



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

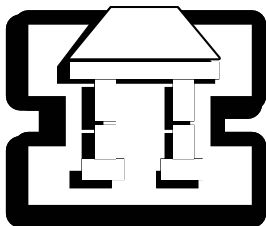
**PSICOTERAPIA HUMANISTA EN PERSONAS DE
LA TERCERA EDAD**

T E S I S

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A N :
ARIADNE SÁNCHEZ MORALES
MARÍA DEL ANGEL VIOLETA PÉREZ FERNÁNDEZ**

**ASESOR:
MTRO. ÁNGEL CORCHADO VARGAS**

**COMISIÓN DICTAMINADORA:
DRA. MARÍA ANTONIETA DORANTES GÓMEZ
LIC. AURORA ALEJO HERRERA**



TLALNEPANTLA, EDO. DE MÉXICO

2008



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

*Abuela(o) dame tu mano, te ayudaré a caminar.
No te dejaré abandonada(o), queda mucho por andar.
Que no te pesen los años, no busques la soledad.
Todos te necesitamos, tienes mucho que enseñar.
Porque tienes la experiencia, que la vida sabe dar.
Paz, sabiduría, paciencia, rectitud y dignidad.
Las arrugas y las canas, no te deben de asustar
Son muestras del gran esfuerzo, de tu largo caminar
Yaunque te sientas cansada (o) de tanto y tanto luchar,
No te sientas derrotada (o), goza de tu tercera edad
Si tu cuerpo envejecido, ya no puede caminar
Tu corazón no ha perdido su capacidad de amar
Aunque nuestras inquietudes a veces te hagan llorar,
Y los desprecios que de todos supiste soportar
Aún con todo sonrío, abuela (o) sonrío que hoy te quiero
Mucho más.*

Este trabajo se lo agradecemos y dedicamos a A y R, porque sin su colaboración no hubiese sido posible llevarlo a cabo. Gracias por los momentos compartidos y por permitir estar en su proceso en cada momento.

Agradecemos y dedicamos a la UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MÉXICO, FES IZTACALA la cual nos permitió formarnos como profesionales y nos impulsó al desarrollo de cada una de nosotros en todos los aspectos.

También agradecemos al Hogar Marillac, por habernos permitido llevar a cabo el proceso de cada uno de nuestros participantes.

Agradecemos al Maestro Ángel Corchado Vargas por compartir con nosotras sus conocimientos y por dirigir este trabajo. Nos enseñó que el Humanismo no es sólo un enfoque de la Psicología, sino un estilo de vida. Gracias Ángel

También agradecemos a la Doctora María Antonieta Dorantes, por habernos introducido a la Psicología Humanista. De igual forma por el apoyo brindado a este trabajo.

De igual forma agradecemos a la Licenciada Aurora Alejo por estar presente durante este proceso de nuestras vidas y por supuesto dedicar su tiempo y sus conocimientos a este trabajo.

El presente trabajo está inspirado en todos los abuelitos y abuelitas, a quienes se lo dedicamos de forma especial.

DEDICATORIAS

Es muy importante poder escribir este apartado de mi tesis; debido a que es la parte donde se puede plasmar con palabras el amor hacia tus seres queridos. Es difícil empezar, pero empezaré por la persona que me inspiro en el tema de la tesis, ese es mi papá Salvador (mi abuelito).

Aunque se que, ya no puedes leer estás líneas quiero que sepas que siempre estarás en mi corazón, ya que fuiste el mejor padre que pude tener; le agradezco a Dios por permitirme ser parte de tu familia, se que donde quiera que estés cuidas de mi. Te Extraño Mucho!!!!!!

El complemento a esta dedicatoria es para mi mamá Leonor (mi abuelita) aunque se que no se entiendes muy bien a esto de las tesis, se de lo mucho que disfrutas cuando te platico de la escuela, del trabajo, de mis amigos, en fin, se que sabes lo importante que eres, por ello este trabajo te lo dedico.

*La siguiente persona a la que se dedico el presente trabajo es a la más noble, sincera, tierna, fuerte porque no se vence ante nada, a la que más me quiere en este mundo, a la que siempre esta al pendiente de lo que me pasa día con día, a la que le interesa el verme feliz en todos los ámbitos, sobre todo es a la persona que más admiro, porque me ha demostrado y me ha enseñado que no importa, si en el camino te encuentras con obstáculos enormes puedes salir adelante si te lo propones. Gracias **mami**, por eso este trabajo es para ti, se que desde que nací las cosas no fueron nada fáciles, sobre todo cuando tuviste que enfrentar la vida sola, supongo que desde ahí te imaginabas este momento y por fin lo hemos logrado. Y recuerda siempre que eres la parte más importante de mi vida.*

*De la misma forma también este trabajo va dedicado a mi hermana **Bricia**, por estar ahí. Quiero que sepas que eres una personita muy importante en mi vida y muy especial y quiero que sepas que este logro es también para ti; espero que te guste también fue pensando en ti, te quiero mucho hermanita.*

A mi tía Isabel, porque se que desde pequeña fui como otra hija para usted, quiero que sepa que la admiro por que al igual que mi mamá me ha demostrado como luchar por los sueños que uno tiene y me han enseñado ser una persona sencilla y responsable; pero sobre todo a trabajar aunque el trabajo sea muy duro. Gracias por estar siempre conmigo.

A mi tío Joel se que también es un orgullo para usted el que yo haya terminado mi tesis; quiero que sepa que lo admiro por todo lo que ha logrado con su esfuerzo día con día y por último solo me resta decirle que lo quiero mucho.

Víste tu no puedes faltar, esta tesis también va para ti; ya que durante el tiempo que llevo de conocerte me has enseñado que tu amistad es sincera. Te quiero mucho amiga.

También se la dedicó a todos mis tíos, tías, primas, primos, en especial para Ana, Norma, Monse, Irene, Susy, Dulcecito, Hilde, Toño, Hugo, Joelito y Luisito porque han sido como mis hermanos y hermanas para mí. Mis tías: Desía, Reyna, Leonor y Nico; mis tíos: Polo, Rodolfo, Primo, Beto y Juan, todo este esfuerzo es para ustedes saben que no pongo a todos porque tendría que hacer otra tesis de puras dedicatorias pero en general este trabajo va inspirado para la familia Sánchez. Gracias a todos.

Ángel, por supuesto que este trabajo también es para ti, porque nos enseñaste que más que un Maestro eres un muy buen amigo. Gracias por todo el tiempo dedicado también a este trabajo.

Amigas ustedes no pueden faltar Pris, Nancy Yaira; Lupita y Sara ya que sin ustedes no hubiesen sido tan divertidas las clases día con día. Se que aunque no nos veamos como antes su amistad siempre va estar presente.

A todos mis amigos y amigas, que han estado en cada momento de mi vida. Gracias por su apoyo incondicional.

Ari.

À Dios por haberme dado la oportunidad de vivir y por llenar mi vida de tantas cosas maravillosas.

À ti mi pequeña Ingrid, porque con tu presencia has llegado a enriquecer, fortalecer y complementar mi vida. Eres mi alegría, te amo mi niña.

À ustedes mamá y papá, primeramente por haberme dado la vida, por darme la oportunidad de ser profesionalista, por su sacrificio y esfuerzo, por creer en mí, por todo su apoyo y amor, porque sin su guía no hubiera llegado a ser quien ahora soy. Les dedico esta tesis con todo mi corazón, con ella sólo devuelvo una parte de todo lo que ustedes me han dado.

À ti Isra, por el apoyo y el amor que todo este tiempo me has dado, por los momentos extraordinarios que me hemos pasado juntos y por ser un estupendo compañero, te amo. También le dedico esta tesis a tu familia por todo el apoyo que he recibido de su parte.

A ustedes hermanos: Víctor, Celia, Chelo e Inés, por todos los momentos que hemos vivido, por ser además de mis hermanos mis amigos, por su apoyo, sus consejos, su comprensión y sobre todo por la paciencia que me han tenido. Los quiero y dedico a ustedes esta tesis con todo mi amor. A mis cuñados Pepe y Lalo, por el apoyo que me han dado cuando lo he necesitado.

A mis sobrinos Ángel, Gus, Chío, Susy y Nancy por ser unos niños muy lindos y maravillosos. Los quiero mucho.

A ti abuelito por consentirme tanto y mostrarme siempre tu cariño.

A la memoria de mi abuelita Ma-Chelo, por quererme tanto, por forjar parte de mi vida y porque sé que de alguna forma estás aquí conmigo.

A Concha, Ari y Beto, porque se que en ustedes puedo encontrar una familia, siempre están en mis pensamientos.

A ti Ari, por ser una de mis mejores amigas, por todo tu apoyo y cariño, porque aceptar colaborar juntas para hacer esta tesis y por el esfuerzo que se pusiste a la misma. Te quiero mucho amiga.

A todos mis amigos Wendy, Ere, Pris, Yaira, Hayd , Lupita, Sara R, Nancy, Vero, Lety, Sara D, Raquel, Liliana, Erika, Nahum, Betzab  y Stan, gracias por los momentos que pasamos juntos, por hacerme reír tanto y por darme todo su apoyo.

A todos mis profesores, porque gracias a ustedes se encontr  el gusto al estudio, además porque con su guía he llegado a ser una profesionista. Especialmente a  ngel Corchado por su paciencia y su confianza, porque además de ser mi maestro, me brindó su amistad.

Con todo mi cariño, esta tesis es para ustedes.

Violeta.

ÍNDICE TEMÁTICO

RESUMEN

INTRODUCCIÓN

CAPITULO I. LA DISCIPLINA PSICOLÓGICA	1
1.1 Algunas definiciones de la Psicología	2
1.2 Áreas de incidencia del psicólogo	5
1.3 El área de orientación y psicoterapia como campo de acción del psicólogo	8
1.4 Algunos enfoques de la orientación y la psicoterapia	16
1.4.1. Psicoanálisis	17
1.4.2. Conductismo	22
1.4.3. Humanismo	25
CAPITULO II. PSICOLOGÍA HUMANISTA	28
2.1. Definición de humanismo	28
2.2. Fundamentos epistemológico-filosóficos de la Psicología Humanista	30
2.2.1. La Filosofía Existencialista y Jean Paul Sastre	30
2.2.2. La Psicología Humanista Científica de Miguel Martínez	33
2.3. Breve semblanza histórica de la Psicología Humanista	36
2.4. Algunos representantes significativos de la Psicología Humanista	38
2.4.1. Abraham Maslow	39
2.4.2. Carl Rogers	44
2.4.3. Fritz Perls	46
2.4.4. Rollo May	48
2.4.5. Kurt Goldstein	52
2.4.6. Victor Frankl	53
2.5. Enfoques terapéuticos humanistas más representativos	55
2.5.1. Psicoterapia Gestalt	56
2.5.2. Logoterapia	60
2.5.3. Psicoterapia humanista de Maslow	61
2.5.4. Psicoterapia centrada en la persona de Carl Rogers	63
2.5.4.1. Técnicas	68

CAPITULO III. NOCIONES GENERALES SOBRE LA VEJEZ, EDAD ADULTA TARDÍA O TERCERA EDAD	77
3.1 Antecedentes: La línea de la vida	77
3.2. La vejez como etapa de vida	83
3.2.1. Definición de vejez, edad adulta tardía o tercera edad	85
3.2.2. Aspectos Biológicos de la vejez, edad adulta tardía o tercera edad	89
3.2.3. Aspectos Psicológicos más representativos de la vejez, edad adulta tardía o tercera edad	93
3.2.4. Aspectos Sociales relacionados en la vejez, edad adulta tardía o tercera edad	95
3.2.5. Familia y vejez, edad adulta tardía o tercera edad	99
3.2.6. Sexualidad en la vejez, edad adulta tardía o tercera edad	101
3.2.7. Proceso de Muerte y proyecto de vida en la vejez, edad adulta tardía o tercera edad	107
CAPITULO IV. METODOLOGÍA	113
4.1 Justificación	113
4.2 Objetivo	113
4.3 Método	114
4.3.1. Participantes	116
4.3.2. Escenario	116
4.3.3. Aparatos	116
4.4. Tipo de estudio. Justificación metodológica	116
4.5. Procedimiento	117
CAPITULO V. ESTUDIO DE CASO	119
5.1. Análisis fenomenográfico y fenomenológico de Arturo	120
5.1.1. Incidencias	120
5.2. Análisis fenomenográfico y fenomenológico de Roberto	246
5.2.1. Incidencias	246

RESULTADOS GLOBALES	413
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	417
REFERENCIAS	420
ANEXOS	426

RESUMEN

En el presente trabajo, reporta la intervención que se llevó a cabo, en el plano del acompañamiento psicológico, con dos personas de la tercera edad: A y R, desde el Enfoque Centrado en la Persona. El objetivo fue coadyuvar en el proceso vida de A y R. Este proceso se llevó a cabo en sesiones individuales, dentro de las cuales expresaron abiertamente sus vivencias. El modelo de la descripción de los resultados se basó en la fenomenología y como auxiliar la fenomenografía. Este método consiste en describir el fenómeno tal y como aparecen en sus contextos naturales. El proceso les permitió lograr el insight hacia muchas de sus experiencias personales, y momentos de autorrealización a través de la instrumentalización de la terapia rogeriana, por medio de los reflejos de contenido, reflejos no verbales, concretizaciones, uso de metáforas y reflejo de sentimiento.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el crecimiento constante y sostenido de la población envejecida del país, ha traído consigo una serie de preocupaciones en torno a las personas de la tercera edad. De esta manera se ha ido incrementando gradualmente la atención que se requiere para estas personas; no obstante, en algunos lugares la atención aún es deficiente, debido a que generalmente en nuestra sociedad las personas de la tercera edad son consideradas inútiles y como personas que están cercanas a la muerte.

Actualmente el hombre o mujer enfrentan la realidad del envejecimiento en una sociedad para la cual la vejez resulta ser una etapa desagradable, triste. Debido a esto, es fácil que la persona se sienta a sí mismo como alguien que ya no cuenta mucho para los demás, percibe que los demás no cuentan con él. El ámbito donde podría sentirse tomado en cuenta es la familia, sin embargo nos encontramos que no es así, ya que en el entorno familiar su presencia ya no es tan necesaria, provocando de esta forma que las personas de la tercera edad busquen en lugares o estancias el calor familiar, y sentimiento de pertenencia.

Debido a ello, las personas de la tercera edad atraviesan por una serie de procesos, de algunos de ellos puede ocuparse la Psicología. Esta población ha resultado demandante para la Psicología; dentro de esta disciplina, el tema ha sido abordado desde algunos enfoques de la misma, el presente trabajo se basó en la Psicología Humanista.

En el primer capítulo se puede encontrar tanto la definición de psicología como la descripción del psicólogo y las áreas de incidencias del mismo. Adicional a ello se puede localizar las descripciones de los tres principales enfoques de la psicología como los son: la Psicología Humanista, la cual hace hincapié en la dignidad y el valor de la persona; es decir, que las personas son seres racionales

que poseen en si mismas la capacidad para hallar la verdad y practicar el bien; el Psicoanálisis que adjudica gran importancia a las experiencias ocurridas en el pasado de las personas en la explicación del comportamiento actual y el Conductismo refiere que la personalidad no es más que la suma total de la conducta del individuo.

En el siguiente capítulo se aborda la Psicología Humanista incluyendo sus fundamentos epistemológicos y filosóficos, desde el punto de vista de Jean Paul Sartre y Miguel Martínez. Adicional a ello, se engloba a los principales representantes de este enfoque: Abraham Maslow, Carl Rogers, Fritz Perls, Rollo May, Kurt Goldstein, Victor Frankl. Para finalizar dicho capítulo se hace referencia a los principales enfoques terapéuticos como lo son: Psicoterapia Gestalt, Logoterapia, la Psicoterapia Humanista de Maslow y el Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers con sus respectivas técnicas, ya que este enfoque permite visualizar a los seres humanos sin etiquetas, sin diagnósticos ni convencionalismos. No hay tabúes, ni ideas socialmente establecidas para explicar el fenómeno de la tercera edad; no hay juicio de valor que predispongan la experiencia del desarrollo personal.

En el tercer capítulo se hace una descripción de la vejez, en los siguientes aspectos: Biológicos (los procesos sensoriales, la apariencia física, la movilidad, su fuerza muscular), psicológicos (la personalidad, las emociones, la memoria, el aprendizaje, la inteligencia y la creatividad), sociales, familiares, sexualidad y proceso de muerte.

El proceso metodológico de la intervención se basa en un relato fenomenográfico y fenomenológico de las sesiones, en las cuales se rescatan los aspectos relevantes durante el proceso, tanto por parte de los dos usuarios, como de las facilitadoras, con el empleo de la instrumentalización humanista, desde el enfoque centrado en la persona.

Resulta de trascendencia para la disciplina psicológica, realizar una aproximación al problema desde esta perspectiva, ya que deriva en la pauta para futuras investigaciones y procesos de ayuda hacia poblaciones en desventaja; en este caso, hacia personas de la tercera edad. Firmemente se postula la idea de generar una atención más especializada, trabajando con los procesos de crecimiento de los adultos mayores, considerando de manera fehaciente que los seres humanos somos productos inacabados, en constante devenir y nada está concluido hasta el momento mismo de nuestra muerte.

CAPITULO I. LA DISCIPLINA PSICOLÓGICA

En la actualidad la vejez, es como el otoño de la vida en su último declive. En ocasiones sólo con escuchar la palabra vejez, nos da frío en el corazón. ¿Cuántas veces no hemos escuchado?: “yo no quiero llegar a viejo”, “que horror llegar a anciano”, “ya para que vivir a esa edad”, “mejor morir antes de llegar a viejo”, “no quiero llegar a ser un estorbo”....

La percepción que tiene el Hombre acerca de esta etapa de la vida, es como un sinónimo de ruina, decadencia, enfermedad, etc. Es por ello que generalmente se omite la atención a este sector de la población; no obstante, en algunos lugares donde se trata con personas de la tercera edad, la atención es aún deficiente. Tal y como lo señala Hernández (2001), en su investigación en donde el objetivo fue detectar el nivel de preparación y conocimientos de los alumnos del último semestre de las carreras de ciencias de la salud, así como la percepción y actitudes que tienen hacia las personas de la tercera edad; en este estudio, la mayoría de la población reportó no conocer suficientemente las características biopsicosociales que acompañan a la tercera edad, además manifestaron no sentirse capacitados profesionalmente para tratar con ancianos, aun cuando dentro de sus estudios profesionales han cursado asignaturas especializadas en esta edad.

Esto sucede debido a que habitualmente en nuestra sociedad las personas mayores son consideradas como personas cercanas a la muerte. En diversas ocasiones se han llevado a cabo investigaciones en donde se han abordado temáticas con niños, adolescentes, conflictos de parejas (adultos), etc., sin embargo esto nos hace cuestionarnos: ¿dónde quedan las personas de la tercera edad? Debido a ello, nuestra intención en el presente trabajo es resaltar desde el punto de vista psicológico, la importancia que tienen aquellos factores que rodean e influyen en las personas mayores. Para tener una visión más específica de lo

que implica este proceso es necesario comenzar con las nociones generales de la Psicología.

1.1 Algunas definiciones de la Psicología

Al hablar de cualquier disciplina o de determinada ciencia, es importante iniciar con la definición que dan los autores que se dedican al estudio de las mismas, para poder comprender lo que ellas implican. Es evidente que cuando los autores dan una definición de una ciencia o disciplina, en ella va implícito su objeto de estudio. Sucede lo mismo en el caso de la Psicología. Las definiciones que se han dado mencionan en su mayoría que esta disciplina implica el estudio del comportamiento humano. No obstante es importante revisar algunas definiciones que los autores han formulado.

De esta forma, Gross (1992), señala que la palabra Psicología se deriva de dos palabras griegas, *psyche* (mente, alma, espíritu) y *logos* (discurso o estudio) que, puestas juntas producen “estudio de la mente”.

Cabe señalar que, cuando nos remitimos a las distintas definiciones de Psicología, lo más probable es que nos encontremos con autores que se refieran a la definición etimológica de la misma, como en la definición anterior; esto debido a que los antiguos filósofos griegos fueron los primeros en interesarse en el estudio del comportamiento del Hombre; ellos se referían al estudio del comportamiento, como al estudio del alma de las personas, el alma entendida en este sentido, como aquello que las movía a comportarse, pensar o sentir de determinada manera.

Una definición similar a la que hace Gross, es la de Seco (1986), quien señala que la Psicología es el estudio del alma o de la mente, debido a que la palabra

Psicología está compuesta por el elemento psico proveniente del griego *psyché*, que hace referencia a alma o mente.

Al hacer un análisis de la definición anterior, se puede observar que resulta un tanto escueta o simple, sin embargo, se puede decir que esta definición podría resultar útil cuando lo que se busca es una definición corta de Psicología. Una definición amplia de la misma es la hecha por García (2003), quien considera que la Psicología es el estudio de la especie humana, con la ayuda de la metodología científica. Emplea el método Experimental –observación en condiciones controladas– para la recopilación de datos. Utiliza también otros métodos para este fin, tales como el estudio de historiales de casos y el estudio longitudinal del desarrollo, conforme se produce. La Psicología acepta la introspección (el informe del sujeto, que describe sus procesos mentales) como fuente de datos. Cualquiera que sea el método de recopilación, el psicólogo se interesa solamente por los descubrimientos que pueden verificarse con facilidad y duplicarse en condiciones similares. A esta necesidad la denomina “replicación de datos.”

En la definición anterior se puede notar que cuando se habla de Psicología se refiere más a una Psicología científica, sin embargo es importante recalcar que el estudio de dicha disciplina va más allá del empleo del método científico. Sin embargo es importante tener presente dicha definición.

De igual forma Warren (2005), argumenta que la Psicología se ha definido como: “la rama de la ciencia que estudia los fenómenos u operaciones psíquicas. La ciencia que se ocupa de las relaciones mutuas entre el organismo y del medio a través de la transmisión de energía. La ciencia del yo o de la persona individual (el término ha recibido diferentes definiciones, que representan diferentes puntos de vista del campo abarcado por esta ciencia y los métodos empleados en la investigación). Las definiciones antedichas ilustran de modo general los distintos usos presentes o pasados, aunque en muchos casos sea menester ampliar o matizar el significado. Es el más antiguo; abarca diversos conceptos: la actividad

de la psique (operaciones o funciones psíquicas) la subrayan Aristóteles y los aristotélicos, incluyendo a los escolásticos, y más tarde los psicólogos de las “facultades”, mientras que el aspecto de “fenómenos psíquicos” (datos de la existencia conciente) es el objeto de la Psicología asociacionista. Estos dos caminos se han seguido en los tiempos modernos: el primero en la “Psicología del acto” (Brentano) que se ocupa de las actividades u ocupaciones de la conciencia y el segundo en la “Psicología estructural” (Wundt), que estudian los fenómenos psíquicos. La “Psicología funcional” norteamericana ocupa una posición intermedia, ya que considera la función de los fenómenos psíquicos para uso del organismo, y que ambas Psicologías, estructural y funcional, han aceptado una base fisiológica ó correlato de la conciencia, factor que solo incidentalmente era tratado con anterioridad. La “Psicología teleológica” u “hórmica” reconoce además el principio de que los procesos psíquicos implican un prepósito o fin. La “Psicología de la Gestalt” subraya el carácter de la totalidad de la estructura y de la función. Es un concepto diferente, que se aplica a diversas maneras contemporáneas de tratar la Psicología: los psicólogos “motores” se consideran que las relaciones (motoras) determinan las características de la conciencia; los que insisten en el punto de vista evolucionista consideran que la adaptación es la característica significativa de la relación. Ha sido adoptado por los psicólogos de la conducta (behavioristas), ya sea sin restricciones (para excluir los fenómenos consistentes del hábito de la ciencia), ya con cierta amplitud que admite la validez de estos fenómenos. Subraya el carácter unitario del organismo y la sustancialidad del yo. El término fue usado por vez primera en las lecciones de Melanchthon (estudios de los procesos psíquicos mediante la lógica por medio de la observación y el experimento). Las divisiones propuestas por autores modernos en animal, patología, fisiológica, etc. Representan ramas más que métodos de investigación por ejemplo Psicología anormal, Psicología anormal, Psicología animal, Psicología infantil, Psicología dinámica, Psicología genética, Psicología industrial, Psicología social. Las aplicaciones prácticas de la Psicología deben distinguirse de las investigaciones de los hechos” (página 288).

De acuerdo con lo anterior, queda claro que las definiciones de Psicología pueden variar de acuerdo a la época y al tipo de enfoque de la Psicología que se trate. Es por ello que algunos autores mencionan que es difícil establecer una definición única para dicha disciplina, debido principalmente, a que cada enfoque tiene una forma diferente de concebir al ser humano.

A su vez, el Diccionario de la Lengua Española en el 2001, nombra las siguientes definiciones: 1) Parte de la filosofía que trata del alma, sus facultades y operaciones. 2) También se le puede definir como toda aquello que atañe al espíritu. 3) Ciencia que estudia los procesos mentales de personas y en animales. 4) Todo aquello que se refiere a las conductas de animales.

Esta definición engloba de forma general y abstracta las diversas formas en que se ha definido a la Psicología a lo largo de los diferentes momentos por los que ha atravesado. Por una parte implica la definición de Psicología a partir de la disciplina de la cual se originó. Por otra, retoma una de las primeras definiciones que se formuló acerca de la misma. La tercera y la cuarta definen a su vez otro momento de la Psicología, en la que la conducta humana pasa a un primer plano.

Una vez que se han señalado las diversas definiciones de Psicología, es importante enfatizar que igualmente existen diferentes áreas donde el psicólogo puede destacar. Cabe señalar que el presente trabajo se percibirá más desde el área clínica, debido a que es de ahí donde se deriva la psicoterapia.

1.2 Áreas de incidencia del Psicólogo

El desarrollo constante de la disciplina psicológica ha producido una especialización cada vez mayor en el estudio e investigación en las cuales el psicólogo puede desempeñarse, dando como resultado las diferentes áreas que

en la actualidad existen. Tal como menciona Myers (1999), la Psicología es una recolección de diferentes especialidades.

Whittaker (1984), menciona que las áreas de la Psicología son: *Psicología Experimental, Psicología fisiológica y psicofarmacología, Psicología Clínica y de consejo, Psicología de la comunidad, Psicología Educacional y escolar, Psicología del desarrollo, Psicología social, industrial y ambiental*. Todas ellas orientadas al estudio del comportamiento humano, tratado desde diferentes puntos de vista.

La Psicología Experimental es la más antigua de las áreas especializadas, la cual se remonta a 1879, fecha en la cual se funda el primer laboratorio Experimental de Psicología. El eje central de esta área se basa en la investigación mediante el empleo del método científico. Actualmente el psicólogo efectúa investigación en casi todas las áreas asociadas con la Psicología en su conjunto.

La Psicología fisiológica y psicofarmacológica están estrechamente relacionadas con la Psicología Experimental, aunque ésta se encarga de las relaciones entre los procesos orgánicos, entendidos como aquellos procesos físico-biológicos y de la conducta. Dentro de la Psicología fisiológica se ha desarrollado la psicofarmacología; ésta área se relaciona con los efectos de las drogas o fármacos en la conducta.

Una nueva especialidad, relacionada con el área clínica y social, es la Psicología de la comunidad. En ella el psicólogo organiza los servicios existentes de la comunidad alrededor de niveles múltiples de profesionales para la prevención de trastornos mentales.

La Psicología Educacional comprende el estudio de los problemas psicológicos relacionados con la educación, ocupándose el psicólogo de medir el aprovechamiento, la creación de métodos para mejorar la enseñanza, las

dificultades para tratar con el niño excepcional, etc. mientras que la Psicología escolar puede calificarse como “Psicología Educativa aplicada”.

La Psicología del desarrollo comprende el estudio de los factores que modelan la conducta desde el periodo prenatal hasta la edad adulta. El psicólogo del desarrollo puede concentrarse en áreas específicas como el desarrollo del pensamiento o la percepción o puede concentrarse en un periodo particular como la infancia.

El psicólogo social se interesa por el efecto de los grupos y producto de la cultura en la conducta individual. La Psicología social es suficientemente amplia para tratar casi todos los temas de interés para otros psicólogos sean también interesantes para el psicólogo social; problemas como los efectos de las influencias sociales en el desarrollo de la inteligencia, etc.

Los psicólogos que se especializan en Psicología industrial son requeridos para la selección y clasificación de personal. Una rama de la Psicología industrial es la investigación de mercado o de los consumidores, evaluando las actitudes de los consumidores ante productos específicos.

Actualmente se ha estudiado la relación mutua entre la conducta humana y el medio ambiente, en la cual el psicólogo ambiental se interesa por temas como los efectos del medio ambiente en la conducta o la ecología humana.

Un área más de la Psicología es la Psicología Clínica, ésta comprende la aplicación de principios psicológicos en el diagnóstico y tratamiento de problemas emocionales y conductuales. Los psicólogos clínicos también son capacitados para hacer investigaciones en estas áreas (Whittaker, op. cit.). Cabe señalar que cada una de las áreas antes mencionadas a tratado en mayor o menor medida el tema de la vejez, principalmente en áreas como la Psicología comunitaria, la

Psicología del desarrollo, la Psicología social y la Psicología Clínica, se han dado interesantes estudios y aportaciones en torno a éste tema.

Es importante tener un conocimiento más detallado de la Psicología Clínica, ya que de las áreas de la Psicología anteriormente mencionadas, la orientación y la psicoterapia son campos pertenecientes a ella, en ambos se basa el presente trabajo y mediante ellos se tratará el tema de la vejez, por ello es importante hacer una revisión de las mismas.

1.3 El área de orientación y psicoterapia como campo de acción del psicólogo

La orientación y la psicoterapia son funciones sumamente importantes que se llevan a cabo dentro de una de las áreas de la Psicología: la Psicología Clínica. Entre las funciones que desempeña un psicólogo en esta área se encuentran el estudio, la evaluación, diagnóstico y el tratamiento o intervención de problemas o trastornos psicológicos o de comportamiento anormal; de esta última función se derivan la orientación y la psicoterapia.

Con el desarrollo de la Psicología, específicamente de la Psicología Clínica, ha provocado que cada vez sean más los psicólogos que fijan su atención en los campos de la orientación y la psicoterapia, debido principalmente a que dichos campos se han tornado sumamente demandantes socialmente hablando, sobre todo para aquellas poblaciones marginadas, como lo es el caso de las personas de la tercera edad. Así mismo, la orientación y la psicoterapia resultan ser para los psicólogos, áreas en las cuales pueden desarrollarse ampliamente (Phares, 1999).

Debido a la gran importancia que han cobrado en los últimos años la orientación y la psicoterapia, para tratar este tema es importante, señalar algunas definiciones hechas por los autores acerca de la orientación y la psicoterapia.

En este sentido, Phares (op.cit.) menciona que algunos han llamado a la psicoterapia el mayor vínculo para curar o resolver los males psíquicos de la sociedad y lograr niveles óptimos de crecimiento personal; otros consideran que es como un tipo de deporte que se practica en interiores (debido a que se lleva a cabo sobre todo en consultorios), de la misma forma, algunos han hecho valoraciones más adecuadas de la psicoterapia; de acuerdo con esto, diversos autores han mencionado que la psicoterapia es una herramienta que es, en el mejor de los casos imperfecta, ya que tiene algunas limitaciones, como lo son la complejidad de la tarea a la que se aplica (el problema o cuestión a tratar), como la habilidad y conocimiento de quien se dedica a brindar terapia. Debido a que la psicoterapia es imperfecta, es poco probable que logre cumplir las grandes afirmaciones que se han hecho de ella, aunque también es poco probable que la psicoterapia sea una herramienta tergiversadora de mentes y valores humanos que algunos de sus detractores afirman que es.

Como las anteriores, se pueden encontrar definiciones de psicoterapia que pueden parecer en ocasiones contradictorias, lo cual depende directamente del enfoque del que se deriven; sin embargo de todo esto, es fundamental tener en cuenta un aspecto, tal como lo señala Cullari (2001): “la orientación y la psicoterapia son técnicas no definidas, aplicadas a problemas no específicos con un resultado impredecible, para las cuales recomendamos una capacitación rigurosa” (página 138).

De acuerdo con lo anterior, se puede decir que la orientación y la psicoterapia son métodos para inducir cambios en el comportamiento, los pensamientos y sentimientos de una persona, bajo distintos procedimientos o técnicas. Siendo de esta forma, en algunos casos, la psicoterapia y la orientación se llevan a cabo para resolver un problema en específico o para mejorar la capacidad con la que el individuo maneja sus comportamientos, sentimientos y pensamientos que considera debilitantes. En otros casos, se dice que la atención se centra sobre todo en la prevención de problemas que puedan solucionar un estado existente.

Incluso, algunas de las veces, el foco de atención puede estar en todo menos en solucionar o prevenir problemas que mejoran la calidad de vida de las personas.

La orientación y la psicoterapia según Machleidt, López-Ibor, Bauer, Lamprecht, Rose y Rohd-Dachser (2004), son procesos en donde se da una interacción entre el terapeuta y el paciente; dicho proceso se da de manera consciente y planificada con el propósito de modificar los trastornos de comportamiento y la patología que originan mediante técnicas de comunicación aprehendibles que se basan en determinadas teorías del comportamiento normal y patológico. La psicoterapia consiste en que el terapeuta y el paciente logren cumplir un objetivo que habrán de establecer entre ambos; para ello se requiere que la relación terapéutica sea productiva. En cuanto a la orientación, el terapeuta juega un papel de guía o de apoyo, sin ser directivo como en algunas ocasiones llegan a ser las psicoterapias.

La definición anterior sobre psicoterapia y orientación está enfocada principalmente en la relación terapeuta-paciente que se establecen en ellas. Estos aspectos son imprescindibles en toda orientación y psicoterapia, ya que de esto dependerá en gran parte el logro de los objetivos de las mismas; de ahí que muchos autores se basen en ello para establecer una definición de orientación y psicoterapia.

Una definición similar a la anterior es la que da Garfield (1979), quien señala que la psicoterapia es la interacción interpersonal sistemática, a través del cual un individuo, el terapeuta, procura ayudar, modificar o mejorar el comportamiento de otra persona. Comúnmente la psicoterapia implica una entrevista en la que la comunicación verbal juega un papel, muy importante. Es fundamental aclarar que la mera conversación no es sinónimo de psicoterapia, ni tampoco lo es el dar consejos o hacer recomendaciones a alguien. La psicoterapia supone una relación muy esencial entre el terapeuta y el cliente, una relación que se distingue en ciertos aspectos de todas las demás relaciones que el cliente haya tenido con otras personas. Aspectos como el objeto de la relación, la oportunidad de que el

cliente hable de sí mismo, el interés sincero del terapeuta por el cliente y el conocimiento especial del terapeuta hacen que esa relación sea especial y extraordinaria.

A pesar de las definiciones que se han dado, Cullari (op.cit.), no se equivoca al decir que es difícil dar una definición exacta o tratar de describir a la psicoterapia u orientación, aunque se le practique, se le conozca, se crea en su eficacia, se le recomiende a las personas y se le defienda de los ataques de los políticos, periodistas, colegas y pacientes, porque cuántos de nosotros no hemos escuchado alguna vez decir que la psicoterapia no sirve o no da buenos resultados. Al respecto este autor menciona:

“La psicoterapia no puede definirse con exactitud porque no hay una sola empresa o disciplina o actividad a la cual se asocie el término, se pueden identificar más de 400 escuelas de psicoterapia, cada una de las cuales se define de manera distinta a otros tipos de terapia” (Pág. 138).

Con ello da por hecho que se encontrarán distintas definiciones e psicoterapia, las cuales dependerán de las escuelas o enfoques a los que pertenezcan. Incluso puede haber ocasiones en que ninguna de las definiciones hechas por determinados enfoques coincidan.

Sin embargo, se puede decir que la intención de estas definiciones que se dan de forma general es buena, ya que se trata de capturar la esencia de todas las psicoterapias en pocas palabras. Como se señaló en definiciones anteriores, la psicoterapia ha sido definida como una relación interpersonal que contiene una teoría abierta o implícita de aquellos problemas que producen un malestar psicológico y de las condiciones que se necesitan para que llegue a ocurrir un cambio psicológico; por ello las relaciones y las interacciones interpersonales que marcan éstas relaciones, deben estar estructuradas de tal manera que sean óptimas las condiciones para que ocurra dicho cambio; una parte de la relación (el

terapeuta) tiene como tarea brindar experiencias que promuevan el cambio, la otra parte (el paciente) participa con su mejor capacidad para lograrlo.

Principalmente en las personas de la tercera edad, la orientación y la psicoterapia se vuelven medios sumamente importantes mediante los cuales esta población puede encontrar las herramientas necesarias que les permitan lograr niveles óptimos de vida, de acuerdo con su edad y medio al que pertenecen. En ello el papel del orientador o del psicoterapeuta se vuelve sumamente importante.

Por otra parte, el campo de la psicoterapia es tan amplio que abarca distintos enfoques, en donde la forma de llevarla a cabo varía de acuerdo con los supuestos de las teorías en las que se basan.

De esta forma, es probable que algunos de los psicoterapeutas compartan algunas características, pero entre ellos hay diferencias en cuanto a su modo de proceder debido al enfoque de psicoterapia al que se apegan. Phares menciona que los diferentes enfoques de psicoterapia se distinguen principalmente en términos de su naturaleza, es decir, de apoyo o de descubrimiento. Wolberg (1967, citado en Phares, 1996) describe tres clases de psicoterapia:

- Las *psicoterapias de apoyo*, son aquellas en las que se busca devolver el equilibrio a los pacientes y liberarlos de los problemas neuróticos implicados; su intención no es cambiar por completo la estructura de la personalidad; de esta manera se dice que la terapia de apoyo es recomendada para pacientes bien adaptados, pero que a causa del estrés ambiental, han desarrollado problemas. Las técnicas de apoyo incluyen orientación, manipulación ambiental, externalización de intereses, establecimiento de la confianza, sugestión de prestigio, persuasión, catarsis, y una multitud de métodos no psicológicos como hidroterapia, medicamentos y electrochoques.

- Una segunda clase son las técnicas de *insight con metas reductivas*; en estas el objetivo es lograr *insight* sobre actitudes y conflictos más conscientes. No obstante no se logra un *insight* más profundo como para disolver conflictos inconscientes. En este tipo de psicoterapias se analiza la manera en que los pacientes se relacionan consigo mismo y con los demás, y las fuentes de su atención y ansiedad. Phares menciona que en ellas se asiste al paciente en el análisis del lado negativo de su personalidad y se le alienta a que intente nuevos comportamientos. Esta clase de técnicas incluye la orientación centrada en el cliente, psicoterapias individuales de diversos tipos, terapias grupales y demás.
- La tercera de esta clasificación según Woldberg, son las terapias de *insight con metas reconstructivas*; esta se distingue de las demás debido a que se centra en lograr un *insight* profundo. El objetivo de este tipo de psicoterapia es una conciencia de los conflictos inconscientes y de sus relaciones con defensas específicas. Phares menciona que la meta última es lograr una especie de maduración emocional que proviene de la comprensión total a través de la reconstrucción de la personalidad; el ejemplo más claro de este tipo de psicoterapia es el psicoanálisis.

De la misma forma Kendall en 1988 menciona que hay muchos tipos de psicoterapia, pero todos ellos tienen en común cuatro características:

- 1) **El psicoterapeuta establece una relación genuina y cuidadosa con el paciente** es decir, procura que su cliente se sienta en un ambiente de confianza, tranquilidad y de armonía, para ello las actitudes que muestre hacia su cliente deben estar marcadas por la congruencia, el aprecio y la empatía.
- 2) **El psicoterapeuta lo ayuda a emprender una autoexploración psicológica;** aquí el psicoterapeuta debe ayudar al paciente a descubrirse, a abrirse paso, es decir, llegar a conocerse, lo cual provocará que gradualmente el cliente

tenga conciencia de sus sentimientos, pensamientos y emociones por las que atraviesa en un momento determinado.

3) El psicoterapeuta y el paciente trabajan en equipo para establecer objetivos cuyo fin es resolver los problemas psicológicos del paciente y mejorar su desenvolvimiento personal; es importante dejar en claro que, sobre todo cuando se trata de un terapeuta humanista, éste no funge como guía del cliente, sino como acompañante de su proceso, ésta es la forma en la que se puede decir que el terapeuta y el cliente trabajan en equipo. De tal forma, el terapeuta ayuda a fomentar la autorrealización, es decir, ayudar a la persona a convertirse en un ser humano tan pleno como sea posible.

4) El psicoterapeuta enseña al paciente técnicas para hacer frente a la tensión y controlar su vida en forma autónoma y eficaces; este punto se refiere a los métodos que el terapeuta utiliza para llevar a cabo la psicoterapia, las cuales son parte de las condiciones necesarias y suficientes para el cambio y el crecimiento; desde el enfoque humanista las técnicas más utilizadas son: concretización, uso de metáforas, conflicto mayéutico, manejo de silencios, reflejo de contenido, reflejo de sentimiento y reflejo no verbal.

A pesar de los diversos tipos de psicoterapia y de las aparentes diferencias que existen entre ellas, esto nos puede llevar en ocasiones, como indica Phares y Trull (2003) a pasar por alto sus marcadas semejanzas, las cuales no está por demás tenerlas en cuenta.

De este modo, independientemente del tipo de orientación y psicoterapia que lleve a cabo el psicólogo, existen una serie de características comunes en ellos que deberán de poseer, esto con el propósito de lograr un buen desempeño y sin las cuales no podrá obtener resultados favorables en sus pacientes.

Al respecto Phares y Trull (op.cit.), menciona que una de las características más sobresalientes compartida por los psicoterapeutas, es que son personas calidas y aceptantes que hacen nuevos esfuerzos por transmitir esta actitud a sus pacientes; de hecho, se dice que puede ser principalmente esta característica la que hace semejantes a muchos tipos de psicoterapia y orientación, y la responsable de que la efectividad de estas sea similar, a pesar de las diferencias que puedan existir entre ellas teóricamente. Por ejemplo, los terapeutas conductistas son aceptantes, pero tal vez no tanto como los adlerianos y estos no más que los humanistas. Sin embargo, como señala Phares, las descripciones de la orientación psicológica centrada en el cliente pueden transmitir el sentimiento distintivo de que todos los otros tipos de psicoterapia no son aceptantes; los terapeutas centrados en el cliente han tomado un aspecto que es común a casi todas las clases de psicoterapia y orientación y lo han elevado a una posición de importancia muy superior; aunque es importante dejar en claro que ello no quiere decir que otros psicoterapeutas no sean cálidos o aceptantes.

Por otro lado, además de las semejanzas existentes entre los diferentes enfoques psicoterapéuticos, hay otro punto que es fundamental tener en cuenta: aquel que se refiere a la forma errónea de concebir a la psicoterapia. En este sentido Phares y Trull (op.cit.), señala que es importante recalcar que psicoterapia no es sinónimo de cura, las personas siempre tendrán problemas; siendo de esta manera, lo que puede hacer la psicoterapia, es equipar lo mejor posible a las personas para resolver los problemas vitales que a medida surgen. Pero nadie, puede garantizar que no surgirán problemas.

Igualmente es importante dejar en claro que el terapeuta no está ahí para juzgar al paciente como lo harían sus amigos, padres, tíos, etcétera, sino para procurar comprenderlo y proporcionarle un ambiente en el que pueda explorar y analizar sus dificultades y resolver así sus problemas conductuales. Los conocimientos que tiene el terapeuta acerca del comportamiento humano no es lo único que distingue su relación con el cliente de las demás personas, sino también el modo como se

relaciona con el paciente, su deseo simpatizante de ayudar, y la creación que hace de una atmósfera propicia para el autoanálisis y el cambio.

Con lo anterior se quiere dejar en claro que, independientemente de las diferencias o semejanzas entre los distintos enfoques, el campo de la psicoterapia y orientación constituye no sólo un amplio espacio en el cual el psicólogo se puede desempeñar, sino una vía en donde el paciente o cliente puede encontrar una forma de resolver, aminorar o simplemente de tener una perspectiva distinta de aquellos problemas que le aquejan, principalmente cuando a personas de la tercera edad nos referimos, ya que como se sabe, durante la vejez las personas sufren muchos cambios a nivel biológico-funcional, psicológico y social.

Para complementar la revisión hecha acerca de la orientación y la psicoterapia es necesario considerar los diversos enfoques como los son el Psicoanálisis, el Conductismo y la Psicología Humanista; es elemental señalar que cada uno ha logrado ayudar a la gente con sus problemas mediante sus diversas técnicas. Sin embargo para el presente trabajo se tomará como base fundamental el enfoque humanista; debido a que sostiene que, toda persona posee un potencial humano, el cual hay que explotar al máximo para poder llegar a la autorrealización. En el próximo apartado se revisaran las diversas perspectivas con las cuales se han llevado a cabo las psicoterapias.

1.4 Algunos enfoques de la orientación y la psicoterapia

Como se menciona con anterioridad, existen distintos procedimientos para llevar a cabo una psicoterapia u orientación; entre ellos se pueden encontrar principalmente tres orientaciones: las basadas en el psicoanálisis, en el conductismo y en el humanismo, siendo este último el eje central del presente trabajo.

1.4.1 Psicoanálisis

Este enfoque abarca diversas teorías, a las cuales se les denomina teorías psicodinámicas; dichas teorías son aquellas que enfatizan los motivos y conflictos inconscientes, además adjudican una gran importancia a las experiencias ocurridas en el pasado de las personas en la explicación del comportamiento actual. En dichas teorías se basan las terapias psicoanalíticas.

Según Garfield (1979), la teoría psicoanalítica ha sido una de las más influyentes sobre la personalidad; de entre ellas la teoría de Sigmund Freud ha cobrado gran importancia. Freud estaba convencido de que todo comportamiento tiene alguna causa o fuente de motivación. Según él nada sucede por casualidad, e inclusive fenómenos como los errores y equivocaciones comunes, los accidentes y el olvido, no son cosas que suceden por casualidad, sino por el contrario, cada uno de estos acontecimientos tiene una causa psicológica en específico, aun cuando por lo general no somos conscientes de ella. Freud describió estos fenómenos en forma muy minuciosa. De esta forma, se dice que el individuo puede no estar consciente de los verdaderos determinantes de su comportamiento.

Para poder desarrollar su teoría, Freud se basó en el supuesto de que la vida mental está compuesta de tres categorías o tipos de fenómenos: los pensamientos, ideas o deseos conscientes, preconscientes e inconscientes; refiriéndose al grado de conciencia que tenemos de tales fenómenos.

Otros supuestos de gran importancia que Freud incluyó en su teoría, de acuerdo con Phares (1996), son el de los instintos, la personalidad, las etapas psicosexuales, la ansiedad y las defensas del yo, los cuales son descritos a continuación.

Cuando Freud habla sobre instintos, se refiere a la energía que provoca que funcione “la maquinaria humana”; de acuerdo con Phares (op.cit) esta proviene de dos conjuntos de instintos: los **instintos de vida (Eros)** y los **instintos de muerte (Tanatos)**. Los instintos de vida son la base para que se den todos los aspectos positivos y constructivos de la conducta, incluyen necesidades corporales como el sexo, el hambre, la sed, al igual que ciertos componentes creativos de la cultura como el arte, la música y la literatura. En contraparte, todas estas actividades pueden satisfacer en ocasiones, fines destructivos; cuando esto sucede, los instintos de muerte se consideran los responsables. En la práctica, los especialistas le prestan poca atención a los instintos de muerte, sin embargo Freud los consideró necesarios para explicar ese lado oscuro de nuestra conducta.

Phares (op.cit.), indica que un aspecto igualmente importante en la teoría de Freud es su postulación acerca de los componentes de la personalidad, según la cual son tres las estructuras que la integran: ello, yo y superyó. El *ello* representa la parte de nuestra personalidad, a la cual es casi imposible acceder; para obtener información de esta estructura se requiere del análisis de sueños y de diversas formas de conducta neurótica; dentro de ello residen los impulsos instintivos, los cuales buscan la satisfacción inmediata; el ello no tiene valores, ni ética ni lógica. El *yo* es el ejecutivo de la personalidad; es un sistema organizado y racional que utiliza la percepción, el aprendizaje, la memoria y demás, en el servicio de la satisfacción de necesidades; surge de las incapacidades del ello para servir y preservar al organismo; la función del yo es mediar entre las demandas del ello, del superyó y del mundo exterior de manera que proporcione satisfacción al organismo y, al mismo tiempo, evite que el mundo real lo destruya. El tercer componente de la personalidad es el superyó, se dice que durante la infancia se forma a partir del yo y surge a partir de la resolución del Conflicto de Edipo (atracción del niño hacia el padre del sexo opuesto); representa los ideales y los valores de la sociedad, estos se le transmiten al niño a través de palabras y hechos de los padres.

De la misma forma, en su teoría, Freud señaló cinco etapas psicosexuales por las que atraviesan los seres humanos, cada una de ellas se caracteriza por una zona erógena particular del cuerpo, mediante las cuales se satisfacen los instintos de placer. La primera de ellas es la etapa oral, la cual dura cerca de un año y es el periodo en el cual la boca es el medio principal para obtener satisfacción. A esta le sigue la etapa anal, en la cual la atención se centra en la defecación y en la micción; esta etapa puede abarcar desde los seis meses hasta los tres años de edad. La siguiente es la etapa fálica (de los 3 a los 7 años de edad), durante la cual los órganos sexuales se vuelven la principal fuente de gratificación. Después de estas etapas llamadas pregenitales, el niño ingresa a la etapa de latencia, que se caracteriza por una falta de actividad sexual evidente y por una orientación casi negativa hacia cualquier cosa de naturaleza sexual; esta etapa se puede extender desde los 5 años de edad hasta los 12 aproximadamente. Después de la adolescencia, comienza la etapa genital, la cual idealmente culminará en una expresión madura de la sexualidad, siempre y cuando el yo haya manejado con éxito los impulsos sexuales (Phares, op.cit).

Otro aspecto que cobra gran relevancia en la teoría de Freud es la de la ansiedad. La ansiedad es una experiencia afectiva dolorosa que se produce por las mismas circunstancias que dan lugar a la formación del yo y a la del superyó. Las respuestas exageradas del corazón, los pulmones y otros órganos internos se perciben y experimentan como ansiedad. Existen tres clases de ansiedad. La primera es la ansiedad real, que se basa en un peligro real del mundo exterior; la ansiedad neurótica se deriva de un temor de que los propios impulsos del ello se expresen sin control y que esto conduzca a problemas con el ambiente; la ansiedad moral, surge del sentimiento de que uno no se conforma con las normas de la conciencia. En sí, Freud argumentaba que la función esencial de la ansiedad era servir como señal de alerta para que el yo tome ciertos pasos para evitar el peligro y así proteja al organismo.

En cuanto a las defensas del yo, Freud mencionaba que precisamente estas actúan para evitar amenazas ambientales, sobre todo cuando el yo se siente amenazado por la ira del superyo o los deseos sin freno del ello. Entre las defensas que utiliza se encuentra la *represión* (expulsión de la conciencia de material amenazante de naturaleza sexual o agresiva), la *fijación* (permanencia en una etapa del desarrollo psicosexual debido a la ansiedad y frustración que genera una etapa posterior), la *regresión* (regreso a una etapa que proporcionó gratificación), la *forma reactiva* (un impulso inconsciente se expresa a través de su comportamiento opuesto) y la *proyección* (cuando los sentimientos propios se atribuyen a otra persona).

Dentro de la teoría psicoanalítica y por tanto dentro de la terapia psicodinámica, cobra gran importancia el papel de la introspección o insight, debido a que la meta última de la intervención psicoanalítica es la eliminación de problemas neuróticos debilitantes; por ello como señala Phares y Trull (2003), el credo inquebrantable del terapeuta psicoanalítico tradicional es, a fin de cuentas, que la única forma final y efectiva de hacer esto es ayudar al paciente a lograr la introspección. El insight se refiere a la comprensión total de los determinantes inconscientes de los sentimientos, pensamientos o comportamientos tradicionales que producen de alguna manera los problemas personales de uno; una vez que se confrontan y se entienden en una forma plena estas razones inconscientes, desaparecerá la necesidad de defensas y síntomas neuróticos. De esta forma, las técnicas que se emplean en este tipo de psicoterapia, tienen como meta final la facilitación del insight.

En esta teoría y por ende en todos sus supuestos, se basa principalmente la terapia psicodinámica, aunque a través de los años han surgido muchas variaciones a la técnica psicoanalítica de terapia, sin embargo, frecuentemente se ocupan la asociación libre y el análisis de sueños, los cuales se describen a continuación.

La *asociación libre* consiste en que el paciente diga todo aquello que le llega a su mente; sin embargo para el paciente no es tan sencillo, ya que requiere que este se deje de censurar o seleccionar los pensamientos que son ridículos, agresivos avergonzantes o sexuales. En el transcurso de toda nuestra vida hemos aprendido a ejercer control conciente sobre nuestros pensamientos para protegernos tanto a nosotros como a los demás (Phares, 1996).

En este sentido Nye (2002), refiere que para hacer que la técnica de asociación libre fuera eficaz, Freud tuvo que hacer que los pacientes aceptaran someterse a una regla muy importante: renunciar a los esfuerzos por conservar sus pensamientos concientes y racionales, para ello debían decir lo que se les viniera a la mente sin importar que pudiera parecer trivial, impropio o embarazoso. Siendo de esta forma, la espontaneidad de expresión cobra gran importancia durante la asociación libre.

En cuanto a la técnica del *análisis de sueños*, se considera que los sueños están cargados con deseos inconscientes, de forma simbólica. Siendo de ésta forma, los sueños se ven como cumplimientos simbólicos de los deseos, que con frecuencia proporcionan junto con las asociaciones libres, claves importantes acerca de los deseos y sentimientos que las personas tuvieron en la infancia. En los sueños se manifiestan los deseos inconscientes debido a que en el se relajan las defensas habituales y surge de esta manera el material simbólico.

De esta forma, las técnicas de asociación libre y análisis de sueños se utilizan en combinación en la terapia psicoanalítica. Cuando se procede de este modo se puede pedir a los pacientes que hagan asociaciones libremente o relaten sus sueños u otras experiencias; para ello, al igual que en otros tipos de psicoterapia, se debe generar confianza de manera que los pacientes sientan que pueden expresar sus sentimientos más profundos sin importar lo que sean.

Otro método para tener acceso al inconsciente en psicoterapia psicodinámica, es la llamada *psicopatología de la vida cotidiana*. Desde este punto de vista de Freud, todo está determinado, no hay coincidencias, por ello cuando llega a ocurrir en una persona un lapsus, un olvido o algún otro error en la vida cotidiana, se dice que no ocurren por casualidad, sino porque éstos representan la expresión consciente de un deseo que en la persona es inconsciente. Cuando el paciente comete dichos errores en la terapia o recuerda alguno que haya cometido fuera del consultorio, ofrece datos adicionales al terapeuta para evaluar sus problemas. No obstante, en ocasiones no es evidente encontrar con facilidad el significado de estos errores, por lo cual debe pedirse al paciente que haga asociaciones libres sobre el error; estas asociaciones más la interpretación que haga el terapeuta, pueden ayudar al paciente a dar introspección adicional (Phares y Trull, 2003).

Como se mencionaba con anterioridad, además de la terapia psicoanalítica, otra terapia comúnmente empleada es la conductual, la cual se basa en una teoría que ha resultado importante para muchos autores, quienes a su vez consideran a éste, un enfoque representativo de la Psicología. Por ello la importancia de revisar a continuación dicho enfoque y consigo las técnicas que emplean en el tipo de terapia que a éste compete.

1.4.2 Conductismo

Otro enfoque que ha cobrado cierta importancia ha sido el conductual. De forma resumida, podría decirse que para el conductismo la personalidad no es más que la suma total de la conducta del individuo.

La orientación conductual se basa principalmente en el trabajo sobre condicionamiento clásico realizado por Pavlov y en los conceptos sobre condicionamiento operante de Skinner. Del condicionamiento clásico se ha aprendido que los estímulos que se asocian con reforzamiento incondicionado comienzan a desarrollar propiedades reforzantes propias, en particular si se

aparece con frecuencia el estímulo condicionado con un estímulo incondicionado y el intervalo entre ambos estímulos es óptimo. Mediante esta disposición se aprende a preferir o a acercarse a ciertos estímulos que antes eran neutrales o, en el mismo sentido, se aprende a evitar algunos estímulos que se asocian con un resultado aversivo.

El enfoque operante se caracteriza por el punto de vista de que la conducta se mantiene por sus consecuencias. Cuando las consecuencias de una conducta son favorables, la probabilidad es que esta se repita de nuevo. De esta forma, la conducta se controla mediante la forma en que se dispensan sistemáticamente las recompensas. Cuando el logro de la recompensa se hace contingente a la emisión de lo que el psicólogo define como conducta correcta, entonces puede controlarse la conducta de la persona.

Dentro de las técnicas que se emplean en este tipo de terapia se encuentran:

- Tratamiento de amplio espectro. Este tipo de tratamiento emplea una gran variedad de técnicas específicas, no sólo en diferentes pacientes, sino que se pueden emplear en el mismo paciente en diferentes puntos del proceso.
- Desensibilización sistemática. En general esta técnica se emplea para reducir la ansiedad. La idea consiste en enseñar al paciente a relajarse y de esta forma, mientras se encuentra en un estado de relajación se introducen gradualmente una serie de estímulos productores de ansiedad que van en aumento. Posteriormente el paciente se desensibiliza a los estímulos productores de ansiedad en virtud de haberlos experimentado mientras se encontraba en un estado de relajación. En este tipo de terapia conductual se utilizan ciertas técnicas específicas como son la relajación y la jerarquía de ansiedad.
- Terapia implosiva. En esta terapia conductual se trata de hacer que los pacientes se encuentren con situaciones temidas y permanezcan en ellas a fin de descubrir

que sus temores no tienen fundamento, de este modo se extingue la ansiedad o temor por falta de reforzamiento.

- Ensayo conductual. Dentro de esta psicoterapia se encuentran una gran variedad de técnicas cuyo fin consiste en aumentar el repertorio de conductas de enfrentamiento del paciente, de esta forma estas conductas se ensayan o practican, para que cuando el paciente este frente a ellas realmente, no presente temor alguno o ansiedad. El ensayo conductual requiere de cuatro etapas, en la primera se le explica al sujeto la necesidad de adquirir nuevas conductas, en la segunda se le plantea la selección de objetivos, la tercera es el ensayo conductual en sí, y la cuarta consiste en que el sujeto utilice realmente las habilidades adquiridas mediante la terapia. A este tipo de terapia pertenece el entrenamiento en asertividad.
- Modelamiento. Es igualmente un medio para alterar patrones de conductas. En donde el paciente debe repetir ciertas conductas con las cuales tiene problemas; estas conductas son representadas por el terapeuta, para que de esta manera el paciente las repita. Para lograrlo el paciente se vale de la observación e imitación.
- Terapia aversiva. Consiste en una serie de procedimientos que se aplican a conductas que se consideran indeseables. Se basan en la premisa de que un comportamiento indeseable disminuye si a esta conducta le sigue una consecuencia desagradable (castigo, dolor o similares).
- Manejo de contingencias. El objetivo de este procedimiento consiste en controlar la conducta mediante la manipulación de sus consecuencias. Existen diferentes formas de manejo de contingencias, entre ellas se encuentran el moldeamiento (se recompensan las conductas que se vayan aproximando a la conducta objetivo), el x tiempo fuera (se extingue la conducta mediante el retiro de la persona de manera temporal de una situación en la que se refuerza una

conducta), el contrato de contingencias (se establece un contrato entre terapeuta y paciente, en donde se especifiquen las consecuencias para ciertas conductas), el principio de Premack (en donde se refuerzan las conductas deseables a través de un estímulo que resulte apremiante párale paciente) y la economía de fichas (en ella cada vez que el paciente presente una conducta deseable el terapeuta la refuerza).

Al igual que las terapias psicoanalíticas y conductuales, la terapia humanista ha resultado ser una gran alternativa, incluso en los últimos años ha ido aumentando se demanda, ya que se ha visto no sólo como un enfoque más de la Psicología, sino como un estilo de vida con el cual se han identificado muchas personas. Por ello es que el presente trabajo se basa en este enfoque; de esta forma se hace una revisión general del mismo a continuación.

1.4.3 Humanismo

Existen muchas variedades del enfoque humanista general y por consecuencia de la terapia, no obstante todas comparten un énfasis en el mundo interno del individuo. Para comprender las bases y características de este enfoque, es necesario remitirnos a los inicios de la misma.

Los orígenes del método humanista son diversos. Phares (1996), refiere que filósofos como Kant y Hursserl representaron un papel en su desarrollo. William James y psicólogos de la Gestalt como Wertheimer, Köler y Koffka también tuvieron un papel clave. Otras figuras destacadas en este movimiento fueron Allport, Lewin, Snygg y Combs y Maslow. Recientemente, los aspectos humanistas y existenciales del movimiento fenomenológico se han vuelto cada vez más populares. En cualquier caso, una gran cantidad de técnicas afirman actualmente mejorar el sí mismo, aumentar la conciencia y facilitar la búsqueda de nuevas experiencias.

Los puntos de vista mecanicistas y motivacionales del individuo se reemplazan con perspectivas que destacan la experiencia, las percepciones y luchas internas de las personas.

El objeto de estudio es el mundo del individuo, la manera en que lo percibe y lo experimenta. Se deja fuera el énfasis en la infancia, la búsqueda de impulsos instintivos inconscientes, la naturaleza de las conexiones estímulo respuesta y la importancia del reforzamiento. El presente se vuelve lo más importante, junto con el sentido de conocer o ser. Un claro ejemplo se podría encontrar al momento de trabajar con personas de la tercera edad desde este método, debido a que el trabajo se centraría en lo ocurrido en el presente de las personas, en lo que la persona siente o piensa en ese momento, no en su pasado; desde otros enfoques el trabajo sería distinto, por ejemplo en el psicoanálisis se daría mayor importancia a lo ocurrido en la persona durante su infancia.

A diferencia de otras orientaciones, para el clínico humanista el postulado básico es que el campo fenomenológico determina toda la conducta. Dicho campo es todo lo que experimenta la persona en un momento dado.

Un concepto sumamente importante para la mayoría de las teorías humanistas es el de *sí mismo*; de acuerdo con Beitman y Yue (2004), se entiende por concepto de *sí mismo*, la construcción conceptual que la persona hace de sí misma, incluyendo las percepciones, actitudes y sentimientos y la percepción de las relaciones que la persona establece con las demás; debido a ello se dice que el *sí mismo* es subjetivo. Dentro de estas teorías, el concepto de motivación residiría en una necesidad por preservar y aumentar el *sí mismo* fenomenológico. Entonces en cierto sentido, el mantenimiento de la autoestima es la piedra angular del comportamiento.

Recientemente, algunos investigadores han utilizado un modelo de procesamiento de información o metáfora computacional para estudiar al sí mismo. Se considera a los individuos como procesadores activos y constructivos de información. En un momento dado, forman estructuras cognoscitivas conocidas como esquemas del *sí mismo*.

Para continuar con la descripción de dicho enfoque nos remitiremos al siguiente capítulo donde se abordará un panorama general de la Psicología humanista.

CAPITULO II. PSICOLOGÍA HUMANISTA

En este capítulo se describirá como es que fue surgiendo la Psicología Humanista, tal como se conoce actualmente. Es de suma importancia percibirla y entenderla de forma correcta, debido a que es el enfoque o corriente en la cual se basa el presente trabajo.

Ante la forma mecanicista y reduccionista de tratar al individuo por parte del conductismo y del psicoanálisis respectivamente, considerado así por algunos autores, en la década de los sesenta surge una corriente dentro de la Psicología, la cual fue denominada Psicología Humanista o Humanismo, ésta surgía como la Tercera Fuerza, una forma distinta de considerar al individuo de como lo hacían las corrientes psicoanalíticas y conductistas que habían predominado hasta ese momento.

No obstante, más que una corriente o enfoque, el Humanismo se ha convertido en un estilo de vida, por ello para una mejor comprensión, es necesario hacer una revisión teórica de los aspectos sobre los cuales la Psicología Humanista sienta sus bases y sobre aquellos que la caracterizan. De esta forma se iniciará con la definición correspondiente.

2.1. Definición de Humanismo

Cuando se intenta buscar una definición sobre humanismo, se puede hallar en los diccionarios, que este término hace referencia en la filosofía, a una actitud que hace hincapié en la dignidad y el valor de la persona. Siendo. Uno de sus principios básicos es que las personas son seres racionales que poseen en sí mismas la capacidad para hallar la verdad y practicar el bien. El término se

comenzó a utilizar con frecuencia para describir el movimiento literario y cultural que se extendió por Europa durante los siglos XIV y XV.

Por lo que podemos definir al humanismo como un enfoque basado en el principio de que los seres humanos son responsables de darle significado y propósito a sus vidas confiando en sus humanas capacidades de la razón y responsabilidad y en los recursos naturales y sociales.

Con base en ello, el término se utilizó para hacer referencia a una de las principales orientaciones en Psicología; de esta forma la Psicología Humanista surge como la Tercera Fuerza, posterior al psicoanálisis y al conductismo, corrientes que habían sido hasta el momento las más representativas. Por consiguiente es importante recalcar que los valores con que el humanismo contribuye a la Psicología no tienen sus raíces en el determinismo del psicoanálisis o del conductismo; se dice entonces que desde una perspectiva Humanista, las personas no son producto del pasado, el inconsciente o el ambiente, más bien, ejercen su potencial interior y autorrealización. El énfasis del humanismo no está puesto en las enfermedades, las desviaciones o en los diagnósticos, sino en aquello que denominan *autorrealización*, *lucha positiva*, *naturalidad* y *libertad*.

Por su parte Morris y Maisto (2001), mencionan que el humanismo es un enfoque de la Psicología que pone en relieve la experiencia no verbal y los estados de la conciencia como medio de realizar nuestro pleno potencial humano.

De igual forma, Phares y Trull (2003), indican que aunque la Psicología Humanista es un movimiento reciente, sus orígenes se remontan muy atrás, como se ha indicado, en la filosofía e historia de la psicología. Como señalan estos autores, cuando uno se refiere al humanismo, se piensa inmediatamente en psicólogos como Allport, Goldstein, James, Murray, Rogers, Maslow, Frankl, Perls, Sartre, entre otros.

Así mismo, es importante señalar que la orientación Humanista tiene sus bases en la perspectiva holística, que es global e integradora, perspectiva para la cual el todo es más que la suma de sus partes.

Para lograr una explicación completa de la orientación Humanista, es necesario exponer sus correspondientes fundamentos epistemológicos y filosóficos.

2.2. Fundamentos epistemológico-filosóficos de la Psicología Humanista.

En el estudio de la naturaleza humana se destacaron tendencias diferentes. Algunas de ellas sostenían que el Hombre era potencialmente la víctima de su destino, mientras otras afirmaban que el Hombre era potencialmente amo de su destino. Al igual que las anteriores, se pueden encontrar las más variadas formas de concebir al Hombre, sin embargo en el presente trabajo, se remitirá únicamente a las formas en las que autores pertenecientes a la corriente Humanista concebían al Hombre. Ello contribuirá a percibir cómo es que se va desarrollando la Psicología Humanista, es fundamental explicar tanto sus bases filosóficas como epistemológicas, ambas las podemos encontrar principalmente en autores como Jean Paul Sartre y Miguel Martínez.

2.2.1. La Filosofía Existencialista y Jean Paul Sartre

El existencialismo como escuela filosófica persigue la comprensión de la condición humana tal como se manifiesta en situaciones vitales concretas. Hace énfasis en el ser y el llegar a ser, insiste en la elección personal y sobre todo en la idea de responsabilidad.

La orientación existencial se basa filosóficamente en los trabajos de varios existencialistas como: Kierkegaard (1954), Buber (1948) y Heidegger (1963). Centrado en la experiencia psicológica que cada persona ha tenido con su propia

existencia, los terapeutas de orientación existencial tratan de analizar la “condición humana” del paciente. A los terapeutas se les sugiere poner énfasis en la experiencia personal que el cliente tiene acerca del mundo actual y entender más a fondo el “ser” de dicho cliente. La terapia existencial no es académica, científica ni teórica y con frecuencia no se ocupa de los detalles de la terapia específica utilizada.

Jean Paul Sartre fue el máximo representante de la filosofía existencialista. Él mismo la definía como “una doctrina que hace posible la vida humana y que, por otra parte, declara que toda verdad y que toda acción implica un medio y una subjetividad humana”.

Sartre decía que el punto en común de los diferentes existencialistas (tanto cristianos, como ateos, como él los llamaba), era que ambos consideraban que la existencia precede a la esencia, o dicho en otras palabras, que hay que partir de la subjetividad. Este autor mencionaba que ello marcaba la diferencia entre los objetos y los Hombres; en los objetos la esencia precede a la existencia; para ejemplificar esta idea menciona el proceso en la que un artesano elabora una obra. En esta obra, la esencia precede a la existencia, es decir, su artesano piensa primero la forma en como lo va a elaborar (la esencia de la obra), posteriormente la crea, es entonces cuando la obra existe; sin embargo, en los seres humanos Sartre decía que era distinto, ya que no había nada ni nadie que pensara en cómo íbamos a ser cada uno de nosotros, buenos o malos por ejemplo; sino más bien nuestra esencia, aquello que nos definirá, radicaría en lo que construimos nosotros mismos mediante nuestros actos (la existencia), tal como menciona Márquez (2006), el Hombre no posee una esencia como algo determinado, sino que la va construyendo durante su existencia a través de su libertad.

Jean Paul Sartre decía entonces que el Hombre no es otra cosa que lo que él se hace. A esto Sartre le denominaba *subjetividad*; la subjetividad es pues, para este

autor el primer principio del existencialismo. Mencionaba que esta misma subjetividad hacia que el Hombre no fuera definible.

De esta forma, el Hombre es ante todo un proyecto que se vive subjetivamente, ya que es lo que el construye; nada existe previamente a este proyecto, es decir, antes de construirse no existe nada, el Hombre sólo será lo que el mismo ha proyectado ser, será como el mismo se conciba y quiera ser. Sartre mencionaba que si verdaderamente la existencia precede a la esencia, el Hombre es responsable de lo que es; si es de determinada forma, fue porque él así lo decidió y eso lo hace responsable. De tal forma que el primer paso del existencialismo es poner a todo Hombre en posesión de lo que es, y acertar sobre él la responsabilidad total de su existencia.

Otro de los puntos importantes dentro del existencialismo es la *elección*, en este caso cuando se dice que el Hombre elige, se sobreentiende que cada uno elige, pero también se quiere decir con esto, que al elegirse, también elige a los Hombres. Elegirse “aquello” o “esto”, es afirmar al mismo tiempo el valor de lo que elegimos, porque como Sartre decía: **“nunca podemos elegir mal, lo que elegimos es siempre el bien, y nada puede ser bueno para nosotros sin serlo para todos”**.

Sartre también mencionaba que cuando elegimos, esto nos hace responsables; nuestra responsabilidad es mucho mayor de lo que podríamos imaginarnos, debido a que nuestras elecciones y nuestros actos no sólo nos comprometen a nosotros mismos, sino a la humanidad entera. Al respecto Sartre menciona:

“... con esto no me encamino yo solamente, sino que encamino a la humanidad entera... Así soy responsable para mí mismo y para todos, y creo cierta imagen del Hombre que yo elijo; eligiéndome, elijo al Hombre” (página 14).

Si unimos al existencialismo con la fenomenología, podemos considerar al existencialismo con la disciplina filosófica que pretende comprender los eventos de la existencia humana libre de presuposiciones. Dicha disciplina busca explicar también la esencia, la estructura y la forma tanto de la experiencia, como la de la conducta humana en interacción con el ambiente total.

Resulta sumamente interesante la filosofía que maneja Jean Paul Sartre, sobre la cual se encuentran las bases de la Psicología Humanista; no obstante, otro de los pensamientos que retoma dicha orientación es el de Miguel Martínez y su Psicología Humanista científica, a continuación se hace una revisión de la misma.

2.2.2. La Psicología Humanista Científica de Miguel Martínez

Como hemos contemplado, el estudio del ser humano puede ser realizado desde diferentes puntos de vista; tal es el caso de Martínez (2004), quien señala diez características del Hombre, con base en la concepción Humanista, sin embargo este autor menciona que puede haber más y quizá de mayor relevancia para otras personas. Varias de éstas características han sido descritas y enfatizadas de diferentes maneras por autores representativos de la orientación Humanista, como Allport, Rogers, Maslow, Goldstein, Fromm, Perls, Frankl, entre otros. Estas características por su naturaleza, se sobreponen, entrelazan y poseen una fuerte interacción, de tal manera que al pensar en una, hay que tener siempre presente la realidad de las demás:

- **El Hombre vive subjetivamente.** Conciente o inconscientemente, los sentimientos, las emociones y percepciones de toda persona están llenos de elementos y matices que los hacen muy personales; es decir, que percibimos al mundo externo de acuerdo a nuestra realidad (realidad de la que el Hombre no puede escapar) personal y subjetiva.

- **La persona está constituida por un núcleo central estructurado.** Este núcleo central parece ser el origen, portador y regulador de los estados y procesos de la persona.
- **El Hombre está impulsado por una tendencia hacia la autorrealización.** La tendencia hacia el pleno desarrollo físico en el ser humano es sumamente patente, natural y eficaz; es por ello que el enfoque Humanista considera que la naturaleza humana no puede ser de maravilla en su desarrollo físico y un caos en el desarrollo psíquico. Por el contrario sostiene que hay un pleno paralelismo entre ambos. Esta tendencia es un principio teleológico, una causa final, una fuente dirección intrínseca y se conoce como: *tendencia autorealizante o tendencia hacia la autorrealización.*
- **El Hombre es más sabio que su intelecto.** Se considera su inteligencia, su razón y su lógica como la nota distintiva. Cuando no sigue este camino o cuando va en contra de él procede de forma irracional. Pero el ser humano puede también seguir un tercer procedimiento, que no es racional ni irracional, sino simplemente arracional y constituye otra dimensión de la vida humana.
- **El Hombre posee capacidad de conciencia y simbolización.** Al hablar de un núcleo central del ser humano, el Hombre posee la capacidad de autorepresentarse. Esta posibilidad de contemplarse así mismo desde afuera, de autoproyectarse, de autoduplicarse, de autoreproducirse, esta capacidad de tomar conciencia de sí mismo es una característica distintiva del Hombre y es la fuente de sus cualidades más elevadas. Esta capacidad le permite distinguirse a sí mismo del mundo exterior, le posibilita vivir en un tiempo, pasado o futuro, le permite hacer planes para el porvenir, utilizar símbolos y usar abstracciones.

- **Capacidad de libertad y elección.** El nivel y los grados de libertad del Hombre aumentan a medida que la persona se abre y acepta sus vivencias, a medida que la persona es ella misma, da entrada y hace accesibles a su conciencia todos los conocimientos disponibles relacionados con la situación pone más de manifiesto su capacidad libertad humana.
- **El Hombre es capaz de una relación profunda.** El buscar la compañía de los demás, es una tendencia natural del Hombre. La cual se puede presentar como positiva y constructiva en sí, pero también puede llegar a ser negativa y destructiva cuando es una consecuencia reactiva de la frustración.
- **El Hombre es capaz de crear.** Tanto el pensamiento como la conciencia son condiciones “normales” de la especie humana; en cambio la creatividad es una dotación que aparece en sus miembros más selectos y destacados en una u otra área como: artes, ciencias, filosofía, etcétera.
- **El Hombre busca un sistema de valores o creencias.** La búsqueda de valores en una persona no consiste en un examen de conceptos vagos e irrelevantes para su vivir cotidiano, sino en un esfuerzo continuo por encontrar significados profundos que validen su autoidentidad y que establezcan y apoyen los compromisos y las responsabilidades que toma; pueden estar referidos al campo filosófico, al científico, al moral y religioso.
- **Cada persona es un sistema de unicidad configurada.** Cada Hombre es una creación única de las fuerzas de la naturaleza. El hecho de la individualidad, singularidad y unicidad de cada persona es algo firme.

Los aspectos anteriores abarcan de una manera breve la concepción que hace Miguel Martínez acerca del ser humano. Esta filosofía junto con la de Jean Paul Sastre, son pilares importantes para la Psicología Humanista. Una vez revisada la filosofía y la epistemología de la orientación Humanista en psicología, es

necesario hacer una breve exposición de los puntos más importantes pertenecientes a los antecedentes históricos de la misma.

2.3. Breve semblanza histórica de la Psicología Humanista.

Es importante señalar que anteriormente predominaban el enfoque conductual y el enfoque psicoanalítico y fue hasta la década de 1950 emergió una tercera fuerza en la Psicología estadounidense denominada Psicología Humanista la cual surgió como reacción a estas teorías.

Al respecto Compas y Gotlib (2003), mencionan que esta tercera perspectiva argumentaba a favor de una visión más positiva de la naturaleza humana, en contraste con la teoría freudiana y la postura neutral propuesta por los conductistas. Se desarrolló un grupo vagamente asociado de teorías Humanistas, basado en la suposición compartida de que la gente tiene una capacidad innata y una tendencia hacia el crecimiento positivo y a la experiencia.

Los orígenes de la Psicología Humanista pueden encontrarse en William James y los orígenes de la Psicología en Estados Unidos. Por ello es importante hacer una breve recopilación de la formación de William James ya que en ello encontraremos el origen de sus ideas.

James estudió filosofía, fisiología y medicina durante su batalla por desarrollar una identidad personal y profesional. Entre las diversas influencias en su carrera, el pensamiento de James fue afectado por los escritos del filósofo francés Charles Renouvier, quien creía que la capacidad para la libertad o libre albedrío era una de las características que definían la naturaleza humana. Por ello James incorporó los conceptos de *libre albedrío* y *sentido de sí mismo* como piedras angulares de sus opiniones emergentes sobre la psicología. Esos mismos temas siguieron siendo ejes centrales en la Psicología Humanista a lo largo del siglo XX.

Sin duda, se puede decir que la teoría de James fue una de las bases más importantes para el desarrollo de la Psicología Humanista, sus ideas son consideradas parte del inicio de la misma. No obstante, existen otras teorías que fueron igualmente importantes para el crecimiento de ésta orientación, una de las más influyentes es la del enfoque centrado en la persona de Carl Rogers. Tres elementos son centrales en la teoría rogeriana: la *experiencia* del individuo, el desarrollo de un *autoconcepto*, y la *consideración positiva incondicional* de la gente en el ambiente social del individuo.

Al igual que Rogers surgieron varios autores que simpatizaron con esta orientación Humanista en psicología, y que sin duda hicieron importantes aportaciones a la misma.

Fernández (2007) señala otro hecho que forma parte de la historia de la Psicología Humanista, el cual tiene que ver con los acuerdos establecidos en el año de 1962 por la Asociación Americana de Psicología Humanista. Dicho acuerdo contemplaba lo siguiente:

1.- Atención primordial a la persona que experimenta (vivencia), de tal modo que el foco está en la experiencia interna como fenómeno primario en el estudio del Hombre. Tanto las explicaciones teóricas como la conducta externa, son consideradas secundarias a la experiencia.

2.- Énfasis en las cualidades humanas tales como: elección, creatividad, valores y auto-realización, como algo opuesto al hecho de pensar en el ser humano en términos mecanicistas y reduccionistas.

3.- Atención al significado en la selección de problemas para el estudio y en los procedimientos de investigación para tener un énfasis en la objetividad a expensas del significado.

4.- Validar la dignidad y los valores humanos y un interés en el desarrollo potencial e inherente a cada persona. Es central el punto de vista de la persona que descubre su propio ser y se relaciona a otras personas y a los grupos sociales.

Y es así como a través de ello nace una propuesta de los estudiosos del comportamiento humano; dicha propuesta desarrolla la “red Humanista”, esta se constituye por un grupo que tenía planteamientos comunes, provenientes de diversas orientaciones, donde consideraban el comportamiento del Hombre como un sistema comprensivo en el cual los valores, las metas y el significado juegan un rol importante, plantean que la persona construye su “realidad”.

Haciendo referencia en este caso a las personas de la tercera edad, ésta no es la excepción, ya que en efecto, de acuerdo a todo lo vivenciado a lo largo de su existencia, es como van conformando su vida, “su propia realidad”.

De tal forma, fueron diferentes autores los que contribuyeron con sus ideas al desarrollo de la Psicología Humanista, y con ello a su historia. Para abordar más detalladamente cada uno de los pensamientos de los estudiosos pertenecientes a ésta orientación, en el siguiente punto se hace una revisión biográfica de dichos autores, así como de sus ideas más representativas para la Psicología Humanista.

2.4. Algunos representantes significativos de la Psicología Humanista

Martorell (1996) argumenta que existen diversos representantes de la Psicología Humanista y de ellos señala algunas características comunes en este movimiento, las cuales tienen que ver con una cierta concepción psicológica del ser humano:

- ◆ El ser humano es *superior a la suma de sus partes*. Debe ser concebido globalmente: sentimiento, pensamiento, y acción forman un todo integrado.

- ◆ La conducta humana es *intencional*. La búsqueda de sentido y las motivaciones axiológicas (libertad y dignidad), y no sólo las materiales, son aspectos fundamentales del ser humano.
- ◆ La existencia humana se realiza en un *contexto interpersonal*.
- ◆ El Hombre es *autónomo*, es decir, tiene la capacidad y la responsabilidad de tomar decisiones que dirijan su propio desarrollo.
- ◆ El Hombre tiende a la *autorrealización*. Esta es la tendencia inherente del organismo hacia el crecimiento y la diferenciación.
- ◆ El ser humano está presente a sí mismo en términos de una *experiencia interior*. Esta vivencia inmediata y el significado que le da la persona son elementos fundamentales en la comprensión del ser humano.

Como se ha mencionado dentro de la Psicología Humanista se pueden encontrar a varios autores que han sido emblemáticos dentro de este enfoque, quienes con sus ideas contribuyeron a la creación y desarrollo de la que hoy es llamada la “tercera fuerza” en Psicología. Entre los más representativos podemos citar a Abraham Maslow, Carl Rogers, Fritz Perls, Rollo May, Kurt Goldstein y Victor Frankl. Por ello para poder hablar de la Psicología Humanista, se tiene que hablar antes de la vida de estos personajes y de sus ideas acerca del ser humano que tanto aportaron al Humanismo.

2.4.1. Abraham Maslow

Abraham H. Maslow nació en 1908, en Brooklyn Nueva York, E.U.A. Fue hijo de padres emigrantes rusos. Se dice que Abraham Maslow fue un niño bastante solitario que se refugiaba en los libros (Boeree, 2003). Inicialmente, Maslow se interesó por la carrera de derecho, sin embargo la abandonó al poco tiempo.

Posteriormente su interés fue ubicándose en el estudio de la conducta, incluso su formación fue conductista, ya que en esos tiempos era el enfoque que predominaba, y más aún en E.U.A.

Más tarde se interesó por la filosofía, la música y al política. En el año de 1934 se doctoró en Psicología con una tesis sobre el comportamiento de los monos. Llegó a trabajar como asistente de E. L. Thorndike y de igual forma estableció contactos con grandes representantes de la psicología, como Wertheimer, Koffka, Fromm, Horney, Goldstein y Adler, lo cual lo llevó a dejar un lado el conductismo y lo llevó a ubicarse como una personalidad sumamente destacada en la ahora conocida Psicología Humanista (Herrera y García, 2002, en Mondragón, 2002).

Maslow es considerado el iniciador del movimiento de la Psicología Humanista, así como, posteriormente, de la psicoterapia transpersonal. Maslow se centra en las personas *humanamente excepcionales*. Sustenta que el Hombre puede *llegar a ser*; es decir tiene a la *autorrealización*; ésta última entendida como la culminación de la tendencia al crecimiento.

Es importante mencionar que Maslow se ocupó de las necesidades humanas, además fue el primer psicólogo que no realizó investigaciones sobre la personalidad del ser humano con base en personas enfermas o mediante experimentos con animales

Se dice que entre 1951 y 1954 dio un giro hacia la cimentación filosófica y científica de una nueva propuesta psicológica. En 1954 cuando el movimiento encaminado a generar la nueva Psicología Humanista toma forma, Maslow y varias personas interesadas en el tema se reúnen para analizar sus acuerdos filosóficos.

En 1954 publica su libro *Motivación y Personalidad*, en donde su postura se opone a la idea de tratar la personalidad humana de forma negativa. Años más tarde

manifiesta su postura filosófica en la aceptación de una naturaleza intrínseca del ser humano con tendencia al crecimiento personal, a la salud y a la autorrealización.

En ese año comenzó a conformarse la Psicología Humanista. Herrera y García (op.cit), refieren que Abraham Maslow, Ruth Cohn, Fritz Perls y Carl Rogers se agrupan y crean una tercera fuerza en psicología, siendo su objetivo rebasar al psicoanálisis y a los investigadores positivistas de la Psicología experimental estadounidense que proponían integrar la Psicología científica y el psicoanálisis en una “verdad total”, y ampliar la naturaleza, objetivos y métodos de la ciencia.

Por lo que el propósito de ello fue crear y promover una “tercera fuerza” en Psicología para contrarrestar lo que percibían como dos imperialismos psicológicos existentes: el psicoanálisis y el conductismo, ambos eran criticados por negar al ser humano el estatus de sujeto responsable de sus elecciones.

Un punto sumamente fundamental es la concepción que Maslow tenía del ser humano. Este autor consideraba que la persona siempre busca, elige y decide; de esta manera las búsquedas, las elecciones y las decisiones son cuestiones que implican el grado de desarrollo personal medido en la sabiduría, la eficiencia y la eficacia de cada persona. Maslow mencionaba que en esta búsqueda se encuentran dos tipos de valores: de supervivencia y de desarrollo, con ello quería decir que el ser humano es una totalidad orgánica que se autorrealiza y crece espiritualmente, contraponiéndose a la dualidad espíritu-cuerpo propuesta por la filosofía cartesiana.

Cuando se busca en los libros acerca de la teoría de Maslow, se encuentra que uno de los conceptos centrales de su teoría es el de autorrealización, el cual representa para él un aspecto de la naturaleza humana, así lo consideraba un elemento instintivo, una tendencia innata.

Decía que para lograr la autorrealización, es necesario que el ser humano conozca su naturaleza, sus deseos profundos, su temperamento, su constitución, lo que busca y anhela y lo que realmente le satisface, a medida que lo vaya logrando, más fáciles y automáticas serán sus decisiones. El conocimiento de sí mismo proporciona la seguridad para decidir, actuar y elegir, así como la fuerza para hacer lograr sus valores; por el contrario, la ignorancia es la raíz de las elecciones erróneas y desfavorables para un desarrollo humano pleno (Herrera y García, 2002, en Mondragón, 2002).

Con ello podemos darnos cuenta que, cuando una persona llega a ser capaz de tener conocimiento de lo que es (de sus deseos, su naturaleza, temperamento, de lo que quiere, lo que le satisface, etc.), podrá llegar a la autorrealización; llegar a la autorrealización es entonces como llegar a lo más alto de una montaña, en sentido figurado; ¿cuántos de nosotros no hemos escuchado alguna vez decir a alguien que se siente autorrealizado?, cuando escuchamos esto quiere decir que la persona llegó a un conocimiento tan amplio de sí, que le permitió lograr autorrealizarse.

El proceso que lleva a la *autorrealización* culmina en lo que Maslow llama *experiencia cumbre*, aquello que se siente cuando alcanza un nivel como ser humano, un estar aquí y ahora –perdido en el presente-, con la conciencia de lo que debería ser. Maslow se refería a los mejores momentos por los que el ser humano atraviesa, los momentos más felices de la vida, el éxtasis creativo, los momentos de amor maduro, las experiencias sexuales perfectas, etc., y como éstas podríamos citar muchas otras. Si preguntásemos a las personas de la tercera edad acerca de sus experiencias cumbre, tal vez nos podrían mencionar muchas de ellas experimentadas a lo largo de su vida, posiblemente muchos de ellos hayan experimentado más experiencias cumbre en comparación con una persona joven.

Otra idea que es igualmente fundamental mencionar, es aquella en la que Maslow señalaba que todos los seres humanos poseen metanecesidades. Mencionaba que todos los seres humanos con una naturaleza esencial tienen necesidades, capacidades e inclinaciones genéticamente ancladas, algunas de las cuales son específicas de la naturaleza humana y traspasan todas las barreras específicas de la cultura.

Al respecto, Boeree (2003), menciona que Maslow descubrió que en los seres vivos prevalecen unas necesidades sobre otras; por ejemplo, cuando nos encontramos sedientos y hambrientos al mismo tiempo, se tiende a satisfacer la necesidad que tenemos de beber antes que la de comer, de igual forma, la necesidad de respirar es más importante que la de beber; y de igual forma podremos encontrar necesidades que superen o que sean superadas por las anteriores.

Esta idea la plasmó Maslow en su famosa pirámide de las jerarquías de las necesidades, en un grado de menor a mayor, situó a las necesidades de pertenencia como las más importantes, éstas son las que el ser humano satisface primordialmente, entre ellas se encuentran la alimentación, el agua y el aire; una vez que el ser humano ha satisfecho sus necesidades fisiológicas, satisface las de seguridad y protección; posteriormente trata de satisfacer las de protección, entre ellas las necesidades de afecto, amor, pertenencia y amistad; cuando la persona satisface estas necesidades, trata de satisfacer las de autoestima y finalmente las de autorrealización.

Maslow mencionaba que los seres humanos no podemos satisfacer una necesidad sin antes no haber satisfecho las primordiales, por ejemplo no podemos satisfacer las necesidades de autoestima sin antes haber satisfecho las de aceptación social. En la siguiente figura se encuentra ejemplificada la pirámide de Maslow.

Pirámide de Maslow



De manera general, las ideas de Maslow anteriormente mencionadas fueron sobresalientes al grado de lograr con ellas una aportación más a la Psicología Humanista. Al igual que otros representantes Humanistas, Maslow desarrollo un tipo específico de terapia, el cual será descrito posteriormente.

2.4.2. Carl Rogers

Carl Rogers es un autor que se asume como un miembro más de la llamada “tercera fuerza” de la Psicología en Estados Unidos.

De acuerdo con Boeree (2003), Carl Rogers nació el 8 de enero de 1902 en Oak Park, Illinois, un suburbio de Chicago, siendo el cuarto de seis hijos. Su padre fue un exitoso ingeniero civil y su madre ama de casa y devota cristiana.

Rogers estuvo hasta la edad de 17 años, viviendo en una ambiente religioso y piadoso como señala Avendaño (2002, en Mondragón, 2002). Es a ésta edad cuando Rogers decide estudiar en la Universidad de Wisconsin, influido por las ideas y prácticas familiares. Justo cuando cumple los 17 años considera seriamente la posibilidad de formarse como un profesional de la agricultura; sin embargo entre 1919 y 1920 tiene algunas experiencias que lo llevan a cambiar de parecer, ya que posterior a ello elige la actividad pastoral. Se dice que en 1922 gracias a la religión, este autor entra en contacto con las ideas del modernismo

teológico, gracias a un viaje que realizó a China para asistir a una conferencia auspiciada por la Federación Mundial de Estudiantes Cristianos, este viaje fue el que transformó su proyecto de vida.

La separación de Rogers de la religión le permitió incursionar en el mundo de la psicología. El primer trabajo como psicólogo lo realiza en el Departamento de Estudios Infantiles en Rochester, durante doce años brinda terapia a niños y adolescentes. No obstante durante ese periodo aún no se consolidaban las ideas de Rogers. Fue a partir de 1940 cuando sus ideas no sólo comienzan a consolidarse, sino que también adquieren un lugar en el contexto de la práctica psicológica.

Por lo que Carl Rogers (1972, en Martorell, 1996) se describe a si mismo de la siguiente manera:

“Soy un psicólogo, un psicólogo clínico y creo que un psicólogo de orientación Humanista; un psicoterapeuta profundamente interesado por la dinámica del cambio de la personalidad, un científico dentro de los límites de mis posibilidades para medir el cambio, un educador estimulado por la posibilidad de facilitar el aprendizaje, un filósofo de poca envergadura, preocupado por la filosofía y la Psicología de los valores humanos. Como persona pienso que afronto mi vida de forma positiva, un poco al margen de los otros en mis actividades profesionales, más bien tímido pero gozando de sólidas amistades, capaz de una profunda sensibilidad en las relaciones humanas aunque no siempre tengo éxito, muy a menudo un mal juez de los otros ya que tengo tendencia a sobrestimarlos, dotado de capacidad en el sentido psicológico, capaz de obstinación para acabar mi trabajo o para gozar un combate, con grandes deseos de poder tener una influencia sobre los otros, pero incapaz de osar ejercer sobre ellos en lo más mínimo, un poder o una autoridad”.

Avendaño (2002, en Mondragón, 2002) señala que uno de los biógrafos de Rogers ha sido Lafarga, quien divide la incursión de Rogers en la Psicología en cinco

periodos. Durante el primero, situado entre 1940 y 1945, Rogers se dedica a identificar variables que intervienen en el individuo durante el proceso terapéutico. El segundo periodo abarca de 1946 a 1950, periodo en el que dedica su interés al estudio del papel del terapeuta y su relación con el cliente. De 1950 a 1955 se encuentra el tercer periodo, en donde se dedica a estudiar las condiciones necesarias y suficientes para el proceso terapéutico. Durante el cuarto periodo, que va de 1955 a 1963, Rogers trabajó de forma intensa en la investigación de los efectos de la psicoterapia sobre el desarrollo de la persona en los aspectos más significativos de su existencia interna y externa. Finalmente el quinto periodo, ubicado de 1964 en adelante, en donde se dedica a realizar una evaluación de los efectos de su pensamiento teórico sobre el trabajo grupal, la comunicación interpersonal, las relaciones matrimoniales y el campo educativo. En cada uno de estos periodos se pueden situar al mismo tiempo las contribuciones que Rogers fue haciendo a lo largo de su trabajo.

De esta forma, Rogers realizó aportaciones que contribuyeron a la consolidación de la Psicología Humanista, y así como otros lo hicieron en su momento, él desarrolló un tipo particular de psicoterapia. El cual se describirá con posterioridad. A continuación se revisarán brevemente los aspectos e ideas más relevantes de otro autor que al igual que Rogers es considerado precursor de la Psicología Humanista: Fritz Perls.

2.4.3. Fritz Perls

De acuerdo con García y Quintanar (2002, en Mondragón, 2002), Fritz Perls fue una de las personalidades más polifacéticas y controvertidas de la Psicología, la Psiquiatría y la Psicoterapia de mediados del siglo XX.

Fritz S. Perls nació en Berlín en 1893 y murió el 14 de marzo de 1970 en un hospital de Chicago. Viajó por casi todo el mundo y le tocó vivir los periodos de las dos guerras mundiales. Fundó diversas comunidades terapéuticas, en países

como Sudáfrica, Canadá y Estados Unidos. Fritz Perls ha sido un autor representativo de la Psicoterapia Gestalt. Como bien señala Vázquez en 2006, Fritz Perls fue el creador del Enfoque Gestáltico.

Fritz Perls trabajó al lado de grandes autores de quienes toma diversas ideas; uno de ellos fue Kurt Goldstein, de él adopta la idea de que los seres humanos son más que el conjunto de partes que funcionan desordenadamente. En primera instancia se interesó por el psicoanálisis, sobre todo en las teorías de Sigmund Freud. García y Quintanar (op.cit.), mencionan que este autor fue analizado por Reich y entrenado bajo la supervisión de Karen Horney y de Otto Fenichel, entre otros; de la misma forma en la filosofía fue partidario de las ideas de Smuts y de Freinlander; también estudió con Moreno psicodrama y se interesó en el budismo zen; dentro de la Psicología Gestalt investigó los trabajos de Kølher y Koffka de la escuela de Francfort; posteriormente tuvo la oportunidad de trabajar con Kurt Lewin.

Con lo dicho anteriormente, se puede notar que Perls tuvo a lo largo de su formación diferentes influencias, éstas permiten comprender el origen de sus ideas y aportes a la psicología.

Perls no fraccionó al Hombre en los distintos componentes de su personalidad. Consideraba que el organismo no estaba reducido únicamente a lo biológico, para él el individuo es tanto el organismo como su medio, en el cual el “darse cuenta” (el *awareness*, como él lo llamaba) es una experiencia que transcurre en la más íntima privacidad. En este punto cabe hacer un paréntesis para mencionar que uno de los conceptos más importantes que Perls desarrollo fue el *awareness*, ya que decía que todos los seres vivos lo poseían y sin el, ningún organismo descubriría nada.

Otra idea que es importante rescatar de este autor es aquella en la que afirma que el ser humano es una Gestalt en sí mismo y, al mismo tiempo, es parte de una

Gestalt. Con esto quería decir que el Hombre debía ser visto como un todo, más que como la suma de sus partes, y se debía entonces tener en cuenta que el individuo pertenece a un todo debido a que forma parte de una familia, de una comunidad, de la sociedad, etc.

A diferencia de Freud, Perls señalaba que era más trascendente centrarse en el aquí y el ahora, que en buscar en los recuerdos de la infancia, en el *cómo* sobre el *porqué*. De esta forma, al preguntar "por qué" lo único que se consigue es alguna racionalización o "explicación". El "porqué" acarrea una explicación ingeniosa, jamás un entendimiento cabal, como lo hace el "cómo"; además, nos aleja del aquí y ahora y nos introduce en el mundo de la fantasía; nos saca de lo obvio para teorizar. Por el contrario, si se hacen la pregunta sustituyendo el "porqué" por el "cómo", como señala Vásquez (2006), estamos mirando la estructura, estamos viendo lo que ocurre, lo obvio. Al responder al "cómo", uno se preocupa más por un entendimiento profundo del proceso; el "cómo" nos da una perspectiva más amplia, una orientación.

En general se puede decir que estas ideas descritas anteriormente que fueron desarrolladas por Perls, fueron proyectadas por él al plano de la terapia. En este sentido, García y Quintanar (2002, en Mondragón, 2002) señalan que Perls desarrolló diferentes estrategias de trabajo que permiten una comunicación que rebasa el tiempo y el espacio. No obstante se describirá este tipo de psicoterapia más detalladamente en el siguiente apartado.

2.4.4. Rollo May

Otro de los grandes representantes de la Psicología Humanista es Rollo May. Este autor nació en 1909 en Ada, Ohio. En el campo de la psicología, May mantuvo una postura existencialista como resultado de un periodo en el que sufrió una enfermedad grave, durante dicho periodo leyó a autores como Freud y Kierkegaard, el fundador del movimiento existencialista en filosofía, con éste

ultimo autor compartió su concepción del ser humano; debido a la crítica situación por la que atravesaba y a la influencia de Kierkegaard, May tomó una postura existencialista.

De acuerdo con Sánchez (2005), Rollo May plantea que uno de los principales problemas del Hombre occidental es el de sentirse un ser carente de significación. Por ello sostiene que las tensiones y los miedos experimentados por el Hombre, se convierten en ansiedad, la ansiedad se vuelve regresión y apatía, y éstas a su vez en hostilidad, y la hostilidad en una alienación entre los Hombres. Cuando el ser humano pierde su significación aparece una sensación de apatía como expresión de su estado de aminoramiento de la conciencia.

Con ello se quiere decir que cuando el Hombre no es capaz de discernir sus pensamientos, sus sentimientos, sus comportamientos, sus deseos, sus gustos, etc., cuando no se conoce a sí mismo, se siente carente de significado. Por ejemplo, si fijamos nuestra atención detenidamente en las personas de la tercera edad, podemos encontrar que hay muchos de ellos que viven plenamente, lo cual se debe a que han logrado conocerse a sí mismos, esto refleja que en ellos no existe ese sentimiento de falta de significado, de no saber quién se es.

Por otro lado menciona que cuando las personas sienten su insignificancia como individuos, sufren un debilitamiento paulatino de su sentido de responsabilidad humana; cuantas veces no hemos escuchado a las personas decir que para qué llenarse de responsabilidades si lo que uno hace realmente no sirve para nada.

También comenta que hay dos tipos de ansiedad: la que lleva a hacer frente a las situaciones difíciles y amenazantes (ansiedad normal), y la que paraliza, que lleva al replegamiento de la conciencia, el bloqueo de los sentidos y, cuando se prolonga conduce a una sensación de despersonalización y apatía. Esta ansiedad (neurótica) es la pérdida del sentido de uno mismo en relación al mundo objetivo.

La ansiedad acontece a causa de una amenaza a los valores que una persona identifica con su existencia como persona en sí misma (Sánchez, op.cit.).

Las ideas anteriormente mencionadas May las desarrollo debido a que durante su trabajo terapéutico, se dio cuenta de que las personas que acudían a verlo experimentaban un sentimiento de vacío. May anticipó que la experiencia de vacuidad e impotencia que había registrado en sus pacientes con el tiempo se volvería epidémica, y por supuesto que fue así.

Por lo que Martorell (1996), engloba las seis características que May propone y las data de la siguiente manera:

- ✘ **El objetivo de la terapia existencial es el de aumentar la conciencia del cliente respecto de su propia existencia**, de tal forma que ayudar a que experimente su existencia como real y natural, lo hace conciente su potencial humano.
- ✘ **La técnica debe de estar subordinada a conocer, y seguir, más que preceder, al conocimiento. La técnica, por lo tanto, debe de ser flexible y ajustarse a las necesidades de cada cliente**, es decir, el terapeuta debe utilizar el método más adecuado para con su cliente, con el fin de obtener terapia existosa.
- ✘ **El terapeuta y el cliente son dos personas en una auténtica relación. El terapeuta no interpreta los hechos sino que los pone de manifiesto en su relación con el cliente**; aquí es cuando el terapeuta se pone en “los zapatos del cliente” para lograr un vínculo de confianza y respeto.
- ✘ **Los dinamismos psicológicos no son primariamente considerados comunes a la especie humana, sino que se pone en énfasis en considerar que la significación particular de las dinámicas del cliente**

derivan de su contexto de vida; por lo que el terapeuta debe tener la habilidad, de establecer las situaciones y/o experiencia que motivan al cliente para actuar de una forma u otra para ello es conveniente sobre todo escuchar al cliente con atención y respeto.

- ✘ **El terapeuta procura analizar todas las formas de comportamiento, tanto de él mismo como del cliente, que impiden el encuentro real entre ambos;** en ese sentido el terapeuta debe ser capaz de identificar cuando ya no este siendo empático de tal manera que siempre exista una separación (terapeuta-cliente) objetiva, que permita tener una buena relación en la terapia.

- ✘ **La terapia existencial se caracteriza por la importancia que da al compromiso. Estar comprometido es el verdadero modo de estar vivo;** es decir el terapeuta debe ayudar a su cliente a comprender la existencia de sí mismo con el objetivo de que alcance un punto en el que se puede actuar de manera responsable en la toma de sus decisiones.

De esta forma, Rollo May sugería que el origen de los problemas se ubica en la pérdida del centro de valores en la sociedad; la solución a ello, decía Rollo May, era descubrir y afirmar una serie nueva de valores. Por ello es evidente la postura existencialista de Rollo May, ya que decía que al no tener esencia, no hay valores dados o preestablecidos en los que podamos apoyarnos, dichos valores los vamos adquiriendo en el curso de nuestra existencia.

Una vez expuestas las ideas más relevantes e Rollo May, se revisará a otro de los autores que se han considerado representantes de la Psicología Humanista, Kurt Goldstein.

2.4.5. Kurt Goldstein

Kurt Goldstein fue psiquiatra y neuropsicólogo estadounidense de origen alemán. Fue director del departamento de neurología del hospital de Berlín y posteriormente, en 1935, se trasladó a EE UU.

Goldstein fue uno de los principales representantes del holismo. De acuerdo al holismo, la realidad está compuesta por innumerables totalidades que, por un lado, reúnen y organizan en su estructura y funcionamiento diversos elementos o partes que a su vez son totalidades en menor escala y que, por otro lado, forman siempre parte de totalidades más amplias que las trascienden e incluyen (Ginger & Ginger, 1987; Peñarrubia, 1998; en Sassenfeld, 2006).

Sassenfeld (op.cit) describe tres percepciones del Hombre desde el punto de vista holístico, tal como eran consideradas por Goldstein:

El individuo como organismo: El ser humano, en este sentido, cuenta con la capacidad inherente para funcionar de manera organísmica y, en efecto, no puede más que funcionar de manera organísmica. El funcionamiento organísmico, por su parte, está guiado por el llamado principio de la auto-regulación, un concepto que, como ya hemos visto, fue formulado inicialmente por Reich y, además, por Goldstein. La auto-regulación organísmica es la capacidad primordial del organismo para percibir con claridad sus necesidades en la situación presente y encontrar, en función de las circunstancias que lo envuelven, la satisfacción más óptima posible de estas.

El individuo y las relaciones humanas: De acuerdo al punto de vista holístico, así como el individuo en sí mismo constituye una totalidad, esta totalidad forma parte de una totalidad más amplia. En consecuencia, en un intento de franquear la dicotomización entre el self y los demás, la Psicología Humanista-existencial presta atención a la totalidad compuesta por el ser humano semejante.

El individuo y el mundo: El ser humano no sólo es una totalidad en sí mismo y parte de la totalidad formada por él mismo y sus semejantes, sino que además participa de la totalidad más amplia que lo contiene a él y a las demás personas

Desde esta perspectiva, podemos comprender cómo es que la perspectiva Humanista existencial se basa en un enfoque holístico. En la perspectiva Humanista-existencial, el individuo es concebido como una totalidad organizada y como una unidad configurada que, no puede ser reducido a la simple suma de sus partes constituyentes. En su realidad más inmediata y comprensiva, es un todo orgánico significativo e integrado compuesto por diferentes facetas o aspectos que representa “una organización compleja y contradictoria dentro de la cual actúan armónicamente o disarmónicamente, compiten o cooperan, dominan o son sometidas las diferentes partes que lo caracterizan (Bagladi, 1994; en Sassenfeld, 2006).

Debido a ello se toma a Kurt Goldstein como uno de los representantes de la orientación Humanista en psicología, sin embargo como se ha dicho, a esta orientación han aportado ideas otros autores, como es el caso de Viktor Frankl.

2.4.6. Victor Frankl.

Viktor Emil Frankl, nació en la ciudad de Viena, el 26 de marzo de 1905, proveniente de una familia de ascendencia judía. Estudió en la misma escuela que Freud, el Realgymnasium, lo cual hizo que se fomentara una admiración por Sigmund; su admiración lo hizo acercarse a él, ya que lo consideraba un psiquiatra notable.

A la edad de 16 años surgió en Frankl un gran interés por la medicina, en ese tiempo comenzó su correspondencia por Freud, quien era profesor de medicina en Viena; sin embargo, la relación entre Freud y Frankl y el círculo de psicoanalistas vieneses no fue duradera. Durante sus años de estudiante de medicina, Frankl

evaluó los alcances y limitaciones de la doctrina freudiana, lo cual le hizo darse cuenta que ésta doctrina reducía al ser humano a un esquema de simplicidad. Todo ello iba creando muchas preguntas en Frankl acerca del sentido de la vida, cuyas respuestas serían posteriormente partes fundamentales de su propuesta teórica en la psicoterapia (Carrasco y Mondragón, 2002, en Mondragón, 2002).

Posteriormente se une al círculo adleriano cuando tenía aproximadamente 21 años de edad, participando principalmente con la temática de la relación entre el sentido de la vida y la situación social que vivían Hombres y mujeres de la posguerra; sin embargo su estancia dentro del círculo duró también poco tiempo, debido a que Adler lo expulsó del mismo debido a que sus ideas diferían de las de él.

En 1930 se graduó como médico de la Universidad de Viena; en 1936 se especializa en neurología y psiquiatría; en 1940, asume la dirección de una clínica neurológica de Viena, clínica patrocinada por la comunidad judía. En 1941 contrae matrimonio con Tilly Grosser, sin embargo su relación se ve brutalmente interrumpida debido a que Frankl junto con su familia son deportados a los campos nazis. Como señalan Carrasco y Mondragón, op.cit.), el paso de Frankl por estos centros de reclusión marcó radicalmente su vida y con ello su pensamiento terapéutico. Como sobreviviente de estos campos, acumuló una rica experiencia que se ve reflejada en su propuesta teórica de psicología.

La perspectiva psicoterapéutica que Frankl desarrolló, especialmente después de la Segunda Guerra Mundial y de su experiencia en los campos de concentración, se conoce como "logoterapia" o "análisis existencial".

El pensamiento de Frankl tiene como antecedente dos vertientes: a) su orientación científica provista por su formación médica, así como su relación personal con Freud y Adler y b) su orientación filosófica. Sin embargo toda esta influencia intelectual pasa a segundo plano después de su experiencia como prisionero en

los campos de concentración nazis. Dicho cambio se da como consecuencia de haber presenciado repetidamente un fenómeno entre los presos, el cual llamó atención; percibió que no eran precisamente los más fuertes o físicamente mejor dotados los que sobrevivían a las difíciles condiciones de los campos, sino aquellos que nunca perdían la esperanza de salir vivos del cautiverio, es decir, los que seguían manteniendo un propósito en su existencia.

Para este autor la realidad humana no está formada sólo por lo corporal y lo anímico, aspectos reconocidos por gran parte de las psicologías modernas; a esto Frankl le agrega la dimensión espiritual, sin la cual la totalidad humana permanece incompleta.

De esta forma, la perspectiva de Viktor Frankl parte de varios supuestos: a) el ser humano es único, b) el ser humano es irrepetible, c) el ser humano es una unidad física, psicológica y espiritual, d) el ser humano es libre y e) el ser humano es responsable. Se dice entonces que los temas de la libertad y la responsabilidad constituyen los ejes principales de la perspectiva frankliniana.

Una vez revisados los autores más significativos de la Psicología Humanista, es necesario continuar con los enfoques terapéuticos que igualmente son representativos de esta orientación.

2.5. Enfoques terapéuticos Humanistas más representativos

Como la mayoría de las orientaciones en psicología, la orientación Humanista posee diversos enfoques terapéuticos, entre los más sobresalientes se puede encontrar a la psicoterapia Gestalt, la Logoterapia, la psicoterapia Humanista de Maslow y la terapia centrada en la persona de Carl Rogers.

2.5.1. Psicoterapia Gestalt

Como se mencionó anteriormente, el creador de la psicoterapia Gestalt es Fritz Perls y por tanto este tipo de psicoterapia se basa en las ideas que él proponía.

En este sentido, Martorell (1996) describe que el enfoque psicoterapéutico que propuso Perls gira sobre dos claves:

- ☞ La concepción del individuo como *totalidad* (gestalt). Más aún, la realidad es una gestalt que abarca al individuo (el organismo), sus necesidades y su medio.
- ☞ El énfasis en el *aquí y el ahora*. El pasado y el futuro son importantes en cuanto conductas, pensamientos o sentimientos actuales, es decir, están ocurriendo en el momento presente.

De la misma forma, Vásquez (2006) menciona que son tres los conceptos claves sobre los cuales se asienta la terapia Gestalt, y que son propuestos por Fritz Perls. Uno de ellos es el concepto del *awareness*, que es el darse cuenta, el otro es centrarse en el *aquí* y el *ahora* y de igual forma cambiar el *porque* por el *como*. De esta manera, el objetivo principal de la Terapia Gestáltica es lograr que las personas se desenmascaren frente a los demás, y para conseguirlo tienen que arriesgarse a compartir sobre sí mismos; que experimenten lo presente, tanto en la fantasía como en la realidad, en base a actividades y experimentos vivenciales.

Para llegar a este objetivo, se deben dejar de lado principalmente tres tipos de bloqueo, los cuales impiden alcanzar una plena integración:

- ☞ **Retroflexión** Una función dirigida desde la persona hacia el mundo cambia de dirección y se dirige a la propia persona (por ejemplo el narcisismo).

- ☞ **Desensibilización:** Pérdida o disminución del impacto sensorial en uno mismo (por ejemplo: frigidez).

- ☞ **Proyección:** La persona atribuye a otros atributos que rechaza o teme de sí mismo.

Se dice entonces que la psicoterapia Gestalt debe lograr aminorar estos bloqueos, para ello, suelen establecerse ciertas reglas al momento de emplear esta psicoterapia, las principales son:

- 1) Centrarse en el principio del aquí y el ahora. La comunicación es en tiempo presente (se desalienta ver hacia atrás o hacia delante).

- 2) Darle valor a la relación Yo-Tú (terapeuta-paciente).

- 3) Asumir la propiedad del lenguaje y la conducta, o sea, responsabilizarse de lo que se dice y/o se hace. El "Yo" en lugar del lenguaje del "eso".

- 4) En Gestalt está prohibido decir "no puedo"; en su lugar se debe decir "no quiero", esto es, ser asertivo.

- 5) El continuum del darse cuenta: el dejar libre paso a las experiencias presentes, sin juzgarlas ni criticarlas, es algo imprescindible para integrar las diversas partes de la personalidad.

- 6) No murmurar: Toda comunicación, incluso las que se supone son "privadas" o que "no interesan", debe ventilarse abiertamente en él o en su defecto evitarse.

- 7) Traducir las preguntas en afirmaciones; salvo cuando se trata de datos muy concretos. De este modo se desalientan las preguntas.

- 8) No interpretar ni buscar "la causa real" de lo que el otro dice.
- 9) Prestar atención a la propia experiencia física, así como a los cambios de postura y gestos del otro.

Otro punto importante a mencionar, es que dentro de la terapia Gestalt existen conceptos básicos que maneja de una forma particular esta psicoterapia; los cuales se mencionan a continuación:

- ☞ **Todo Organizado:** No lo ve como un conjunto desarticulado de emociones, cogniciones y conductas.
- ☞ **Aquí y Ahora:** Para Perls la realidad es ahora, la conducta es ahora y la experiencia es ahora. Para él no existe otra cosa que el ahora (Ahora = Experiencia = Conciencia = Realidad).
- ☞ **Conducta Verbal:** A fin de sondear las defensas del paciente el terapeuta presta cuidadosa atención a la conducta no verbal. Al prestar atención a las señales no verbales, el terapeuta puede llegar directo a una experiencia significativa.
- ☞ **Sueños:** La terapia Gestalt intenta hacer que el paciente reviva el sueño ahora, en el consultorio de terapia. Esto incluso implica actuar el sueño. Según el terapeuta Gestalt, la interpretación conduce sólo a un insight intelectualizado; para descubrir su ser interno, el paciente debe confrontar de manera directa la experiencia onírica. Al representar el papel de las diversas personas u objetos en el sueño, ese individuo puede aprender a reconocer e identificar las partes enajenadas de sí mismo y entonces, integrarlas.

- ☞ **Defensas:** La terapia Gestalt obliga al cliente a experimentar, a ser consciente de sus sentimientos de manera natural.

- ☞ **Responsabilidad:** En la terapia es de gran importancia hacer que los clientes acepten la responsabilidad por sus propias acciones y sentimientos.

Un aspecto imprescindible de todo tipo de psicoterapia son las técnicas; de acuerdo con Vásquez (op.cit), para la terapia Gestalt las que se emplean son:

- 1) Las técnicas Supresivas: pretenden básicamente evitar o suprimir los intentos de evasión del cliente del aquí/ahora y de su experiencia; es decir, se busca con ello que el sujeto experimente lo que no quiere o lo oculto a fin de facilitar su darse cuenta

- 2) Las técnicas Expresivas: Se busca que la persona exteriorice lo interno, que se de cuenta de cosas que posiblemente llevó en sí toda su vida pero que no percibía.

- 3) Las técnicas Integrativas: Se busca con estas técnicas que la persona incorpore o reintegre a su personalidad sus partes alienadas, sus hoyos. Aunque las técnicas supresivas y expresivas son también integrativas de algún modo, aquí se hace más énfasis en la incorporación de la experiencia.

Como puede notarse, en la terapia Gestalt, el énfasis se coloca en la experiencia presente y en la conciencia inmediata sobre y la emoción y acción. El terapeuta Gestalt no proporciona al cliente las razones para el uso insuficiente del potencial ni le dice como empezó todo. En lugar de ello el terapeuta es el agente catalizador que facilita la conciencia del cliente acerca de la forma en que ha obstaculizado la expresión del potencial interno.

Otro tipo de terapia Humanista que es relevante mencionar, es la Logoterapia; en el siguiente apartado se hace una revisión de los principales aspectos de la misma.

2.5.2. Logoterapia

Este tipo de psicoterapia fue desarrollada por Viktor Frankl, después de la segunda Guerra Mundial.

Phares y Trull (2003), indican que en la logoterapia se anima al cliente para que encuentre significado en lo que parece ser un mundo insensible, poco interesado y carente de significado.

Logos es una palabra griega que equivale a decir sentido, significado o propósito. La logoterapia se centra por tanto en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del Hombre (Carrasco y Mondragón, 2002, en Mondragón, 2002).

El concepto básico de logoterapia es el de la pérdida de sentido en la vida o vacío existencial, la logoterapia reconoce este vacío existencial como uno de los graves problemas humanos. Para Frankl esta pérdida del sentido es el elemento generador de gran número de neurosis. Estas neurosis así generadas son denominadas en la logoterapia neurosis noógenas.

Castanedo, Brenes, y Jensen (1993), describen una variada lista de técnicas que Frankl propuso dentro de la logoterapia, dentro de las cuales destacan las siguientes:

- ☞ El *cuestionamiento* por medio de preguntas de las interpretaciones del paciente.

- ☞ La *des-reflexión*, o entrenamiento para no prestar una atención inadecuada al síntoma. Instruye al cliente a ignore una conducta o síntoma molestos. Muchos clientes están muy a tono con sus propias respuestas y reacciones corporales y la desreflexion intenta desviar su atención hacia actividades y reflexiones más constructivas.

- ☞ La *intención paradójica*, en la que se invita al paciente a intensificar su síntoma, con lo que se cambia el sentido de su aparición. Es una técnica popular en la que al cliente se le dice que intente ejecutar de manera consciente la misma conducta o respuesta que es objeto de ansiedad.

- ☞ La *biblioterapia*, o sugerencia de lecturas relevantes al momento existencial o a la problemática del paciente.

La labor del terapeuta de este enfoque es ayudar al paciente a encontrar o restablecer el sentido de su vida. Frankl opina que este sentido que permite la realización del Hombre, se encuentra en la entrega a una tarea o en el amor a una persona. La logoterapia lucha por inculcar en el cliente un sentido de responsabilidad propia y de obligación a la vida, una vez que se ha descubierto el significado de ésta. Frankl concede un enorme valor a la *responsabilidad* y la considera más importantes que los eventos históricos en la vida del cliente. Además de las anteriormente mencionadas, otra psicoterapia que forma parte de las psicoterapias Humanistas, es la propuesta por Abraham Maslow.

2.5.3. Psicoterapia Humanista de Maslow

Con base en las ideas que había propuesto, Maslow al igual que otros autores pertenecientes a la corriente Humanista, desarrolló un tipo de psicoterapia.

En psicoterapia, Maslow pide del terapeuta la consideración positiva de la naturaleza humana y, por ende, la actitud de aceptación al paciente. El objetivo es

ayudar a la persona a descubrir los hechos, la verdad, la realidad y la naturaleza de la propia persona. En algún momento Maslow define la psicoterapia como la *búsqueda del ser y del deber*, entendiendo que la descripción de lo que uno debe ser es casi la misma de la descripción de lo que uno es profundamente.

Una vez que la persona ha logrado descubrir su propia persona, se dice que ha llegado a la autorrealización, sin embargo, para ello se requiere cierto proceso por el que la persona debe atravesar. Es así que Maslow (1999) señala ocho vías para lograr la autorrealización:

1. **Abstraerse.** Pensar en uno mismo y sin poses. Dejar fluir las emociones para lograr algo.
2. **Elegir.** Tomar en cuenta los pros y los contras de todo lo que hacemos. A fin de cuentas, la vida es una constante toma de decisiones.
3. **Autoescucharse.** Decir y hacer lo que yo pienso, quiero y necesito y no lo que los demás digan o quieran. Aquí la introyección (hacer las cosas sin cuestionamiento) no existe.
4. **No dudar.** Permitirnos actuar con honestidad y responsabilidad sin vacilar en el “que dirán” o “qué pasará”.
5. **Ser valiente.** Atreverme a manifestar mi actitud y punto de vista ante las situaciones que la vida me presenta.
6. **Ser ambicioso.** Buscar siempre ser mejor que ayer. Exigirme cada vez más y a nadie más que no sea yo mismo. Yo soy mi propio contrincante.

7. Buscar el metaconsejo. Saber comunicar a los demás mi proceso personal y permitir al otro comunicármelo. Estar pendiente de mis experiencias cumbre y valorarlas como tales, hablándolas.

8. Autoconocimiento. Permitir valorar mis cualidades, defectos, virtudes y metapatologías. Saber a donde voy, de donde vengo y por qué no he llegado.

Otro autor que hace una propuesta de psicoterapia, basándose en la terapia Humanista de Maslow, pero haciendo algunas modificaciones es Carl Rogers.

2.5.4. Psicoterapia centrada en la persona de Carl Rogers

La terapia de Carl Rogers ha sido una de las más influyentes no sólo en Estados Unidos, sino en Latinoamérica y Europa, a pesar de que no hay aún escuelas rogerianas, como existen freudianas, junguianas, adlerianas, skinnerianas; sin embargo, el pensamiento de Rogers penetra en dominios muy alejados de su punto de origen.

Al respecto, Vásquez (2002), menciona que enmarcada dentro de la llamada "tercera fuerza", la psicoterapia rogeriana es el enfoque que mayor influencia ejerce actualmente sobre los psicoterapeutas y consejeros norteamericanos, aún por encima de la terapia racional emotiva de Ellis y del psicoanálisis freudiano.

Rogers mencionaba que la psicoterapia es un encuentro entre dos Hombres: el terapeuta y el cliente, como él lo llamaba; señalaba que lo más importante dentro de éste proceso son las disposiciones profundas con las que cuenta el terapeuta y que son reflejadas hacia el paciente, además de su mayor o menor disponibilidad hacia sus propias emociones y las del cliente.

Rogers mencionaba que la psicoterapia es un encuentro entre dos Hombres, el terapeuta y el paciente. Los únicos factores que operan en la terapia son las disposiciones profundas del terapeuta hacia el paciente, su mayor o menor disponibilidad hacia sus propias emociones y las del cliente, su grado de autenticidad y coherencia interna. Se trata de una relación humana integral y auténtica, podríamos decir que se trata de la relación humana.

Para Rogers el ser humano nace con una tendencia *realizadora* que, si no se falsea o se tuerce por los sucesos de la crianza, puede dar como resultado una persona de *pleno funcionamiento*, es decir, alguien permeable a *nuevas experiencias*, capaz de *reflexión*, *espontáneo* y capaz de *valorar* a otros y así mismo. La persona mal adaptada sería pues, *cerrada*, *rígida* y *autodespreciativa*.

A lo largo de los años el enfoque rogeriano a pasado por diversas transformaciones, sin embargo se pueden mencionar ciertos aspectos que han permanecido intactos. Uno de ellos tiene que ver con las características principales de este tipo de psicoterapia. Estas características Rogers las propone a partir de los trabajos de Otto Rank y Jessie Taft.

De Otto Rank retoma la idea de dejar que los pacientes ejerzan su propia voluntad y de dominar al terapeuta. Por su parte, Taft había llevado los conceptos de Rank a Estados Unidos y acentuó la relación que existe entre el terapeuta y el paciente; de hecho consideraba esta relación como el factor más importante dentro de la terapia (Phares y Trull, 2003).

En este sentido es muy importante la *no directividad* de la terapia rogeriana, la cual es una característica distintiva de los demás tipos de psicoterapia, por ejemplo tanto la terapia conductual, como la psicoanalítica son directivas, esto es, en dichas terapias el terapeuta es quien decide cómo y de qué manera llevar a cabo el proceso, es quien va dirigiendo al paciente dentro de la terapia. Por el contrario, en la terapia rogeriana se deja que sea el propio cliente quien decida la

manera en que se lleve a cabo la misma, en este sentido se dice también este tipo de terapia es permisiva.

Tal como señala Castanedo, Brenes y Jensen (1993), la no directividad es una actitud hacia el cliente, en la que el terapeuta se rehúsa a orientar al cliente en una dirección determinada, y a considerar que el cliente deba pensar, sentir o actuar de una manera determinada.

Desde sus primeros escritos, Rogers mostraba sus ideas acerca de cómo el individuo posee la capacidad de dirigirse a sí mismo y para trabajar de manera constructiva, todos los aspectos de su vida que pueden llegar al campo de su conciencia.

Rogers introdujo la expresión de no-directividad en el año de 1942, para denominar a su terapia, sin embargo dejó de emplearla, para utilizar la expresión "*centrarse en el cliente*" a partir de 1951. Aunque su terapia seguía siendo no directiva, decidió dejar de lado este término debido a que le parecía un tanto negativo, además de que no describía del todo al tipo de psicoterapia que él proponía. Asimismo pensaba que era el cliente y no el experto quien debía ocupar el eje central, por ello Rogers prefiere hablar de cliente en lugar de paciente, sujeto, enfermo, sujeto, alumno, etc., con la intención de señalar la originalidad de una relación en la que el ayudado decide, por su propia cuenta hacerse ayudar y no abandona en ningún momento su responsabilidad ni su libertad para resolver sus problemas.

Con la expresión "centrado en el cliente" se refería a la adopción de ciertas actitudes por parte del terapeuta, por ejemplo acoger al paciente, centrarse en la vivencia de la persona y no en los hechos que evoca, así como tampoco en los problemas del mismo, respetar al cliente y manifestarle una consideración real, y de igual forma facilitar la comunicación y no hacer revelaciones. De forma general

centrarse en la persona es interesarse por lo que la persona es, lo que siente y piensa en el aquí y el ahora.

Por otra parte, cabe señalar que la terapia rogeriana se basa en la teoría *fenomenológica*; la cual afirma que la conducta está determinada, en su totalidad por el campo fenomenológico de la persona; como refieren Phares y Trull (op.cit), el campo fenomenológico es todo aquello que la persona experimenta en un momento dado en el tiempo. Un concepto muy importante dentro de la teoría fenomenológica, que de igual forma retoma Rogers, es la del *sí mismo fenomenológico*, es aquella parte del campo fenomenológico que la persona experimenta como el sí mismo; la teoría fenomenológica afirma que el impulso humano básico consiste en conservar y aumentar el sí mismo fenomenológico.

Por ejemplo, al llevar a cabo una psicoterapia con las personas de la tercera edad, tienden a hablar de lo que les sucedió en el pasado, las emociones o sentimientos que experimentaron, sin embargo la importancia no radicaría únicamente en aquello que vivieron en ese momento, sino en cómo es que se sienten en el presente, es decir en el aquí y ahora, cómo les afecta, qué le hace sentir aquello que les sucedió. Por ello en la terapia rogeriana se debe hablar en presente y en primera persona, por ejemplo: *“ahora yo me siento contento debido a...”* o *“eso ahora me hace sentir mal, ya que...”*. En este sentido, habría que mencionar que precisamente Rogers retoma el punto de vista de Fritz Perls acerca de la importancia que cobra el aquí y el ahora.

Para conseguir que la terapia fuera exitosa, Rogers decía que dentro de ella debía existir un clima cálido, para que el cliente se sintiera seguro y acompañado. En este sentido decía estar convencido de que las terapias psicoanalíticas estaban equivocadas, ya los terapeutas mostraban actitudes intelectuales, frías y distantes del paciente, y por ello no provocaban cambios favorables en los pacientes. Al respecto Rogers menciona lo siguiente:

“... he terminado de convencerme de que los psicoanalistas está completamente equivocados. Pienso que el paciente sólo puede cambiar cuando se le brinda un contacto personal: la actitud fría e intelectual no puede suscitar más que una reacción intelectual, pero jamás un cambio en el comportamiento. Los contactos más calurosos pueden provocar un cambio en el comportamiento” (página 209, Castanedo, Brenes y Jensen 1993).

De forma general, tal como señala Vásquez en el (2002), el enfoque plantea más bien que el terapeuta debe ayudar a clarificar las emociones del cliente, ser un facilitador en el proceso de hacerlas conscientes, y por ello manejables y no patológicas.

En este sentido, Rogers proponía como hipótesis central de su enfoque que el ser humano puede, si se le presentan las condiciones adecuadas, desarrollarse actualizarse, ampliar sus capacidades y ser consciente de lo que experimenta a fin de poder autocontrolarse. De allí la necesidad de ampliar el concepto de sí mismo del cliente, su self, y de incluir en el todo (o casi en el todo) lo que vivencia. Pero no se pretende hacer esto actuando sobre él, sino acompañándolo en la experiencia, brindándole las condiciones requeridas y dándole seguridad.

Al hablar de metas u objetivos en la terapia rogeriana, Emperador y Cantonero (2005), señalan que pueden establecerse ciertos objetivos o metas, entre ellos los siguientes: hacer que las percepciones de la persona sean más realistas, más diferenciadas y objetivas; que sea cada vez más capaces de resolver sus problemas, que su funcionamiento psíquico mejore y se desarrolle óptimamente, que la percepción del yo sea más realista y por tanto más realizable, que la persona se perciba más como el centro de la valoración, que la persona sienta una confianza cada vez mayor respecto de sí misma y más capaz de dirigir su vida, otro objetivo es que el cliente llegue a reconocerse responsable de sus emociones, opiniones y acciones, siendo capaz de experimentar su nueva forma de comportarse.

Como se mencionó anteriormente, para lograr cumplir éstas metas, es necesario que el terapeuta le brinde a la persona un clima cálido y acogedor, además de mostrar hacia él ciertas actitudes; de ellas se hablará en el siguiente punto, así como de las técnicas que suelen emplearse en dicho tipo de terapia.

2.5.4.1. Técnicas

Antes de mencionar las técnicas que se emplean en la terapia rogeriana, es fundamental decir que aún cuando se empleen ciertos conocimientos, lo importante es, como ya se había mencionado, las actitudes que el terapeuta muestra hacia su cliente; de nada serviría hacer uso de determinados métodos, sino se poseen actitudes que hagan sentir al cliente una confianza y un acompañamiento por parte de su terapeuta; en el caso de las personas mayores este punto no es la excepción; ya que es primordial que perciban ese ambiente de confianza; con el fin de que se sientan cómodos y en confianza.

Por ello, como Rogers mencionaba, los métodos de la terapia utilizados por el terapeuta, sirven cuando mucho, de vehículo a sus actitudes, un vehículo que no puede faltar y que es producto de las mismas actitudes, pero que no tienen ninguna eficacia. Si el terapeuta cree que conduce racional y técnicamente la terapia, por un lado se engaña y por el otro, se aleja de una terapia efectiva; al hacer esto, prácticamente el terapeuta se rehúsa a aceptar sus propias emociones. De esta forma, para Rogers el estilo y la forma de la intervención del terapeuta son importantes, quizá más importantes que el contenido, ya que deben traducir la actitud del terapeuta como la condición necesaria y suficiente de la terapia (Phares y Trull, 2003).

Refiriéndose a las técnicas de la terapia Rogeriana, Emperador y Cantonero (op.cit.), mencionan que no hay técnicas como tales, lo cual es una característica distintiva de dicha terapia.

Rogers menciona que son principalmente tres actitudes las que el terapeuta debe reflejar hacia su cliente al momento de brindar terapia: el *aprecio positivo incondicional*, la *empatía* y la *congruencia*, actitudes que se describen a continuación.

Aprecio positivo incondicional

Una primera condición de la terapia consiste en que el terapeuta preste atención calurosa a su cliente. Una atención que no sea posesión, que no exija ninguna gratificación personal. Le presto atención o no le presto atención con la condición de que se comporte de tal ó cual manera. También se puede considerar como al término aceptación, para describir éste aspecto de clima terapéutico.

Cuando el terapeuta experimenta un actitud calurosa, positiva y receptiva hacia lo que está en su cliente, esta facilitando el cambio. Esto implica que el terapeuta acepta realmente el sentimiento que inunda en ese momento a su cliente: miedo, dolor, confusión orgullo, cólera, odio, amor, valor, terror religioso. Esto significa que el terapeuta se preocupar por su cliente, pero no de manera posesiva, sino que le aprecia en su totalidad de manera no condicionada. Quiero decir que no se contenta con aceptar al cliente sólo cuando tiene ciertos comportamientos, desaprobándole cuando tiene otros. Se trata de un sentimiento positivo que se exterioriza sin reservas y sin juicios. La expresión que hemos tenido que expresar para este sentimiento es: consideración positiva incondicional (Castanedo, Brenes y Jensen 1993).

En la mayoría de las relaciones que a diario establecemos con las personas que nos rodean (padres, amigos, maestros, etc.), hemos comprendido que la aprobación y la aceptación que obtenemos por parte de ellos se dan bajo ciertas condiciones. Por ejemplo, los padres aceptan a los hijos si éstos son obedientes, los maestros a los alumnos si estos emiten un buen nivel académico, los patronos aceptan a sus empleados si son eficaces y eficientes, y así podemos encontrar en

nuestra vida cotidiana cientos de ejemplos acerca de las condiciones para que seamos aceptados y al mismo tiempo para que aceptemos a otro.

En cambio en la terapia, sobre todo en la terapia centrada en la persona no debe haber condiciones; la aceptación que el terapeuta debe tener hacia su cliente debe ser sin condiciones, por ello se dice que la aceptación debe ser positiva e incondicional, lo cual, de acuerdo con Phares y Trull (2003), es un respeto total y profundo hacia el cliente como ser humano que es.

El terapeuta debe dejar de lado los prejuicios y ser capaz de sentir interés por el cliente, ser aceptante y de manera muy importante, transmitir que es alguien que tiene fe y confianza en la capacidad y fortaleza del cliente para lograr su potencial interno. Estas cualidades, además de una completa carencia de juicios de valor por parte del terapeuta lograran crear una atmósfera en la que el cliente tenga la libertad de dejar las defensas debilitantes y, por tanto, pueda comenzar a crecer como persona.

Sin embargo no basta con mostrar únicamente un aprecio positivo al cliente, la empatía por ejemplo, es otra actitud que cobra gran importancia en el proceso; por ello es necesario hacer una descripción de la misma.

Empatía

La empatía es ponerse en el lugar del otro, como dicen comúnmente: “ponerse es sus zapatos”; sin empatía difícilmente el cliente se sentirá en un ambiente de confianza. Para lograr ser empáticos es importante dejar nuestros prejuicios de lado. Cuando alguien llega a comprender lo que significa **ser él mismo**, sin pretender analizarse ni juzgarse, entonces puede autorealizarse y desarrollarse en ésta atmósfera.

Los terapeutas que son empáticos transmiten al cliente un sentimiento de que se le está comprendiendo. La expresión de **empatía** comunica una especie de sensibilidad hacia las necesidades, sentimientos y circunstancias del cliente. Lo cual quiere decir que cada vez que el terapeuta sea empático, le estará reflejando al cliente que realmente está con él y que lo comprende. Por lo que sí, el terapeuta llega a captar instante por instante lo que el cliente experimenta en su mundo interior como le ve y lo siente, sin que su propia identidad se disuelva en un proceso empático, es cuando puede producirse el cambio.

En esta segunda condición, es necesario para la terapia que el terapeuta experimente una comprensión exacta, empática, del mundo de su cliente como si lo percibiera desde adentro.

Phares y Trull (op.cit.), mencionan que un terapeuta excepcionalmente empático puede asumir las actitudes de los clientes y, por un decir, se puede colocar detrás de los ojos de dichos clientes para ver al mundo como ellos lo hacen. El cliente debe darse cuenta de que el terapeuta realmente está haciendo todo su esfuerzo por comprenderlo de manera correcta. Cuando el cliente se da cuenta de esto, se ha establecido la base para una relación terapéutica.

No obstante es importante dejar en claro que la empatía nunca puede ser total y eso también es bueno; se debe de mantener cierta separación objetiva, de otra forma el terapeuta tendría los mismos problemas que el cliente. En este caso el terapeuta empático también puede transmitir o comunicar a los clientes un sentimiento de comprensión y aprecio de sus necesidades o situación difícil, y los clientes pueden encontrar que esta actitud es sumamente tranquilizadora, más que cualquier palabra o exclamación de interés. La expresión de empatía no se expresa en palabras, se transmite por su mera existencia.

Además de la empatía y el aprecio positivo incondicional, otra actitud importante es la congruencia que el terapeuta muestra. A continuación se describe ésta actitud.

Congruencia

Se dice que los terapeutas congruentes son aquellos que expresan la conducta, sentimientos o actitudes que el cliente estimula en ellos. Es decir, si en un momento dado el terapeuta se siente contento por algo que le provocó su cliente, demostrará está emoción. Es simplemente mostrar una actitud acorde con lo que se siente. Hemos forjado el término “congruencia” para describir este estado. Entendemos por él que los sentimientos experimentados por el terapeuta están disponibles para él, para su conciencia y que es capaz de vivirlos, de ser esos sentimientos y de comunicarlos en el momento oportuno.

Por su parte Castanedo, Brenes y Jensen (1993) mencionan que el cambio de la persona se facilita cuando el psicoterapeuta es **él mismo**, cuando las relaciones con su cliente son auténticas, sin máscaras, cuando expresan abiertamente los sentimientos y actitudes que le invaden en ese momento. Por lo que cuanto más se logre el terapeuta escuchar y aceptar sin temores lo que pasa en él mismo, la complejidad de sus propios sentimientos, más alto será su grado de congruencia. Cuanto más verdadero y congruente sea el terapeuta en sus relaciones, más posibilidades habrá de que el cambio de personalidad se produzca en el cliente.

Según Phares y Trull (op.cit.), Rogers consideraba que, a la larga, los clientes responderán de manera favorable a esa honestidad y congruencia, sabiendo que tienen enfrente a una persona real y sincera dedicada a su bienestar. Esto puede ser muy tranquilizante para los clientes y puede estimular dentro de ellos un sentimiento de valía personal y un deseo de afrontar su propio potencial.

Acerca de este elemento, Rogers en 1986, menciona lo siguiente:

“Cuanto mayor sea la autenticidad, legitimidad o congruencia del terapeuta en la relación con su cliente, sin disfraces profesionales ni personales, mayor será la probabilidad de que este último cambie y crezca de un modo constructivo. Esto significa que el terapeuta se abra al conjunto de sentimientos y actitudes que fluyan en su interior en un momento dado” (página 61).

Rogers (op.cit), mencionaba que un sinónimo que bien podría emplearse para éste termino es el de “transparencia”; en este sentido ser congruente es ser transparente ante el cliente, que el cliente pueda ver lo que el terapeuta es en la relación.

De forma general, estas tres actitudes (aprecio positivo incondicional, empatía y congruencia), de acuerdo con Gómez del Campo (1999), son condiciones facilitadoras del crecimiento individual

En este punto es importante señalar que para nosotras es muy importante tener en claro dichos fundamentos; ya que hemos aprendido que a través de nuestras relaciones con los demás, no nos sirve de nada aparentar situaciones o sentimientos que no sentimos; es como cuando, alguien pretende mostrar que se siente seguro, pero que en realidad se siente temeroso e inseguro (únicamente esta apartando algo que no siente).

En pocas palabras, una persona original y/o autentica no sobreactúa, sino todo lo contrario se muestra tal y como es y por tanto es congruente con lo que hace y dice.

De igual forma tanto el aprecio positivo incondicional como la empatía son puntos sustanciales, ya que para tener cambio en nuestro cliente es necesario crear esa atmósfera de cordialidad, paz, pero sobre todo de confianza. De esta forma una

empatía al máximo, con el fin de tener cambios significativos en nuestro cliente; en este caso siendo nuestra prioridad las personas de la tercera edad.

Para lograr cambios positivos en el paciente, dentro la terapia centrada en la persona, además de mostrar las actitudes antes señaladas, suelen emplearse principalmente cuatro técnicas: la concretización, el uso de metáforas, el conflicto mayéutico, el manejo de silencios y uso de reflejos

- **Concretización**

Esta técnica implica que el cliente describa ampliamente sus sentimientos, experiencias y conductas dentro de una situación específica. De esta forma, si en un momento dado el cliente refiere, por ejemplo, sentirse frustrado, el terapeuta tendrá que pedirle que explique ampliamente o concretamente a qué se refiere cuando dice que se siente “frustrado”. De esta forma, la concretización más que ayudar al terapeuta a entender lo que el cliente dice, le ayudará a éste último a clarificar sus sentimientos o pensamientos,

- **Uso de metáforas**

El uso de metáforas ayuda a clarificar ideas y a establecer la comprensión empática. Ésta técnica implica que el cliente explique mediante un ejemplo metafórico lo que siente o piensa en un momento determinado.

- **Conflicto mayéutico**

La mayéutica era una técnica que Sócrates empleaba frecuentemente en el dialogo con sus alumnos, consistía en una serie de preguntas y respuestas mediante las cuales hacía progresar el razonamiento y el conocimiento. En la terapia centrada en el cliente se retoma esta técnica con la intención de que la

persona encuentre una solución. Se basa en una serie de preguntas del tipo “¿cómo lo piensas solucionar?”.

- **Manejo de silencios**

El manejo de silencios se emplea justo cuando la persona se encuentra hablando y después de ello se queda un momento en silencio. Ésta técnica ayuda a promover la reflexión para que la persona empiece a encontrar una respuesta; además constituye un fuerte mensaje no verbal que puede lograr que la persona sienta que en verdad no está siendo juzgada.

Además de las técnicas anteriores, en la terapia centrada en la persona de Carl Roger se emplea el uso de reflejos, en donde el terapeuta trata de hacer consciente al cliente de los pensamientos y sentimientos que le reporta, tanto de forma verbal, como no verbal. De esta forma se emplean los reflejos de contenido, de sentimiento y reflejos no verbales. A continuación se describen cada uno de ellos.

- **Reflejo de contenido**

El reflejo de contenido busca resumir la esencia de lo comunicado por la persona. Por ejemplo, si el cliente le está comunicando a su terapeuta algún hecho, éste último le deberá expresar lo que él ha comprendido; prácticamente es repetir lo que el cliente le ha dicho, en palabras del terapeuta y corrigiendo la sintaxis.

- **Reflejo de sentimiento**

Sucede lo mismo que con el reflejo de contenido, sólo que se emplea cuando el cliente explica un sentimiento. Con ello el terapeuta procura que la persona tome conciencia del sentimiento o intención implícitos en su comunicación.

- **Reflejo no verbal**

Al igual que con el reflejo de sentimiento y de contenido, el reflejo no verbal se emplea para hacer consciente a la persona de sus mensajes corporales (movimientos, gestos, expresiones faciales). Por ejemplo, el terapeuta al hacer un reflejo no verbal puede decir lo siguiente: *“noto que cuando mencionas que ese tipo de cosas te hacen enojar, cierras el puño de tu mano derecha...”*.

De esta manera, habría que decir que sin las actitudes mencionadas anteriormente, de poco serviría el empleo de éstas técnicas. Lo ideal es que el terapeuta logre hacer una combinación de actitudes y técnicas, si lo que pretende es lograr en su cliente cambios favorables.

Como ya se había señalado, el presente trabajo tratará acerca de la terapia Humanista (particularmente en enfoque centrado de Carl Rogers) en personas de la tercera edad, por ello una vez que se ha hecho una revisión de éste enfoque, se expondrá la parte complementaria, es decir, lo referente a las personas de la tercera edad. Es así que en el siguiente capítulo se encontrarán los aspectos fundamentales acerca de la vejez.

CAPITULO III. NOCIONES GENERALES SOBRE LA VEJEZ, EDAD ADULTA TARDÍA O TERCERA EDAD

A lo largo de las diferentes etapas por las que atravesamos los seres humanos, nos enfrentamos a vivencias o experiencias muy variadas, cada una provocando en nosotros emociones, sentimientos y pensamientos diferentes, lo cual a su vez hace que nos comportemos ante éstas de determinada forma. Se dice que una de las etapas en las que los seres humanos nos encontramos más sensibles es en la vejez, ya que es donde los sentimientos y las emociones se encuentran, como se dice comúnmente “a flor de piel”.

Pensemos entonces en las personas de la tercera edad. A veces la abuelita y/o abuelito es el personaje consentido de la familia; pero desafortunadamente en algunos casos no sucede esto ya que en ocasiones se convierten en un objeto de desprecio y hasta de burla y se le considera como un estorbo en la casa. Sin embargo pensemos!!! que todos llegaremos a ancianos y que tenemos que pasar por cada uno de los cambios físicos, psicológicos y sociales.

Muchos autores coinciden en que durante la tercera edad, vejez o edad adulta tardía, las personas sufren diferentes cambios, los cuales personas catalogan como drásticos. No obstante es importante considerar que aspectos o factores son los que provocan esos cambios en las personas; para ello antes es importante hacer una revisión de las etapas que preceden a la vejez, las cuales indudablemente son inherentes a todos los seres humanos.

3.1 Antecedentes: La línea de la vida.

Básicamente, el desarrollo humano desde un análisis cronológico permite conocer las diversas etapas por las que atraviesa el ser humano desde el inicio de su vida

hasta el final de ella. Para ir comprendiendo los cambios de las personas de la tercera (biológicos, psicológicos y sociales) se relatará un breve esbozo de las etapas del ser humano.

Etapa Prenatal

El individuo cronológicamente comienza su desarrollo con una etapa denominada prenatal o antes del nacimiento, esta se origina desde el momento de la concepción hasta el parto, es decir, tiene una duración aproximada de 226 días. Es importante por considerarla el inicio de la vida, no solo a nivel físico sino también desde una perspectiva social.

Bee (1995), señala que este período se divide en tres fases:

- 1) **Periodo Germinal (o de cigoto):** Dura desde la concepción o fecundación hasta la implantación del cigoto (aproximadamente 14 días). La fecundación es el proceso mediante el cual el espermatozoide y el óvulo se fusionan para formar una nueva célula se le denomina cigoto. Una vez fecundado el óvulo, el cigoto se traslada por la trompa de Falopio hasta la matriz en donde se implanta.
- 2) **Periodo del Embrión:** Aproximadamente al comienzo de la tercera semana de gestación, el cigoto se ha implantado en las paredes del útero y comienza a crecer, aquí recibe el nombre de embrión hasta las 8 o 10 semanas después de la concepción. Físicamente durante toda esta etapa se forman casi todos los órganos y el corazón comienza a latir. El embrión tiene un tamaño aproximado de 5 cm. y posee: corazón (con un latido rudimentario y sistema circulatorio), ojos, orejas (aunque más debajo de donde quedarán finalmente), una boca que abre y cierra, brazos con codos, piernas, rodillas, dedos de las manos y los pies (aunque estos últimos palmeados, como los de un pato), espina dorsal y

huesos. Durante este periodo tiene el lugar el origen de todos los sistemas orgánicos, músculos y nervios aunque en forma rudimentaria.

- 3) **Periodo del Feto:** Desde la novena semana hasta el nacimiento o el fin del periodo prenatal, el embrión recibe el nombre de feto, todos los sistemas orgánicos comienzan a funcionar y el organismo en desarrollo crece con rapidez. Durante el comienzo del segundo trimestre el feto mide de 20 a 25 centímetros y pesa 170 gramos aproximadamente; se chupa el pulgar, pateo el ritmo cardiaco fetal puede escucharse con facilidad. A los seis meses, el feto mide 35 a 38 centímetros y pesa 900 gramos, se le desarrollan las uñas, tiene glándulas sudoríparas y pupilas gustativas. Los fetos a esta edad pueden sobrevivir, con ciertos cuidados médicos.

Después del periodo prenatal, la infancia es la siguiente etapa en el desarrollo humano. Es la etapa comprendida desde el nacimiento, hasta los seis o siete años de vida.

Infancia

En cuanto al desarrollo físico y motor, el neonato pesa normalmente entre 2.5 a 3 kgs y tiene una estatura promedio de 0.50 m. Tiene una cabeza desproporcionada en relación con su cuerpo y duerme la mayor parte del tiempo. Pero no es un ser completamente pasivo ya que gradualmente va reaccionando a la variedad e intensidad de los estímulos de su nuevo ambiente. En esta etapa aparecen los primeros reflejos, como la succión del pecho materno, la contracción pupilar, reacción ante sonidos fuertes; realiza movimientos indiferenciados como agitar y retorcer su cuerpo y mover los brazos y piernas; emite reacciones emocionales indiscriminadas de agitación y excitación que acompañan a los movimientos espontáneos y que se producen ante estímulos agradables o desagradables Ávila (2006).

Durante esta etapa se sitúan algunas de las etapas que Piaget propuso al referirse al desarrollo cognoscitivo del niño. Entre ellas se encuentran las siguientes:

Periodo de inteligencia sensorio-motora: el infante se interesa en ejercitar sus órganos sensoriales, sus movimientos y su lenguaje.

Periodo de operaciones concretas: el cual se divide a su vez en pensamiento simbólico y pensamiento intuitivo. Posterior a la infancia se sitúa la niñez.

Niñez

Se considera que la niñez va desde los 6 años de edad hasta los doce. Coincide con el ingreso del niño a la escuela

Según Ávila (2006), el niño, al entrar en la escuela da pie al desarrollo de sus funciones cognoscitivas, afectivas y sociales. En cuanto a las funciones cognoscitivas se puede observar que en esta etapa desarrollo su percepción memoria y razonamiento. Se conserva cierto desarrollo en su afectividad ya que pasa de un ambiente en donde él era el centro de atención, a otro en donde es una persona más, donde aprende y desarrolla el sentimiento del deber, respeto al derecho ajeno amor propio, estima de sí, etc. El desarrollo de sus funciones cognoscitivas se da debido a que la escuela contribuye a que el niño establezca relaciones sociales con otros, éstas a se vez ejercen cierta influencia en la personalidad del niño.

Después de esta etapa, el individuo pasa a la etapa de la adolescencia, en donde deja de ser niño, pero sin haber alcanzado la madurez del adulto.

Adolescencia

Bee (1995), señala que la adolescencia es un periodo de vida en la cual se esta muy conscientes de su propio cuerpo y en la que se igual en los modelos de madurez física establecidos por nuestra sociedad; por lo que es una etapa de transición entre la niñez y la plena madurez de la edad adulta. Esta etapa se inicia normalmente a los 12 años en las mujeres y a los 13 en los varones.

Por su parte Perinat (2002), menciona que el desarrollo de la adolescencia posee características propias que distinguen esta fase de la vida de otras:

- ❖ Aceleración del ritmo (velocidad de los cambios). Es lo más llamativo cuando se consideran los cambios físicos: el “estirón” y la sexulización de las formas corporales.
- ❖ Los cambios que se producen afectan al conjunto del organismo y de la persona. La pubertad es un fenómeno biológico, pero inmediatamente se traduce en transformaciones psicológicas. El cuerpo infantil se convierte ahora en un cuerpo adulto sexualizado. El adolescente tiene la experiencia de estos cambios. Con frecuencia los espera (a veces los teme), acecha los signos que lo anuncian y percibe en la intimidad de su cuerpo nuevas fuerzas y nuevas sensaciones a las que se esfuerza por dar sentido.
- ❖ Repercusión de los cambios madurativos en su estatus social. Los cambios corporales y la manera como el joven los asimila modifican el contexto de sus relaciones con los adultos.
- ❖ Las diferencias inter- e intra-individuales y su amplitud. Los adolescentes difieren unos de otros.

Una vez transcurrida la adolescencia la siguiente etapa del desarrollo humano es la juventud.

Juventud

La juventud es la etapa que le sigue a la adolescencia, comprende de las 18 a los 25 años. Ávila (2006), menciona que en esta etapa la persona se encuentra más tranquila en comparación con lo vivido en su adolescencia, sin embargo se dice que aún no ha llegado al equilibrio de la adultez.

En el campo del conocimiento, el joven se vuelve más reflexivo, se dice que es la mejor etapa para el aprendizaje intelectual. Los valores comienzan a tener más jerarquía, en donde el valor predominante es la justicia. En esta etapa comienza a asumir más conciencia y responsabilidad de sus propios actos. De la misma forma, la persona comienza a mostrarse más autónomo.

Adultez

Seguida de la juventud, se encuentra la adultez, la cual comprende desde los 25 hasta los 60 años en que se inicia la vejez. Se sabe que el comienzo y término de la adultez depende de muchos factores, tanto personales, como ambientales. El individuo alcanza el máximo desarrollo biológico y psíquico (Ávila, 2006).

Se dice que la persona es un adulto maduro cuando:

- Controla adecuadamente su vida emocional, lo que le permite afrontar los problemas con mayor serenidad y seguridad que en las etapas anteriores.
- Se adapta por completo a la vida social y cultural. Forma su propia familia. Ejerce plenamente su actividad profesional, cívica y cultural. Es la etapa de mayor rendimiento en la actividad.

- Es capaz de reconocer y valorar sus propias posibilidades y limitaciones. Esto lo hace sentirse con capacidad para realizar unas cosas e incapaz para otras. Condición básica para una conducta eficaz.
- Normalmente tiene una percepción correcta de la realidad (objetividad), lo cual lo capacita para comportarse con mayor eficacia y sentido de responsabilidad.

Posteriormente a ésta etapa, llega la vejez o ancianidad, la última etapa del desarrollo humano. Con ella se presentan determinados cambios de tipo biológico, físico, psicológico y social. En el siguiente apartado se hace una revisión detallada de los principales aspectos que acompañan a la vejez, ya que el presente trabajo se enfocará en este sector de la población.

3.2. La vejez como etapa de vida

Hacerse viejo es un proceso que experimenta cada uno; cada vez que uno cumple años es como un recordatorio de que este proceso está realmente sucediendo. La vejez es un proceso que puede ser favorable o desfavorable, pero finalmente es una etapa natural e inevitable. Ser viejo, mayor, anciano, persona de edad, es un estado en este proceso, ocurriendo de forma tan natural e inevitable como la niñez y la infancia.

Es algo complicado establecer cuándo se inicia la tercera edad, ya que como señala Pérez (2004), es una cuestión más de aptitudes y actitudes que de ubicación cronológica en la que ocurren dimensiones biológicas, psicológicas y sociales.

Como resultado de ello, en ocasiones llegamos a ver la vejez como una etapa a la cual nadie quiere llegar, esto debido a la concepción que tenemos acerca de ella, muchos tienen la creencia de que la vejez es una etapa de decadencia, donde se

da una pérdida de nuestros aspectos físicos, biológicos y psicológicos, lo cual, como muchos dicen: hacen a la persona un ser inútil, que no hace más que ser una carga para la gente que los rodea. Sin embargo, estas concepciones son erróneas, por ello es importante considerar el significado de la vejez como una etapa de vida más, que desde luego trae consigo una serie de cambios, como en cualquier otra, y que no por ello restan valor a las personas.

Tal como señala Kalish (1996), ni el proceso de la vejez ni el de ser viejo es patológico, extraño o desviado, excepto si el resultado de ciertos hechos desagradables que están relacionados con la edad, como otros lo están con los años preescolares, tal como estar bajo el control de los adultos o de las personas de mediana edad que tiene una responsabilidad para sus hijos.

La vejez es una etapa más de la vida, pero requiere preparación decidida a lo largo de toda la vida del individuo. Esta etapa constituye un acto natural al que la gran mayoría de los seres humanos llegan de forma ineludible una vez transcurrida una parte importante de su ciclo de vida. Es el momento final del desenlace de la vida y generalmente se considera una etapa donde se desarrollan una serie de múltiples problemas; los cuales se encuentran directa o indirectamente vinculados con la pérdida del empleo, cansancio físico, la familia, entre otros.

En este sentido, algo que es importante de mencionar es que, como señala Pérez (op. cit), la vejez constituye un periodo semejante al de otras etapas vitales; es bien sabido que esta etapa implica potencialidades diferentes como resultado del recorrido histórico de cada persona, también posee ciertas limitaciones para el sujeto, que, con el paso del tiempo se van agudizando (especialmente en los últimos años de vida), sin embargo algo que es muy cierto es que tiene potenciales únicos que tal vez ninguna de las otras etapas tiene: serenidad de juicio, experiencia, madurez vital, una perspectiva de la historia personal, que si

son utilizadas correctamente pueden compensar, las limitaciones que puedan existir.

Se dice que la vejez difiere de las demás etapas de la vida, ya que generalmente estas personas que se encuentran en sus últimos años muestran sentimientos, experiencias, roles y cambios intensamente variables, estos mismos no solo marcan diferencias de otros grupos de diferentes edades, sino que estas mismas características hacen diferentes a las personas de la tercera edad.

3.2.1. Definición de vejez, edad adulta tardía o tercera edad.

Envejecer es un proceso inherente a toda persona. Las personas de la tercera edad se configuran como una categoría independiente del resto de la sociedad, separados como grupos con características propias, muchas veces porque se desconoce lo que realmente implica esta etapa, de ello ha surgido el interés por conceptualizar tal etapa.

Entendemos por vejez aquella etapa del ciclo vital que comienza a partir de los 65 años, pero esta frontera no aporta un sentido biológico claro, sino que más bien se trata de un criterio de organización más aparado en cuestiones sociales, a partir del cual se asignan funciones, roles, normas y expectativas (Giro, 2005).

En el mundo actual, la palabra “viejo” tiene una fuerte connotación. Si nos preguntamos qué es la vejez o cómo se define, no será fácil; en este sentido, Kastenbaum (1980), indica que existen diferentes definiciones de vejes y que sin duda pasamos inadvertidamente de una a otra.

Por otra parte Mishara y Riedel (1986), mencionan que la manera más fácil de definir la vejez es contando los años transcurridos desde el nacimiento. Por lo que argumenta que la palabra envejecimiento evoca habitualmente cambios físicos desagradables: pérdida de fuerza, disminución de la coordinación y del

dominio del cuerpo, alteración de la salud. De igual forma el envejecimiento puede ser considerado como una serie de estadios que se organizan en torno a ciertas características de orden físico, psicológico, social y material.

Al respecto, Moragas (1991) refiere que hay tres concepciones acerca de la ancianidad para situar la variedad de sus conceptos:

- a) Vejez cronológica. Definida por el hecho de haber cumplido los sesenta y cinco años, se basa en las edades de los retiros tradicionales; se fundamenta en la vejez histórica real del organismo, medida por el transcurso del tiempo. En este sentido, Kastenbaum (op.cit.) menciona que generalmente se supone que el paso del tiempo, medido por el calendario es un indicador confiable de los cambios que ocurren en nuestra mente, cuerpo, facultades y limitaciones. No obstante esta suposición es falsa, por ejemplo, la proporción de cambios relacionados con la edad puede variar de persona a persona, hay quienes a la edad de 65 años no tienen deterioro alguno en sus capacidades, por el contrario, hay gente que a esa misma edad presentan dichos deterioros.

- b) Vejez Funcional. Corresponde a la utilización del término “viejo” como sinónimo de incapaz y limitado y refleja la asimilación tradicional de vejez y limitaciones. Se trata de un concepto erróneo pues la vejez no representa necesariamente incapacidad. Es una forma equivocada que una persona es vieja cuando posee alguna desventaja funcional, por ejemplo existen personas que a temprana edad experimentan ciertas limitaciones funcionales y no por ello quiere decir que son “viejas”, de igual forma, hay personas de edad avanzada que aún cuando han recorrido una larga vida, no han experimentado tales limitaciones. Por ello se dice que es una forma inadecuada de definir a la vejez.

c) Vejez, etapa vital. Esta concepción de la vejez resulta la más equilibrada y moderna, y se basa en el reconocimiento de que el transcurso del tiempo produce efectos en la persona, la cual entra en una etapa distinta a las vividas previamente. Con ésta definición pasarían a segundo plano los parámetros que hacen referencia a la edad cronológica y a las limitaciones que se supone sufren las personas de la tercera edad. Con ello se hace una definición de vejez con base en las experiencias que las personas comienzan a vivir durante esta etapa; tales vivencias son distintas a las que habían experimentado en etapas anteriores. Una persona de la tercera edad va experimentando sentimientos, pensamientos e incluso posiblemente se comporta de forma distinta de cómo lo hizo en la adolescencia o en la edad adulta. Se considera ésta forma más adecuada de definir a la vejez.

Si tratamos de buscar una definición acerca de esta etapa, encontraremos en la mayoría de éstas definiciones que el concepto de vejez como resultado del proceso de envejecimiento se refiere a la persona mayor, más concretamente, a las personas que tienen 60 años o más. Sin embargo, si se toman en cuenta otros parámetros, por ejemplo la edad del retiro, encontramos diferencias entre los distintos países. Aun así, puede afirmarse que, en general, la edad de retiro con derecho a recibir una pensión en la mayoría de los países latinoamericanos es de alrededor de los 55 años para las mujeres y los 60 para los hombres. Hay, desde luego una tendencia general de aumentar la edad a la que una persona tiene derecho de recibir una pensión por retiro, de acuerdo con al aumento en el promedio de expectativa de vida y otras circunstancias, principalmente de tipo económico (Ruiz, 2004).

Tal como contempla la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (1999), la edad cronológica sigue utilizándose para delimitar a los diferentes grupos de personas que existen en la sociedad; la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, realizada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en

Viena, Australia, en 1982, enfocó el interés principalmente en el grupo poblacional de 60 años en adelante. De esta forma, los términos vejez, tercera edad, ancianos, adultos mayores, se refieren a la parte de la población comprendida en el grupo de 60 años en adelante.

De acuerdo con lo anterior, una persona que ha llegado a la vejez será aquella que se ha jubilado o que se ha retirado. En general, las definiciones que existen acerca de esta etapa se basan en condiciones o factores distintos.

La CNDH (op.cit.), señala que la definición de vejez, tercera edad o edad adulta tardía basada en la edad cronológica puede resultar arbitraria, aunque si se utiliza con el objetivo de analizar las características, como los datos estadísticos, puede resultar útil.

De esta forma, la vejez es un concepto muy relativo, ya que el envejecimiento comienza a partir del nacimiento y se extiende en forma gradual e inevitable hasta el final de la existencia de cada una de las personas, con ello se quiere decir que cada día que vamos viviendo vamos envejeciendo; es así que el envejecimiento es un proceso que dura toda la vida y no se limita a una sola de sus etapas.

En cualquier caso, debemos entender a la vejez como una etapa más de la vida. Esta concepción es más equilibrada y supone aceptar que el transcurso del tiempo produce efectos que hay que tener en cuenta. Se pueden presentar en mayor o en menor medida, limitaciones funcionales o problemas de salud, pero también como se ha mencionado, existen efectos positivos como la serenidad de juicio, la madurez y la experiencia.

Relacionado con lo anterior, hay algunos autores que han caracterizado a la vejez por los cambios que durante ésta etapa ocurren, particularmente se refieren a cambios biológicos, psicológicos y sociales. Es importante considerar en este sentido, que suele distinguirse entre un envejecimiento normal que implica

determinados cambios biológicos, psicológicos y sociales que se dan en todas las personas como consecuencia del paso del tiempo; y el llamado envejecimiento patológico, el cual produce cambios como consecuencia de la enfermedad (Pérez, 2004).

Así, cabe recalcar que no todas las personas tienen un envejecimiento saludable ni tampoco todas tienen un envejecimiento patológico; esta situación dependerá de factores ambientales, del estilo de vida que se ha llevado, de los hábitos saludables, de la capacidad de adaptación a los cambios, entre otros.

Un punto que es importante mencionar, son la serie de cambios que ocurren durante el envejecimiento; estos cambios resultan de gran importancia para las personas que en ocasiones, como señala Beaver y Miller (1998) suelen ser estresantes. Es por ello que a continuación se abordarán los cambios biológicos, psicológicos y sociales que se asocian a un envejecimiento normal.

3.2.2. Aspectos Físico-Biológicos de la vejez, edad adulta tardía o tercera edad

Envejecer no es una enfermedad aunque en algunas ocasiones así se considere. Sin duda al llegar a la vejez, todos los seres humanos experimentamos una serie de cambios físicos y biológicos, en mayor o menor medida. Normalmente, cuando las personas envejecen, sus capacidades físicas declinan. Los cambios en el aspecto físico y en la capacidad son los primeros en advertirse y, de acuerdo con Cencillo (1998), el envejecimiento biológico y psicológico es algo irreversible en los seres humanos.

Tal como menciona Pérez (2004), las manifestaciones más visibles del envejecimiento se producen en la apariencia física y en la movilidad de la persona. La imagen de la persona cambia como consecuencia de la aparición de arrugas en la piel, de los cambios en los rasgos faciales, del encanecimiento del cabello y

su resistencia, de la pérdida de peso por disminución de la masa muscular, la postura corporal y aumento de las grasas, etc. Este proceso comienza a hacerse patente en el segundo o tercer decenio de vida; es así que el envejecimiento en un sentido psicobiológico, es un proceso lento de pérdida de capacidades corporales que empieza a los 20 o 30 años.

Entre otros cambios se puede encontrar que se produce una disminución paulatina de la fuerza muscular, una pérdida progresiva del contenido del mineral en los huesos (que los hace más frágiles y quebradizos), un desgaste de las articulaciones que provoca dificultad para moverse y realizar las actividades de la vida diaria y un cambio en el tiempo de ejecución de la respuesta que de acuerdo con Beaver y Millar (1998) se conoce como enlentecimiento de la respuesta o tiempo de reacción.

Además de los cambios anteriores, otros que suelen presentarse en el organismo son por ejemplo una mayor sensación de cansancio al realizar actividades físicas, un menor rendimiento de los sistemas respiratorio, circulatorio e inmunológico, alteraciones en el sueño y en el control de la temperatura corporal.

En cuanto a los procesos sensoriales, en la vejez es evidente que se producen cambios en ellos; por ejemplo se produce una disminución de la agudeza visual y una reducción de la claridad de la imagen, esto como consecuencia de la reducción del tamaño de la pupila que se produce con la edad y de la consiguiente disminución de la cantidad de luz que llega a la retina y al contraste; de la misma forma se reduce la capacidad para distinguir colores, como consecuencia esta dificultad trae consigo una serie de dificultades para orientarse (Kalish, 1996).

Con respecto a la audición, se sabe que aunque la pérdida de éste sentido aumenta con la edad, no está bien demostrado el grado que alcanza (Beaver y Miller, 1998); sin embargo estos cambios se asemejan a los que ocurren en la visión. Al igual que en la agudeza visual, los decrementos se aceleran en los

últimos años. Una clara consecuencia de los cambios que ocurren en la audición es la dificultad para entender una conversación. Por lo regular las personas mayores tiene que pedir a alguien más que les repita de lo que se ha hablado, que se hable más alto o más despacio. Esto ocasiona algún tipo de problema para adaptarse al entorno, ya que al verse afectado el sentido del oído disminuye la disposición para mantener relaciones personales o sociales.

Kalish (1996), señala que con respecto a las otras modalidades sensoriales, los estudios que se han realizado sobre los cambios en ellos, son muy inconsistentes; de esta forma hay quienes afirman que existen modificaciones en los sentidos del gusto y el olfato, mientras que hay otros autores que manifiestan que la sensibilidad del gusto y el olfato parecen mantener su estabilidad con el paso de los años.

Bee (op. Cit), también refiere algunos cambios físicos y fisiológicos específicos en dicha etapa, los cuales se describen a continuación:

- ✂ **La estatura**, conforme pasa el tiempo la estatura se va modificando pareciendo un envejecimiento, ello debido a que los tendones, ligamentos y músculos se comprimen y se aplastan.

- ✂ **El peso**, se suele bajar de peso pero sólo en la segunda mitad de la edad adulta. Incluso el peso del cerebro baja sistemáticamente con la edad, después de alcanzar su máximo a los 14 años en los hombres y los 25 en las mujeres. Alrededor de los 80 años el peso del cerebro promedio ha bajado a nivel normal del cerebro promedio de un niño de tres años.

- ✂ **Los órganos internos se encogen**, el útero y la vagina en la mujer se reducen después de la menopausia. La vejiga urinaria se reduce favoreciendo la incontinencia en los ancianos.

- ✧ **Se es más lento**, esto debido a cambios bioquímicos básicos que ocurren con la edad y se agudizan en la vejez.

- ✧ **Debilidad**, el cuerpo comienza a perder sustancias que necesita, como el calcio para los huesos, pérdida del tejido muscular, esto provoca que el organismo sea más débil y se rompan los huesos con mayor facilidad o se tienen mayores problemas para realizar labores cotidianas.

- ✧ **La pérdida de la fertilidad**, en las mujeres se da la menopausia, este proceso regularmente se ve acompañado por acaloramientos, sudoración nocturna y la pérdida acelerada del calcio de los huesos, aumento de peso, depresión, ataques de histeria y sentimientos de inadaptación. Todos estos son producto de la reducción del nivel de hormonas femeninas (estrógenos). De forma contraria en los hombres, no existe un punto específico como la menopausia que marque el fin de su fertilidad pero, si se van dando cambios graduales que con el paso del tiempo llegan a definitivos, la hormona masculina (testosterona) disminuye, se comienza tener insomnio, aumento de peso, quizá depresiones pero estos síntomas tienen sus limitaciones debido a su escasez de generalidades científicas en grupos de este sexo.

- ✧ **La actividad sexual**, en ambos sexos disminuye conforme la edad avanza

Por otra parte hay estudios en cuanto al tacto y la temperatura que son significativos; sin embargo al parecer la sensibilidad en la palma de las manos y en la planta de los pies disminuye de alguna manera, pero esa sensibilidad no disminuye en las demás partes del cuerpo. Un estudio (Thornbury y Mistretta, 1981, en Kalish, 1996) ha demostrado que la sensibilidad de los dedos en cuanto

a la presión disminuye en los últimos años de vida. También parecen existir cambios en cuanto a la sensibilidad a la temperatura.

Esto lleva a pensar que dichos cambios son relativos, es decir habrá personas que sufran modificaciones en alguno de sus sentidos o en todos ellos, y habrá otros que no presenten tales cambios.

3.2.3. Aspectos Psicológicos más representativos de la vejez, edad adulta tardía o tercera edad.

Como se ha señalado, la vejez es parte de la vida, tal como lo puede ser cualquier otra etapa. De acuerdo con Pérez (2004), la imagen que se tiene de ella ha variado dependiendo de la cultura y de la época histórica. En nuestro contexto cultural, el hombre, a medida que va cumpliendo años, por lo general tiende a deprimirse y se siente marginado en muchas ocasiones, incluso aunque no le haya abandonado la salud y el vigor físico e intelectual.

De tal forma que, a medida que vamos avanzando en las etapas de la vida humana, se van produciendo en nuestro cuerpo, forma de pensar y forma de vida, toda una serie de cambios, unos percibidos con más claridad que otros.

Con referencia a los cambios psicológicos es conveniente señalar que a medida que las personas se van haciendo mayores se considera que se vuelven emocionalmente más inestables, apáticas, conservadoras, prudentes, socialmente aisladas y menos interesadas por nuevas experiencias. En cuanto a la capacidad intelectual, suele ser común la creencia de que la agilidad mental disminuye con la edad, se produce una mayor lentitud en la resolución de problemas una mayor dificultad para recordar información, etc., (Pérez, 2004). Sin embargo es importante no utilizar estos términos para catalogar deliberadamente a las personas.

De acuerdo con Pérez (op.cit), en la vejez se constatan la adquisición y asimilación de nuevos comportamientos, conocimientos, aptitudes, actitudes o hábitos que se pueden dar en cualquier otra edad. En comparación con adultos más jóvenes, se comportan de una forma más sana, asumen menos riesgos, son más cautelosos, más activos en la prevención de enfermedades, se apegan más a las prescripciones médicas y afrontan mejor las consecuencias de las enfermedades y los problemas de salud.

Respecto a los procesos cognitivos, durante la vejez, se producen cambios en la memoria, el aprendizaje, la inteligencia y la creatividad. La memoria y el aprendizaje no pueden tomarse por separado, como señala Kalish (1996), no puede recordarse algo si anteriormente no ha sido aprendido, en este sentido menciona que el declive de la memoria con la edad es atribuible al declive del aprendizaje con la edad. En cuanto a la creatividad, se dice que len as personas mayores esta capacidad va disminuyendo, sin embargo esto no sucede en todos los casos, ya que hay personas en las que continúa considerablemente su productividad creadora cuando tienen sesenta o setenta años y ocasionalmente más allá de esta edad. Esto sucede debido a que cuando llega el momento de jubilación, algunas personas mayores invierten su tiempo en explorar nuevos caminos de salida a su ocio.

La inteligencia en la tercera edad es un tema que llama mucho la atención para los investigadores, en este sentido Beaver y Miller (1998) puntualizan que en la mayoría de los estudios se ha demostrado que la inteligencia, al igual que otras capacidades humanas, declinan levemente al principio de la edad adulta. No obstante es pertinente recalcar que aunque se vean o no afectadas estas capacidades humanas, los sentimientos y pensamientos de las personas durante ésta etapa debieran ser más tomados en cuenta, ya que finalmente éstos son los que van a marcar el estilo de vida de las personas de la tercera edad.

Otro punto relacionado con los cambios psicológicos que se dan durante la vejez, es aquel que tiene que ver con la autoestima de estas personas. Se tiene la creencia que con el paso de los años y con las pérdidas que tienen lugar con el aumento de la edad, así como con la disminución de las capacidades físicas y a veces de las capacidades cognitivas, la autoestima en las personas tiende a la disminución; sin embargo esto es algo que depende de la historia de vida de cada una de las personas. Al respecto, algunas investigaciones han demostrado que la autoestima aumenta con la edad (Gurin, Veroff y Feld, 1960, en Kalish, 1996), y otros muestran que no hay cambio alguno.

Se dice que actualmente un gran número de personas están tomando la vejez de una manera más positiva y optimista, debido a que la entienden como un potencial para el desarrollo, la mejora, el aprendizaje y la estimulación.

3.2.4. Aspectos Sociales relacionados en la vejez, edad adulta tardía o tercera edad.

Cuando se habla de los aspectos sociales relacionados con la vejez, se asocian los cambios de roles e incluso con la pérdida de ellos producto del mismo envejecimiento, los cuales pueden afectar al desarrollo de la persona si no consigue adaptarse a los mismos y afrontarlos adecuadamente. Tal como señalan Beaver y Miller (op. cit.), a los cambios biológicos y fisiológicos tan temidos por las personas de edad adulta, se añaden otros, como la pérdida del papel, la actividad y el status. De alguna forma, estos cambios a nivel físico, biológico, psicológico y social, van tomados de la mano; se debe principalmente a que los cambios físicos, biológicos y sociales, alteran el estado anímico de las personas, lo cual favorece la presencia de ciertos cambios psicológicos. Por ello la importancia de tener en cuenta los tipos de cambios a nivel social.

Wortman (2004), menciona que la persona que envejece se enfrenta con una desvalorización social, producto de un modelo cultural acerca de la vejez que la define como una etapa de decadencia en lo físico y en lo mental.

Por otra parte Limón y Crespo (2002) describen el siguiente modelo filosófico que subyacen en las actitudes sociales de las personas mayores.

Modelos	Características
Rechazo	<p>La ancianidad es contemplada como la antítesis de los valores sociales prevalentes (productividad, rentabilidad, dinamismo, etc). La persona mayor es un ser decadente, sin futuro próximo a la muerte. Se encuentran en un estado involutivo. Hay que crear instituciones y mecanismos sociales para descargarse de los problemas que los mayores causan, porque se puede hacer muy poco para mejorar sus habilidades funcionales.</p>
Servicios Sociales	<p>La ancianidad es aún considerada una etapa deficitaria, pero no se rechaza explícitamente. La sociedad se interesa por la satisfacción de las necesidades y por el bienestar de las personas mayores mediante la intervención de los entes públicos. La persona mayor debe retirarse de su puesto de trabajo para que los más jóvenes puedan estar ocupados pero, al mismo tiempo, la sociedad tiene que ayudar a los mayores a ocupar su tiempo de ocio, esto lo hace desde una posición netamente consumista, sin buscar la autorrealización de los mayores.</p>
Participación	<p>Se acepta a la persona mayor, reconociendo sus características propias. La sociedad desecha la segregación y, mucho más, el rechazo o los estereotipos discriminatorios, pretendiendo como único objetivo la integración. Las personas mayores deben vivir en estrecho contacto con la sociedad, realizando nuevas y antiguas actividades asociadas a lo que se puede calificar como norma en un ambiente interrelacional y concreto y determinado. Hay que restringir la institucionalización del anciano a favor del principio de la participación.</p>
Autorrealización	<p>La ancianidad es una etapa de potencial desarrollo psicológico, en el que son posibles e incluso convenientes nuevas actividades. La sociedad se debe ocupar de todos los campos posibles que abarcan la vida del anciano (laboral, familiar, intelectual, creativo, etc) de forma que pueda autorrealizarse y ser creativo.</p>

Para un sociedad en la que la meta es la producción, es decir en la que aquellas personas que son productivas adquieren más valor, el trabajo pasa a ser un eje importante alrededor del cual se van organizando las formas de vida de cada una de las personas, De tal manera que al llegar una persona a la edad de la jubilación, pasa a ser “nadie” socialmente hablando y como consecuencia de ello, la persona pierde prácticamente su identidad social.

Esta transición del trabajador al jubilado significa diferentes cosas para las personas. En el aspecto negativo implica una reducción en el salario, la necesidad de adaptarse a un nuevo rol; en su aspecto positivo, la jubilación significa una mayor libertad y el estar abierto a todas las opciones que se le presenten a la persona, incluyendo la oportunidad para realizar diferentes proyectos o actividades, viajar, etc. Al respecto, Medina y Ruiz (2000), mencionan:

“Los escasos procesos de preparación que anteceden a la jubilación, el inadecuado contenido temático respecto a éste nuevo rol, el desconocimiento de esta realidad por parte de la familia, de la empresa o institución y del propio jubilado, y los prejuicios relacionados con el júbilo y con la persona mayor, convierten al cese laboral en una ruptura imprevista que tiene como consecuencias la formación de expectativas negativas sobre su futuro inmediato, de temores frente al sostenimiento económico de la familia, y de incertidumbre frente al uso adecuado del tiempo no laboral” (página 75).

Efectivamente, ante la jubilación las personas se ven obligadas a ajustarse a un nuevo rol con expectativas muy diferentes a las que anteriormente tenían; también se ve modificado el ritmo de vida de las personas, con la jubilación se tiene el tiempo libre que antes no se tenía; al mismo tiempo se da una reestructuración en las relaciones familiares y sociales, esto debido a que las personas pasan mas tiempo con sus familiares y amigos, lo cual provoca un cambio en la forma de convivir con ellos. De esta forma los intereses que antes giraban en torno al mundo del trabajo, ahora cambian por el tiempo libre al que está sujeta la persona.

Otro de los cambios a nivel social tiene que ver con los cambios en la estructura familiar, por ejemplo cuando los hijos abandonan el hogar paterno, la pérdida del cónyuge, el cese de la actividad laboral con la consiguiente reducción de responsabilidades y el mayor tiempo libre disponible, el cambio de residencia, la soledad y el aislamiento social, son sucesos que influyen de forma importante en el envejecimiento y, en ocasiones, de forma más enérgica que los factores biológicos o psicológicos (Pérez, 2004).

A pesar de lo mencionado anteriormente, no se debe considerar a la vejez como sinónimo de decadencia, de deterioro o de pérdida, pues lo importante en todo esto es la forma en que cada persona se adapte a las nuevas situaciones y oriente su vida hacia la obtención del mayor grado de bienestar y satisfacción en su vida cotidiana.

Como se sabe, hace un tiempo se proclamaron los derechos del anciano, como anteriormente se había hecho con los derechos del niño, no obstante, Canales (1999) indica que estos derechos son sobre todo económicos, sociales y asistenciales, pero mientras las personas de la tercera edad sufran marginación y se mantengan excluidos de la humanidad, sin derecho a trabajar y a ser hombre como cualquier otro hombre, ese movimiento a favor de los derechos de éstas personas, no servirá de mucho.

De acuerdo a ello, será importante comenzar a cambiar la imagen que se tiene de las personas de la tercera edad en nuestra sociedad, comenzar por demostrar en el viejo un hombre normal como cualquier otro, con todo el derecho a la vida, en todos los campos, a ser tratado de forma digna, a vivir la vida sin prejuicios, convenciones, tabúes y mitos que constantemente se acumulan sobre éstas personas para hacerlo menos, aplastarlo, impidiéndole la realización normal de la vida, para la que está capacitado, desde lo sexual, hasta el trabajo efectivo.

Hay que recalcar, tal como menciona Canales (op. cit.), para el humanismo la persona de la tercera edad es ante todo un hombre y no deja de serlo, sino con la muerte; de esta manera se dice que estas personas deben de llegar a humanizarse, es decir hay que tener presente que la persona de la tercera edad no debe ser visto como una persona enferma, ni como una persona que causa conflictos mayores que otros hombres.

Otro parte importante durante la tercera edad es como la familia a continuación se detalla el papel que tiene la familia con las personas mayores.

3.2.5. Familia y vejez, edad adulta tardía o tercera edad.

Es innegable que durante la tercera edad la familia cobra gran importancia para las personas que atraviesan por esta etapa. Es conveniente mencionar que la familia se ha definido como un grupo de dos o más personas relacionadas por lazos de sangre, matrimonio o adopción que residen juntos (Beaver y Miller, 1998). Generalmente se contempla a la familia como marido y mujer, con o sin hijos que comparten la misma vivienda. Según algunos gerontólogos, las familias en la vida final son aquellas cuyos miembros han pasado de la edad fértil y cuyos hijos se han marchado de la casa.

No obstante, para poder comprender la influencia que tiene la familia para las personas de la tercera edad, hay que aclarar, como lo han hecho algunos autores entre ellos Medina y Ruiz (2000), que la familia es un proceso de socialización, es el eje donde se articula la vida intrafamiliar y el contexto sociocultural con los roles, expectativas, creencias y valores. La familia es de esta forma un conjunto de relaciones, una forma de vivir juntos y satisfacer necesidades emocionales mediante la interacción de sus miembros.

La familia contribuye al desarrollo de la identidad y al sentimiento de pertenencia, y en ello participan de forma significativa las personas mayores. La familia es

entonces, un entorno de intimidad donde actitudes, ideas y valores se aprenden e intercambian. La familia es una institución especializada en gratificar necesidades psicológicas de niños, adultos y persona de la tercera edad, tales como la comprensión, el afecto, la aceptación personal, el crecimiento personal, la paz emocional, la serenidad y el amor.

Por ello, es comprensible que aquellas personas de la tercera edad que no se encuentran dentro de su núcleo familiar presenten ciertos conflictos, tanto con ellos mismos, como con los integrantes de la familia. Tal como menciona Medina y Ruiz (op. cit.), las personas mayores que no encuentran en la familia un medio para satisfacer sus necesidades de afecto y al mismo tiempo satisfacer las necesidades de otros, pueden mostrar sentimientos que afectan su bienestar, su autoestima y su valía persona. En estos casos es importante que la familia mantenga la comunicación y el dialogo con éstas personas. De la misma forma es recomendable tener cuidado con aquellas personas a las que se les brinda demasiado apoyo, ya que suelen presentar estos mismos sentimientos debido a que se sienten impotentes al no tener los medios para pagar o agradecer a sus familiares por el apoyo y los cuidados que reciben de su parte.

En este sentido, otro aspecto que es de suma relevancia tratar, es la independencia que muestran las personas de la tercera edad con respecto a su familia en años recientes. Al mismo tiempo que la persona se muestra independiente, crecen las expectativas en las personas de la tercera edad, aumenta el nivel de salud y de esta forma tienen cada vez más, los medios económicos suficientes para mantenerse independientes.

La familia es importante en el apoyo y cuidado de las personas mayores; los familiares son las personas con las que generalmente se crea un mayor sentimiento de reciprocidad y en esta etapa de la vida ocurre con más frecuencia entre padres e hijos. Es evidente que las personas de la tercera edad que pertenecen a su núcleo familiar se encuentran más estables emocionalmente que

aquellas que se encuentran aislados de su familia; no obstante esto no es algo determinante.

Otro aspecto por lo cual atraviesan las personas de la tercera edad es la sexualidad la cual describiré en el siguiente apartado.

3.2.6. Sexualidad en la vejez, edad adulta tardía o tercera edad.

Cada persona tiene su propia historia de vida; para las personas de la tercera edad están por venir nuevas alegrías y tristezas. Sin embargo estos sentimientos que va experimentando la persona de la tercera edad se relacionan definitivamente con la vida total de la persona y no con su condición de viejos. De la misma forma esto se aplica en el plano sentimental y por consiguiente en la intimidad de la persona.

Todos los individuos tienen sentimientos, actitudes y convicciones en materia sexual, pero cada persona experimenta la sexualidad de distinta forma. La sexualidad está determinada por experiencias personales, públicas y sociales, así como por el medio en que se encuentra la persona. La sexualidad es un tema que ha despertado el interés del hombre, desde los tiempos primitivos, hasta nuestros días. Al hablar de sexualidad nos referimos a una dimensión de la personalidad y no, exclusivamente a la actitud del individuo para generar una respuesta erótica (Corominas, Garcia, Ortega y Serna, 2006).

La sexualidad es una expresión del ser humano en su totalidad, el acto sexual es una experiencia personal. La sexualidad es un proceso que abarca desde el nacimiento hasta la muerte e involucra: sentimientos, emociones, pensamientos, actitudes y comportamientos. Una gran cantidad de la población en general supone que el adulto mayor es incapaz de tener actividad sexual, que ya no deberían de estar interesados o suponen imposible que persistan los anhelos eróticos en esta etapa de la vida. Se considera ilegítima la conducta sexual en las

personas de la tercera edad. Se reconoce como algo “normal” el derecho de que un joven adulto viva satisfactoriamente su sexualidad; pero no ocurre lo mismo en nuestra cultura con las personas mayores.

Los cambios biofisiológicos de la sexualidad se inician lentamente entre los treinta y cuarenta años, para progresivamente ir haciéndose más evidentes a medida que el sujeto avanza en edad. A partir de los sesenta y cinco años, edad en la que se sitúa sociológicamente el comienzo de la vejez, las manifestaciones suelen ser bastante claras (Corominas, García, Ortega y Serna, op. cit.). Sin embargo, estos cambios se dan en muy distinto grado y aparecen en tiempos claramente diferentes dependiendo de numerosos factores.

Por lo que Giro (2005), describe los cambio físicos más significativos dentro de la tercera edad:

Mujeres

- ✘ Disminución de estrógenos
- ✘ Vagina más corta, más estrecha, y con menor elasticidad y lubricación
- ✘ Menor vasocongestión del pene genital durante la respuesta sexual
- ✘ Cambio en la figura corporal general. Una distribución diferente de la grasa y menor tamaño, turgencia y cambios asociados a la respuesta sexual de los senos.

Varones

- ✘ Disminución en la producción de espermatozoides y de los niveles de testosterona.
- ✘ La respuesta eréctil es lenta y necesita de mayor estimulación
- ✘ La turgencia del pene es menor.
- ✘ La cantidad de eyaculación es menor.
- ✘ Durante la respuesta sexual, los testículos presentan menor elevación y las contracciones orgásmicas disminuyen en número e intensidad.
- ✘ Aumenta el periodo refractario tras el orgasmo.

De la misma forma Mishara y Riedel (1986), exponen el siguiente cuadro con las principales cambio físicos a nivel sexual en hombres y mujeres de la tercera edad:

PRINCIPALES CAMBIOS FISIOLÓGICOS EN LA MUJER

	Mujeres Jóvenes	Mujeres de la Tercera Edad
Senos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Erección del pezón ▪ Aumento del tamaño, obstrucción areolar, enrojecimiento 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La misma erección ▪ Disminución de la intensidad de las reacciones
Aparto Urinario	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dilatación mínima del meato urinario durante el orgasmo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ El meato permanece bien abierto en un orgasmo de gran intensidad o durante repetidos orgasmos
Recto	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Contracción del esfínter rectal durante el orgasmo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Disminución de la respuesta
Clítoris	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sensibilidad muy desarrollada 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La misma reacción
Labios Mayores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplanamiento, separación y elevación como consecuencia del aumento de la tensión sexual 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Disminución de la respuesta
Labios Menores	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ensanchamiento vasocongestivo, cambio de color de rojo vivo, a rojo más oscuro antes del orgasmo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Debilitamiento del ensanchamiento vasocongestivo y disminución de la intensidad de los cambios de color.
Vagina	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Paredes netamente estriadas color rojo-violeta. La lubricación sobreviene entre 10 y 30 segundos después de la estimulación. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Paredes delgadas como de papel, no estriadas, rosadas; la vagina se contrae y disminuye sus posibilidades de expansión . La lubricación puede exigir de 1 a 3 minutos o más.
Útero	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elevación del útero durante la excitación y la fase de la meseta ▪ Contracciones (3-5) de expulsión durante el orgasmo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reacción diferida y elevación menos fuerte. ▪ Disminución del número de contracciones.

PRINCIPALES CAMBIOS FISIOLÓGICOS EN EL VARON

	Hombres Jóvenes	Hombres de la Tercera Edad
Pezones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Erección del pezón 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Disminución de la respuesta
Recto	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Contracción del esfínter rectal durante el orgasmo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Disminución de la frecuencia
Pene	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Erección al cabo 3-5 segundo de estimulación. Erección completa al comienzo del ciclo. ▪ Domino eyaculatorio variable 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ A partir de los 50 años un tiempo dos a tres veces más largo, la erección solo es completa inmediatamente antes del orgasmo ▪ Erección mantenida más tiempo de eyaculación
Eyaculación	<ul style="list-style-type: none"> ▪ En dos etapas, según un proceso bien diferenciado ▪ Contracciones prostáticas ▪ Conciencia de la presión y de la emisión del fluido. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Expulsión del liquido seminal en una sola etapa ▪ En cientos personas, derrame más que expulsión,.
Escroto	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desaparición del plegamiento del escroto bajo el efecto de la tensión sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Disminución de la respuesta
Testículos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elevación testicular hacia el final de la excitación o el comienzo de la fase de meseta, incremento del volumen. ▪ Descenso de los testículos durante la resolución. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Disminución de la respuesta. ▪ Descenso rápido

Canales (1999) indica que el viejo necesita sensaciones y sentimientos. En ambos casos los hay en una extensa gama, desde la material (sensación de frío, calor...) hasta la espiritual (sentimiento de tristeza, alegría...). La persona entonces ha de cuidar sus sensaciones y sentimientos, entre ellos su sexualidad.

En nuestra sociedad existe una actitud negativa hacia la expresión sexual de las personas mayores. Uno se imagina que con el avance de la edad, las personas van dejando de lado su sexualidad. Tal como menciona Herrera (2003), en nuestra sociedad, los prejuicios que se tienen acerca de las personas mayores, son una forma de castigar a estas personas, de alguna manera, con dichos prejuicios se les priva el derecho a mantener su actividad sexual. Es claro que con la edad las personas van experimentando diversos cambios tanto anatómicos como funcionales y tal vez eso impida en algunos casos el ejercicio de la sexualidad; sin embargo en otros casos estos cambios no implican barreras determinantes para no poder ejercer la sexualidad y sin embargo se deja de ejercerla debido a falsas creencias y a ciertos prejuicios que las mismas personas de la tercera edad tienen acerca de la sexualidad. Tal pareciera entonces que las personas de la tercera edad son seres asexuados.

Por lo que Cayo (2003) menciona que la sexualidad de las personas de la tercera edad es objeto de varios mitos. Se piensa que los individuos pierden todo el interés sexual cuando envejecen o que ellos son perversos si continúan teniendo relaciones sexuales. La realidad es que el potencial sexual puede permanecer hasta la muerte incluso si es alterado por los cambios propios del envejecimiento.

De acuerdo con lo que señalan Corominas, Garcia, Ortega y Serna (2006), este odio y miedo a la edad no sólo ha llevado a esconder a los ancianos arrugados y grises, elementos inútiles, no sólo les han robado la posibilidad de contemplar y participar plenamente en la sociedad presente y futura, sino que también ha conspirado para privarles de una parte de su humanidad: su sexualidad.

Es entonces que surge una pregunta: ¿a qué se debe el que las personas de la tercera edad dejan de ejercer su sexualidad aún cuando no existen limitaciones fisiológicas? La respuesta la podemos encontrar en el siguiente conjunto de mitos o creencias erróneas que de acuerdo con Giro (2005), limitan las posibilidades de vida sexual en la población de la tercera edad:

- Los mayores no tienen capacidad fisiológica que les permita tener respuestas sexuales.
- Los mayores no tienen intereses sexuales.
- Las personas mayores que se interesan por la sexualidad son perversos o están enfermos.
- Las manifestaciones sexuales patológicas y desviaciones son más frecuentes en estas edades.
- La actividad sexual es mala para la salud, especialmente para la vejez.
- La procreación es el único fin de la sexualidad y por tanto no tiene sentido que en la vejez se mantengan relaciones sexuales.
- La esposa debe de ser más joven o de igual edad que la del esposo.
- Los hombres mayores si pueden tener intereses sexuales pero las mujeres mayores no.
- Es indecente y de mal gusto que los mayores manifiesten intereses sexuales.

Es fundamental mencionar que cuando las personas de la tercera edad dejan de ejercer su sexualidad debido a este tipo de mitos o creencias, sería recomendable tener en cuenta el punto de vista de Canales (1999), quien menciona:

“No embotelle sus sentimientos, déjelos fluir desde el llanto hasta la risa. Eso le hará bien, le mantendrá la apertura hacia los seres y las cosas, cuyo contacto es un elemento de vida. Pero no confunda los sentimientos hasta llevarlos al

sensacionalismo y al sentimentalismo. Estos dos extremos son peligrosos para usted. Lo someten a estado de alarma. La tercera edad necesita sacudidas, pero no terremotos, porque estos lo llevan insensiblemente a la falsa definición de la vejez como apocalipsis de la vida, cuando es precisamente lo contrario.” (páginas 129-130).

De esta forma podemos resumir que las relaciones íntimas dan sentido a la propia vida. La formación, el mantenimiento, la pérdida y renovación de los vínculos afectivos desde que nacemos y hasta que morimos ayudan a un funcionamiento sano de nuestra persona, por lo que en las personas de la tercera edad, esto no puede ser una excepción. Con ello se quiere decir que lo mejor que puede ocurrir durante la vejez, es la plena expresión de los sentimientos, sin ataduras o restricciones, sin dejarse llevar por mitos o falsas creencias; el expresar libremente los sentimientos llevará a su vez a la persona a un pleno ejercicio de la sexualidad.

3.2.7. Proceso de Muerte y proyecto de vida en la vejez, edad adulta tardía o tercera edad.

De acuerdo con lo que señala Aguilar (2003), los seres humanos, somos los únicos seres en la naturaleza que tenemos conciencia de los procesos por los que atravesamos, de que nos encontramos vivos y de que vamos a morir. Nuestra respuesta frente a la vida y la muerte es en consecuencia mucho menos instintiva sin dejar de serlo, para convertirse en acto de constante emoción, reflexión e intuición. La muerte es entonces totalmente significativa para muchos de nosotros. Se considera que la mortalidad se acelera a medida que transcurren los decenios de la vida. Por ello en las personas de la tercera edad, la muerte resulta ser la culpable de ciertos conflictos intrapersonales.

En nuestra sociedad se producen diversas paradojas en torno a la muerte, se le considera el máximo mal que puede ocurrir al ser humano. Por lo que García

(1999) define a la muerte como el hecho más trascendente y negativo de la existencia humana; donde en cualquier caso, la muerte propia o ajena constituye para el hombre una prueba de importante relevancia, en la que se formulan las preguntas básicas de su existencia y destino a las que se debe contestar honestamente.

Autores como Kubler-Ross (1986, en Mishara y Riedel, 1986) proponen modelos para interpretar el proceso de la muerte, el cual según Ross se caracteriza por cinco pasos (choque, denegación, esperanza, depresión y aceptación).

Choque: Este se caracteriza por la denegación y el aislamiento ante el anuncio de la muerte.

Denegación: Se caracteriza por sentimientos de mixtos de cólera, envidia y resentimiento; se trata del estadio egoísta porque la persona solo se preocupa exclusivamente de sí mismo y se pregunta ¿por qué yo?

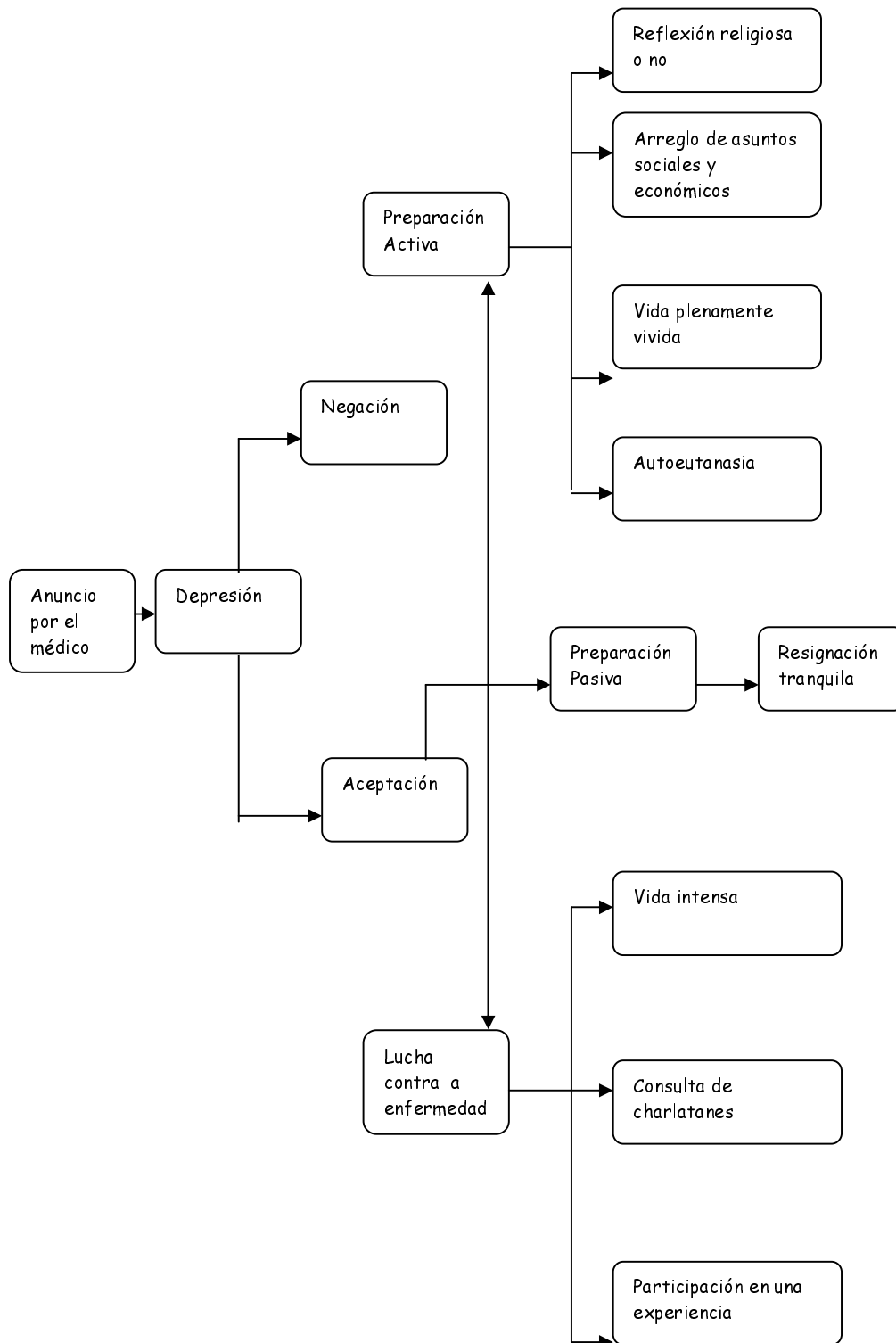
Esperanza: Este es como el “regateo”; la persona implora a Dios que prolongue su vida o que disminuya su dolor, haciendo promesas del tipo “si tu... entonces yo...”.

Depresión: Aquí el individuo comienza a comprender que es inútil que luche. Este estadio se caracteriza por una resignación triste que aún no es la aceptación.

Aceptación: Aquí es cuando la persona acepta por fin su muerte inminente, sin placer, sin resignación, pero con calma.

Por otra parte Glaser y Stratus (1965, en Mishura y Riedel, 1986) brinda otra concepción del proceso de la muerte; argumentan que las personas de la tercera edad pueden pasar de un fase a otra del ciclo. Por ejemplo de la aceptación a la

negación, o sencillamente oscilar entre una y otra sin tener lógica aparente, tal como se muestra en el siguiente diagrama:



Es importante resaltar que en las personas de la tercera edad, el proceso de muerte esta más presente. Por lo que es inevitable que el anuncio de la muerte provoque desánimo, angustia y tristeza. En ese sentido las personas mayores pueden tomar dos “caminos” el primero es negar que a el no le va a pasar; y el segundo es la aceptación de la misma muerte.

De tal forma que sí elige “la negación” y niega la realidad; continuará en ese estado de denegación hasta que acaba por aceptar o hasta que sobrevenga la muerte. Una vez que se ha hecho a la idea, los adultos mayores pueden retornar de un estado de negación, o acometer los preparativos de su muerte. Es aquí donde el psicólogo tiene la responsabilidad de ayudar al las personas mayores a poner en ordenen sus asuntos emocionales, sociales y económicos. Enseñarle como vivir plenamente antes de morir; de tal forma que reflexiones sobre su vida y acepta su final con pasividad y resignación.

Por otra parte Osorio (2006), menciona que le vejez será cada vez menos sinónimo de muerte, debido al desarrollo de la medicina, la economía y la sociedad. Además de ello, es substancial mencionar que ninguna persona, por muy joven que sea, queda exenta de la muerte; sin embargo, la importancia de ello radica en la forma en que la persona conciba el proceso de muerte. No obstante, muchas de las personas de la tercera edad, no dejan de sentirse cercanas a la muerte, lo que hace que se encuentran más vulnerables conforme van avanzando en años, ello provoca distintos cambios en sus estados de ánimo, de ahí que no resulte raro observarlos en ocasiones de mal humor, preocupados, tristes, estresados, ansiosos, etc.

A pesar de ello, es innegable que el proceso de muerte se da, originado por diversas causas, sin embargo, es fundamental estar consciente de ello y tener en cuenta los factores que suelen causarla. Al respecto Quintanar (2007), menciona diez principales causas de muerte entre las personas mayores de 65 años, de acuerdo con un reporte del INEGI. Señala que en la Republica Mexicana las

principales causas de muerte en personas de la tercera edad durante el año 2001 fueron las siguientes: en primer lugar las enfermedades del corazón, con un 23.1 %; el segundo lugar las ocuparon los tumores malignos con un 13.4%, en tercer lugar la diabetes mellitas con el 13.3 %, las enfermedades cerebrovasculares con un 8.6%, en quinto lugar las enfermedades pulmonares obstructivas crónicas 4.3%, cirrosis y otras enfermedades crónicas del hígado 4.0%, neumonía e influenza 2.9%, accidentes 2.9%, deficiencias de la nutrición 2.8%, bronquitis crónica y la no especificada, enfisema y asma 2.5%.

De esta forma, es importante mencionar, tal como Quintanar (op.cit.) lo señala, que la muerte no es un hecho determinado únicamente por ciertos aspectos biológicos o médicos, sino que también se ha visto que este proceso está rodeado por múltiples factores, entre los cuales se encuentra el psicológico; es entonces que se puede escuchar en repetidas ocasiones, que las personas mueren por un fallo del corazón, sin embargo pocas veces se puede observar que ese fallo del corazón tuvo un origen psicológico, tal vez como resultado de una emoción tan fuerte experimentada por la persona que hizo que su corazón no la resistiera.

En este mismo proceso de muerte, es de esperarse que el contacto entre las personas de la tercera edad y los terapeutas sea cada vez más frecuente. Ya que al sentirse cercanos a la muerte, como muchos de ellos mencionan en repetidas ocasiones, sienten la necesidad de buscar ayuda o simplemente un acompañamiento en este proceso.

Es fundamental señalar que la persona se ve igualmente afectada cuando muere alguno de sus seres queridos. Medina y Ruiz (2000), indican que los hallazgos acerca de la muerte de los seres queridos ponen de manifiesto su estrecha relación con la salud y el apoyo social. Se ha constatado que la pérdida de los seres queridos, y en especial la del cónyuge, ocasiona en la persona un alto riesgo de mortalidad y morbilidad. Durante las últimas fases del desarrollo vital, ésta pérdida puede producir un efecto especialmente negativo en la salud de las

personas, e incluso la muerte. Lo cierto es que la muerte del cónyuge es uno de los acontecimientos vitales negativos más importantes que se pueden producir en los mayores, lo cual tiene profundas repercusiones en los ámbitos físico, emocional, social y en ocasiones también en lo económico.

La muerte del cónyuge, incluso de parientes y amigos, puede llegar a destruir una parte significativa de las fuentes de apoyo, generando en la persona mayor una disminución de su autoestima, una auto percepción más negativa y, a veces, la desesperación existencial. Como consecuencia de la pérdida de seres queridos y la ausencia de una red social de apoyo, la vida de algunas personas mayores se transforma, viviendo un estado de aislamiento y privación (tanto emocional, como social), sin el consuelo de la compañía de otros, y con una escasa participación en el mundo que les rodea.

De esta forma como se ha señalado, el proceso de muerte, no sólo la propia, sino la de otros seres queridos, puede traer consigo una serie de cambios para la persona. Lo mejor que se puede obtener de este proceso es lograr implementar un **proyecto de vida** a partir del cual se estructure un sistema de actividades que hagan posible mantener niveles óptimos de vida, así como la adecuada motivación para que la persona desarrolle intereses que le resulten estimulantes, gratificantes y que de esta forma contribuyan al mantenimiento de una autoestima positiva, a una vejez plena y libre de estrés; de esta forma gradualmente la persona dejará de percibir la muerte como un aspecto negativo, causante de estrés, ansiedad y miedo.

CAPÍTULO IV. METODOLOGÍA

4.1 Justificación

Es bien sabido que en la actualidad las personas de la tercera edad han sido víctimas del olvido y la discriminación, a pesar de que, como menciona la CONAPO (2005), en los próximos años se incrementará la población de adultos mayores en el país. Es común encontrar a ciertas personas que abandonan a sus familiares de la tercera edad en asilos, en muchas ocasiones debido a que ya no ven a estas personas como seres queridos, sino como un estorbo, como personas improductivas e inútiles. Como resultado, estas personas, suelen experimentar determinados cambios en su forma de pensar, de actuar, de sentir y de vivir. Es en estos casos en donde la Psicología se vuelve un importante medio para proporcionar herramientas que les sirvan para llevar una vida plena. Debido a lo anterior, el presente trabajo se centra en esta población, en el estudio de casos individuales, en donde cobran gran importancia las historias que cada una de estas personas ha vivido; de esta forma como mencionan Hernández, Fernández y Baptista (2003), los estudios de casos son interesantes en sí mismos, estos requieren ser tratados con profundidad, buscando el completo entendimiento de su naturaleza, sus circunstancias, su contexto y sus características. En este sentido nos basaremos en la psicoterapia humanista la cual pone énfasis en las cualidades humanas, la creatividad, la evaluación y la autorrealización personal, es decir, ve al hombre como un todo integral no lo secciona.

4.2 Objetivo

De acuerdo con lo anteriormente mencionado, el objetivo del presente trabajo fue coadyuvar en el proceso vida en las personas de la tercera edad mediante la psicoterapia humanista rogeriana.

4.3 Método

El modelo en que se basó el presente trabajo para la descripción de los resultados fue en la fenomenología; este método permite estudiar no la “realidad externa” que es igual para todos, sino otra realidad individual cuya esencia depende del modo en que es vivida por el sujeto, una realidad totalmente personal que le corresponde exclusivamente y de manera unitaria a la persona.

De esta manera se entiende que la fenomenología es el estudio de los fenómenos tal y como son experimentados, vividos y percibidos por el hombre. Este método permite descubrir los fenómenos singulares respetando plenamente las descripciones que hace la persona de sus propias vivencias, entendiendo la gran dificultad que implica tratar de describir una sensación con palabras, pero conscientes de que estas realidades únicas y poco comunicables son las que logran enriquecer la naturaleza humana.

El método fenomenológico consiste en escuchar detalladamente casos parecidos, para posteriormente ocuparse de encontrar una estructura común a todos ellos. Es importante que el investigador conozca sus propios postulados desde los cuales estará partiendo y que trate de hacer a un lado sus creencias, hipótesis o suposiciones para tratar de captar toda la magnitud de las vivencias del otro. En este método se descarta cualquier tipo de experimento porque se considera que en él se crean realidades nuevas y artificiales que alteran precisamente lo que se quiere conocer.

El método fenomenológico consiste en tres etapas:

Etapa Descriptiva

Esta etapa se divide en tres partes que consisten en: a) elegir la técnica o procedimiento apropiado; b) realizar la observación, entrevista o cuestionario, repitiendo las observaciones cuantas veces sea necesario para captar todo lo

dado y no solo aquello que nos interesa; c) elaborar la descripción protocolar, para producir una descripción del fenómeno que refleje claramente el evento tal cual se presentó.

Etapas estructurales

Tiene por objeto revisar las descripciones incluidas en los protocolos, y consta de siete pasos: a) lectura general de la descripción de cada protocolo; b) delimitación de las unidades temáticas naturales; c) determinación del tema central que domina cada unidad temática; d) redacción del tema central en lenguaje científico; e) integración de todos los temas centrales en una estructura descriptiva; f) integración de todas las estructuras particulares en una estructura general; g) entrevista final con los participantes estudiados.

Discusión de los resultados

Esta última parte tiene por objeto relacionar los resultados obtenidos en la investigación con los datos encontrados por otros investigadores, para entender las diferencias y ampliar los resultados. Es importante señalar que los resultados no aparecen en forma numérica, ya que la importancia no se le otorga a la parte cuantitativa, sino al significado que uno le da a los datos, lo que requiere hablar de su aspecto cualitativo. Los datos no se toman aislados, su correcta interpretación requiere ubicarlos en el contexto en el que ocurren para comprender su significado funcional. De esta manera, para entender la estructura hay que tomar en cuenta no el elemento sino la red de partes, mismas que pierden su característica de unidad al ubicarse en el contexto de la totalidad de elementos, donde adquieren un significado mucho más amplio. Los elementos se relacionan con las otras partes a través de múltiples interacciones, donde poco a poco van adquiriendo una función que solo se explica en la conjunción de las partes con el todo.

El objetivo de la fenomenología es el estudio de los hechos mismos que se manifiestan en la realidad. Es decir, que es una metodología para llegar al conocimiento de la esencia, despoja al fenómeno de los elementos extraños que proceden del exterior o de la persona.

4.3.1 Participantes

Se intervino con dos personas las cuales serán denominadas: A y R.

A: de sesenta y ocho años.

R: de setenta y dos años

Con un nivel socioeconómico medio.

4.3.2 Escenario

Las sesiones se llevaron a cabo dentro de las instalaciones de la Casa Hogar Marillac A. C., ubicada en Avenida Norteamérica no. 150, Fraccionamiento las Américas, Naucalpan, Estado de México, C. P. 53040.

4.3.3 Aparatos

- Cámara de video marca Sony.
- Casete de 8 mm.

4.4 Tipo de estudio

Se utilizó el estudio de caso, ya que como menciona Hernández, Fernández y Baptista (2003), este estudio no es una elección del método, sino del objeto o la muestra que se va a estudiar. El caso es una unidad básica de la investigación y puede tratarse de una persona, pareja, una familia, un objeto, un sistema, una organización, una comunidad, un municipio, un departamento o estado, una nación, etcétera. Este diseño es útil para asesorar y desarrollar procesos de intervención en personas o familias, organizaciones, países, etcétera, y desarrollar recomendaciones o cursos de acción a seguir. Requieren de descripciones detalladas del caso en sí mismo y su contexto. Por ello se utilizó el estudio de caso, de corte cualitativo, basado en un diseño no experimental transaccional (ya

que no se controlaran variables y será en un solo tiempo), y de tipo intrínseco, debido a que este tipo de estudio de caso no tiene como propósito construir una teoría, sino que el caso mismo resulte de interés.

Tipo de análisis

Cualitativo.

4.5 Procedimiento

Se llevaron a cabo de 15 sesiones donde se trabajó con dos personas las cuales solicitaron acompañamiento individual; las técnicas a utilizar fueron:

- Concretización: Implica describir ampliamente los sentimientos, experiencias y conductas dentro de una situación específica.
- Uso de metáforas: Ayuda a clarificar ideas y a establecer la comprensión empática.
- Conflicto mayéutico: Es un recurso que utiliza el terapeuta para que la persona encuentre una solución. Se basa en una serie de preguntas del tipo “¿cómo lo piensas solucionar?”.
- Manejo de silencios: Ayuda a promover la reflexión para que la persona empiece a encontrar una respuesta; además constituye un fuerte mensaje no verbal que puede lograr que la persona sienta que en verdad no está siendo juzgada
- Reflejo de contenido: Busca resumir la esencia de lo comunicado por la persona.

- Reflejo de sentimiento: Procura que la persona tome conciencia del sentimiento o intención implícitos en su comunicación.
- Reflejo no verbal: Es hacer consciente a la persona de sus mensajes corporales (movimientos, gestos, expresiones faciales).

Por otra parte, los procesos que se fueron detectando en las dos personas con las que se llevó a cabo la intervención fueron:

- Autorrealización
- Insight o darse cuenta.
- Uso de Metáforas.
- Manejo de Silencios.

Tanto las técnicas de los terapeutas como los procesos de las personas forman las unidades de análisis fenomenológico de la presente intervención.

CAPITULO V. ESTUDIO DE CASO

CASO DE A

Reporte del Acompañamiento Individual	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>Usuario: Arturo (A) Edad: 68 Sexo: Masculino Nivel Socioeconómico: Medio Grado de Estudios: Preparatoria Terapeuta: Ariadne Sánchez M (T)</p> <p>Antecedentes: Cuando A, se está divorciando de su esposa. También coincide cuando lo jubilaron de la papelería donde el estaba trabajando. Debido a ello el le pide un favor a su mejor amiga: le solicita que si le renta uno de los cuartos que tiene disponibles. Su amiga en efecto lo apoya rentándole el cuarto; sin embargo debido a que su trámite para tener su pensión se llevó alrededor de seis meses; durante este tiempo no le pudo pagar a su amiga lo de la renta; una vez que le dan su pensión A paga todas las rentas atrasadas a su amistad. Sin embargo pasando los meses A comenta que no le alcanzaba para pagar la renta y sus gastos; incluso menciona que hubo tres días que dejó de comer porque no le alcanzaba.</p> <p>Debido a ello su amistad fue con él y le mencionó que si no le paga lo echaría del cuarto que le rentaba; A esperaba que le pagarán su aguinaldo para liquidar su adeudo. No obstante A se dirigió a hablar con la Comisión Nacional de los Derechos Humanos; ahí le indicaron que lo podían apoyar y le recomendaron el Hogar Marillac, una vez que la comisión le consiguió los permisos correspondientes para ingresar al Hogar A, comenta que tuvo que dejar muchas cosas en el cuarto donde rentaba debido a que no le alcanzaba para traer todas sus cosas; menciona que su televisión se la dejó a su amistad para liquidar lo de la renta; de esta forma es como A llega al Hogar Marrillac; que es donde actualmente reside.</p> <p style="text-align: center;">SESIÓN 1</p> <p>T: Buenas tardes, ¿cómo estas? ¿Quieres compartirme como te sientes el día de hoy?</p> <p>A: Me siento muy bien; ahora más contento ahora que vienes, porque me agrada platicar contigo. Y ya se me había pasado no se porque.</p> <p>T: ¿Se pasan luego las cosas no A?</p>	

A: Sí luego tengo, este... pues hoy martes también viene una persona que nos corta el pelo. Entonces yo ya sentía que tenía largo el pelo y... estaba esperando a que fuera martes para que me cortaran el pelo.

T: Sí...

A: Ya me levante temprano, me fui a que me cortaran el pelo y demás. Me fui a que me cortaran el pelo, me lo cortaron y listo.

T: Muy bien A.

A: Y se me estaba pasando por completo que venías y es raro porque es lo que le da sentido al día.

T: Me estaban comentando hace un momento, de cómo te sentías como las personas que convives aquí de una persona en especial.

A: Sí es de una señora la cual yo le tenía muchísima confianza

T: ¿Me quieres compartir de quien se trata A?

A: Pues de una señora que nos atiende que nos hace el aseo, bueno nosotros tendemos nuestras camas y demás. Pero luego a veces... bueno a veces ya no.... yo me bajo a desayunar y ya no tiendo mi cama... y a veces ella la tiende. Yo tengo la costumbre de dejar mi pijama doblada la camisa del lado de la almohada y los pantalones del lado de los pies.

T: Sí...

A: Y te digo ella es quién hace el aseo y a veces cuando yo no tiendo mi cama, luego encuentro que las cobijas tienen ahí unas marcas, y no me gusta porque mi pijama la deja por ahí no la deja como yo la acomodo... la camisola la pone del lado de los pies y los pantalones del lado de la almohada exactamente al contrario. Con el fin de incomodar y... lo logra.

T: Te incomoda

A: Sí me incomoda.

T: ¿Y qué sientes cuando te incomoda? ¿Qué es eso de incomodarse?

A: Me molesta porque... ella lo puede hacer bien porque ha visto como lo dejó y es lo normal!!!. Mi mamá me decía la parte de los pies, no se pone en la cabecera y viceversa, entonces hay un método y no lo hace pero en fin; esto todo mundo lo sabemos. Pero ella lo hacia al contrario para incomodarme o molestarme.

T: Entonces A esto que tu me dices que te incomoda que a veces no lo hacer de manera correcta; cuando ella ya vio ¿cómo lo hiciste tú? ¿Qué sientes cuando ella hace esto? ¿Cómo te pones? ¿Qué haces?

A: Bueno me pone de mal humor..

T: Sí...

A: Y se me perdió una chamarra me la regalaron cuando cumplí 5 años donde estuve trabajando y era una chamarra de "Laynon" y simple, un color rojo y un color negro muy vistosa escandalosa con anuncios ahí de algunos productos que lápices, cuadernos en fin.

T: Sí...

A: Yo la tenía ahí me la ponía de vez en cuando porque estaba muy vistosa demasiado.. y pues para lo serio y viejo que debe de ser uno pues ya no pues sí uno ya debe de ser serio. Yo fui muy relajista.

T: Muy bien...

A: Y te digo se me perdió esa chamarra y yo le dije a la hermana qué se encarga de aquí del segundo piso, le dije que mi chamarra se me perdió y le dije que nadie más que esta señora Angelita es la única que puede meter mano ahí. Y alguna vez tontamente no pongo llave donde están mis cosas, alguna vez hasta he dejado pegadas mis llaves y digo tontamente, pues yo digo no yo me siento muy a gusto y no debería que andarme cuidando de esas cosas, pero en fin.

T: Sí...

A: Así que yo fui el que promovió el que sucediera pero bueno...

T: ¿Y te decepcionó eso A como me lo comentas?

A: Sí, porque era una señora a la cual yo tenía mucha confianza.

T: Claro

A: Entonces yo se lo comenté a Roberto (compañero de piso); sobre mi chamarra; y luego en navidad también se me perdió unas de estas bolsas ¿como se llaman? ... cangurera y una vez yo la había guardado en la parte de abajo; porque ahí tengo las cosas que no estoy moviendo constantemente.

T: Sí...

A: Entonces, pues yo tenía acomodado esas bolsas, no las necesitaba pero las busqué "por sí las moscas"; la busqué y no estaba y dije ha también se la llevó.

T: Y ¿Cómo te hizo sentir eso A?

A: Mal muy mal

T: ¿Qué hiciste?

A: Me molestó mucho, entonces con quién converso y le tengo confianza es con Roberto, entonces...

T: Le ¿comentaste?

A: Sí le comenté, incluso a la hermana.

T: Sí, y cuando esto; lo que entiendo es que tu esperabas ver

ψ Ríe

todas tus cosas porque tu confiabas en Angelita, por lo que tu tenías la plena confianza y fue como ¿si se rompiera algo no? Es como si tuviéramos una bola de cristal, transparente y hermosa y de repente se cayera no? ¿Sí va por ahí como te sentiste?

A: Sí exactamente, como a la hora de caer la bola de cristal, fue la decepción que me lleve.

T: Bien, ¿Qué sentiste con esta decepción?

A: Me irritó, me dio coraje como es que... como ella es la única que entra por lo tanto es la única que pudo haber tomado las cosas. Y Pues sí le comente a Roberto y a la hermana. Y esto que te comento fue la semana antepasada y ayer que me habían llevado mi ropa para lavar entonces busque otra pijama, una delgada que tengo, entonces me dio cuenta que estaba todo revuelto. Te digo esto fue la semana antepasada que bueno que me di cuenta quien sabe desde cuando se la llevó te digo yo casi no me ponía la chamarra. Y bien en estos días creo... que el viernes

T: Sí...

A: Me dice ella me dijeron, que anda usted diciendo que yo le robe una chamarra; y la verdad me enoje mucho, lo único que le dije sí usted quiere ser irracional adelante, le iba a decir pero ya no le dije; y también a las personas que pasan por la calle les voy a decir.

T: Sí...

A: Y me dijo usted esta diciendo de la chamarra; y ahí esta. Ella me decía de esta chamarra (señala una chamarra que tiene enfrente). Pues esas son de tintorería entonces ella me dice tenemos lavandería de hecho yo la otra vez le di \$20 pesos para lo de la tintorería y luego \$40. A mí se me figura que no es derecho

T: Entonces tú piensas que no se debe de pagar nada y ¿que ella solo te lo pide?

A: Sí de hecho la otra vez le iba a decir a ver dame el recibo.

T: Tu buscando ¿qué fuera real no en esta caso?

A: Sí un día le di los \$20 pesos y ya se acabo. Y estaban con sus bolsas de plástico de estas que les ponen para protegerlas. Y yo las deje bastante tiempo ahí con el plástico. Ella me decía ¿qué no esta ahí con la bolsa?

T: Y tu ¿qué le dijiste?

A: Pues yo le iba a decir no se haga tonta sí ya la saco de mi guardarropa, el día que yo deje abierto, pero en fin. No me gustan esas cosas; no quiero...

T: ¿Qué no quieres?

A: No quiero caer en discusiones, es que luego terminan mal las cosas, luego una discusión puede terminar en violencia

Ψ Uso de Metáforas:
“Como una bola de cristal transparente hermosa y de repente cayera.

porque se irrita alguno de los dos, en fin.

T: Entonces ¿cuándo te enojas eres violento A?

A: No; no quiero prefiero evitar esos enfrentamientos así porque los tuve con mi exesposa; entonces era muy molesto.

T: ¿Qué te molestaba A?

A: Algo que se reclama, yo pretendo ser consiente y demás; no soy muy enojón; procuro no enojarme.

T: Entonces cuando te enojas eres ¿cómo sí fueras una olla express? ¿si va por ahí?

A: Sí. y no quiero; procedo de una manera irracional y no se lo que pueda hacer. Y mejor lo evito y no dejó que llegue a esos extremos...

T: Silencio.....

A: Bueno hasta la violencia; yo no quiero. Afortunadamente las pocas veces que llegó a suceder esto con mi ex esposa; que fue cuando llegué a tener estos enfrentamientos. Entonces es una cosa muy... Y bueno en algunas ocasiones que llegamos a... discutir muy fuerte; ella para provocarme llego a bofetearme. Y entonces para yo no caer en cosas peores; yo no hacía nada. Incluso hasta me quitaba los anteojos; yo no hacia nada porque me bofeteaba las dos mejillas Yo no hacía nada... yo me aguantaba....

T: Sí.....

A: Yo puedo haber actuado de forma diferente no se un puñetazo; pero no porque eso era lo que ella quería. Así me quería provocar para que yo la atacará

T: Sí.....

A: Y yo no caía en el juego; varias veces lo hizo y delante de sus hijos. Era una cosa terrible, todo lo que ella ganó fue el menosprecio de sus hijos. Lo que ella quería; era que yo me violentara para que yo lo atacara. Pero yo no caía en el juego. Más de dos veces llegó a pasar que sucediera esto de que me bofeteará.

T: ¿Y cómo te hacía sentir estas situaciones A?

A: Pues yo sentía que debía de controlarme hasta ese extremo.

T: ¿Era como impotencia?

A: Sí era como provocarme y que yo cayera en el juego; pero yo no me dejaba.

T: ¿Y que pasaba ante todo eso A? ¿Qué sentía tu cuerpo; porque yo cuando me enojo no sabes pero me pongo sentimental? ¿Tú que sentías?

A: Pues yo sentía una tensión terrible; y pues tenía que controlarme y podía controlarme.

T: Y ¿cómo te controlabas A?

Ψ A menciona que prefiere evitar enfrentamientos o situaciones como las de su ex esposa para que no caer en la violencia.

Ψ Mientras comenta esto, comienza a realizar muecas con sus labios.

Ψ Manejo de silencios

Ψ A, cuando comienza a describir las experiencias con su ex esposa se queda callado. Y coloca su mano en su barbilla y frunce sus labios.

Ψ A, menciona que su esposa lo provocaba, para que él la atacará

Ψ A, menciona que el no caía en el juego de ex mujer. Repite nuevamente que lo provocaba.

Ψ A, menciona las

A: De momento nada más aguantarme. Mira.. yo desde cuando tenía 12 años murió mi madre, ya se había casado mi hermana la mayor y luego la hermana anterior a mi ya no estaba con nosotros y ... y luego seguí mi hermano menor me llevaba muy bien, lo quiero mucho. Y pues te digo se murió mi mamá cuando yo tenía 12 años; entonces con mi padre no tenía bueno no ganaba lo suficiente y nada más para nosotros entonces no podía contratar a una persona; por lo que yo tuve que hacerme cargo de hacer la comida y demás; lo hice durante mucho tiempo; las vecinas que yo tenía yo les preguntaba a las que les tenía confianza; les preguntaba que como debía hacer la comida. Me enseñaron y pues aprendí hacer comida.

T: Mira que bien... en este caso A, a lo que me has estado comentado eres como una olla Express, “explotas”, aunque ¿tratas de ser tolerante y ese es tu objetivo verdad?

A: Sí; aquí hay muchas cosas que me irritan; entonces creo que la forma en que me desahogo es criticándolo algunas veces de una forma muy dura.

T: Y ¿cómo te hace sentir eso A?

A: Me descarga...

T: Te descarga.. Y eso ¿te hace sentir bien?

A: Pues sí ya me hace sentir bien; tengo creo que por eso mis compañeros tienen la percepción de que soy rebelde. Y si lo soy, sí hay algunas cosas que no me agradan yo las comento y me encanta el relajo; ahora verás cuando estamos esperando los alimentos a las nueve de la mañana; cuando es el desayuno pero muchas veces yo estoy media hora antes o quince minutos antes y estamos esperando. Tengo un compañero con el que platico a parte de Roberto; Roberto es muy buen amigo de él. Él está allá en el quinto piso; en ese piso estaba con su esposa bueno su novia más bien pero sus hijas se la llevaron y pues el ya se quedó sólo en el quinto piso. El es muy mansito... entonces; te digo yo llegó antes me jaló una silla y me siento a esperar que abran el comedor y me espero ahí; luego el llega y nos ponemos a platicar algunas cosas y luego cuando llega la hermana y nos dice: ya pueden pasar. Yo digo: no!!! No, no mejor hoy no comemos o no desayunamos en fin... Y el dice: no, no digas eso nos pueden llamar la atención y yo le digo no importa. Entonces yo siento que nos tratan como “ovejitas que lo que nos dicen tiene uno que hacerlo” y yo no francamente no me siento del rebaño de ovejas

T: No te sientes así entonces?

A: No, quiero ser del rebaño; que sí vamos a rezar; que sí

experiencias con su ex mujer, le hacían sentir una tensión terrible, porque el debía controlarse.

Ψ A, menciona que en el Hogar hay cosas que lo irritan y que la forma de desahogo es criticando algunas veces de una forma muy dura. (Insigth)

Vamos al rosario o a la misa; yo no quiero sanar mi alma.

T: ¿No quieres sanar tu alma?

A: No, no quiero, yo les digo yo mejor quiero irme para allá abajo con el chamuco; nada más por llevarles la contraría. Y mi compañero que te digo; él si quiere como que sanar su alma; como el ya tiene ochenta creo que sí; entonces pues ya va de salida; bueno creo que es lo que el quiere pensar; por eso se porta muy bien va a misa y todo.

T: Ah.... mira. Oye A; y un poco retomando lo que me has comentado como me mencionaste lo que paso con la señora a la cual le tenías mucha confianza, lo que paso con tu ex-esposa ; quieres compartirme ¿qué es lo que pasa cuando tú eres tolerante? ¿qué pasa por tu cuerpo?

A: Por principio aquí me he propuesto ser tolerante y aguantar y... luego temo no poder serlo. Pero no ha pasado.

T: A ¿qué le temes?

A: Con mi ex-esposa este... no llegué ha... bueno una vez llegue a tirarle un puñetazo; por fortuna no se lo alance a dar, fue la única vez, luego me sentí muy mal porque dije no debí hacerlo.

T: Sí...

A: Luego dije puedo aguantar más, puedo ser muy tolerante.

T: Oye A, y ¿a ti te gusta aguantarte?

A: Pues... debo hacerlo porque me lo he propuesto, y quiero ser racional y...la única vez que te digo que le tiré un puñetazo a mi ex-mujer ; después me sentí mal porque dije que no debí hacerlo; debo de ser tolerante entonces me sentí mal conmigo mismo.

T: Y ¿hasta ahora has sido tolerante? Bueno hace rato me mencionabas de la señora a la cual tu me mencionas que le tenías mucha confianza; es como si rompiera con todo “lo bonito como una bola de cristal transparente”; lo rompíó.

A: Sí el aprecio grande que yo le sentía.

T: Exactamente, fue para ti muy impactante esta parte; porque me llegaste ha decir que metías las manos al fuego por ella.

A: Sí yo tenía mucha confianza...

T: En este caso; tu le hiciste saber esto que te hizo sentir o te ¿has estado aguantando?

A: No he tenido oportunidad de hablar, algo le dije ese día que te estaba diciendo que me dijo; lo que le habían dicho. Y fue cuando yo le dije que yo hubiera metido las manos al fuego por usted. Ella me dijo no pues no... Justo hace poco estuvieron recibiendo un curso en el salón de aquí enfrente; donde les ponían citas de la Biblia por ejemplo “ama a tu prójimo, en fin; entonces yo le comente entonces todos los cursos que les dan no sirven. Como le dije a ella quién

Ψ A usa la metáfora de “ovejitas que les dicen lo que deben de hacer”

Ψ Ríe

Ψ A menciona que siempre trata de ser tolerante y aguantar, pero a veces teme no poder hacerlo.

Ψ A vuelve a reiterar que siempre desea ser racional, menciona la experiencia con su ex mujer; donde refiere haberse sentirse mal consigo mismo.

puedo haber tomado la chamarra; como le volví a repetir que les estaban dando cursos para que puedan apreciar a los abuelos y demás. Y ella me dijo que esos cursos ellas los pueden si quieren, que ellas pueden elegir si quieren ir o no. En fin le dije para que le sirvieron; eso es una forma de desahogarme de lo que sucedió.

T: Bien y ante todo esto, ¿qué sensaciones tienes dentro de ti?

A: Pues la decepción de que yo confiaba en ella, nada nuevo porque una sensación más fuerte fue con lo de mi ex – mujer; de que yo la amaba y me decepcionó en fin....

T: Claro, cayo lo mismo ¿lo podemos relacionar?

A: No, eso de la señora fue muchísimo menor; lo de la señora fue tal vez un momento y ya. Por cierto cuando ella viene hacer el aseo y que yo estoy aquí; ya nos habían dicho que cuando uno se encuentre dentro y vengan las señoras hacer el aseo; que mejor uno se debe de salir porque puede verlo como pecado; por lo de las hermanas que son todas unas religiosas. Entonces para evitar cosas.

T: Sí

A: Entonces; yo las bromeo con las señoras de la limpieza; y les digo: yo mejor me salgo para que no comiencen a murmurar, y sí ya me salgo me voy a sentir en la salita y espero que termine de hacer su aseo; y luego ya me dicen ya puede pasar ya vengo. Y sigo haciendo mis cosas oyendo música o viendo la televisión.

T: Claro...

A: Es una relación así superficial; me decepcionó que yo le tenía tanta confianza y que me desapareció la chamarra, me decepcionó pero no al grado de con mi ex esposa, esa era una decepción completamente diferente.

T: ¿Cómo era esa decepción A?

A: Pues yo la amaba y comenzaba a tener dificultades fuertes muy fuertes.

T: Silencio.....

A: Y ella... me este... me provocaba para que yo la golpeará en fin.... y eran cosillas... Bien... Yo temía que alguna vez yo no fuera a soportar su forma de provocarme y entonces sí yo llegaré a cometer algo que después me fuera arrepentir de ello; yo temía que fuera a pasar eso.

T: Esto que me comentas A ¿cómo que cosas crees que tu podías cometer?

A: Pues, golpearla hasta el grado de lastimarla seriamente... en fin.

T: Tú ¿tenías miedo a eso?

A: Temía llegar a esos extremos sí.

T: ¿Cómo la podrías lastimar?

A: Pues sí la golpeaba... este... lastimarle la cara.. .en fin... principalmente la cara.

T: ¿Hasta que grado consideras que tú podías haberla lastimado?

A: Eso es lo que yo temía; no mucho, yo creo que en el caso de que hubiera presentado.. que afortunadamente no fue.. .yo creo que hasta un cierto grado de lastimar; pero no en una forma terrible no creo haber... en el caso de que hubiera pasado más allá de cómo fue; que no fue tan serio; no, no creo que mi conciencia no me hubiera permitido ir más allá.

T: En este caso mencionas que fue una sola vez que “perdiste” como decimos que perdimos el control y salió volando todo; es como “si tuviéramos un lazo; done pasando se pierde todo el control, y en este caso así sucedió”

A: Sí eso fue lo más violento, que llego hacer. Porque si le tire un puñetazo; pero no la toque.

T: De acuerdo ¿ibas con la intención de tocarla pero no lo lograste?

A: Sí, después me reproche a mi mismo haber perdido el control; me hizo sentir más mal eso; ese egoísmo

T: Sí... ¿egoísmo?

A: Sí me aprecio mucho; me tengo en un concepto más elevado del que no debe de perder la paciencia así tan fácilmente. Me exijo más.

T: Me exijo mucho...

A: Bien....en ese caso hasta el día de hoy como te hace sentir todo esto, me estas comentando.

T: Bueno... pues ya he aprendido que no debo persistir sensaciones de desagrado; por eso ya las desecho.

A: En este caso A ¿te puedo hacer un comentario?

T: Bueno yo por ejemplo cuando me platicas un poco sobre esto; todavía hay como algo... yo lo veo mucho en tus labios; tu labios me están indicando mucho porque tiendes a pensarlo mucho, ¿no se si tenga algo que ver? Yo veo que cada vez que me describes estas situaciones tensas muchos tus labios.

A: Bien por principio, yo no acostumbro a platicar esto; no hay a quien se lo comente. Tenía ahora verás una amiga a quién más o menos le comentaba...

T: Sí...

A: Todo esto, pero muchos años nos tratamos, cuando yo deje de trabajar en la papelería; yo ahí tenía mi habitación y todo... deje de trabajar porque se cumplió mi periodo en fin... bueno me jubilaron; entonces mi amiga vive en Tlatelolco ahí en un cuarto pequeño ahí; entonces yo me

Ψ Nuevamente A, recordando las experiencias con su ex mujer, realiza muchas pausas (silencios) y coloca su mano izquierda sobre su barbilla

Ψ A, menciona que tal vez muy enojado, pudo haber golpeado a su esposa muy seriamente.

Ψ Haciendo énfasis de su enojo; se utiliza la metáfora: “Como si tuviéramos un laso, y rebasándolo se pierda el control”

Ψ Se realiza un reflejo no verbal,

fui a vivir ahí; ella me alquilaba...

T: Entonces a ella sí le comentabas..

A: Sí a ella sí yo le tenía mucha confianza; ella fue... este... un punto clave con mi exesposa; eran muy amigas vivieron en el mismo edificio; ya se conocían muy bien. Entonces mi ex esposa cuando aún estaba por iniciarse el divorcio de mi amiga; la única forma de saber de mi ex esposa era a través de ella porque luego; mi amiga me convencía de ir a visitar a mi ex esposa y luego también ella misma me traía recados de mi ex mujer. Entonces estaba muy ligada ha todo

T: Entonces ¿tu amiga sabía varias cosas?

A: Sí, a ella yo le comentaba bastantes cosillas

T: Claro...

A: Entonces pasaron varios años, y entonces me case... tuvimos a nuestra hija... y sólo de vez en cuando veía yo a mi amiga; esto era algunas veces con mi mujer cuando llegamos a reunirnos; con ella. Y luego después mi ex mujer y yo tuvimos dificultades y nos divorciamos; después se acabo todo y... yo después veía que a mi amiga de vez en cuando y hasta eso después del divorcio yo le dije que si me alquilaba su cuarto y pues me fui a vivir ahí. En lo que me dieron la pensión; se lleva mucho tiempo los trámites; son vueltas y vueltas a una oficina del seguro que porque necesitan verificar si cumples; quién sabe cuantas semanas en fin... paso mucho tiempo para que me empezaran a dar mi pensión; entonces se fue acumulando lo que yo le debía a mi amiga de la renta, fue casi medio año entonces le pague su dinero y estábamos felices los dos. Pero luego resulta que no me alcanzaba; algunas veces compraba lo más necesario; paga la renta y hubo en tiempo que hasta cuatro días deje de comer porque no me alcanzaba la pensión; podía ir con mi amiga y ella me podía dar de comer; pero yo no quería... no; no quería molestarla. Alguna vez se lo comente y ella me dijo pues alguna cosa te hubiera dado; pero yo no quería molestarla. No se orgullo en fin.. y que no me alcanzaba y pues se reunieron dos meses y no le pague porque no me alcanzaba; yo le había dicho; y una ocasión llego y me dijo no pues ya no te vamos a lanzar si no me pagas.

T: Sí...

A: Y yo esperaba que bueno me dieran del aguinaldo para pagarle, bueno estaba pesando ahora que me den le pago... en fin.. Pero me salió con eso de que me iban a lanzar de ahí. Entonces yo fui a la Comisión Nacional de los Derechos Humanos; ellos fueron los que me consiguieron

indicándole que cada vez que describe las situaciones con su ex esposa, tiende a pensar muchos los labios y colocar su mano sobre su barbilla.

Ψ A, considera que esto se debe a qué no acostumbra a platicar esto. (Insight)

Ψ A considera que él ser tolerante le puede

venir aquí.

T: Bien...

A: Sin embargo mi amiga fue ahí fue por mi televisión...(prensa los labios y coloca la mano izquierda sobre su barbilla) y yo le dije si llévatela ahora que me den mi pensión te pago. Se llevó la televisión pues ya... yo tenía muchos libros; yo tenía una biblioteca algo grande y pues necesitaba dinero para pagar la mudanza de allá para acá al Hogar. Entonces dije pues debo de dejar mis libros; entonces me traje lo más imprescindible y todo quedo ahí en el cuarto, libros; algo de ropa en fin... algunas cosas que no iban hacer tanta falta se quedaron ahí.

T: Oye A, esto que me has estado mencionando mi pregunta es ¿cómo te sientes en el aquí y el ahora? ¿Me mencionas algo sobre tu esposa, yo percibo que comentas mucho acerca de ella, cómo te sientes?

A: Me siento libre, yo aquí puedo salir a la hora que quiera me gusta la fotografía y salgo a comprar rollos tomo las fotografías que yo quiero y luego salgo para revelarlos y demás... veo a mi hija. Viene mi hija a visitarme o yo la llamo; nos hablamos por teléfono; algunas veces nos visitamos en la casa que quedo a nombre de mi hija, donde vive mi ex mujer, yo veo a mi ex mujer y nos saludamos y como si no hubiera pasado nada. A veces le hago bromas... y nos vemos en algún acontecimiento que se reúnen para celebrar y ella es la que hace la comida, a mí me gusta la comida que hace.

T: Y ¿cómo te hace sentir A, el que ella piense como si no hubiera pasado nada?

A: Me agrada...

T: ¿Por qué te agrada?

A: Sí yo me exijo mucho, debe de actuar conforme a la realidad

T: Y ¿cómo es la realidad?

A: Nos separamos y se acabo y ya. fue bueno cuando fue y ahora ya no fue . Y cuando estuvo cerca; yo la sueño mucho; en el terreno sexual era una cosa magnifica. Yo soy muy ardiente y ella también

T: Sí...

A: Entonces en ese aspecto magnifico, la sueño con frecuencia

T: Eso es lo ¿qué sigues soñando con frecuencia en este momento?

A: Sí, en ese aspecto

T: Eso era lo máximo para ti, algo bonito ¿verdad?

A: La extraño en el aspecto físico

T: ¿La extraño más en el aspecto físico?

ayudar a sentirse mejor.

ψ Uso de Metáforas:
"Como una bola de cristal transparente.

A: Sí, porque ella no era muy amorosa; lo fue al principio; pero normalmente no lo era. Ella no manifestaba sentimiento amoroso; yo siento que yo si los soy.

T: Así como osito apapachador

A: Sí, ella más bien era algo fría

T: Ah... bien

A: Incluso con sus hijos, yo no, con mi hija siempre he sido amoroso, desde pequeña yo siempre le decía mi "coraton" y ahora le sigo diciendo así. Yo creo que soy así porque como crecí la adolescencia la pase sin mi mamá que murió; y pues ella si era muy cariñosa con nosotros conmigo.

T: Claro, tu me dice A que la extraña más el aspecto físico; qué la extrañas más. ¿Cómo la extrañas? ¿Qué es extrañar A qué sientes?

A: Pues te digo con sueños, se supone que a mi edad cumplir 69 años, se supone que yo; ya debería de haber experimentado la cuestión esta de la andropausia; se supone pero se supone que todavía no se presenta. Sigo sintiendo deseo sexual; lo sigo sintiendo...

T: Y ¿qué pasa por tu cuerpo A? Cuando pasan estos sueños que te siguen ocurriendo

A: Pues la... este... lo... normal... lo físico. Incluso tengo erección cuando me levanto y demás.

T: Sí

A: Se supone que yo ya debería de llegar a la andropausia, se dice que los machos no vamos ha permitir que llegue; yo te digo yo quiero estar con la realidad, se que va ha llegar y pues que llegue y pues ya ni que...

T: Y ¿cómo te hace sentir todo esto? Siento este deseo de estar con ella.

A: Por cierto que bueno, que estamos tocando esto porque me llevo a inquietar un tiempo en que llega a tener esto lo que le llaman el complejo de Edipo...Entonces yo tenía deseos de conversar con un psicólogo; el doctor que hay aquí te digo que es psicólogo

T: Sí

A: Le comente que algunas veces ¿renace el complejo de Edipo?. El me dijo pues sí, de las personas que tenemos más cerca y demás; pero no me respondió a eso que me estaba inquietando.

T: Claro en este caso A; te comento que nosotros somos más humanistas; entonces enfocando en ello nos interesa saber como te sientes ahorita; esto que me mencionas que te sigue moviendo cosas porque es una necesidad que tú tienes en este momento por ello yo te pregunto ¿si me quieres compartir sobre esos momentos donde tiene es ausencia?

Ψ Comienza a chupar y/o morder los labios y se pone la mano izquierda sobre su barbilla.

Ψ Se utiliza el manejo del silencios; para que A encontrará su propia respuesta sobre lo que relató sobre lo de su ex mujer.

Ψ A menciona que todavía tiene deseos sexuales de estar con su esposa

A: A bien, la realidad es que estoy aquí y la edad que tengo y que estoy resuelto en el aspecto que no tengo problemas que sí me quedo sin comer como lo tuve en un tiempo; aquí me lavan mi ropa, tengo los alimentos en los horarios establecidos. A veces en la noche no me llena la merienda bueno, estos días he estado muy comelón, entonces tengo hambre estoy viendo la televisión y luego ahí aparecen que como preparar los platillos (ríe) me da mucha hambre; le he comentado a la madre superiora que a veces cuando tengo hambre me dan ganas de gritar por la ventana tengo hambre (ríe).

T: Bueno y a esto que me comentas sobre estos sentimientos o sueños, que extrañas "es como un vacío físico? ¿sí va por ahí?

A: No

T: Entonces a que te refieres con extraño, me lo puedes describir.

A: Bien es que siento ese deseo y la extraño en la cuestión física no era muy amorosa; y luego a sentir ese deseo pero... este me auto complazco y ya.

T: Sí.

A: Y pues ya y se acabo

T: Bien, y después ¿cómo te sientes?

A: Pues ago lo que tengo que hacer que me tengo que levantar y que tengo que bañarme rápido; porque sino luego me quiero quedar un rato más acostado y pues a las 5:00 a.m. llega el agua caliente y luego ya a las 8:00 a.m. ya se termina el agua. Y luego si me levanto tarde pues ya no alcanzo agua caliente. Y pues yo padezco de bronquitis crónica. Antes iba con frecuencia al seguro a urgencias porque tenía muy inflamados los bronquios; entonces a pesar de que tengo mi medicamento; pues tenía muy inflamados los bronquios, y cuando me atendían ahí en urgencia a mi atendían y ya hasta que me sentía bien me regresaba para acá. Iba mi hija a visitarme, yo no quería que la avisaran pero pues la trabajadora social, dijo que debían de avisarle ; entonces llamaban aquí, y de aquí le daban el teléfono de mi hija; y luego mi hija me iba a visitar. En una ocasión hasta mi ex mujer fue a visitarme.

T: Y ¿cómo te hizo sentir eso A?

A: Me sorprendió muchísimo que fuera a visitarme, me comenzó darme unos consejos por ejemplo que me levantara despacito, para que no fueran a fallarme las piernas; muy amable se porto.

T: Y ¿cómo fue eso de amable?

A: Pues me dio gusto verla, algunas veces he pesado que me

daría gusto que me visitará aquí. No se me ha hecho verla pero en fin...

T: Y ¿no le has dicho A o comentado de lo que quieres?

T: ¿Por qué A?

A: No se ha presentado la oportunidad y pues no esta cerca. Es una parte te digo una cosa es lo que yo quisiera y otra la realidad. Y pues me apego a la realidad; quiero estar en la realidad; y no siendo que sea sacrificio yo creo que más mi deseo de seguir siendo racional.

T: Sí...

A: A la vida romántica que debería ser, la realidad es completamente diferente. Sí, uno se figura que todo va a ser una cosa maravillosa no, no. Además mi edad debo de asumir la edad que ya tengo.

T: Por lo que me comentas a ti te gustaría que de repente viniera ¿no?

A: Sí, me gustaría verla igual que mi amiga me gustaría. Mi amiga me llamaba por teléfono. Ella tiene un hijo el cual su papá vive en San Luis Potosí. Ella estuvo por aquí la semana pasada y me llamó y me dijo haber si puedes venir en la semana santa venir con nosotros. Y me dijo que había todo comida; que lo único que tenía que tomar era el pasaje. Y yo estaba pensando sí estaría muy bueno, pero como que no me llama tanto la atención.

T: Entonces ¿no te llama la atención?

A: Sí me gustaría y me sentiría a gusto pero no quiero hacerme ilusiones; ya no debo de hacerlo.

T: Ilusiones en ¿qué aspecto?

A: Pues de que voy a estar tan a gusto y que voy a estar ahí ; pero el estar a expensas de ellos. José Luis se llama su actual pareja; me llevó muy bien con él; nos gusta tomarnos nuestro ron; que por cierto ya hace bastante que no tomo. Antes me tomaba mis cubas 2 o 3 cuando mucho y pues ahora ya no debo de beber alcohol; esto debido a un accidente que tuvimos bueno tuve una herida en el cerebro; entonces eso me provocó epilepsia.

T: Sí

A: Una cosa terrible!!!. Cuando yo me repuse del accidente fue bastante difícil; estuve según mi mujer tres días en estado de coma

T: Bastante grave A...

A: Sí en terapia intensiva y que bueno que me recupere; puede haber quedado invalido; en fin... De los males el bien; bueno yo siento que es una enfermedad vergonzosa

T: ¿Vergonzosa?

A: Es que yo siento que jamás me hubiera imaginado a tener

Ψ Comienza. a poner su mano en su barbilla, y reitera como extraña a su esposa sexualmente

epilepsia; resulta que cuando empecé a tener los primeros indicios; y pues yo en ese entonces estaba en proceso de divorcio con mi mujer, entonces la que había sido nuestra recamara ya no estaba donde la deje; aunque vivíamos en la misma casa; estábamos separados; yo comía fuera.

T: ¿Totalmente independiente A?

A: Sí, entonces cuando comencé a sentir los primeros síntomas, el “aura” era muy extraña. Yo fui a ver a mi médico familiar y me le dije que quería ver al psicólogo y ya me dio la orden para ir. Era un psicólogo la que me atendió. Bueno primero fue psicólogo con el cual me llevé muy bien; una magnífica persona; luego lo acompañaba que a comprar cigarros y salíamos de la clínica; él compraba sus cigarros y nos íbamos platicando de diferentes cosas.

T: Claro...

A: Muy buena persona a todo dar el psicólogo. El ya me dijo que me iba realizar algunos estudios; yo no sabía en ese entonces que yo padecía de la epilepsia.

T: Sí

A: Y el me dijo vamos hacerle un electrocardiograma; no!! Que el electrocardiograma

T: ¿Encefalograma?

A: Y el fue el que me estuvo mostrando los estudios y me dijo de la enfermedad y me dijo de las crisis convulsivas.

T: Bueno retomando un poco; lo que me has comentado, vamos viendo si estoy entendiendo lo que me estas compartiendo. Igual entonces ¿sí te dolió mucho la separación entre tu exesposa y tú más la física que la emocional?

A: Pues sí, te digo pierdo a mi mujer en la cuestión física

T: ¿Únicamente?

A: Porque la cuestión sentimental pues no me dolió porque ella no era amorosa

T: Entonces esa cuestión física que mencionas A; es como “un vacío en la panza” ¿podemos tomarlo así?

A: No. Por cierto a las seis de la mañana a esa hora es cuando yo acostumbro levantarme desde hace muchos años. Y coincidía que a esa misma hora cuando estuve casado con mi mujer; era la hora en que teníamos relaciones

T: A las seis de la mañana

A: Sí a esa hora yo estaba medio dormido

T: Sí

A: Me despertaba y entonces comenzabas a tener relaciones sexuales, claro también durante la noche también había más.. pero en fin...

T: Pero a esa hora ¿era especial para ti?

Ψ Comienza a chupar y/o morder los labios y se pone la mano izquierda sobre su barbilla.

Ψ A, considera que debe de asumir su realidad y de las cosas que le suelen pasar a su edad. (Insight)

A: Ahora actualmente, yo me levanto bastantes veces del baño a orinar porque el medicamento que tomo me provoca eso. Entonces a veces nos dan café, té o atole que a veces nos hacen; entonces es mucho líquido

T: ¿Qué tienes que desechar?

A: Sí, hasta cinco veces me levanto para orinar en fin.. A las seis de la mañana bajo la persiana abierta para ver el sol. Y tengo esa costumbre de levantarme a las seis. Y luego; pues tengo un compañero de aquí lado Pablito, él tiene su forma de ser; algunas veces a las cinco se levanta para apartar el agua. Tenemos tres cubetas las cuales las llenamos porque en el día no hay; entonces si usamos el baño tenemos que usar las cubetas que ya apartamos en fin... ya sea que la aparte él o yo. Y luego se levanta y él llena las cubetas y pues yo escucho; pues hace un escándalo que pareciera como si fuera una trompeta (ríe). Y pues ya medio me despierto; porque a las seis ya estoy despierto.

T: Ya es un hábito que tienes

A: Sí, me paro y me baño. Pero luego pasa que las siete me quiero bañar y todavía Pablito esta ocupando el baño; y luego yo siento que lo hace a propósito. El tiene la costumbre de abrir la llave del agua caliente y la deja ahí; él quiere que a mi no me llegué agua caliente cuando me baño.

T: ¿Por qué crees que él quiera eso?

A: Es una forma de imponerse...

T: Ah, sí...

A: El siente que esta para mandar, entonces quiere imponerse entonces una de las cosas que hace es que, cuando uno pasa por ahí donde esta él comienza a toser como para imponerse.

T: ¿Y cómo te hace sentir eso A, el qué quiera imponerse?

A: Pues ahora verás el tosía para imponerse entonces, encontré la forma de que se calme, has de cuenta que cuando comienza a toser yo le lanzó una trompetilla y fuerte.

T: ¿Cómo es la trompetilla?

A: "Trutrurtur" Entonces cuando comenzaba a toser pues yo le hacia así; y pues ya dejar de toser

T: ¿Y a ti cómo te hace sentir eso A después de que lo haces?

A: Pues es una forma de contrarrestar la forma de que se me imponga alguien.

T: Te ¿hace sentir mejor?

A: Sí, por ejemplo el licenciado; ya he tenido algún encuentro con el licenciado

Ψ Comienza a chupar y/o morder los labios y se pone la mano izquierda sobre su barbilla.

T: Sí..... Entonces te molesta que alguien llegué a decirte lo que tienes ¿qué hacer?

A: Sí no me gusta que se traten de imponer; así porque sí... pues ahí si digo vamos a ver d como nos toca; no soy un buen peleador pero en caso de ser necesario nos tenemos que enfrentar a golpes sí lo hago.

T: Si ¿lo haces? ¿si te pelearías?

A: Sí hasta la fecha no lo he hecho, ojalá no lo haya. Y si lo hay no me voy a quedar con los brazos cruzados. Me doy con quién sea, con el licenciado es con el único que he estado a punto de...

T: De ¿pelearte?

A: Sí, ahora verás a principio de cada mes; voy a la oficina de él, que atiende su secretaria; yo me llevó muy bien con ella, ella me da lo que resta de mi pensión aquí se toma el 70% ellos y el resto me lo dan; cada mes. Entonces ya voy; entonces una ocasión yo fui a buscarla; por la mañana, algunas veces que no llega la recepcionista esta el licenciado atendiendo o constelando las llamadas entonces en esa ocasión yo me fui a buscar a Lizbeth, y entonces estaba el licenciado; yo nada más iba a ver si ya había llegado la secretaria era temprano; entonces el me dijo desde la recepción ¿qué se le ofrece?

T: Y ¿tú que le dijiste?

A: Yo le dije Nada, él me dijo y porque se enoja. Yo le dije: ¡no estoy enojado! fue una cosa muy tonta de él. El piensa que es el licenciado piensa que tiene el poder. A mi no me cae porque cuando yo llegué aquí; yo a todo saludaba; y al me lo encontraba y lo saludaba y yo le decía buenos días o buenas tardes y el nunca me contesto; entonces yo dije al demonio ya no lo voy a saludar y no lo saludo actualmente. Entonces a veces me lo encuentro de frente en el elevador y no lo saludo. Y sólo pienso en mi mente; dime algo y ya verás nos damos. Y ya después supe; mi compañero que estaba aquí en enfrente que ahora ya no esta desde enero del año pasado; pido permiso para ir a su pueblo y ya no regreso; él estaba en silla de ruedas Antonio; con el platicaba mucho y el me decía de todas las cosas que pasaban aquí, él me dijo que los que ayudaban hacer aquí antes el aseo era personal masculino; pues resulta que en una ocasión el licenciado cuando mi amigo Antonio iba por su dinero de su pensión y que no se lo dio y le dijo que porque habían asaltado al licenciado con el dinero.

T: Oye A el licenciado es como una persona que tiene un bastón la cual es como si tuviera el poder ¿no? ¿Te incomoda esto A?

A: Sí me molesta el que se sientan tan poderosos a los que van a manejar, y me hace recordar que antes de la Revolución Francesa los Reyes decían que ellos recibían el poder de Dios, pero con la Revolución Francesa se acabó; fue la democracia y todos los poderosos me molesta que ellos sientan que tienen el poder; y que piensen que para los demás va a intimidar a los demás.

T: Bien...

A: También recuerdo de una historia Española; donde el pueblo se levanta en armas y mataron al gobernador.

T: Y tu en este momento quisieras ser ¿cómo el pueblo para “matar” al gobernador?

A: No, matarlo sino hacerle ver que no es tan poderoso

T: ¿Le has hecho saber todo esto que me comentas al licenciado A?

A: No, todavía no

T: ¿Y lo piensas hacer?

A: Más adelante tal vez, si trata de imponerse. Es que tiene la idea de que las personas de la tercera edad; pues que son borreguitos que van a manejar a través de las misas y de las hermanas, rosarios y que en fin...no me agrada. Yo no me quiero salvar

T: Tú ¿no te quieres salvar?

A: No, yo con frecuencia les digo estoy más contento con el chamuco; yo soy el chamuco.

T: Y ¿cómo te hace sentir esto que les dices?

A: Me siento contento de enfrentarme a las cosas que me quieren imponer, a mi no me gusta que me impongan nada.

T: Bien A

A: Para que ellos sepan que yo me puedo enfrentar ante ellos a como de lugar. No me agrada que se impongan con nadie.

T: Claro A, bueno vamos a ir cerrando la sesión como reflexión vamos a dejar que pienses ¿cómo te estas sintiendo el día de hoy?

A: Pues quiero decirte que me siento bien el día de hoy, ya que una de las cosas que le iban a dar sentido al día de hoy es que vienes a conversar conmigo, eso es lo que le da sentido al día

T: Muchas gracias A..

A: De verdad ha sido lo que ha sentido...

T: Bueno entonces acuérdate que nos vemos el próximo jueves a las 15:30 hora y seguimos platicando de todo esto que estuvimos platicando el día de hoy de hoy para cerrar te gustaría compartir como te sientes en este momento después de que estuvimos platicando el ahorita?

A: Bien, me siento bien. Me agrada haber podido expresar esto que tengo a alguien que sí lo va entender

T: Claro A para eso estamos aquí, para saber que sucede y poder llegar a una autorrealización y por tanto poder apoyarte en todo lo que tú quieras. Gracias nos vemos la próxima sesión.

Retroalimentación:

- Lo que el se lleva es como se sintió con todo lo que describió durante la sesión. Al final el menciona que le agradó expresar lo que tengo con una persona que si lo va entender.
- Lo que yo me llevo es evidente que cada vez que recuerda situaciones que todavía le mueven cosas, tiende a prensar los labios y colocar su mano izquierda sobre barbilla y/o boca.

SESION 2	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>Antes de comenzar a describir esta sesión, cabe señalar que esta sesión se llevo en una sala del Hogar donde se encontraba A, ahí llego una de las hermanas las cual nos apago la luz porque menciona que la estamos desperdiciando. Esta situación hizo que A se molestará mucho y se exaltará.</p> <p>T: Estas muy exaltado A, tranquilízate y vamos a comenzar te parece. ¿Cómo has estado A en estos días?</p> <p>A: Bien....</p> <p>T: Bien...</p> <p>A: Me sirvió mucho la conversación que tuvimos la vez pasada.</p> <p>T: Ah, sí me quieres compartir ¿por qué?</p> <p>A: Pues para mi fue un desahogo</p> <p>T: ¿Te gusto?</p> <p>A: Estuvo bien, muy bien.</p> <p>T: Y ¿cómo es eso de bien? ¿Cómo sientes el bien?</p> <p>A: Pues con agrado</p> <p>T: Si y como es eso ¿me quieres compartir?</p> <p>A: Es que estuvo muy bien; porque el que yo platicaré de lo de mi chamarra, hizo que se me olvidaran esas pequeñas molestias. Y me sentí a gusto.</p> <p>T: Que bueno A.</p> <p>A: Te repito que los días en que vienen ustedes; son días que el día tiene más sentido. Y Pues ya la edad en la que tenemos la mayoría aquí nos regimos por las horas de los alimentos, y eso es lo que le da sentido al día. También para los que saben que su familia va a venir es muy importante.</p> <p>T: Entonces te sentiste muy bien.</p> <p>A: Sí estuve muy a gusto.</p> <p>T: Es como si estuvieras en una fiesta y estuvieras cómo al máximo de que todos tus invitados vinieran”</p> <p>A: Sí porque es algo que le dio sentido al día</p> <p>T: O lo podríamos ver como una vaso de agua que estuviera al tope de agua, y que en la sesión pasada dejaste liberar esa agua y se nivelo el vaso ¿si va por ahí?</p> <p>A: Sí, exactamente un desahogo</p> <p>T: A mira muy bien A</p> <p>A: Sí fue agradable para mi</p> <p>T: Entonces vamos comenzar, la última vez que platicamos y la reflexión quedo en cómo te sentías con todo lo que me habías platicado... Tu me comentaste algo sobre tu ex</p>	<p>Ψ Esta exaltado por el imprevisto que se presento antes de la sesión.</p> <p>Ψ frunce sus labios.</p> <p>Ψ Uso de Metáforas: Es como si tuvieras una fiesta y se encontrarán todos.</p>

esposa; no se si deseas compartirme sobre esto, o ¿qué me quieres compartir el día de hoy?

A: Bien, yo te iba mostrar algunas fotografías. Yo pensé que la sesión la ibas a tener en mi cuarto

T: Sí deseas para la próxima sesión me las muestras ...

A: Tengo unas fotografías de mi hija cuando pequeña, bueno ya ha ido creciendo ahora ya tiene 30 años y ya tiene a su hija.

T: Entonces ya tienes una nieta A.

A: Sí, ya cumplió tres meses o cuatro meses.

T: Tiene poquito entonces A.

A: Me gusta mucho porque mi hija ya tiene otra etapa de su vida. Mira te voy a mostrar la foto de mi nieta.

T: Oye esta bien bonita, trae su trajecito amarillo.

A: Sí, la traigo aquí cargando desde que mi hija me la dio; yo también le tomo fotos. Las copias que mande hacer una se la di a mi hija y la otra a mi hermano; es una de las fotos que te iba a mostrar ahora.

T: Muy bien A, en unos momentos más las vemos no te preocupes; entonces tienes muchas fotos

A: Sí me gusta mucho manejar las cámaras, es una de mis distracciones me choca decir hobby, porque hay personas que lo utilizan y ni siquiera lo pronuncian bien. Hay tantas palabras en inglés, y tenemos el equivalente en español, pero hay quienes se sienten más cultos utilizando las palabras en inglés. Incluso las utilizan en la televisión y el radió y luego mal usan las palabras.

T: Oye A, la vez pasada que me comentabas sobre la decepción que te habías llevado ¿cómo te sientes ya mejor?

A: Sí, ya esto bien ya me integre. También quiero que sepas que me ha servido mucho esto de las humanidades. Yo me acuerdo de mi maestra de psicología ella nos enseñó bien.

T: Oye A, algo que me llamo mucho la atención fue algo que mencionaste cuando vino la hermana apagar la luz, dijiste. Yo soy malo y... ¿y si eres así A?

A: Me gusta usar el término para ir exactamente lo contrario de lo que trata de lo que se haga. La Biblia dice que no se peque; entonces por esos les digo que yo soy malo y que me gusta ser malo y quiero ser malo.

T: Y ¿entonces de verdad te gusta ser malo?

A: No la verdad no le apretaría el cuello a nadie, yo creo que no

T: ¿Tú crees que no? ¿Sí lo has pensado A?

A: No, con frecuencia uso el término. Ahora que me asome a la otra sala donde se toman los alimentos; les dije vengo

Ψ Muestra una fotografía de su nieta.

apretarle el cuello a alguien, para que tomen un video. Pero es puro relax, sólo es de "dientes para fuera". Realmente cuando hubo la posibilidad de que sí lo hiciera no lo hice, yo no le hubiera apretado el cuello a mi mujer.

T: ¿No?

A: Porque me quiero mucho a mi mismo, y yo no hubiera hecho algo así racionalmente no.

T: ¿E irracionalmente A?

A: Pues si pudiera perder los estribos puede ser que sí, y entonces eso si me preocupa y tengo miedo de que llegaré a un extremo así; y espero que no.

T: En este caso A; como sientes ese miedo o esa preocupación como tu dices en ese momento que puedes perder el control; cómo si fuera una olla express donde va salir volando la tapa, cómo lo sientes A ¿me quieres compartir?

A: Pues solamente se presenta cuando hay un disgusto fuerte con algo; sólo así llegaría a perder mis estribos. Y por fortuna hasta hoy no sea presentado.

T: Pero por ejemplo A ¿cómo es esa presión cuan sientes que vas a perder los estribos?

A: Pues siento que es lo que precedería al momento que yo me estuviera enojando y te digo hasta ahora no a pasado; aquí no.

T: ¿Aquí no? ¿Entonces en donde si lo habida A?

A: La única vez que puedo ver sido así, es cuando fui a un bar ahí al centro; (dos años antes de venir aquí) yo estaba en la barra y conversaba con todos. En la tarde llegaba un señor y ponía música como danzón; a mi me gusta esa música. Ese día llego un señor empezó a decir cosas sobre la música, él empezó a mostrar su incomodidad; después de un rato yo le dije que ya se callara y pues lo que hizo fue tomar una silla y me pegó en la cabeza.

T: ¿En serio A?

A: Sí. Se me cayeron mis lentes; yo estaba muy molesto; y seguí al este señor porque se fue del otro lado de la barra.

T: Sí

A: Yo si iba a golpearlo; y uno de los señores que esta ahí me detuvo, y me dijo; que no le pegara, porque él tipo que me pego era un golpeador que mejor me no me metiera con él; que incluso tenía hasta antecedentes penales. Entonces ya no lo golpe...

T: Y ¿cómo te sentiste A?

A: Pues estaba aún con el coraje por el golpe que me había dado en la cabeza con la silla; no me había quedado dolor ni nada pero realmente estaba enojado....

T: ¿y qué pasó por tu cuerpo A?

Ψ A, menciona que a veces le da miedo perder los estribos y que en ocasiones tiene miedo.

Ψ Uso de metáforas: Es como si fuera una olla express y que saliera volando la tapa.

<p>A: Pues sentí tensión</p> <p>T: ¿En que parte del cuerpo sientes la tensión?</p> <p>A: Pues en los brazos principalmente, todo eso fue muy rápido.</p> <p>T: Entonces a esto que me estas comentando ¿es cómo si tus manos se pusieran como roble A?</p> <p>A: Sí es así la tensión.</p> <p>T: ¿Es únicamente en las manos A; donde sientes la tensión?</p> <p>A: Pues es como todo el cuerpo pero principalmente las manos y la verdad un poco las piernas. Y te digo desde ese momento hasta acá nunca había tenido el deseo de golpear así a alguien.</p> <p>T: En este caso, donde tú molestas aquí como tú dices: “me gusta ser malo”; sientes también esa tensión en tus manos.</p> <p>A: No, no.... Esa es la única vez; ya no se han presentado situaciones parecidas</p> <p>T: Tan fuertes....</p> <p>A: Pues me llego a disgustar por algo y lo que mejor hago es ponerme a platicar con mis amigos con toda intención de evitar fricciones. De repente vienen las muchachas vienen a bailar aquí; y yo quiero sonsacar a mis amigos para que vayamos a verlas como bailan.</p> <p>T: Si....</p> <p>A: Tengo un amigo que ya pasa de los 80 años y él se porta muy bien; yo digo que porque siente que ya se va para el otro lado. Él no esta enfermo ni nada; bueno sólo toma un medicamento para algo de su estomago, pero se ve bien; y pues el quiere ser muy respetuoso.</p> <p>T: Sí....</p> <p>A: A veces cuando estamos en el comedor y nos dicen: ya pueden pasar. Yo gritó: No, no mejor no. Y el me dice; no digas eso porque se pueden enojar. Pero yo lo hago de relajo algunas cosas, pero es muy serio.</p> <p>T: Y a ti ¿cómo te hace sentir eso A?</p> <p>A: Pues a mi a veces se me hace una tontería que se quiere portar muy bien Por eso digo por eso soy muy malo.... y me gusta decir que me voy a ir con el chamuco.....</p> <p>T: ¿Y qué quieres decir con que eres malo?</p> <p>A: Pues que no voy de borreguito; no quiero estar en un rebaño de borregos yo quiero ser el lobo.....</p> <p>T: ¿Para ti que es un rebaño de borregos A?</p> <p>A: Pues es estar siguiendo todo lo que dicen..... Que debemos ser buenos y que... bueno no me gusta yo voy en contra de eso</p> <p>T: Entonces lo que me estas diciendo que a ti no te gusta que te digan lo que tienes que hacer; y tu consideras que vas a estar siguiendo tus ideas por yo lo que tu crees no por lo</p>	<p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Ríe.</p> <p>Ψ Uso de Metáfora: Como un rebaño de borregos.</p> <p>Ψ Reflejo de Contenido:</p>
--	---

que te hagan pensar.

A: Sí; yo tengo mi forma de pensar; y no me gusta que me digan lo que tengo que pensar lo que yo puedo hacer es pensar por mi mismo

T: De acuerdo, entonces es correcto no te gusta que te impongan algo.

A: Sí exactamente. No quiero que me digan camina por aquí... para que te salgas por acá... Pues se que tengo un presente, el cual estoy viviendo, y no ha sido fácil... yo trato de leer para seguir teniendo cultura. Por eso digo que tengo elementos para que no me digan por donde debo seguir y que me digan que debo de salvarme.

T: Oye y ¿cuáles son tus elementos A?

A: Pues mis conocimientos, como los que recibí en el bachillerato.

T: Bien, hace un momento dijiste que no te gustaba que te dijeran de la salvación ¿para ti que significa tiene eso de la salvación?

A: Pues es eso de que explican aquí; de que ama a tu prójimo como a ti mismo, y esas cosas. Pues lo que dice la religión católica como tal. Y en la bachillerato aprendí varias cosas como, lo fue el inicio del hombre o bien el homo-sapiens. Y fue ahí cuando me satisfizo esa idea; por lo que eliminé de mi parecer la idea de que el hombre que fue creado a través de Dios.

T: Entonces como me lo dices es que tu no estas de acuerdo en lo que predica la religión A ¿sí es así?

A: Sí... yo voy más a lo que declara el conocimiento científico. Y pues por eso dure mucho tiempo que no iba a misa cuando estudiaba. Cuando llegue aquí pues lo retomé

T: Sí....

A: Pues voy los domingos, entre semana no voy porque debería de pararme temprano para estar a las ocho y pues prefiero dormir. Pero el domingo si voy.

T: Sí...

A: Algunas veces he ido al Rosario pero; la verdad no soy muy apegado a eso.

T: Y ¿cómo te sientes A?

A: Me siento bien. Alunas veces estoy viendo la televisión de las desgracias que suceden y pues la verdad sólo en ocasiones llego a pensar digo protege a los de demás. Esto la verdad no lo hacia antes; pero ahora sí un poco... soy un poco religioso; pero no soy mucho. Ernesto sí es religioso; él es de Guadalajara.

Yo viví mucho en Jalisco en Lagos de Morelos, entonces mi adolescencia el pase allá. Y Ernesto es una magnifica

Entonces no te gusta que te digan lo que tienes que hacer o como lo tienes que hacer.

persona, es muy amable con todo mundo, cortés muy cortés.

T: Oye a mí me llama la atención de una palabra que utilizas mucho (magnifico) para ti ¿qué significa?

A: Son como las personas como Ernesto, que es muy cortés muy amable. Por ejemplo cuando estoy enfermo me dice que me acompaña; y yo la verdad no quiero causar molestias. Pero el es muy insistente en que me quiere acompañar porque es mi amigo.

Y yo le reitero que no quiero causarle molestias y le digo cuanto le agradezco. Y pues un día si deje que me acompañara.

T: Oye A como dices que Ernesto es una persona magnifica y que de verdad el te insiste en acompañarte porque te dice que por eso son los amigos ¿cómo te hace sentir eso A?

A: Muy bien porque tengo su apoyo. Te digo como esta última vez que me sentía mal. Él fue hacer el trámite yo esta sentado porque no podía respirar...

T: Oye A ¿cómo es eso del muy bien?

A: Pues es agradable...

T: ¿Qué sientes por tu cuerpo A?

A: Pues no me he percatado en que parte de mi cuerpo siento esto. Hasta ahora que me lo has estado preguntando. Siento bienestar cuando Ernesto me apoyo, claro muy independiente del malestar físico que tengo en ese momento.

T: Bien, A ¿es como si tuvieras una balanza; por un lado tienes la parte física en este caso tu problema de respiración y por otro lado tienes de lado emocional el apoyo de tu amigo?

A: Sí, así es. Fíjate que no se me había ocurrido que la parte de sentirme bien también se viera reflejado en la parte física.

T: ¿Y crees que sea así o no?

A: Pues mira te digo, ahora que me las ha hecho ver; yo no lo había pensado; y para mi parecer sí porque cuanto estoy feliz siento algo la emoción en mi estómago. Me hiciste recordar que en el bachillerato nos dejaron de tarea dibujar la alegría. Y pues me agradó mucho esa actividad, me agradaba eso de expresar un concepto de alegría en dibujo.

T: ¿y como te hacia sentir eso?

A: Pues me agradaba mucho; el reto. Y te digo no había pensado en eso sabes también con que relaciono ciertos momentos con olores.

T: Mira,.muy bien

A: Sí. Te digo olores y sabores. Bueno también lo malo lo asociaba. Por ejemplo cuando niño recuerdo que me

Ψ Uso de Metáfora:
Como si tuvieras una balanza por un lado tu malestar físico y por otro el bienestar emocional con el apoyo de tu amigo.

purgaban...

T: Para las lombrices ¿no?

A: Sí, me acuerdo que mi mamá hasta nos daba golpes en el estómago y luego a la hora del desayuno; nos daba el aceite de resino. Mi mamá advertía que no escupiera el aceite.

Y pues ahora esta el recuerdo del aceite; cuando lo huelo recuerdo esas purgas que tenía.

T: Claro

A: La verdad se me quedo la idea de que si no me lo tomaba me iban a castigar; antes era bien visto que los padres corrigieran a sus hijos mediante golpes. A mis hermanos y a mi nos llegaron a golpear con un cable eléctrico.

T: ¿Cómo el de la plancha A?

A: Sí, así es. Sino con una reata o con el cinturón y la verdad era amenazador. Esto te digo que es cuando yo tenía cuando tenía yo cinco años. Yo vivía en Tamaulipas; en una casa como de madera, que tenía tablones. Y mi papá cuando se enojaba me castigaba colgándome de los tablones; yo tenía que estar colgado de la tabla.

Y la verdad me daba mucho coraje; cuando me llegó a castigar así. Recuerdo que cuando luego ya mi papá me decía bueno ya bájate yo no me bajaba; me castigaba yo mismo. Esto para según yo para que mi papá sintiera feo por castigarme.

T: ¿De verdad?

A: Sí

T: Bien A pues el tiempo de la sesión ya se nos terminó; sin embargo te dejo con la reflexión que tuviste durante el día de hoy; de donde sientes tus emociones o como las siente tu cuerpo. Te parece si dejamos esos como reflexión.

A: Sí, es una pena de que se termine la sesión. En fin pero nos vemos para la próxima.

T: Claro que sí A.

Ψ Mientras relata esta parte frunce los labios.

Retroalimentación:

- Lo que el se lleva es realizar un insight de saber donde está sintiendo sus emociones; menciona que el enojo los siente en los brazos pero el bienestar no lo sabe; nunca se había puesto a pensar en ello.
- Lo que yo me llevo es que A menciona que durante la sesión que es un ser independiente; que le gusta hacer las cosas por sí mismo.

SESIÓN 3	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estás?</p> <p>A: Bien ya estaba esperando que llegaras para platicar.</p> <p>T: Perfecto A, entonces comencemos te acuerdas que la última vez lo que conversamos durante la sesión fue como te hacía sentir cuando te enojas o cuando estas feliz.</p> <p>A: Sí fíjate que esa parte me ayudó mucho porque nunca me había percatado que cuando siento ciertos sentimientos y/o emociones en alguna parte del cuerpo y la verdad que eso es algo muy interesante. También quiero platicarte que el día de ayer vino mi hija.</p> <p>T: De acuerdo A es lo que entonces me quieres compartir, el que vino tu hija.</p> <p>A: Sí, vino mi hija y mi ex mujer</p> <p>T: No te lo esperabas A</p> <p>A: La verdad no</p> <p>T: Y ¿cómo te hizo sentir eso A?</p> <p>A: Bien, ella estuvo viendo el cuarto. Déjame te digo que yo andaba de camisa de manga larga y traía un chaleco; y nos fuimos a comer...</p> <p>T: Si...</p> <p>A: Yo comí carne, a mí me encanta la carne; y ya comimos. Fuimos a Satélite. Compraron algunas cosas, y hacia mucho calor. En la cajuela del carro de mi hija yo traía la cámara y como estaba haciendo mucho calor, me quite el chaleco. Y mi ex esposa que se llama Rosalía me dijo: que no me lo quitara porque me iba hacer daño; porque adentro del centro comercial había aire acondicionado.</p> <p>T: Entonces ¿te dejaste el chaleco?</p> <p>A: Sí me lo deje, le dije que tenía razón entonces me lo dejé.</p> <p>T: Porque ella te lo sugirió</p> <p>A: Sí, me lo sugirió</p> <p>T: Y ¿cómo te hizo sentir esa situación A?</p> <p>A: Bien, me hizo sentir bien. Pues agradable</p> <p>T: Y para ti ¿qué es eso de agradable?</p> <p>A: Pues es una sensación agradable, fue como un estado de satisfacción.</p> <p>T: Oye A, esto que me comentas; es como si tuvieras alguien muy grande que te estuviera protegiendo que te apapachara.</p> <p>A: Pues no lo se, quisiera ser un poco más realista déjame te digo mi ex mujer engordo un poco; esto sucede ya sabes una vez que las mujeres pasan de la edad madura y entran</p>	<p>Ψ No había percatado que mis emociones también se reflejan en alguna parte de mi cuerpo. (Insigth).</p> <p>Ψ Frunce lo labios</p> <p>Ψ Y para ti que significa agradable (Concretizar)</p> <p>Ψ Uso de Metáfora: Es como si tuvieras a una silueta grande que te protegiera.</p>

a la vejez pues así les pasa. Ella de joven tenía un bonito cuerpo....

T: Sí

A: Pero ya engordo, y te digo estuvimos conversando algunas cosillas...

T: Sí...

A: Yo le comente que había visto en el canal cuatro, que había muerto Rocío Durcal a mi me gusta como contaba ella; y pues ahora que murió la verdad es que si me dolió. Yo no la creía tan grande creo que tenía 60 años

T: Sí de hecho tenía 61 años.

A: Sí, pues Rocío era un autentica española. Yo te he de decir que en algún tiempo sentía una aversión muy grande por los españoles. Esto debido a lo que yo leía de la historia.

T: Sí...

A: Sin embargo después conocí a unos amigos, de los cuales aprendí mucho.

T: Oye A un poco comentando a lo de tu ex esposa, cuando te dijo que no te quitarás el chaleco. Fue como una nube ¿no? Como en ese momento subiste a una nube blanca muy bonita.

A: Sí, fue agradable, muy bien yo no me lo esperaba

T: Bien A, y ¿qué más me quieres compartir de esa experiencia?

A: Bueno en alguna ocasión yo llegue a pensar que en alguna de las ocasiones que llegará mi hija viniera ella. Y resulta que en esta ocasión se dio.

T: Sí

A: Lo que no me hubiera imaginado es que estuviera ahí Rosalía y que también convivió con nosotros.

T: Y ¿qué sensación tuviste?

A: Eso sí no lo esperaba. Ahora verás yo te quería comentar esto porque te quiero decir que en un momento de mi vida cuanto tuve un accidente. Yo quedé hipersensible, porque cualquier persona que me fuera a visitar me daba tanto gusto que me ponía a llorar y esto no lo podía evitar. Y lloraba de alegría.

T: Sí claro también se llora de alegría

A: Sí. Te digo quede hipersensible, recuerdo las visitas de algunas de mis amistades y como lloraba. Luego también tenía yo a mi cuñado el hermano de Rosalía el cual es médico

T: Sí...

A: El y yo tenemos buena amistad y en esa ocasión me fue a ver. Yo tenía muchas dudas, porque pensé que había perdido la facultad de estar erguido porque me caía;

Ψ Frunce los labios

Ψ Uso de Metáfora:
Cuando te dijo eso tu ex esposa fue como una nube blanca y muy bonita.

entonces tenían que amarrarme porque me levantaba y me iba de lado y me caía. Entonces yo estaba muy preocupado

T: Sí...

A: Y él me explico que por el accidente tuve un coágulo en el cerebro, entonces tuvieron que tocar alguna parte de tu cerebro y por eso podía ser el síntoma de que no me levantara correctamente. Ahorramos mucha luz para poder carne todos lo días, entonces que se vaya a ir al infierno; ella me cae mal.

T: ¿Por qué A, porqué te cae mal?

A: Ella es la que atiende la cafetería; por principio me cae mal porque siempre que voy a comprar algo a la cafetería nunca esta (no si se será coincidencia) pero así es; y pues he tenido roces, porque yo he sabido que trata con cierto desprecio a las personas que viven aquí.

T: Oye A ¿entonces sí quieres que se vaya al infierno?

A: Es una forma de expresarme... nada más

T: De acuerdo A, entonces para retomar tu me estabas comentado sobre el accidente que tuviste de las visitas que tenías tu llegabas a derramar lagrimas

A: Sí quedé muy hipersensible y creo que no se me acaba de quitar. Antes no me afectaban algunas cosas por ejemplo las películas mexicanas que veía tanto que morían los padres o que moría alguien... y yo no lloraba y mis familiares sí... yo decía: "pero si sólo es una película". Pero ahora que crees me afecta ver ese tipo de películas me afectan

T: Las noticias que me comentabas no.....

A: Sí, las desgracias que pasan en fin... Algunas veces pues he derramado lágrimas.

T: Y ¿cómo te sentiste A esta sentimiento de estar sensible?

A: Principalmente pues lloro, recuerdo que antes del accidente con Rosalía mi ex esposa si llegue a llorar. Porque un día le dije que la quería y me rechazo y eso me produjo que llorara. Entonces ella me cerro la puerta, y me dolió

T: ¿Esto fue antes de que fueran esposos?

A: Sí, antes mucho antes. Yo no me imaginaba que ella iba a ser mi esposa.

T: Sí

A: Y en ese tiempo yo tenía el concepto de que los hombres no lloran. Y sin embargo llore no produjo vergüenza haberlo hecho.

T: Y en este momento que los hombres no lloran ¿existe A?

A: No. ya no, no esta idea la fue cambiando por todo lo que yo leía sobre el machismo en fin... Y yo veía varias actuaciones más en las cuales yo estaba mal, entonces las

Incidencia: En ese momento donde se estaba llevando la sesión, una de las personas que esta a cargo apagó la luz de donde se estaba llevando a cabo la sesión.

Ψ A, se muestra muy molesto por esta situación; su cara se pone roja y se ve exaltado.

Ψ Ríe

Ψ A, reconoce ser un ser sensible.

Ψ Y cómo te sientes estando sensible (concretizar)

Ψ Frunce sus labios

Ψ Silencio...

fui cambiando. Entonces ya no me afecta la idea de que los hombres no lloran

T: ¿Y cómo es ese sentimiento de llorar A?

A: Pues mira es una impresión muy fuerte, y me provoca llanto.

T: Oye A, me llama la atención cuando dices que lloras que señales tu pecho ¿sientes algo? ¿O pasa algo ahí?

A: Tengo la... pues el corazón señalo el corazón

T: Sí ¿y que quieres dar entender con eso A? ¿Me quieres compartir?

A: Pues yo creo que ahí esta..... pues tal vez es algo inconsciente la cuestión de... tal vez del sentimiento

T: ¿Siente algo ese corazón A?

A: Pues sí yo creo que es ahí donde tengo el sentimiento. Por eso te digo que estoy contento también de poder conversar contigo porque tienes conocimiento

T: Bien A, con todo esto que me dices de tu hija y tu ex mujer te puso entonces te puso algo sensible.

A: No, no tan sensible. Hoy son sensible pero ya no al grado cuando fue mi accidente. Solo me dio gusto verla a mi ex mujer; estuvimos platicando de nuestra nieta de ver a quién se parecía. Ella me decía que la bebé se parece a su papá en fin... yo le decía que se parece más a mi hija porque la bebé tiene como mi nariz. Porque mi hija se parece mucho a mí.

T: Y eso te agrado verdad

A: Sí... te digo que mucho antes mi amiga María de los Ángeles era el medio de comunicación que yo tenía con Rosalía cuando nos estábamos divorciando

T: Bien A, entonces esto que me comentas de que como te sentiste el domingo de que salir con tu ex mujer, tu nieta y tu hija. Parece ser como una experiencia inolvidable como sí en ese momento el corazón el corazón fuera una bolsa de palomitas y los granos de maíz comenzarán a brotar va por ahí A.

A: Fíjate que ahora que me has dicho que sensaciones pues por ejemplo en ese caso algo agradable me he dado cuenta que pasa en mi estómago...

T: De acuerdo A, oye entonces sí lo podemos describir esa sensación de esa forma paradójicamente hablando

A: Esta sensación fue muy agradable que me sucedió y que no esperaba. Y estuve recordando y bueno ya sucedió y se acabo. Como también se que lo de mi pensión me la van a dar el viernes; entonces ese día voy a ir a revelar las fotos que tome ese día. Déjame te cuento que cuando mi hija esta recién casada yo decía que yo estaba bien; le decía que no me diera nada porque a mi con lo de mi pensión me

Ψ A, reconoce que ha ido cambiando su forma de pensar.

Ψ Prensa mucho sus labios antes de contestar

Ψ Cuando menciona que llora señala con su mano derecha su pecho

Ψ Relejo no verbal: Observo que señalas el percho cuando dices que lloras.

Ψ Silencio....

Ψ Reflejo de Contenido: Entonces la visita de tu hija y de tu ex mujer te puso sensible.

Ψ Silencio....

Ψ Uso de Metáfora: El corazón como si fuera una bolsa de palomitas la cual comenzarán a surgir los granos.

alcanzaba. Sin embargo mi hija siempre me ayuda y el domingo no fue la excepción.

T: Entonces son las fotos que me enseñaste fueron las de tu hija en otra ocasión ¿verdad?

A: Sí; esas no las ha visto mi hija. De hecho voy hacer copias; para darles a ustedes.

T: Muchas gracias A.

A: Ahora verás las puedo mandar replicar del mismo tamaño que las viste un poquito más grandes que las de portal. El tamaño de la foto se llama 6x8. Oye ¿sí te gustarías de este tamaño o te gustaría de otro?

T: Como tu gustes A

A: No, dime si tú piensas que es mejor de tamaño álbum pues así las dejamos.

T: Bueno, sí yo considero que son mejor de ese tamaño.

A: Perfecto. Entonces de ese tamaño las saco.

T: De acuerdo, entonces A podemos decir que este fin de semana estuvo lleno de alegría y bienestar

A: Sí fue muy agradable.

T: Que bueno A sabes como me haces sentir, que sientes como una situación de bienestar es el simple hecho de ver a las personas que quieres ¿no?

A: Sí veras mi hija generalmente viene los domingos; cuando ella estaba embarazada era un poco más difícil que viniera y fueron retrasando un poco más la visitas y algunas veces no venían y la verdad yo esperaba que vinieran, en fin.. Llegó al punto mismo de hacerme sentir triste que no venían.

T: Sí...

A: Una vez pasaron como tres domingos y no venían, yo espera y esperaba y después de eso el día que vinieron me di un gusto enorme, pero de verdad un gusto.

T: Entonces A te sentiste ¿cómo niño con juguete nuevo?

A: Sí.

T: Ya te imaginó casi saltabas ¿no? Como si fuera un brincolín

A: Sí ándale. Para este quiero comentarte algo, el domingo en la noche (yo veo mucho el canal once)

T: Sí

A: Entonces pasas varios programas; y vio uno que es la segunda vez que lo veo, esto es uno que se llama línea nocturna. Entonces hablan ahí de fantasmas y mitos

T: Sí

A: Has de saber que yo cuando adolescente fui muy miedoso pero de verdad miedoso; mi familia por ejemplo mi abuela y mis tías nos platicaba mucho de cuentos y aparecidos.

T: Claro

Ψ Muestra otras fotos

Ψ Frunce sus labios
Ψ A, reconoce la nostalgia que llegó a sentir cuando sus familiares no lo visitaban

Ψ Uso de Metáfora:
Como un niño con juguete nuevo.

A: Y debido a ello yo era muy miedoso, pero muy miedoso. Ahora verás cuando estábamos en el Lago Moreno vivíamos en una casa más o menos grande. El patio también. Entonces éramos muchos hermanos y recuerdo que cuando comíamos decíamos el último que termine apaga la luz. Entonces el último era yo...

T: Sí...

A: Siempre he comido despacito. Y me daba mucho miedo cruzar el patio y pues oscuro y todo tenía que irme.

T: Sí....

A: Entonces yo corría y me aventaba por una venta porque era tanto mi miedo que no podía; esto lo hacia con tal de no entrar por la puerta ...

T: Sí

A: Ahora te digo yo decía que sí alguna vez veía un fantasma; yo decía que aunque fuera lo último que hiciera yo lo iba a tocar.

T: Que valiente

A: Déjame te digo que una vez, de esas pues ya recogí los platos y corrí como siempre pero vi un bulto negro

T: Oye y ¿qué sentiste?

A: Ahí sí el corazón latió y latió. Yo no se como no me desmaye, pero que crees que hice toque el "bulto" y era una tela, y eso me ayudo para ponerme en mi realidad. El bulto era uno de los vestidos de luto de mi hermana.

T: A mira...

A: Y en ese momento se me acabo el miedo

T: Pues que bueno A

A: Eso fue lo que me salvo del miedo. Y te cuento esto por lo del programa en el programa que vi se trata de un locutor que se salió de su trabajo, porque decía que no le gustaba estar en la cabina porque ahí espantaban y pues su jefe lo regañó y demás. Después en un rato más se comunicó el Director de un hospital a la oficina del jefe de la persona que acababa de renunciar para informar que esta persona había fallecido. Lo raro es que en el hospital les dijeron que había fallecido a las 6:00 a.m. de la mañana: el jefe dijo que no podía ser ya que el había tenido todavía una conversación con en alrededor de las 9:00 a.m...

Para esto una nueva reportera hizo una investigación; escucho todavía la grabación que había hecho el joven antes de irse. Al escucharla se percatan que se corta la grabación; también se fijaron en las cámaras de grabación.

T: Sí...

A: Entonces yo estaba muy entretenido en el programa cuando de repente, se abre la puerta de mi cuarto y escucho una

Ψ Ríe

voz muy fuerte

T: Sí...

A: Entonces yo estaba muy entretenido en el programa cuando de repente, se abre la puerta de mi cuarto y escucho una voz muy fuerte

T: Sí...

A: Entonces yo estaba muy entretenido en el programa cuando de repente, se abre la puerta de mi cuarto y escucho una voz muy fuerte. Y te digo si yo no hubiera superado mi miedo en la adolescencia esta situación que te comento tal vez me hubiera causado la muerte

T: Claro por el susto

A: Pero resulta que una señora estaba buscando a mi compañero de a lado Pablito.

T: Sí...

A: Y pues ya le dije que era en la siguiente puerta. Pero entro repentinamente y por eso me espantó.

T: Es como cuando uno esta dormido y que te despiertan de golpe ¿no?

A: Sí por cierto hablando de sueños, yo frecuentemente soñaba que volaba. Pero ahora ya de grande ya no sueño con volar. Una vez estaba soñando tan magnífico que entre mis sueños decía no, estoy soñando.

T: Pues muy bien A, por el día de hoy se nos ha terminado la sesión te parece si la próxima sesión platicamos de las pequeñas cosas que en ocasiones te hacen irritar.

A: Sí que fue lo que quedamos comentar

T: Aquí lo importante durante esta sesión fue lo feliz que te sentiste el fin de semana con la visita de tu familia

A: Sí la verdad estuvo muy agradable como hace mucho que no me sentía.

T: Muchas gracias A por esta sesión y compartir nos vemos la próxima sesión.

Retroalimentación:

- Lo que el se lleva es realizar un insight de saber donde esta sintiendo sus emociones; menciona que el enojo los siente en los brazos pero el bienestar no lo sabe; nunca se había puesto a pensar en ello. También se lleva una sensación de satisfacción por la visita que tuvo con su familia.
- Lo que yo me llevo es que A menciona que en esta etapa de su vida es un ser sensible ante las diversas experiencias que vive. También se pudo percibir algunos de sus miedos que tuvo durante la adolescencia.

SESION 4	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Hola A, buenas tardes. Hay me pegue en mi codo!</p> <p>A: No te sobes, dicen que cuando uno se pega en el codo recibe una sorpresa agradable.</p> <p>T: Pues espero que sea una buena sorpresa, porque me pegue muy fuerte.</p> <p>A: Sí se oyó fuerte.</p> <p>T: ¿Cómo has estado A?</p> <p>A: Bien, bien.</p> <p>T: Bien, bien?</p> <p>A: Sí esperando este momento.</p> <p>T: Que bueno A me da gusto.</p> <p>A: Yo quería tener ya las fotos. Pero hasta apenas voy a llevarlas hoy.</p> <p>T: A muy bien A no te preocupes, para la próxima sesión me las muestras.</p> <p>A: Sí, la próxima sesión ya las tendremos</p> <p>T: Muy bien A, perfecto, ya estoy emocionada por verlas!! Bueno A, recuerdas que la última sesión me comentabas que tu te sentías bien, pero que había “algunas cosas” de las que no me sientas muy a gusto. Algunas cosas de las que pasas aquí que no te hacen sentir bien, ya que en ocasiones te irritas.</p> <p>A: Ha, bien sí</p> <p>T: Me quieres compartir cuales son esas cosas.</p> <p>A: Son... una que te a tocada ver a ti, ya vez que la vez anterior vino la señora y apago la luz, es una de las cosas que me molesten, ellas andan apagando las luces por donde quiera, ellas creen que están ahorrando más; pero gastan más en otras cuestiones.</p> <p>T: Sí</p> <p>A: He estado viendo, que hay lugares donde tiene prendida toda la luz sin necesitarla. Son cosas que me molestan, ya que no meditan las cosas. Como por ejemplo que digan que van a salvar nuestra alma. Son cosas que me enojan, me irritan.</p> <p>T: Cómo te hace sentir esto A?</p> <p>A: Me desagrada, yo no quiero que salven mi alma. Yo no quiero... salvar mi alma, yo soy un chamuco.</p> <p>T: A sí...</p> <p>A: Como hace rato al ir a comer...</p> <p>T: Sí, ¿qué paso?</p> <p>A: Estábamos sentados, esperando que abrieran el comedor.</p>	<p>Ψ Ríe</p>

Bueno para esto déjeme te digo que aquí hay dos sacerdotes que viven aquí...

T: Ah, Sí

A: El padre Luis...anda muy mal el pobrecito padece de ...de...

T: De ¿qué padece?

A: De esto que... tiemblan y eso...

T: Parkinson?

A: Sí, Parkinson; sufre de eso. Estuvo muy mal ya se esta recuperando, estuvo en terapia, pero ya vuelve a caminar. Tiene problemas con su dicción, las cuerdas vocales o algo así. Apenas con dificultad se entiende lo que dice. Cuando yo llegue hace tres años, todavía él decía misa.

T: Sí...

A: Actualmente, ya no...

T: ¿Ya no predica misa?

A: No

T: Y respecto a eso que es lo que me querías comentar? ¿Qué es lo que te irrita?

A: A bueno, porque te estaba contando que ahora en la mañana que estábamos ahí esperando...

T: Sí

A: Y junto bueno junto a mi estaba un compañero, que ya pasa de los 80 años; entonces el es muy respetuoso, y muy serio. Y pues yo no, yo soy muy bromista. Entonces cuando llegó una de las hermanas y que abre la puerta del comedor. Nos dijo ya pueden entrar y demás. Y yo dije no, no, mejor que no entremos hoy!

T: Sí...

A: Y yo les digo yo no soy serio, y digo cosas como: "todos los que estamos aquí tenemos más de cien años y no queremos entrar al comedor y lo hago a propósito.

T: Y ¿por qué lo haces a propósito?

A: Lo hago con toda la intención, para llevar la contraria de todo, lo que dicen y pretenden hacer aquí.

T: Sí.

A: Piensan que somos como borreguitos, para que nos guíen y nos lleven a la salvación de alma. Yo no quiero, no quiero salvarme!. Yo soy el lobo sí es necesario.

T: ¿Cómo es el lobo Arturo?

A: El lobo, hace todo lo contrario de lo que hacen los demás, yo no me quiero salvar.

T: A sí ese el lobo, el que hace todo lo contrario

A: Sí, aquí yo sería el lobo, sí....

T: ¿Y a que te refieres con que tu no te quieres salvar? ¿De que no te quieres salvar?

Ψ Esto lo dice con un tono fuerte y molesto.

Ψ Uso de Metáfora:
Oye A y ¿cómo es el lobo?

Ψ Ríe

Ψ Ríe

A: No quiero que ellos me salven de nada, ellos son los que hacen toda la comedia...

T: Sí

A: Ellos son los que dicen que quieren salvarnos, que somos ya viejos. A no ahora se dice de la tercera edad, los abuelos. Entonces nos tratan como si no pudiéramos pensar, como niños; y no como niños "normales" sino como niños tontos y yo de plano no!! No necesito ayuda, una ayuda así de plano no...

T: Así no te gusta... la ayuda....

A: Yo puedo pensar!!! y... por eso le estaba diciendo al padre que yo quiero ir al reclusorio de donde mandaron a la "mata viejitas". Para ver si se me enseña algo

T: Algo ¿cómo que?

A: Algo para poder aplicarlo aquí..

T: Sí, esto que me comentas Arturo me llama mucho la atención, cuando dices: ¡yo no me quiero salvar! porque como dice yo no quiero estar como borreguito. Pero, exactamente ellos de que se quieren salvar A

A: No, es que ellos no se quieren salvar.

T: ¿Y de que crees? ¿Que los quieran salvar A?

A: Pues como sabes la religión, siempre nos quiere salvar del pecado.

T: Y qué es el pecado? Me quieres compartir para ti qué es el pecado?

A: El concepto que nos dan de pecado es... hacer todo lo que te place, eso es el pecado. Principalmente la cuestión sexual.

T: ¿El aspecto sexual?

A: Sí, la religión católica llegó a quemar a mucha gente en la Edad Media, porque la cuestión sexual era prohibidísimo.

T: Sí

A: Decían que no había que pensar en esos y por eso que inventaron el amor. Decían que la atracción física no debe existir, que el amor debe de ser ideal.

T: Entonces esto es de lo que ellos quieren salvarlos A?

A: Sí.

T: Y ¿tú no quieres salvarte de este pecado?

A: Pues... mucho tiempo yo practique la religión, pero dude de ella y lo puede hacer, tengo muchos argumentos científicos para hacerlo. Yo practique la religión por mi familia

T: Y ¿ahora ya no estas de acuerdo con ella?

A: Pues comencé a dudar mucho... en la preparatoria en las clases donde nos enseñaban al hombre como homo-sapiens y te das cuenta que le Dios no creo todo, sino fue el hombre; mucho tiempo pensé así no por miedo estoy con la

Ψ A, expresa la molestia que siente cuando lo tratan como si no pensaré.

Ψ Ríe

religión o por viejo, que porque ya me voy.

T: Claro

A: No tomo tan en cuenta eso....Yo se que algún día me tengo que ir y que va llegar mi fin y se acabo.. Sin embargo quiero vivir mucho tiempo, he visto lo hermoso de la vida. Pero deseo ser realista, prefiero seguir siendo realista ...

T: ¿Deseas ser o eres realista?

A: Sí, y creo que así lo estoy haciendo. Pero pudiera ser que me deje influir por los demás y es lo que no quiero dejar de ser yo, y dejar que me impongan cosas.

T: “¿Es como si estuvieras en una fila, te llevarán de la mano y te dijeran a donde tienes que ir?” ¿va por ahí A?

A: Exactamente, yo puedo valerme por mi mismo.

T: “¿Es como si tu quisieras ir por la fila sólo?” ¿si es así?

A: No, yo quiero seguir la fila, yo se que voy a llegar hacia donde ellos van pero usando otro camino.

T: Bien, entonces es por otro camino.

A: Tal vez quizá llegue antes o después, pero va ser por donde mi capacidad me deje hacer, pero no porque me lleven de la mano.

T: Y por ejemplo A con esto que me estas comentando, eso de la religión, de la salvación, que los tratan como “borreguitos”, esto te irrita A ¿cómo te hace sentir? Estas acciones que tienen con ustedes directamente, contigo mismos A

A: Lo que me irrita es que consideran que nosotros no tenemos capacidad mental para hacerlo. Y están equivocados, yo si tengo capacidad para hacerlo.

T: Bien eso es lo que te irrita, y en el momento como te irritas ¿qué es lo que haces? ¿qué es eso de irritarte?

A: Pues me irritó en el momento, como lo que te comentaba del ejemplo del padre estábamos esperándolo todos. Lo que les digo para demostrar mi enojo es... yo quiero ser malo, así le digo a mis compañeros.

T: Y ¿es cuándo les gritas?

A: Sí porque me siento irritado. Por ejemplo yo les digo a mis compañeros que si hubiera venido el padre (el padre es una persona con la que se puede platicar). Sí hubiera venido yo le hubiera puesto una silla de las que ya están rotas (de las que andan mal) para que se cayera con toda intención, lo que ellos no saben es que lo digo de broma, nunca con la intención de hacer mal. Siempre lo digo en voz alta para que escuche y piensen que soy revele y quiero hacer el mal.

T: Y ¿cómo te hace sentir el que tus compañero te perciban como el malo de la película?

Ψ A manifiesta querer ser realista en todo momento.

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si estuvieras en una fila y te llevarán de la mano y te dijeran a donde ir.

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si quisieras es por la fila pero tu sólo.

Ψ A, resaltar que el puede tomar decisiones por el mismo.

Ψ A, reconoce que cuando se siente irritado grita.

Ψ A manifiesta que el lo que hace de ser el

A: Me hace sentir bien porque estoy anulado lo que ellos están aprendiendo aquí; como el que “tienen que portarse muy bien para salvarse”

T: ¿Te hace sentir bien? Aunque en este caso ellos no se sientan bien.

A: Yo no quiero lastimarlos a ellos, por eso únicamente lo digo o lo hago con los que me llevo bien; como con Ernesto.

T: **Bien** entonces únicamente lo haces o lo dices con los que te llevas Bien.

A: Sí bueno, algunas veces a algunos que están por ahí y que no me caen muy bien; también lo hago para que lo oigan.

T: ¿Y para qué? ¿Quieres que lo oigan los que te caen mal?

A: Para desajústales el pensamiento que les están tratando de imponer; para ver si así los puedo hacer pensar, se que en algunos casos no.

T: ¿Y crees que lo estés logrado A?

A: No

T: ¿Y que has ganado con esto?

A: Lo único que me sirve a mi es una serie de presentes, pues es como en el momento poder ayudarlos a cambiar las ideas erróneas; por ejemplo con mis cuates. Excepto con Ernesto, he conversado con él le gusta la música y demás; siento que sí tiene una capacidad mental mayor que el resto de mis compañeros. Y pues el resto de mis compañeros no la tienen, apenas para medio defenderse.

T: Sí

A: Los únicos con los que se puede conversar y tienen capacidad mental son: Roberto principalmente y Ernesto que llevo hace poco. A él le gusta la música clásica vamos a decirlo y con Ernesto platicamos de música, el que tiene más grado de capacidad mental y de conocimiento es Roberto me llevo muy bien con él.

A: Bien A y retomando a lo que me comentaste hace un momento dijiste que tu vives una “serie de presentes” ¿a qué te refieres con esto?

A: Pues que... lo único que vale es el momento; vivo en el momento, lo pasado ya fue... y el presente quien sabe. Lo único que se vive es el presente.

T: El aquí y el ahora

A: Sí en ese momento, el aquí y el ahora como tu dices. Yo se que en mis compañeros no puedo influir en ellos para que piensen diferente, pero en ese momento sí, por lo menos trato de que reaccionen, aunque se que no va a trascender.

T: ¿Y eso no te hace sentir mal? El que no “reaccionen” o ¿el qué no

“rebelde” del grupo, con el fin de que los demás también tomen decisiones por si mismos; y nunca lo hace con el fin de lastimarlos.

Ψ Silencio.....

Ψ En este momento de la sesión A, reconoce que lo único que se vive es el aquí y el ahora.

“influyas” en ellos?

A: No, no, porque estoy conciente con la experiencia que he tenido se que no va influir. Sinceramente en ese momento y hasta ahí.

T: ¿Hasta ahí? Entonces me dices ¿qué no te afecta?

A: No, no se me ocurre pensar que yo fuera un guía. Nunca lo he pensado, menos ahora. Conversamos y decimos algunas cosas y hasta ahí. Y no hay más.

T: Bueno y en ese sentido, A hablando sobre esto mismo, sobre las cosas que te irritan “sobre seguir una línea” en ese momento A; ¿qué hacer para que no te irriten las situaciones que me has comentado?

A: Ya con el tiempo que tengo aquí; ya se me hizo costumbre; de que nos digan que vayamos a la misa. Y que nos digan que va haber la hora Santa y demás. Te soy sincero una o dos veces si voy a misa cuando me lo piden; pero sí no lo siento yo no voy. Y cuando voy a la capilla digo... perdóname Dios mío y le digo cuando vengo aquí es porque realmente lo siento y no porque me digan que debo ir hacerlo. Es algo que me nace del corazón es algo real; no impuesto.

T: Claro, por supuesto.

A: Entonces ellos pueden decir, que vayamos a misa, que recemos, en fin tantas cosas. Y yo a veces no tiene que decírmelo, simplemente me dan ganas y voy. Yo siento que eso es más valioso; porque es sincero.

T: Claro ¿es como sí, le das una flor a un ser querido tiene que ser en un momento especial no en un día determinado? ¿Cómo el 14 de febrero no?

A: Exactamente, esto no esta condicionado.

T: Eso es para Dios, tú rezas cuando te “nace” y no porque te le impongan. Pero entonces A ¿qué es lo que te irrita?

A: Pues el que trate de imponer; desde las cuestiones religiosas hasta el orden. Por ejemplo que hasta en la televisión todo lo que dicen: que el día de la secretaria, y que el día del Padre; no eso francamente no me gusta.

T: No te agrada, ¿no vas con ello?

A: Para mi lo que se siente es lo que vale. Aunque mi hija si me regala cosas el día del Padre; me regaló mi radio grabadora; la que tengo sobre mi anaquel. Esa me la regalo mi hija. Magnifico regalo!!! Estuvo bien; suena precioso y es toca cintas y.... bueno los este compactos... también tiene para reproducirlos, tiene un sonido magnifico. Es un magnifico regalo que me hizo ella; un día del Padre

T: Que bien A, que te agrada.

A: Por cierto que quiero comentarte, que me tiene inquieto el

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si le dieras a un ser querido una flor sin tener que ser un día especial no.

que algunas veces cuando te digo que me alegran algunas situaciones. Esa emoción si es abstracta. Veo que tú me preguntas sí tengo alguna reacción concreta sí hablo de alegría y demás... ¿Cuándo me preguntas que sentí? Entonces me puse a pensar donde percibo mis sentimiento algo más concreto. Pero por más que anduve buscando no encontré; lo que te digo sólo es un poco en el estómago pero no siempre es así.

T: ¿No encontraste algo concreto? ¿Te refieres ha algo físico concreto?

A: Entonces en lo único que pensé fue en.... bueno sí una emoción como la cuestión... sexual de que uno se excita y entonces en el caso de los varones tenemos una erección, digo ahí si hay una cuestión física concreta; en la que se expresa esta emoción y fue la única que pensé.

T: Y cuándo sientes alegría?

A: Cuando te digo que siento alegría; pues experimento la alegría y quizás hay una sonrisa y a veces no siempre algo en mi estómago que no se como definirlo.

T: Sí, muy bien.

A: Pero hablando contigo la vez pasada, y te comentaba algo que me desagradaba. Tú me hiciese la observación de que tensos mis labios y los tenso; y de eso yo no me había dado cuenta

T: ¿No lo habías percibido?

A: La verdad no me había dado cuenta de ello; bueno percatado. Hasta que tú me dijiste.

T: Y cómo te hace sentir eso A?

A: A bien, déjame te digo que me agrada mucho porque así estoy sabiendo más de mi. A través de ti.

T: Bien A, aquí únicamente es importante señalar que no necesariamente tiene que algo en especifico que debamos de sentir, como lo que dijiste; bueno cuando siento alegría que es lo que debo de sentir? Es lo que a cada quien de forma individual y particular puede sentir. Recuerda que cada ser humano es único y diferente. Por ejemplo yo cuando estoy alegre me sudan mucho las manos y es cuando estoy alegre; y no me pasa cuando estoy nerviosa; que es como a la gente comúnmente le pasa.

A: Ah!!!! Verás en un tiempo; más bien durante mucho tiempo. Cuando joven tuve esa cuestión y de eso si me percataba eh; cada vez que yo esta nervioso comenzaban a sudarme las manos no sabes. Pero luego ya por cualquier sentimiento que yo experimentaba me sudaban la manos; que déjame te digo que era muy penoso para mi.

T: Sí

Ψ A menciona que le agrada cuando se le hace notar los reflejos no verbales porque le ayuda a conocerse mejor.

Ψ Se hace énfasis en que cada ser humano es único e irreplicable.

<p>A: Y resulta que ahora a mi edad, cuando estoy nervioso por alguna situación me comienzan a sudar la manos.</p> <p>T: ¿Es una reacción que tienes entonces? Efectivamente eso era a lo me refería. Lo que tu me mencionas, que cuando estas nervioso te sudan las manos.</p> <p>A: Sí, fíjate que de algunas no me he percatado, pero cuando me pongo nervioso sí; esa es mi reacción.</p> <p>T: Bien, por ejemplo cuando te irritas A, de las cosas que hemos venido hablando que pasa contigo, qué sientes? ¿Cómo es eso de irritarse? ¿Qué pasa? ¿Qué haces gritas o te quedas callado?</p> <p>A: No, Nada, pues he notado que es en mi interior, que me siento... a disgusto; pero no hay nada... bueno debo de tener un gesto malo; no tengo una sonrisa. Debo de poner un gesto malo, posiblemente.</p> <p>T: ¿Tú sientes que haces gestos? No sabes cómo pero posiblemente.</p> <p>A: Sí, posiblemente; no me he percatado de la reacción que tengo cuando algo no me gusta. Al menos que sea muy fuerte sí...</p> <p>T: ¿Cuando es muy fuerte que pasa? ¿Qué sientes?</p> <p>A: Pues alzare la voz o algo que es lo más notable que puedo hacer, en dado caso que la situación es irritante para mí.</p> <p>T: Bien entonces tu alzas la voz. Y ¿cómo te sientes cuándo alzas la voz ante esas situaciones o casos irritantes que tienes?</p> <p>A: Pues, en ese momento no siento nada ya que expreso mi disgusto tal y como lo siento y de ahí para adelante, sí se desarrolla algo más pues lo enfrento.</p> <p>T: Eso es lo que me refiero el como te sientes como te irritas, pero me llama la atención, esto que mencionas, hace un rato comentabas la situaciones que te irritan dentro del Hogar ¿cómo te hace sentir el qué te digan por acá A? Sigue esta línea o bien sigue estas reglas ¿Y cómo tu bien dices, el que te quedas callado? ¿cómo te hace sentir eso?</p> <p>A: Frustrado de mí mismo.</p> <p>T: ¿Te frustras Arturo?</p> <p>A: Me sentiría frustrado, si no me digo a mi mismo el que me molesta esta situación.</p> <p>T: Bien, a lo que me refiero A es que, por ejemplo tú estas molesto o irritado por "x" situación y te quedas callado; ¿cómo te hace sentir esa situación?</p> <p>A: No me molestaría, sino lo expreso...</p> <p>T: ¿Entonces sí lo expresas?</p> <p>A: Sí, de alguna forma. Puede ser con un ademán o algo así.</p>	<p>Ψ A, comparte en la sesión que cuando esta nervioso le comienzan a sudar la manos.</p> <p>Ψ Silencio...</p> <p>Ψ A, menciona que cuando se irrita alza la voz.</p> <p>Ψ A reconoce que sí no dice lo que siente el se sentiría frustrado.</p>
---	--

O esta reacción de apretar los labios.

T: Bien, en esta caso como decimos, se vale decir que no; pero también hay que saberlo canalizar.

A: Sí, fíjate que eso es algo que trato de evitar, por ejemplo en la misa difícilmente haría un reclamo; pero he estado tentado por hacerlo; en una ocasión. Por un día esta un señor a dos bancas donde yo frecuentemente me siento (regularmente yo llego cuando la misa está iniciada); pues tenemos cada quién un lugar preferido que hemos escogido; no son lugares que nos hayan impuestos; simplemente los seleccionamos; y bueno con el paso del tiempo ya se hace propiedad de uno no ...

T: Sí

A: Llegamos y pues cada quien respeta el lugar de cada uno. Este señor, que te comentó se molesta si alguien toma su lugar; en algunas ocasiones algunas personas se sientan sin saber sobre el lugar. Y cuando él llega el se pone a gritarles a las señoras y las amenazan con el bastón. En una de esas me tocó ver y luego en otra ocasión; y pues se sentó a ahí una persona que estimo, y pensé si llega este señor y se pone a amenazarla; yo me voy a levantar y le voy a dar una sacudida que no la va olvidar, y si lo hubiera hecho. No se presentó el caso; pero el día que llegue sí lo voy hacer, le voy a dar una sacudida que no se le va olvidar

T: ¿Y eso como te va hacer sentir A? ¿Qué crees que pase si tú realizas esto?

A: Me va hacer sentir bien, porque le voy a demostrar a este señor que esta equivocado. Que no es el dueño de ahí, y tiene que respetar.

T: Como tu mencionabas A el lugar no es de nadie y esto es correcto; yo te pregunto ¿crees que dándole una "sacudida" es la mejor manera de hacerle ver que esta equivocado?

A: Sí es una forma pesada de hacerle ver las cosas; yo lo haría. Pero bueno otra de las cosas que podría hacer es llamar la atención de las hermanas para que ellas pusieran la paz

T: ¿Cuál crees A, que sería la mejor opción A?

A: Pues por principio yo creo que sería llamar la atención de las hermanas para que lo pusieran en paz

T: Y ¿por qué crees que sería lo mejor A? Esa opción y no darle la sacudida como tu dices

A: Pues sería lo mejor para él

T: ¿Por qué para él?

A: Bueno principalmente para mí para no tener problemas, yo evitaría un escándalo ahí en la capilla.

T: Entonces entiendo tú te sentirías mejor con esta alternativa

Ψ Crees que dándole una sacudida es la mejor manera de hacerle ver que esta equivocado?
(Conflicto Mayéutico)

Ψ ¿Por qué para él?
(Conflicto Mayéutico)

de solución A.

A: Si así es, pero también puede llegar el momento de cobardía, y si llega el momento yo lo voy hacer, darle una sacudida a ese señor.

T: Entonces crees que si se pueda dar el momento, no crees que existe otra alternativa.

A: Pues tal vez lo haría pero buscaría la primera alternativa

T: Muy bien A, bueno el tiempo de la sesión se nos termino, te parece sí continuamos con todo esto en la próxima sesión.

A: Claro que sí muchas gracias

T: Gracias a ti.

Retroalimentación:

- Lo que el se lleva es que reconoce que cuando platica de situaciones desagradables tiende a tensar sus labios y le gustó mucho reconocer esta parte ya que argumenta que así conoce más sobre él.
- Lo que yo me llevo es en esta sesión es que veo que A le agrada ser muy independiente.

SESION 5

Aspectos Relevantes durante el proceso

T: Hola A, ¿cómo estas?

A: Bienvenida

T: Gracias A, me decías que estás diciendo que estas estrenando silla ¿verdad?

A: Sí, mi mecedora. Ya estoy muy contento porque que ya estas de regreso.

T: Sí verdad A, de regreso de las vacaciones ¿cómo te fue en tus vacaciones?

A: Bien, estuve aquí iba ir a comprar unos medicamentos que me hacían falta, pero como ahora esta el lío este...

T: Del pavimento ¿no?

A: Sí, he tenido oportunidad de tomar aquí afuera a las personas que está trabajando, la escavadora y a los instrumentos. Pero no tenía rollo he hice un coraje conmigo mismo, es una precisión increíble de estos señores.

T: Sí....

A: Increíble la precisión que tienen, para manejar la maquinaria.

T: Sí verdad, bien A, entonces recordarás que la última sesión cuál fue la reflexión, yo si me acuerdo eh!!

A: No me acuerdo.

T: ¿No te acuerdas?

A: No... Estoy recordando que mi amiga María de los Angeles tenía una magnifica memoria, pero muy buena...

T: De acuerdo A, entonces te voy a recodar un poco de lo que tratamos la última vez. Tú me comentabas de algunos de los roces que tienes con las personas que laboran aquí, por ejemplo que las madres superiores, hacen cosas que te molestan....

A: Sí, yo no quiero que me lleven por un camino que ellas ya piensan que es el mejor yo no quiero. Eso no me agrada

T: Sí, exacto y te acuerdas que te puse un ejemplo como sí fueras una olla express que poco a poco dejabas salir tu enojo, tu me dijiste que sí, que por ahí iba que eran un poco tus escapes ¿no?

A: Sí....

T: Y la reflexión era... saber ¿cómo te hacen sentir estos escapes?

A: Pues en el momento me hace sentir muy bien.

T: Bien en ese nos quedamos ¿por qué te hace sentir muy bien A?

A: Porque algunas veces, reflexiono en un suceso del día y

Incidencias: Antes de comenzar es importante señalar que de la cuarta sesión a la quinta se atravesó el un periodo de una semana de vacaciones.

Ψ Uso de Metáforas:
Yo te dije que eras como una olla express que poco a poco dejaba salir el vapor.

reflexione en situaciones desagradables, luego pienso que la próxima vez ya no vuelva a suceder o que voy a tratar de evitarlo así en fin....

T: Sí,

A: Entonces, esas pequeñas acciones que a veces me producen que me salga de mis casillas, bueno en ocasiones digamos... digamos molestándome

T: Sí...

A: Aquí estamos en un constante repetir y repetir; las horas ... lo que determina aquí son las horas, bueno en la mañana la hora de despertarse a bañar que a las seis que a las cinco llega el agua en fin... por ahí se empieza , luego las horas de los alimentos también, entonces ya estamos hechos a esos horarios. Yo llego veinticinco minutos o treinta minutos antes de que sirvan en el comedor para, conversar unos momentos ahí con mi compañero, conversar un poco, me agrada y entonces ya entramos a los alimentos....

T: Bien A

A: Y luego ya la rutina, ayer... o hoy, las religiosas que están encargadas de aquí

T: Sí

A: Se despidieron, ya se retiraron todas .

T: ¿Ya se fueron?

A: Sí, vendrán nuevas encargadas de aquí., seguramente también van a ser religiosas. Yo me llevé muy bien con la encargada de aquí de nosotros y luego en el comedor la madre superiora, siempre fue una persona muy amable.

T: Muy bien A, y ya haciendo énfasis en lo que me comentabas hace rato A, me dices que esos escapes te hacen sentir muy bien ¿a que te refieres con bien, me puedes describir más ampliamente?

A: Pues que ya no estuve pensando en ese desagrado que tuve en ese momento, se fue ese momento y se acabo y viene lo nuevo.. de no hacerlo así yo lo seguiría pensando y pensado en lo mismo y seguiría con la molestia.

T: Bien A, entonces es como si fueras "un globo de gas, el cual cuando se presenta ante esas situaciones de roces, estas repleto de gas y cuando te liberas de esa molestia es como si dejaras salir ese gas".

A: Sí, ya no pienso en eso, ya no hay nada que me desagrada.

T: Te ¿hace sentir bien en ese caso?

A: Sí....

T: Muy bien A... entonces me quieres compartir algo en particular el día de hoy en esta sesión A...

A: A bien, que las hermanas que ya se fueron se despidieron muy amablemente de nosotros; la madre superiora es una

Ψ ¿a que te refieres con bien, me puedes describir más ampliamente?
(Concretización)

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si fueras un globo con gas al cual momento de dejar salir el aire te liberas.

Ψ A, También mueve su cabeza de forma afirmativa mencionando que le hace sentir bien el liberarse de esos

persona muy inteligente además de una edad.... madura entonces es joven a comparación de las otras hermanas que están aquí, muy amablemente e se despidió de mi, y me dio un beso... Por cierto no tengo irritada esta mejilla

T: Un poquito, sí se ve un poco rojo

A: Desde hace varios días que, siento irritado mi mejilla, hasta le cambie la navaja a mi rastrillo...

T: A lo mejor puede ser por el calor A, porque con el calor se irrita más la piel, porque no después de rasurarte te pones un poco de crema o algo para que te ayude.

A: Voy hacerlo, sí tengo crema, fíjate que no me pongo porque yo gran parte de la grasa la elimino por la cara.

T: Bien A, yo te recomiendo que te lo pongas y también no te rasures tan seguido, porque también rasurarse frecuentemente irrita la piel.

A: Sí bien, porque lo hago por las mañanas.

T: Porque no pruebas cada tercer día, a ver si cambia algo puede ser ¿no?

A: Sí, es la primera vez que me llevo a irritar así, siempre que me baño me rasuro. Y ya cuando me visto me pongo loción y listo...

T: A lo mejor se te irrita por eso A

A: Yo no entiendo por qué, estoy pensando ahora verás aquí frecuentemente nos vienen a dar muchos regalos entre ellos, frecuentemente nos daban crema para rasurar, por ahí ya tenía algunos botes los he estado regalando a Angelita de aquí que rasura a todos los demás que quieren, yo no yo me rasuro yo solo

T: Sí...

A: Angelita... tiene una cubeta donde tiene todos los rastrillos con los que rasura a sus victimas. Para mi es como un "caldo de cultivo" porque se ve que tiene muchos microbios. Luego últimamente uno de los compañeros, empezó con una infección en la cabeza... entonces a Angelita le dijeron que lo curara pero que... usara sus guantes... los guantes que utiliza para el aseo.

T: ¿Apoco?

A: Son unos guantes rojos

T: Sí...

A: Entonces hace el aseo de los sanitarios con sus guantes rojos, a mi me da la impresión de que no lava sus guantes, yo creo que se los quita y los guarda por ahí, y luego los vuelve usar en fin...

T: Sí...

A: Entonces estaba este señor con su infección en la cabeza con su y Angelita estuvo curando a este señor y ya paso un

momentos de enojo.

Ψ Muestra su mejilla

Ψ Ríe

Ψ Ríe

tiempo; y luego me toco ver como rasuraba también con sus guantes y como saca los rastrillos de su cubeta; y luego con esos guantes tocando en la cara a los demás y poniendo el jabón; imagínate pueden tener infección en la cara

T: Sí verdad te quedas pensando un poco eso hasta te da risa ¿verdad A?

A: Sí es que digo Dios es muy grande y protege. Si voy a ver que Tengo.

T: Y sí verdad nada más es de ese lado donde tienes irritado.

A: Estoy pensando que luego cuando me rasuro ahora me rasure bien y m vengo aquí y me pongo la loción en la cara; porque me rasuro diario, me siento mal cuando se me ve la barba porque me siento mal porque parece como si no me hubiera bañado. Talvez fue una crema que utilice.

T: Bien A, me estabas comentando A sobre que se habían ido las Religiosas.

A: Sí...

T: ¿Cómo te hizo sentir eso A?

A: Pues si se siente porque te acostumbras a ellas, se van y seguramente tendrán que venir otras yo creo que también religiosas. Las que están aquí son Hermanas de la Caridad del hogar Marillac.

T: Sí...

A: Esa es una sigla de Francia, lo del nombre de Marillac , allá en recepción hay una pintura de la cara de la fundadora del Hogar Marillac; se ve que era una mujer de la Edad Media.

T: A mira, que interesante; me estaban diciendo como te sentías de que la religiosas se hayan ido...

A: Pues me tiene en ascuas, no se que vaya a pasar

T: ¿Te tiene preocupado?

A: No, se que como si me tuvieran con una expectativa.

T: A la expectativa, como con unos binoculares; esta viendo todo y a la vez no sabes que pase ¿no?

A: Sí porque no se si vaya hacer benéfico, pues una de las encargadas de aquí; la Herman Elvira; a ella fue a la que le pedí que me dieran este mueble. De hecho recuerdo una ocasión que la Hermana Elvira estaba forcejeando con uno de mis compañeros; el la tenía agarrada del brazo...

T: Y luego...

A: Pues llegue yo y lo agarre y lo empuje; se iba pegar en la cabeza, por suerte no se pego por que imagínate que hubiera pasado, que bueno que no....

T: Pero, entonces si pensaste en golpearlo...

Ψ Ríe

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si tuvieras unos binoculares y observarás todo.

Ψ Señala el mueble con su mano derecha.

Ψ Ríe

Ψ A, reconoce que al golpear a una persona puede traer

A: ¿Y qué es tenerlo fuera de combate?

A: Pues anularlo, desmayarlo.

T: ¿Dejarlo inconsciente?

A: Pensé en golpearlo con el extintor era, la única forma de poderle ganar porque está más alto que yo. Eso fue lo que se me ocurrió en ese momento estaba por elevador

T: Sí...

A: Todo por auxiliar a la hermana Elvira. Él era buena gente conmigo pero ese día ya no. Raíz de eso pues lo expulsaron por agredir a la hermana, entonces se fue....

T: Claro...

A: Y pues me dieron muebles que dejó el; yo tenía una cama pero era metálica y me dieron esta que tengo aquí... Entonces cambiaron todo para acá y estoy muy a gusto con mi mueble y con mi cama.

T: Que bueno A, entonces me estabas comentando que con la partida de las hermanas te sientes como a la expectativa

A: Pues sí siento que va ser diferente y vamos a esperar que tal es...es una nueva forma de ver una nueva situación

T: Claro... estamos esperando a ver que ocurre, es como si estuvieras como espectador esperando ver una obra de teatro y estás esperando que abran las cortinas y estas esperando a ver que sale.

A: Sí exactamente me siento a la expectativa

T: Pues si A, entonces vas a esperar a ver que sucede ¿no?

A: Pues no creo que cambie mucho, porque ya hay un programa que se debe de seguir aquí en el Hogar Marillac, yo pienso que también van a ser religiosas; ahora que lleguen pues espero tener una buena relación.

T: Ambas partes no ¿A?

A: Sí, es interesante conocer como vamos a afrontar esa realidad.

T: Exactamente, pues en este caso esta bien A

A: Sí ya es nuestra vida, ha si ha sido y así va ser. Por lo que debemos de actuar debidamente en el momento, pero quien sabe... luego fallamos en fin...

T: Vas a conocer nueva gente A

A: Sí, ininteresante lo que viene

T: Y ¿cuándo les dijeron que vienen?

A: No han dicho todavía, sólo se despidieron y dijeron que habían estado muy bien, pero estamos a la expectativa.

T: Y ¿cómo te sientes al estar con la expectativa?

A: Bien así es la vida pues hay que enfréntalo.

T: Y qué es ¿eso de bien A?

A: Pues que estoy con mi experiencia y pues con la edad ya sabemos o tenemos una idea de cómo deben de ser las

serias
consecuencias.

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si estuvieras en una obra de teatro y estuvieras esperando que abras las cortinas para ver que sale .

cosas, debe de ser interesante más; porque ya esta edad ya sabes como son las personas buen más o menos. Pues interesante

T: Claro, oye y ¿cómo es eso de interesante A?

A: Pues yo digo que es como voy actuar, yo voy actuar de acuerdo a la forma en que actúe la otra parte.

T: Claro...

A: No soy aficionado a los juegos de azar, pero si los fuera diría haber como apuesto a lo que viene...

T: Metafóricamente hablando...

A: Así es, no soy aficionado a los juegos de azar, eso de la lotería, las cartas no lo soy, yo recuerdo que en los trabajos donde estaba; a fin de año, cuando todos tiene dinero del aguinaldo. Siempre a alguien se le ocurría decir que se comprará un boleto de la lotería "un entero"; yo me solidarizaba y le entraba no, pero nunca he sido aficionado

T: Sí...

A: Siempre, encuentras de todo en las oficinas; hay quienes son muy aficionadas a los juegos

T: Claro....

A: Yo tenía un tío que compraba billetes de lotería; y luego el veía en los calendarios en casa de mi abuela. Entonces mi tío Julián que en realidad su nombre era.... bueno el nombre de mis tías y mis tíos siempre fue de acuerdo al día del calendario

T: Sí...

A: Encarnación se llamaba mi tío, y al no le gustaba le decían "Chon" bueno cuando niño, después ya se vinieron a la ciudad de México y mi abuelo materno tenía un negocio, el tenía bastante dinero; pero con la Revolución pues todo cambio; también como él tenía muchas hijas las protegió de la Revolución viniéndose para la ciudad de México; y pues acá crecieron, entonces mi tío Encarnación y luego mi tío....

T: Otro tío...

A: Mi tío Taurino, entonces pues por eso se los cambiaron. Por eso mi tío se cambio los nombres, primer o se puso Roberto, luego Julián. Él fue abogado.

T: Sí...

A: Luego el tío Taurino fue Ingeniero, él estudio en el Politécnico y figuro entre los mejores Ingenieros que tuvo el Politécnico en ese momento, se cambiaron los nombres.

T: Gracioso, entonces A estabas platicando un poco de que ya se fueron las religiosas de aquí, y que tu me dices que estás esperando haber que pasa

A: Sí haber que pasa; ahora ya estoy conciente de cómo son las perronas, esperemos haber que pasa

Ψ Concretización ¿Y qué es eso de bien A?

T: Claro en este momento es esperar haber que sucede...

A: Sí cómo yo soy muy bromista, entonces una vez de las hermanas que trabajaban aquí, cuando íbamos a desayunar ella preguntaba: ¿Cómo se sienten? Y yo conteste: con mucha hambre quiero carne; y luego como era la semana de Semana Santa; pues como sabes son de vigilia

T: Sí...

A: Y le daba risa, que déjame decir que esto de la vigilia no es nada comparado con los musulmanes, ellos se deben de abstener de muchas cosas

T: Claro...

A: La mujer, la bebida y la comida. El Coran (Coran como nuestra Biblia) no les permite todo eso. Esto lo se porque leía

T: Sí.... Algo más que me quieras compartir el día de hoy A

A: Pues lo más importante en este momento es que nos cambian a las hermanas.

T: Bien A, fue relevante para ti A

A: Sí, va a ser relevante haber que pasa

T: Dices que es como si estuvieras a la expectativa no.

A: Sí para bien o para mal estoy esperando haber que como tu me dices que es como si estuviera atento a ver una obra de teatro. Déjame decirte que las obras de teatro que yo he visto no han sido muy buenas

T: No te han llenado de lo todo A....

A: No francamente no...Por cierto algunas de las películas que hizo Felini, en ese momento era lo más afamado, era de un fotógrafo, esto era a principio de los años 60's Sí, en ese momento había una mujer también muy de moda Tuili, se llamaba era una mujer flaca muy flaca... en fin

T: Sí...Bueno A, el día de hoy se termino la sesión te parece sí la próxima sesión continuamos. Gracias por haber compartido esta sesión nos vemos el próximo jueves.

A: Sí

Ψ Ríe

Ψ Ríe

Retroalimentación:

- El sigue a la expectativa de las nuevas encargadas que lleguen.
- Lo que yo me llevo es que el menciona ser que el se va a comportar como se comporten con él, eso hace ver que A, es una persona muy reactiva, dado que reacciona tal y como sean con él.

SESION 6	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Hola A, buenas tardes ¿cómo estas?</p> <p>A: Bien</p> <p>T: ¿Cómo estuvo el día de hoy A?</p> <p>A: Bien, bueno me levante a la hora que debía de hacerlo y me bañe y fui al seguro, ya sabia que me iban a tardar mucho y me tardaron, pero no tanto y me dieron todo el medicamento; y si lo hubo que fue lo mejor.</p> <p>T: Que bueno A...</p> <p>A: Porque luego te hacen dar muchas vueltas porque no hay el Medicamento; ahora sí me dieron todo el medicamento.</p> <p>T: Perfecto...</p> <p>A: Me siento contento.</p> <p>T: Sí, ¿qué es eso de sentirte contento A?</p> <p>A: Tan contento que ya se me estaba olvidando que ibas a venir</p> <p>T: A ya vez A.... no pues así no</p> <p>A: Otras veces es lo que le da sentido al día, porque es valioso</p> <p>T: Sí, y esta vez se te olvido</p> <p>A: Sí esta vez se me pasó por completo, por la preocupación del seguro...</p> <p>T: Lo bueno es que estamos aquí ya bien....</p> <p>A: Sí, que bueno me da mucho gusto, como constantemente salgo ahí a la ventana a ver como están trabajando</p> <p>T: Sí....</p> <p>A: Y cuando salí hace un buen rato, y escuche hablando a Roberto, raramente es que yo escuche su voz; sólo cuando habla por teléfono. Entonces lo oí hablando y...</p> <p>T: ¿No te percataste?</p> <p>A: Y no me percate hasta que volví a regresar aquí a subirle un poco a la música, entonces me di cuenta que estaba allá Violeta, y recordé sí hoy es día de sesión</p> <p>T: Y dijiste hoy toca, muy bien A, pero lo bueno es que estamos aquí ¿estás de acuerdo?</p> <p>A: Sí es lo principal eso el lo mejor</p> <p>T: Hay algo ¿qué me quieras compartir el día de hoy A?</p> <p>A: Pues que estoy muy contento, por el medicamento que me dieron el día de hoy, lo que pasa es que iban a pasar algunos días y se me iba a terminar ya, por eso acudí de una vez; yo compro los medicamentos algunos cuando se me terminan; pero por él que fuí no porque ese necesita una receta como es un psicotrópico entonces no tan fácil lo venden. Solamente en el seguro me lo dan, tenía reservas</p>	<p>Ψ ¿Qué es eso de sentirte contento A? (Concretización).</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Ríe</p>

otras veces me han dado dos o tres cajas y esta vez me dieron una caja con cincuenta; como es una pastilla cada veinticuatro horas pues tengo de reserva.

T: Sí...

A: Prefiero tener de reserva así, como el aerosol; también tengo de reserva, pero ese no me preocupa porque sí lo puedo comprar.

T: Sí...

A: Que me ayudan mucho, pero se que los debo de usar con precaución porque, sí uso mucho el aerosol puede producir taquicardia

T: Entonces también es delicado...

A: Ya aprendí; porque antes me empezaba a sentir mal por cualquier cosa, y me tenía que ir a urgencias del seguro

T: Sí por lo mismo no A

A: Sí, pues era que, medio me espantaba, entonces yo digo que era psicológico.

T: A ¿qué te refieres con que era psicológico?

A: Pues que tomaba medicamento y no sentía que me hiciera efecto, entonces me iba sintiendo más mal y más mal; y tenía que ir a urgencias; ahora ya aprendí a que debo de tomar el medicamento y reposar y ya con eso me empiezo a normalizar; ya no me asusta ...

T: Sí...

A: Tomo medicamento pasa un rato y ya me empiezo a sentir bien ya no es necesario tomar más medicamento.

T: Y ¿cómo te hace sentir esto A qué me comentas? Esto que me dices, es que antes era psicológico...

A: Bien, porque ya no tengo que ir tanto a urgencias, algunas veces cuando estaba trabajando en la papelería.

T: Sí...

A: Y me sentí muy mal, entonces salía y ya era tanto que cualquier movimiento que yo tenía me producía una agitación como si yo hubiera corrido kilómetros.

T: Sí...

A: Entonces ya salía con mi carnet del seguro, esa ocasión salí a buscar un taxi y no pasaban, bueno pasaban ocupados.

T: Sí

A: Y yo me sentía muy mal y estaba usando mucho el inhalador pero, bastante entonces, pues era tanta mi desesperación que dije entre mi haber si algún carro particular le digo, pero no, no se detienen con los asaltos y demás bien pudieron pensar tal vez que los iba asaltar. Pasó una patrulla y la detuve y le dije que me sentía muy mal, la verdad ya ni podía hablar estaba muy agitado.

T: Claro.

Ψ ¿A qué te refieres con que era psicológico?
(Concretización)

Ψ Y ¿cómo te hace sentir esto A?
(Concretización)

<p>A: Les explique que estaba esperando un taxi, pero que no pasaban más que todos ocupados y entonces no puedo irme a mi clínica. Y me dijeron, súbase lo vamos a llevar a otra avenida, y me llevaron a una avenida más grande y detuvieron el taxi y me ayudaron a subirme y ya el taxi me llevo.</p>	<p>Ψ</p>
<p>T: Bien A, lo bueno como dices tú es que, ya aprendiste a controlar esta situación ya te sientes mejor físicamente.</p>	<p>Ψ</p>
<p>A: Sí, ya me siento mejor que ya no he tenido la necesidad de hacer peripecias para ir a urgencias; afortunadamente ya puedo controlarme.</p>	
<p>T: Perfecto A, bueno yo quiero retomar un poco las sesiones pasadas que hemos platicado, lo que tu me haz comentado, sobre tu exesposa, sobre las visitas de tu hija, cómo te hace sentir...</p>	
<p>A: Sí, que me agrado mucho, que me hicieron sentir magnifico, la visita que creo que fue hace dos semanas. Pues por principio yo esperaba a mi hija que iba a venir y bien... vino mi hija pero vino también su mamá</p>	
<p>T: Sí...</p>	
<p>A: Entonces vino aquí conmigo, vino a cambiar a la bebé.</p>	
<p>T: A ¿tu nieta?</p>	
<p>A: Sí, yo ya alguna vez había pensado que cuando subiera aquí en mi habitación a cambiar a mi nieta, le iba yo a poner una mantita; es una mantita que nos regalaron; bueno de hecho tengo dos mantitas de esos que luego te pones en los pies.</p>	
<p>T: Sí...</p>	
<p>A: Entonces yo las tenía y ya se la puse a mi nieta, porque siempre esta algo fría la cama; y pues ya la cambiaron.</p>	
<p>T: Sí, me comentabas lo bien que te hacía sentir eso, algo que nos faltó profundizar es con lo que me comentabas, que extrañabas a tu esposa en el aspecto sexual ...es decir, que más que sentimental, lo que más te pegaba era el aspecto sexual por así decirlo; entonces la pregunta que yo te plantearía aquí A, para estos círculos es: ¿Hasta el día de hoy cómo te hace sentir eso A? ¿Sientes aún esa sensación de extrañarla?</p>	<p>Ψ Afirma con la cabeza</p>
<p>A: Pues, algunas veces la sueño, pero bien como estoy aquí... pues acepto la realidad como es...</p>	<p>Ψ A, reconoce que debe de aceptar su realidad el que ya no está junto a su exmujer.</p>
<p>T: Sí...</p>	
<p>A: Me dio mucho gusto, verla el día que estuvo aquí pero hasta ahí nada más, nos despedimos y se fue y ya... se acabo y la realidad es que ya no estamos juntos y yo estoy aquí.</p>	<p>Ψ Manejo de Silencio</p>
<p>T: ¿Eso es la realidad A?</p>	
<p>A: Tengo que tomar las cosas como son, ya por mi edad y mi</p>	

experiencia, tengo que tomar la realidad como es; y no me hago ilusiones que debería de ser de alguna forma las cosas. Nada de que debería las cosas como son. Me siento muy contento de enfrentar las cosas como son...

T: Claro A, ¿te gusta tu realidad?

A: Me agrada...

T: ¿Qué es lo que te agrada A?

A: Me agrada, porque tengo la capacidad de enfrentarla de la forma más positiva

T: Sí

A: Como ahora que se fueron las hermanas, pues la cosas han Transcurrido casi igual, como habían sido

T: Sí...

A: una de las cosas que se acostumbraba antes de los alimentos es cantar, y actualmente, ya un poco antes de que se fueran las hermanas resulta a la hora que tal vez alguna de las Hermanas no se presentaba; el personal que nos sirve los alimentos, son quienes rezaban y cantaban y ya servían; esto para bendecir los alimentos

T: Muy bien A

A: Y ahora se está haciendo así, no están las Hermanas y se bendicen los alimentos, los consumimos y listo

T: Sí A, entonces entiendo que podemos hacer una analogía por ejemplo lo que comentamos de tu exesposa con la partida de las Hermanas, te refieres a que también debes de aceptar tu realidad A ¿va por ahí lo que me quieres compartir?

A: Sí que no me hago ilusiones, no pienso que el mundo debería de ser como yo quiero que sea, esta siendo y yo lo e

T: Y luego...

A: Pues llegue yo y lo agarre y lo empuje; se iba pegar en la cabeza, por suerte no se pego por que imagínate que hubiera pasado, que bueno que no....

T: Pero, entonces si pensaste en golpearlo...

A: ¿Y qué es tenerlo fuera de combate?

A: Pues anularlo, desmayarlo.

T: ¿Dejarlo inconsciente?

A: Pensé en golpearlo con el extintor era, la única forma de poderle ganar porque está más alto que yo. Eso fue lo que se me ocurrió en ese momento estaba por elevador

T: Sí...

A: Todo por auxiliar a la hermana Elvira. Él era buena gente conmigo pero ese día ya no. Raíz de eso pues lo expulsaron por agredir a la hermana, entonces se fue....

T: Claro...

Ψ ¿Te gusta tu realidad A?(Concretización)

Ψ Afirma con la cabeza que le agrada su realidad

Ψ ¿Qué es lo que te agrada?
(Concretización)

Ψ A, reconoce que su realidad la acepta de forma positiva

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si estuvieras en una obra de teatro y estuvieras esperando que abras las cortinas para ver que sale .

A: Y pues me dieron muebles que dejó el; yo tenía una cama pero era metálica y me dieron esta que tengo aquí... Entonces cambiaron todo para acá y estoy muy a gusto con mi mueble y con mi cama.

T: Que bueno A, entonces me estabas comentando que con la partida de las hermanas te sientes como a la expectativa

A: Pues sí siento que va ser diferente y vamos a esperar que tal es...es una nueva forma de ver una nueva situación

T: Claro... estamos esperando a ver que ocurre, es como si estuvieras como espectador esperando ver una obra de teatro y estás esperando que abran las cortinas y estas esperando a ver que sale.

A: Sí exactamente me siento a la expectativa

T: Pues si A, entonces vas a esperar a ver que sucede ¿no?

A: Pues no creo que cambie mucho, porque ya hay un programa que se debe de seguir aquí en el Hogar Marillac , yo pienso que también van a ser religiosas; ahora que lleguen pues espero tener una buena relación .

T: Ambas partes no ¿A?

A: Sí, es interesante conocer como vamos a afrontar esa realidad.

T: Exactamente, pues en este caso esta bien A

A: Sí ya es nuestra vida, ha si ha sido y así va ser. Por lo que debemos de actuar debidamente en el momento, pero quien sabe... luego fallamos en fin...

T: Vas a conocer nueva gente A

A: Sí, ininteresante lo que viene

T: Y ¿cuándo les dijeron que vienen?

A: No han dicho todavía, sólo se despidieron y dijeron que habían estado muy bien, pero estamos a la expectativa.

T: Y ¿cómo te sientes al estar con la expectativa?

A: Bien así es la vida pues hay que enfréntalo.

T: Y qué es ¿eso de bien A?

A: Pues que estoy con mi experiencia y pues con la edad ya sabemos o tenemos una idea de cómo deben de ser las cosas, debe de ser interesante más; porque ya esta edad ya sabes como son las personas buen más o menos. Pues interesante

T: Claro, oye y ¿cómo es eso de interesante A?

A: Pues yo digo que es como voy actuar, yo voy actuar de acuerdo a la forma en que actúe la otra parte.

T: Claro...

A: No soy aficionado a los juegos de azar, pero si los fuera diría haber como apuesto a lo que viene...

T: Metafóricamente hablando...

A: Así es, no soy aficionado a los juegos de azar, eso de la

Ψ ¿Y qué es eso de bien A?

lotería, las cartas no lo soy, yo recuerdo que en los trabajos donde estaba; a fin de año, cuando todos tiene dinero del aguinaldo. Siempre a alguien se le ocurría decir que se comprará un boleto de la lotería “un entero”; yo me solidarizaba y le entraba no, pero nunca he sido aficionado

T: Sí...

A: Siempre, encuentras de todo en las oficinas; hay quienes son muy aficionadas a los juegos

T: Claro....

A: Yo tenía un tío que compraba billetes de lotería; y luego el veía en los calendarios en casa de mi abuela. Entonces mi tío Julián que en realidad su nombre era... bueno el nombre de mis tías y mis tíos siempre fue de acuerdo al día del calendario

T: Sí...

A: Encarnación se llamaba mi tío, y al no le gustaba le decían “Chon” bueno cuando niño, después ya se vinieron a la ciudad de México y mi abuelo materno tenía un negocio, el tenía bastante dinero; pero con la Revolución pues todo cambio; también como él tenía muchas hijas las protegió de la Revolución viniéndose para la ciudad de México; y pues acá crecieron, entonces mi tío Encarnación y luego mi tío....

T: Otro tío...

A: Mi tío Taurino, entonces pues por eso se los cambiaron. Por eso mi tío se cambio los nombres, primer o se puso Roberto, luego Julián. Él fue abogado.

T: Sí...

A: Luego el tío Taurino fue Ingeniero, él estudio en el Politécnico y figuro entre los mejores Ingenieros que tuvo el Politécnico en ese momento, se cambiaron los nombres.

T: Gracioso, entonces A estabas platicando un poco de que ya se fueron las religiosas de aquí, y que tu me dices que estás esperando haber que pasa

A: Sí haber que pasa; ahora ya estoy conciente de cómo son las perronas, esperemos haber que pasa

T: Claro en este momento es esperar haber que sucede...

A: Sí cómo yo soy muy bromista, entonces una vez de las hermanas que trabajaban aquí, cuando íbamos a desayunar ella preguntaba: ¿Cómo se sienten? Y yo conteste: con mucha hambre quiero carne; y luego como era la semana de Semana Santa; pues como sabes son de vigilia

T: Sí....

A: Y le daba risa, que déjame decir que esto de la vigilia no es nada comparado con los musulmanes, ellos se deben de abstener de muchas cosas

T: Claro...

Ψ Ríe

Ψ Ríe

Ψ Ríe

A: La mujer, la bebida y la comida. El Coran (Coran como nuestra Biblia) no les permite todo eso. Esto lo se porque leía

T: Sí... Algo más que me quieras compartir el día de hoy A

A: Pues lo más importante en este momento es que nos cambian a las hermanas.

T: Bien A, fue relevante para ti A

A: Sí, va a ser relevante haber que pasa

T: Dices que es como si estuvieras a la expectativa no .

A: Sí para bien o para mal estoy esperando haber que como tu me dices que es como si estuviera atento a ver una obra de teatro. Déjame decirte que las obras de teatro que yo he visto no han sido muy buenas

T: No te han llenado de lo todo A....

A: No francamente no...Por cierto algunas de las películas que hizo Felini, en ese momento era lo más afamado, era de un fotógrafo, esto era a principio de los años 60's Sí, en ese momento había una mujer también muy de moda Tuili, se llamaba era una mujer flaca muy flaca... en fin

T: Sí...Bueno A, el día de hoy se termino la sesión te parece sí la próxima sesión continuamos, Gracias por haber compartido esta sesión nos vemos el próximo jueves.

A: Sí

Retroalimentación:

- A menciona estar consiente que aunque extraña físicamente a su exesposa; ya no puede estar con ella
- Lo que yo me llevo es que el menciona ser que el se va a comportar como se comporten con él, eso hace ver que A, es una persona muy reactiva, dado que reacciona tal y como sean con él.

SESIÓN 7	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estas? A: Bien Gracias, Bienvenida. T: Gracias, esta vez nos dejamos de ver dos días ¿verdad? A: Sí... T: Te acuerdas de la última vez que platicamos, sobre la reflexión, ¿me quieres compartir sobre ello A? A: Sí los días se fueron rápido, no me acuerdo muy bien de algunas de las cosas. T: Recordamos algunas de ellas te ¿parece? A: Sí, T: Platicamos algo sobre tu exesposa, sobre los sentimientos que te hace sentir y sobre como en ocasiones te enojas fácilmente, te acuerdas que te puse el ejemplo sobre no rebasar la línea que me haga caer a ese vacío, no se si lo reflexionaste o bien que me quiere compartir sobre ello... A: Pues nada especial, de que no haya pensando y que no haya yo llevado a cabo, lo que sí pensé es que debo de ser responsable en todo momento; y no escudarme en que en algún momento puede “cruzar la línea”... T: Y en ese sentido A. ¿cómo te hace sentir esto, el quedarte con tu enojo, es como si estuvieras de puntitas y estuvieras apunto de caer.... ¿cómo te hace sentir A? A: Me hace sentir muy bien, porque se que estoy respondiendo como debía de ser T: ¿Te enorgullece? A: Sí... y de esa forma no me siento mal conmigo mismo después. Me agrada mucho que pueda dominarme a mí mismo. T: Y ¿cómo se siente tu cuerpo A? A: Bien, estoy subiendo de peso ayer que fui y me pese, y pese 75. T: Sí, a lo que me refiere A, es ¿dónde sientes la tensión cuando te quedas “en la raya”? ¿lo haz identificado? A: Lo más reciente, es el día que estábamos en la sala y que la señora nos apago la luz... T: Sí ¿dónde sientes esa tensión? A: Pues no se, creo que no tengo una parte de mi cuerpo donde identifique esta parte; porque me siento bien; porque hago lo correcto... T: Bien ¿te puedo hacer una observación? A: Sí... T: Fíjate que he notado que cada vez que, te enojas te exaltas</p>	<p>Ψ A, menciona que la reflexión que tuvo es que siempre debe ser responsable de sus actos. Ψ Uso de Metáfora: Es como si estuvieras de puntitas a punto de caer Ψ ¿Cómo te hace sentir? (Concreteización). Ψ Ríe Ψ ¿Dónde sientes esa tensión? (Concretización). Ψ Reflejo de Contenido: Veo que</p>

mucho y muy rápido; y te voy a ser sincera en ocasiones siento que puedas tener una crisis donde te cuesta trabajo respirar; no se sí tenga algo que ver.... el que te enojas y en ese momento no puedas respirar.

A: Bien, ahora como dices no ha sucedido ahora como me crisis.... crisis de convulsiones.

T: No A...

A: De momento pensé en eso, bueno eso es lo que yo pensé, porque hoy en la mañana me quede dormido más tiempo, de lo que acostumbro; hasta pensé que ya no iba alcanzar agua, me levante disgustó conmigo mismo, ya no alcancé agua, pero como aparte agua con esa me bañe. Pero quede bien rasurado y quede bien, y luego ya fui a desayunar... pero como no estaba bien rasurado, me volvía a rasurar, con mi crema que tengo me rasure y pues ya quede, casi nunca las uso, pero ahora aproveche y las use

T: Claro....

A: Pensando en no dar una mala impresión; para ahora que estuvieras tú aquí, que por cierto ya me estoy... estaba pensando haber que opinas... no quiero llegar a ser dependiente de ti.

T: No A, eso lo tenemos que trabajar...

A: Prefiero decírtelo, para que así mejor tu me puedas orientar.

T: Claro, A esto lo tenemos que ir trabajando porque eso es lo que no queremos, lo que buscamos es que seas independiente y lo iremos trabajando poco a poco, retomando un poco A, lo que te comentaba hace un rato sobre tus crisis, ¿tiene algo que ver cuando te enojas con tu manera de sofocarte?

A: No, no me he percatado de ello, pero cuando llego a tener crisis respiratorias.

T: No crisis exactamente; sino que tengas dificultad para respirar, cuando te enojas...

A: Pues, raramente me llega a pasar...

T: No que te llegue a pasar que por un enojo tengas una crisis, lo que yo percibo, es que al encontrarte en ese momento tiendes agitarte mucho

A: Bien, te voy a decir algunas cosas que me llegaba a suceder, después de levantarme, incluso hasta después de haber tomado el medicamento, que de repente me sentía con insuficiencia respiratoria y eso me angustiaba, pero me angustiaba de verdad.. en alguna ocasión tuve que salir a buscar a la señora que hace el aseo aquí, para decirle que me sentía mal.

T: Sí

A: En alguna ocasión me llegaron a tomar la presión, pero

te exaltas muy rápido e incluso llegas a tener crisis.

Ψ Uso de silencios.

Ψ Ríe

Ψ ¿Tiene algo que ver que te exaltes cuando te enojas? (Concretización)

Ψ A, menciona que le gusta cuando piensa las cosa antes de pensar, porque de

después ya me sentí bien resulta que cómo era la segunda vez que me pasa se lo comente a una compañera (una magnífica compañera); y me dijo que mi angustia se debía a que yo perdía el ritmo de la respiración.

T: Sí

A: Entonces ella me dijo mira va a ser un secreto, respira y mantén tu respiración y así se volverá a normalizar tu respiración; y pues alguna vez me he sentido mal me ha servido hacer este ejercicio.

T: Que bueno A

A: Ahora verás, te digo que me levante ya tarde y me bañe y me rasure, pero no me sentía a gusto conmigo mismo por levantarme tarde, y pues ya pase al comedor, obviamente llegue un poco después; pues todavía con eso me sentí más inconforme conmigo mismo.

T: Sí...

A: Pues ya empecé a desayunar, por principio déjame te digo que estaba agitado, y comencé a sentir calor, entonces me empecé a preocupar, porque me sentí exactamente como cuando tenía mis convulsiones, y me preocupo no tanto por la crisis, sino por el espectáculo que podría haber dado, en fin...

T: Sí...

A: Pues empecé a sentir calor, y pensé que sí me seguía sintiendo mal, pues le iba a decir a Cristina (mi compañera).

T: Sí...

A: Nada más que en ese momento yo creo que me sentí así porque, estaba nervioso porque pues había llegado tarde, pero el malestar duró un rato, ya empecé a desayunar y ya se me pasó y pues ya acabe de desayunar y ya me viene para acá .. pero un momento si me...

T: Te preocupó....

A: Sí me preocupó un rato

T: Entonces te parece si vamos cerrando pequeños círculos, me comentabas que te sientes bien porque no llegas a "pasar la línea"; también me comentaste que nunca te habías percatado que cuando te enojas te exaltas o te pasa esto de la respiración; en este momento tu me dices que estás bien, que actúa de forma racional...

A: Sí me siento bien... porque me has ayudado a conocerme de una mejor forma

T: Perfecto A...

A: Ya te he dicho que cuando vienes es lo que le da sentido al día

T: Bien A, con respecto a lo que hemos venido comentado, es el tema de tu exesposa, hasta el momento A lo que me has

esta forma no se siente mal consigo mismo.

Ψ Te sientes bien al actuar de una forma racional y no sobre pasas la línea (Reflejo de Contenido)

comentado ¿cómo te hace sentir todo esto?

A: Pues, te diré que ahora como veo la vida es como viene, es enfrentarla y seguirla viendo de forma optimista

T: Perfecto, entonces estamos bien, no hay problemas con eso, y estas dispuesto a dar todo de ti para asimilar cualquier situación en tu vida

A: Sí

T: Bien, ahora te parece si seguimos con poco de lo que me estabas comentando, como te hace sentir esa preocupación que me comentas....

A: Pues ya estoy bien, como te digo ya después de desayunar me vine para acá y vine a escuchar música y me prepare, ya que ibas a llegar

T: Sí

A: Y pues ya llegué y le estuve poniendo algunas notas a las fotos, estuve pensando desde ayer en la noche que ponerle, pero después dije: después del desayuno...

T: Sí en este momento A, ¿cómo te sientes hasta este momento la preocupación que sentiste en la mañana?

A: Ya se olvido, simplemente que en este momento la recordé para hacértela saber a ti. Pero ya pasó y vine a ponerle las notas a las fotos hasta ahí, entonces le puse algo de música y ya.

T: Ahora me llama mucho la atención lo que me comentaste hace un momento A, lo que me mencionaste acerca de la dependencia, ¿qué es lo que me querías comentar?

A: Bien, ahora verás hay una serie de actos que me pasan y pienso en ese momento se lo voy a comentar a Aria...

T: Sí

A: Luego ya me percató, y no quiero estar pensando así; porque empecé a pensar como que entonces estoy dependiendo de ella. ...

T: Muy importante, A y lo hemos comentado sin problema puedes pensar en comentarme tales o cuales situaciones; pero muy importante tener en cuenta que esta sesión es para ello para que expreses tal y como sientes ciertas cosas; cómo lo que me comentas de que sientes esa preocupación, recuerda que esta proceso estamos para buscar tu autorrealización a través de lo que me comentas

A: Sí

T: Lo importante es que lo tienes presente el no crear esa dependencia.

A: Sí y me gusta estas sesiones porque me han permitido conocerme a mis mismo. Por ejemplo yo no me había percatado de cómo hago mis labios cuando te platico de alguna de mis experiencias fuertes, tengo ciertas

Ψ A, menciona que todas las cosas de la vida se deben de enfrentar con optimismo (Insight)

Ψ ¿cómo te hace sentir la preocupación que sentiste en la mañana?
(Concretización)

“ademanes con mis labios”

T: Claro por que son cosas que tal vez uno no percibe en ese momento. Ahora bien te pregunto ¿te preocupa ser dependiente en este momento?

A: No sólo quería que lo supieras, porque yo creo que si fuera dependiente; sería alguien irresponsable; y es lo que no quiero porque anularía todo lo hemos venido trabajando

T: Entonces es importante, en este caso sólo querías comentarlo ¿correcto?

A: Sí...

T: Perfecto A, yo quiero que me sigas comentando todo esto A, para que podamos trabajarlo, muy bien entonces ¿qué más me quieres compartir?

A: Lo principal era eso, de lo que quería compartir sobre la dependencia y sobre la preocupación de hace rato que tenía, que paso y ya.

T: Lo importante es que como te mencione hace rato, es que tengamos en cuenta que, esto es un proceso que tenemos para ayudar a concerté mejor y llegar a una autorrealización.

A: Sí, lo entiendo y me agrada cuando vienes

T: ¿Qué es lo que te agrada A?

A: Bueno, el que pueda conversar contigo, no cosas banales sin importantes sobre la vida, más todavía porque es la mía.

T: De acuerdo, te agrada compartir eso es muy importante.

A: Sí, porque sólo con contadas personas lo puedo hacer; por ejemplo con Ernesto, él me tiene confianza y yo le tengo a él, con Ernesto tengo mucha confianza.

T: Sí...

A: A él lo lastimo mucho la muerte de su hermana; ayer me estuvo platicando algunas cosas sobre su sobrina; sobre un problema que tuvo con ella desde hace tiempo; del cual origino que se viniera para acá.

T: Sí...

A: A parir, de el llegó pues está mejor porque lo trataron muy bien, es una persona muy amable con todo mundo; y pues todos responden a la amabilidad de él.

T: Muy bien A.

A: Él todas las mañanas se pone a barrer...

T: Bien A, entonces para ti Ernesto es como un árbol grande y fuerte, y cuando platican es como si sus ramas las unieran... ¿si va por ahí?

A: Sí, también he tenido unos amigos en el trabajo y nos íbamos a tomar, uno de ellos es tapatío, mi mujer también es tapatía...

Ψ A, reconoce que no debe de ser independiente (Insight).

Ψ ¿Qué es lo que te agrada A?
(Concretización)

Ψ A menciona que el proceso; le ayudado a conocerse a sí mismo (Insight).

Ψ Uso de Metáfora:
“Ernesto es como sí fueran un árbol fuerte”

T: Muy bien A, entonces retomando lo que estamos comentando ¿cómo te hace sentir el apoyo de tu amigo Ernesto?

A: Pues me da gusto, tener ese apoyo porque me agrada con quien platicar, aunque aquí hay muchos compañeros que tienen mucho tiempo, pero no puedo conversar con ellos...

T: ¿No sientes el apoyo con alguien más?

A: No, no hay nadie más con el que pueda conversar; porque no hay esa identificación...

T: Bien en este caso sientes esa identificación sólo con Ernesto

A: Sí, desde el principio sentí esa identificación, antes en su cuarto donde está él, estuvo ahí Antonio. Él andaba en silla de ruedas, también Antonio cuando llegué me recibió muy bien, muy amable persona también.

T: Que bien....

A: La verdad también con él hice buena amistad, Antonio me platicó que es de Colima y se dedicaba a contar cocos, pues resulta que se cayó de una palmera y se fracturo la columna, por ello el motivo de su invalidez. Él le escribió a un señor que sale en el canal siete (pega con su mano).

T: ¿Garralda?

A: Sí, que por cierto ya después me entere que Garralda, es hermano de la madre superiora que estaba aquí

T: ¿La que se acaba de ir?

A: Sí

T: Mira que te interesante ..

A: Ya después me dijo Antonio, que el le escribió a Garralda y por medio de él fue que llegó aquí; él lo admiraba mucho a Garralda.

T: Perfecto

A: Sí la verdad me llevaba muy bien con él, resulta que él ya había superado lo de su incapacidad, se integro.

T: Sí...

A: Pero después cuando salió lo de las paraolimpiadas, y yo una vez le dije que lo ideal es que los niños amanezcan con una discapacidad para que puedan destacar.

T: Sí...

A: En cierta forma de burla

T: Oye A, y esto que tu me comentas sobre los comentarios que haces de alguna manera sarcástica ¿cómo te hace sentir?

A: Pues no me hace sentir mal porque trato de decir la verdad, pero no me gusta lastimar a la gente, pero me gusta ser muy sincero y trato de decir las cosas con tiento.

T: ¿A qué te refieres con tiento?

A: En el caso de Antonio el estaba haciendo unos ejercicios,

Ψ ¿Cómo te hace sentir esos comentarios? (Concretización).

Ψ A, menciona que le gusta ser sincero y decir las cosas como son pero sin lastimar

que ya más o menos podía mover una pierna y demás, luego vienen aquí unos terapeutas para dar masaje y demás

T: Sí...

A: Entonces me decía que ya se estaba sintiendo bien, le habían dicho que por medio de una operación iba a poder moverse. Y él estaba esperando lo estaban atendiendo en el seguro; yo un par de veces lo acompañe con su médico del seguro, yo lo hacía para compensar que el se había portado muy bien conmigo.

T: Claro, retomando la pregunta A entonces ¿a que te refieres con tiento? Me puedes describir a que te refieres con eso

A: Pues que debo de decir las cosas como son; cómo hace un momento te dije que no me quiero hacer dependiente de ti; te lo dije de una forma que espero y no te haya irritado y/o molestado

T: Sí...

A: Simplemente, fue una de las cosas que quería comentarte y que lo hablamos y fue lo mejor

T: Entonces A, déjame ver si va por ahí, con tiento te refieres que lo dices sin querer lastimar a las personas, no se si hay un camino con piedritas; prefieres ir por el camino sin piedritas para no lastimar a nadie; para que se más blando por así decirlo A

A: Sí.

T: Muy bien A, entonces este comentario que le hiciste a tu amigo, sobre que sería mejor que los niños nacieran con una discapacidad para que sobresalieran no fue para lastimarlo.

A: No lo hice, porque te repito el se estaba como decayendo, el se estaba integrando; el tenía una fuerza de voluntad magnífica..

T: Sí...

A: Pero ahora verás, estuvieron viniendo unos psicólogos antes de ustedes

T: Sí...

A: Entonces yo comentaba con Antonio que es conveniente, que luego uno converse con un psicólogo es necesario

T: Claro...

A: Porque luego tenemos unas fallitas, mi amigo no terminó la primaria, por lo que su cultura no era muy amplia; por eso pensaba que no era importante hablar con un psicólogo, tenía ese prejuicio.

T: Sí...

A: Yo le decía que le ayuda a uno a pensar mejor, de hecho le llegue a decir que debía de hablar con un psicólogo para

a las personas.

Ψ ¿A qué te refieres con tiento?

(Concretización)

Ψ Te refieres entonces a que cuando dices las cosas tu intención es no lastimar a las personas (Reflejo de Contenido)

Ψ Uso de Metáforas:
Un camino con piedritas y uno sin piedritas.

que le dijera como se sentía.

T: Bien.

A: Incluso un psicólogo llega a preguntar a un colega psicólogo; porque a veces es necesario

T: Claro

A: Necesita un consejo humano...

T: Claro y retomando esta parte sobre el comentario que le hiciste a tu amigo ¿consideras que fue lo mejor?

A: Sí

T: Y por tanto no tienes problemas con ello y te hace sentir bien

A: Así es yo sentí que era algo que le podía ayudar

T: Bien, entonces cerrando círculos A, para ti es importante decir las cosas como las sientes; porque sabes que haces comentarios que sabes que les va a servir ¿sí va por ahí?

A: Sí...

T: Perfecto A, muy bien y con respecto a Ernesto, lo que me comentabas, entonces podríamos decir que Ernesto ¿es como tu mejor apoyo?

A: Bueno es un amigo con el que puedo conversar; le tengo confianza y el me tiene confianza, pero ahora que dijiste apoyo realmente no siento que en este momento necesite apoyo

T: No A, no necesariamente que necesites

A: Sí, mi me gusta conversar con él, verás te voy a comentar algo que me dijo ayer sobre su hermana, cuando ella murió la incineraron y sus cenizas están en templo

T: Sí.

A: Y me dijo que si íbamos a rezarle a su hermana; yo la conocí, fue una persona magnífica; se sentía la bondad en ella; incluso tuve la oportunidad de tomarles una foto a los dos; y me agrado mucho poder tomarles una foto.

T: Que bien.

A: Sí, entonces me dijo que si lo acompañaba y yo le dije que sí que con todo gusto lo hacia de corazón y de no ser que yo tuviera algún impedimento por alguna cosa; sería la única por la cual no pudiéramos ir.

T: Bien a lo que me refiero es que, los dos son el apoyo de cada uno, al igual cuando tu quieres platicar con él y/o viceversa, es como te decía son como dos árboles.

A: Sí, exacto yo comento con él, una serie de cosas por ejemplo la otra vez se me fundió mi foco; y él me ofreció cambiármelo.

T: Muy bien A. Entonces hoy cerramos con como te sientes con el apoyo de A

A: Sí, es una persona con la que puedo conversar

T: Bien A, entonces te parece que lo próxima sesión con esta

Ψ ¿Entonces consideras que fue lo mejor?
(Concretización).
Ψ Es importante para ti decir las cosas porque sabes que a los demás les va a servir el comentario que tu le hagas(Reflejo de Contenido)

Ψ Uso de Metáforas:
Es cómo si fueran árboles Ernesto y tu

parte de la dependencia que me comentas

A: Sí, me interesa mucho

T: Muy bien A; entonces nos vemos la próxima sesión ¿te parece?

A: Esta muy bien

Retroalimentación:

- El menciona que no desea ser una persona dependiente. Le gusta decir las cosas como las piensa, no le gusta lastimar a la gente a sus comentarios.
- Lo que yo me llevo es que mediante el uso de las concretizaciones; A pudo descubrir más acerca de él, adicional a ello también A, pudo reconocer mediante el uso de Metáforas que Ernesto es un gran apoyo para él.

SESION 8	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estas?</p> <p>A: Bien</p> <p>T: ¿Qué me quieres compartir hoy A?</p> <p>A: A pues, resulta que me enfermé de estomago, el día domingo, no fue el sábado y en la madrugada del domingo me dolía mucho el estomago. Y hace mucho tiempo que no me dolía el estomago, me sentía muy mal y ya no me levante temprano ese día.</p> <p>T: Sí...</p> <p>A: Entonces los domingos viene mi hija, entonces pensé que ojalá y no viniera porque no me había bañado</p> <p>T: Sí...</p> <p>A: Entonces ya me pare a las siete, y vino Angelita y me dijo que no me fuera a bañar porque el agua estaba fría; y hemos estado tres días sin agua por los trabajos que están haciendo en la calle, por allá rompieron entonces hoy tampoco tuvimos agua</p> <p>T: Sí...</p> <p>A: Entonces me siento muy mal por no haberme bañado</p> <p>T: Bueno entonces después te bañas doble</p> <p>A: Sí nada más que haya, hasta con jabón me voy a bañar...</p> <p>T: Y entonces como te sentiste con tu malestar del fin de semana</p> <p>A: Pues yo estaba esperando que llegará Angelita para que de alguna forma me auxilie, porque me estaba doliendo mucho el estómago. Entonces fue cuando llegó y me dijo que no me bañara. Y ya me levante a las siete y me tomé las pastillas para la inflamación de los bronquios, yo pensé que podría hacerme daño las pastillas.</p> <p>T: Sí...</p> <p>A: Después me dijo Angelita que si quería me traía un té...</p> <p>T: Sí...</p> <p>A: Pues me trajo dos tasas de té y eso me sirvió mucho y pues ya me levante hasta muy tarde</p> <p>T: Pues claro por tu malestar...y entonces ¿no vino tu hija a visitarte?</p> <p>A: No, no vino y no me gusta dar preocupaciones de que me siento mal, en fin... Llegó un momento que me sentía como olvidado.. pero ya me fui sintiendo mejor</p> <p>T: Claro...</p> <p>A: En caso de que me hubiera sentido muy, muy mal pues si me hubiera levantado y me hubiera levantado y y hubiera</p>	<p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Ríe</p>

ido al seguro.

T: Sí...

A: Pero el té me sirvió mucho; estaba caliente...

T: Oye y esto que me comentabas textualmente de que te sentías olvidado ¿cómo te hizo sentir esto?

A: Pues aunado al mal que ya tenía, pues completo más mi malestar, me hizo pensar que cuando yo era niño y que mi mamá me estaba atendiendo; pues te hacia sentir esa tranquilidad.

T: Claro

A: Aunque el doctor vino pero no es lo mismo; lo bueno es que no llore...

T: ¿Tenías ganas de llorar A?

A: Bueno, no lo sentí, nada más que yo quería que lo práctico que llegará y me auxiliara; para que me metiera a bañar y ya me bañara. Porque el día anterior no había podido bañarme...

T: Sí...

A: Y pues me siento a disgusto conmigo mismo, de rasurar si me rasuré, tengo mi crema y pues sí sólo así aparentar que esta un limpio; y como hoy iba a venir la señora que corta el cabello; pues quería que me lo cortará y fui con todo y pena; siempre que voy con ella voy muy bien arreglado pena, siempre que viene ella...Pero le advertí y le dije que me disculpara

T: Muy bien... oye A, algo que me gustó es lo que comentaste hace un momento sobre lo de mi mamá que recordaste cuando estaba ahí contigo a lado cuidándote y velando por ti; es cuando te sentiste olvidado, brillaron muchos tus ojos como si quisieras llorar ¿te dieron ganas de llorar?

A: No, no me dieron ganas de llorar, simplemente sentí que necesitaba ayuda...

T: Pero no había quien te ayudara...

A: Te digo quiero vivir mi realidad

T: Sí...

A: Vino Angelita y me dijo que hoy no viene nadie y pues le dije bueno pues ni modo, con el único que contaba es conmigo mismo; dentro del mal que tenía y afrontando la realidad de se momento; me dio Angelita el té ya me empecé a sentirme un poco mejor, fue cuando me tomé mis pastillas para mis bronquios que no me afecto mi estómago; llegué a pensar que no fuera un infección intestinal porque ahí si iba a estar más fuerte

T: Sí...

A: Y estuve pensado que me ocasioné esto...

T: Sí...

Ψ ¿Cómo te hizo sentir esto, de sentirte como olvidado? (concretización).

Ψ A, menciona que le dieron ganas de llorar pero se aguantó.

Ψ Ríe

Ψ Reflejo de sentimiento: Vi como te brillaron tus ojos ¿te dieron ganas de llorar?

Ψ A reconoce que debe de vivir su realidad tal y como es.

A: Y siento que fue un pan relleno de queso, que nos dieron en la merienda, y siento que eso me hizo mal y no fui el único ya después me entere que hubo a otros compañeros que les pasó lo mismo

T: Mira, entonces sí fue eso..

A: Sí yo siento que fue por el queso fue, lo bueno es que no fue nada grave; ya después de la una yo había comido algo de lo que me había traído Angelita (quién es una magnífica persona); y yo estaba parado en la ventana viendo como hacían la construcción en la calle...

T: Sí...

A: Y me dijo que el doctor le había dicho que me diera un medicamento y me lo dio

T: Bien..

A: Entonces me lo tomé tuve confianza en tomármelo porque ya alguna vez me habían recetado ese medicamento y fue lo que me sanó.

T: Muy bien A, entonces A retomando un poco lo que me comentas, que adicional a tu malestar físico te sentiste un poco olvidado; sin embargo comentas que estas consciente que vives tu realidad metafóricamente hablando es como si supieras que estas en una alberca y estas nadando por ti mismo...

A: Sí, exacto; te digo ya me sentí bien

T: ¿Y el sentimiento de olvidado como te hizo sentir?

A: Pues fue un rato de debilidad...después del desayuno Angelita me dijo que iba a venir el arzobispo...

T: ¿El arzobispo de México?

A: No es el de aquí, que me dice Roberto que no es arzobispo; y me dijo que va a venir; Angelita me regaló mi calendario que tengo colgado

T: Sí...

A: Pues le voy a llevar mi calendario haber si me lo bendice...También tenemos una invitación a un lugar que se llama las ánimas.

T: ¿Y vas a ir A?

A: Pues sí, ya me anote

T: ¿Todos van a ir?

A: Pues los que se anotan; la vez pasada encargada de segundo piso, y me dijo que me anotara para ir a la visita. Pero esta vez la señora que es la encargada de la cafetería; estaba anotando los nombres en un papelito; pero yo con la señora no nos llevamos bien; entonces no paso conmigo. Y hasta después Ernesto me dijo que se estaban apuntando y le dije que sí iba; incluso Ernesto me dijo que aprovechara para ver los cassetts, hay muy bonitos de música africana;

Ψ Estas consciente que vives tu realidad y que sobresales por ti mismo (Reflejo de Contenido)

Ψ Uso de Metáforas: Cómo si estuvieras en una alberca y estas nadando por ti mismo.

Ψ ¿El sentimiento de olvidado cómo te hizo sentir? (Concretización)

Ψ Ríe (Debido a que el calendario que tiene colgado es de mujeres y desea que le den la bendición.

incluso me dijo Ernesto que sí me gustaba uno él me lo disparaba.

T: Sí...

A: Esa palabra, de disparar se usó mucho; pero la palabra correcta es invitar; de hecho Ernesto me dijo que también en Guadalajara se utiliza mucho.

T: A mira que bien...

A: Y pues ya me anote; Roberto fue el año pasado; le dije a Roberto que me había enterado que no iba a ir, y él me dijo que no iba porque se sentía algo mal y luego allá las señoras lo ponen a uno a buscar leña para cocinar la comida o que darle agua a los caballos..

T: Bien, son actividades que tienen entonces...

A: Sí el año pasado a mi no me dijeron que ayudara en algo en especial, nos dijeron que el que quisiera

T: Claro...

A: Pero Roberto se lo toma muy en serio como el es militar por eso... él tiene más amistades como es general pues, recuren a él para que les aconseje algo; entonces le cargaron la mano el año pasado

T: Mira.

A: Entonces pues por eso no quiere ir ..

T: Bien A, entonces ¿cómo te hace sentir esta visita que vas a tener mañana? ¿Te emociona A?

A: Pues me gusta porque es algo diferente de lo cotidiano y el camino para las ánimas es muy bonito porque pasa uno por varios bosques y cementerios

T: Sí.

A: El año pasado yo iba haciendo de broma al compañero que iba ahí junto a mi ..

T: Sí.

A: Le dije mira, ya quizá no falte mucho y estemos por aquí (en el cementerio)

T: Sí...

A: Me encanta hacer relajo. Mi compañero que está a lado de mi cuarto se llama Raymundo es de los que platican de soliloquio...

T: ¿A qué te refieres de soliloquio?

A: Pues que le gusta platicar sólo, pues como andaba.. un tiempo cuando yo llegué aquí él andaba de vaquero; todo sus pantalón y camisa de vaquero y su tejana; él era el consentido de las hermanas (era porque ya no están las hermanas)

T: Sí.

A: Entonces él y su pareja una señora; no se sí sean casados; pero los dos están ligeramente enfermos mentales.

Ψ Ríe

Ψ ¿Y cómo te hace sentir la visita que vas a tener mañana?
(Concretización)

Ψ Ríe

Ψ ¿A qué te refieres con soliloquio?

Ψ Ríe

Ψ ¿A qué te refieres

cacerola en la cabeza; pero se me había olvidado que ya me habían servido el azúcar

T: ¿Te lo vaciaste todo el azúcar A?

A: Sí...

T: ¿Oye y cómo te hizo sentir eso A?

A: Pues me dio mucha risa. Una de las jóvenes que estaba ahí también se empezó a reír. Y me pregunto: ¿qué, me pasó?

T: Que gracioso A

A: Pues, ya me levante y me empecé a sacudir el azúcar, ya ni que, pedí que me volvieran a servir dos cucharadas de azúcar y ya después me sirvieron mi té y merendé y ya me vine para acá.

T: Muy bien...

A: Y en la mañana Ernesto me dijo que le había platicado Yesenia (una de las chicas que ayuda aquí); y pues ya le platique a Ernesto lo que había pasado. Y hoy en la mañana que desayunamos Ernesto me saludo con mi taza igual como yo salude a Raymundo. Pero no traía nada...

T: Ahora sí me hiciste reír A; ya vez lo que te pasa por andar de travieso..

A: No se me quita lo bromista...

T: Y ¿cómo te hace sentir esto A, de hacer bromas?

A: Me encanta por la cara que ponen las personas.

T: ¿Qué cara ponen?

A: De sorprendido, por ejemplo en la mañana que estaban esperando al arzobispo pues había varias personas ahí que están ligadas al Hogar Marillac y yo bajé con mi cámara y entonces la uso como los fotógrafos profesionales...

T: Sí.

A: Entonces yo estaba con mi cámara y una de las señoras me pregunta; ¿don A usted vive aquí verdad? Y yo le dije si aquí vivo mal pero aquí vivo. Y ya no siguió preguntando; pero si hubiera seguido preguntando le hubiera dicho que porque no había pulque aquí

T: A sí...

A: Algunas veces nos llegan a dar una copita de tequila; para celebrar por ejemplo el día de uno de los fundadores del Hogar Marillac

T: Sí...

A: Entonces dan la sorpresa y nos dan; normalmente en la hora de la comida en nuestras jarras por fortuna siempre tienen agua de frutas; pero algunas veces tienen de estos reflejos que en la televisión nos anuncian, que están vencidos por su puesto

T: De verdad.

A: Sí, cuando no esta la jarra de frutas es seguro que nos den

Ψ ¿Oye y cómo te hizo sentir eso A?
(Concretización)

Ψ Ríe

Ψ ¿cómo te hace sentir esto A, de hacer bromas?
(Concretización).

Ψ ¿Qué cara ponen?
(Concretización)

Ψ Ríe

el refresco vencido seguramente; y yo lo se porque me ha...

T: ¿Has visto la fecha de caducidad?

A: Sí exactamente y ya se ven viejos; acostumbran hacerlo al cabo ya estamos viejos...

T: ¿Cómo te hace sentir esto A?

A: Me molesta y se los hago saber...

T: ¿A quién se lo haces saber?

A: Pues a las personas que nos sirven o bien en alguna ocasión las hermanas

T: ¿Y cómo se los haces saber?

A: Pues soy sarcástico, por ejemplo les digo como ya esta vencido! Pues por eso no lo dan!

T: Sí.

A: Ahora verás en alguna ocasión; hace como tres meses cuando entre al comedor estaban ahí los muchachos que se encargan del mantenimiento de aquí. Estaban con un huevo grande; y lo estaban perforándolo con el taladro eléctrico... Y lo perforaban y le metieron el desarmador y lo estaban revolviendo y después lo vaciaron en una bolsa de plástico grande. Después ya el Licenciado de aquí nos dijo que eran huevos de avestruz; estos huevos los envió un zoológico de Puebla y ya te digo los abrieron así fueron en total dieciséis huevos.

T: ¿De verdad?

A: Sí...

T: Oye A, y retomando un poco sobre como les haces saber las cosas cuando no te agradan; me dices que eres un poco sarcástico

A: Sí.

T: ¿Y cómo te hace sentir el ser sarcástico?

A: Pues me hace sentir bien, para que sepan que no nos están engañando; porque esos huevos no los han estado dando durante la semana; en el desayuno revueltos con jamón o en fin.. incluso yo les empecé a decir que dentro de poco algunos íbamos a traer una plumas.

T: Mira nada más..

A: Y lo siguen sirviendo, pues es bastante

T: Claro...

A: Pues estamos sirviendo para que experimenten; yo no creo que sea otra forma más de pensar, no porque realmente nos alimenten; porque yo le dije a mi médico familiar sobre este caso y me dijo que habría que tener cuidado con el colesterol.

T: Sí más que nada por eso

A: Sí porque quien sabe que cantidad de colesterol tiene, sí será mayor a los huevos de gallina en fin.

Ψ ¿Cómo te hace sentir eso?

(Concretización).

Ψ ¿A quién se lo haces saber?

(Concretización).

Ψ ¿Y cómo se los haces saber?

(Concretización).

Ψ ¿Y cómo te hace sentir el ser sarcástico?

(Concretización).

Ψ Ríe

<p>T: Tal vez sí...</p> <p>A: Lo que yo siento es que están experimentando con nosotros; han de decir que ya estamos viejos, y la verdad es que son tontos</p> <p>T: ¿Cómo te hace sentir esto A?</p> <p>A: Me molesta y me incomoda bastante, afuera estaban las religiosas</p> <p>T: Sí...</p> <p>A: Lo que les digo de forma de burla es que hacen ese tipo de cosas porque no creen en Dios; Dios que todo lo esta viendo entonces pues le digo que no les preocupa; pero ahora se fueron las hermanas y pues se quedaron otras.</p> <p>T: Sí...</p> <p>A: Lo que les digo de forma de burla es que hacen ese tipo de cosas porque no creen en Dios; Dios que todo lo esta viendo entonces pues le digo que no les preocupa; pero ahora se fueron las hermanas y pues se quedaron otras personas.</p> <p>T: Sí pues ya es diferente</p> <p>A: Sí hay un cambio</p> <p>T: ¿Cuál crees que sería la solución A? Para que tu dejarás de sentir esta molestia? ¿Qué alternativa pueda haber?</p> <p>A: Pues es muy difícil que las personas que están aquí cambien; bueno el personaje que acaba de llegar está contratado y le pagan; y yo creo que no le pagan muy bien (bueno eso no me consta) pero tal vez no es bueno y por eso la forma de actuar; lo hacen como en el seguro que aparentan que hacen su trabajo y ya...porque tienen que cumplirlo; pero realmente que les guste no</p> <p>T: Sí A, entonces cual podría ser la solución a ello? Porque como tu dices te enojan que les den los refrescos caducados o como dices que sientan que uno no sabe ¿entonces que es lo que tu podrías hacer A?</p> <p>A: Pues decirlo cada vez que lo pueda comentar, por ejemplo con quién lo comentó es con Roberto es con la persona que siento...</p> <p>T: ¿Cierta afinidad?</p> <p>A: Bueno es con la persona que puedo comentarlo y al cuál pueden tomar en cuenta su opinión, él era muy amigo de la Madre Superiora; pero ahora ya se acabo eso...</p> <p>T: Sí.</p> <p>A: Pero yo creo que le pueden hacer caso</p> <p>T: Bien, entonces ¿cuál sería la solución?</p> <p>A: Pues podría ser que las personas que estén más conscientes del trabajo que están cumpliendo; pues todos somos seres humanos. Por ejemplo les estuvieron dando</p>	<p>Ψ ¿Cómo te hace sentir esto A? (Concretización)</p> <p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿Cuál crees que sería la solución para dejar de sentir esta molestia?.</p> <p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿Cuál podría ser la solución?</p> <p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿Cuál sería la solución?</p>
---	--

algunos cursos de trato humano que debe de tener

T: Claro, ¿te gustaría que ellos cambiaran A? Con respecto al trato humano..

A: Sí te digo que les estuvieron dando un curso pues cuando íbamos al salón ahí estábamos, pero sí se los dieron de muy buena fe pero la verdad yo no vi ningún cambio

T: Mira

A: De hecho Roberto me comento lo mismo incluso; también le robaron algunas cosas del cuarto de Roberto; entonces no sirvió de nada el curso que le dieron.

T: Que mal entonces

A: Hay quienes tienen bien desarrollado el deber ser y hay quienes no.

T: Claro.

A: Pero desgraciadamente son contadas; a mí no me ha tocado ver más que a dos o tres compañeros de trabajo que sí tienen la conciencia del deber, pero fueron los mínimos; la mayoría no... pocas personas tienen el entusiasmo y las ganas de hacerlo bien y siento que eso nos diferencia de los extranjeros. La verdad yo los admiro en ese aspecto; son muy cumplidos y lo hacen bien...

T: Claro, en este caso A es lo que tú esperas no. ¿va por ahí? Tú esperas que les brinden esa calidad humana o bien el trato que les brinden

A: Sí

T: Oye A ¿pero como ves esa solución como podría llevarse a cabo para que tú no te molestaras? ¿qué podrías hacer en ti para que no dejaras que te influyera?

A: Pues la única forma de no molestarme es expresando mi malestar; expresándolo en voz alta y de no ser eso no hay más

T: Entonces A podemos decir que ¿no hay alguna otra alternativa? Por lo que es la única solución que tienes

A: Sí, el Licenciado alguna vez me dijo que si yo tenía algún problema con las personas que laboran aquí se lo dijera. Y pues le dije que así lo haría

T: Muy bien...

A: En algún momento yo también llegué a cooperar ayudando al aseo de los cubiertos; sin embargo hay veces que lo hago y otras no a

T: Bien A entonces para cerrar la sesión nos quedamos con que encontramos la única solución para que a ti no te molestes cuando se dan ciertas situaciones en el Hogar

A: Sí.

T: Sin embargo buscaríamos que en la próxima sesión averiguar si existe alguna alternativa ¿te parece?

Ψ Reflejo de Contenido
Tú esperas que les brinden o les den un buen trato con calidad humana.

Ψ Conflicto Mayéutico:
¿pero como ves esa solución?

A: Sí estoy de acuerdo;
T: Gracias A, por compartir esta sesión
A: Al contrario gracias a ti
T: Nos vemos la próxima sesión

Retroalimentación:

- Lo que se lleva es que la única solución que tiene para que no le moleste las cosas que pasan en el Hogar Marillac; es expresándolas en voz alta para que no se quede con el coraje.
- Lo que yo me llevé es que mediante el uso de Conflicto Mayéutico A, puedo encontrar una solución para cuando sucedan cosas que le molesten dentro del Hogar Marillac

SESION 9	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A ¿Cómo estás? A: Estoy muy contento, porque ya hubo agua el día de hoy y ya me puede bañar bien. T: Muy bien, entonces estas renovado. A: Sí estoy muy feliz... T: Entonces apenas hoy llegó el agua A: Sí apenas hoy, llegó fueron tres días que no tuvimos agua T: Sí me comentaste el martes que no había y ayer tampoco entonces A: Entonces hoy estoy feliz hasta me bañe con jabón T: Entonces estuviste como rana en el agua A: Sí así es T: Muy bien A, el día de hoy que me quieres compartir A: Bien fui a las animas, pues es un descanso, nada más el puro trayecto es agradable por los bosques que uno pasa ; también pasamos por unos cementerios T: Sí. A: La verdad es que muchos le huyen a la muerte, y justamente con una señora yo estaba haciendo bromas, le decía que la muerte estaba a flor de piel T: Estaban ahí bromeando A A: Sí, y te digo ya llegamos ahí. Yo esperaba que como el año pasado hubiera diferentes platillos y cada quien tomaba sus tacos; pero esta vez llevaron unos emparedados de jamón y queso; pues sabían bien yo creo que por el hambre. T: Sí... A: También nos dieron refrescos, después estuvieron haciendo actividades como recitar o rezar y pues ni modo me toco. T: Entonces ¿rezaste A? A: Sí. Yo me fui sentado con Ernesto, nos fuimos juntos como el camión es de dos asientos, pues nos fuimos sentados juntos y cotorreamos muy bien. T: ¿Y cómo te la pasaste? A: Bien, estuvo bien comí bien, yo me comí como cuatro emparedados. T: Sí. A: Luego también nos llevaron un hot dog, y le dije a Ernesto: ojalá y lleguemos temprano para comer... T: Sí...entonces todavía querías llegar a comer A: No solo bromeaba con Ernesto y él me decía no ya no ya comimos mucho, aquí llegamos como a las siete.</p>	<p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ ¿Cómo te la pasaste? (Concretización)</p> <p>Ψ Ríe</p>

T: Sí

A: Y pues yo si fui a merendar

T: Pues sí esta bien

A: Luego Ernesto también llegó y se tomo un café y justamente estando allá en las ánimas le había dicho a Ernesto que se me había antojado un café, y pues mira cuando llegamos no lo tomamos aquí

T: Muy bien A

A: Otras veces cuando salimos de paso, les decía a mis compañeros que se me antojaba una copita de tequila.

T: Muy bien A, entonces te la pasaste bien

A: Sí muy bien, estuvo agradable le dije a Angelita cuando ya íbamos hacia el viaje que si había tendido mi cama, en ocasiones la dejó sin tender y pues ya me la tiende Angelita, pero la verdad no me gusta porque me pone mi ropa de dormir en los pies, yo generalmente doblo mi ropa de dormir y la dejó debajo de mi almohada y pues cuando Angelita me hace la cama lo hace todo al revés y eso indica que no le gusta tender la cama

T: ¿Y por qué crees que no les guste tender tu cama?

A: Pues porque ella... constantemente yo la tiendo, los abuelos deben de tender sus camas

T: ¿Sí?

A: Sí, y yo generalmente lo hago, pero luego a veces estoy de prisa y me voy a desayunar, y entonces esas veces es cuando te digo que me deja así mi ropa de una forma que me desagrada, pero yo tengo la culpa yo debería de tender mi cama para no tener este tipo de disgustos

T: Bien A

A: Por ejemplo, el día de ayer que fuimos de viaje pues no hubo de agua y no me bañe, pero si me dio tiempo de tender mi cama.

T: Sí...

A: Y le dije a Angelita cuando nos salía, hay que bueno que vamos de paseo y que se va a caer el carro aun precipicio y nos vamos a morir como veinte y ella me dijo no.

T: ¿Y por qué le hiciste ese comentario? O bien ¿cómo te hacen sentir esas bromas que les dices A?

A: Bien, me agradan...

T: ¿Qué es para ti el agradar?

A: Me siento bien, hace un rato que veníamos, hay una señora de antejos que fue maestra, siempre esta viendo para allá para afuera quien sabe a quién espera, me ha tocado ver que vengan a visitarla; siempre esta viendo para allá.

T: Sí

A: Y yo de bromista y veo que esta asomada, me pongo a

Ψ ¿Y por qué crees que no le guste tender tu cama?
(Concretización)

Ψ A, reconoce que para que no se moleste de cómo le dejan su ropa, debe de tender el su cama siempre (Insight).

Ψ Ríe

Ψ Por qué hiciste ese comentario
(Concretización)

Ψ Ríe

Ψ ¿Qué es para ti el agradar?
(Concreteización)

<p>bailar, la desoriento completamente...me agrada eso, me agrada se malo</p>	<p>Ψ Ríe</p>
<p>T: ¿Sí? ¿A qué te refieres con se malo?</p>	
<p>A: Solamente hacer bromas</p>	<p>Ψ ¿A qué te refieres con ser malo? (Concretización)</p>
<p>T: Sí.</p>	
<p>A: Por ejemplo hoy que veníamos estaba parada ahí en la puerta, y cuando pasamos por ahí dije: vamos apretarle el cuello para que ella escuchara.</p>	
<p>T: Sí</p>	
<p>A: Es que ella siempre esta al pendiente de todo, entonces para desorientarla...</p>	<p>Ψ Describe cómo que te gusta ser malo con algunas personas (Concretización)</p>
<p>T: Oye A, me puedes describir más a fondo la parte que mencionas que te gusta ser malo con algunas personas</p>	
<p>A: Me gusta romper las formas establecidas, no me agrada seguir todo lo que dicen aquí, yo creo que tengo cierta inteligencia...</p>	
<p>T: Sí...</p>	
<p>A: Entonces me desagrada todo lo establecido, por eso no quiero seguir las reglas de lo establecido, me agrada romper esas reglas, me hace sentir muy a gusto, en diferentes formas me agrada romper las reglas...</p>	
<p>T: Y en torno a lo que mencionas A, sobre los comentarios que haces a tus compañero y mencionas que algunos no te caen bien ¿cómo rompes esas reglas? ¿a qué te refieres con romper reglas?</p>	<p>Ψ ¿A qué te refieres con romper reglas? ¿Cómo rompes las reglas? (Concretización)</p>
<p>A: Pues por ejemplo cuando yo llegó a saldar y quiénes no me contestan, yo no los vuelvo a saludar y pues me desagradan; por lo que paso enfrente de ellos como si no hubiera nadie.</p>	
<p>T: Lo que quieres decir A, entonces es que te son indiferentes</p>	<p>Ψ Reflejo de Contenido: Te refieres a que son indiferentes</p>
<p>A: Sí completamente</p>	
<p>T: Oye A, sí hay ese indeferencia que cometes porque ¿por qué hacer los comentarios?</p>	<p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿por qué sí hay indeferencia por qué hacer comentarios?</p>
<p>A: Pues son formas, de romper lo establecido, se supone que ya la gente grande como yo, debe de portarse bien, porque como ya estamos en la orilla, y ya para irnos al cielo en teoría debemos de portarnos bien, pero yo les digo que al cielo, y yo digo cual cielo "mangos que"; yo voy hacer lo que me gusta.</p>	
<p>T: Sí</p>	
<p>A: Y que me digan que tengo que ir a misa, yo no voy o al Rosario</p>	<p>Ψ ¿A qué te refieres con que los viejos deben de portarse bien? (Concretización).</p>
<p>T: Oye A, ¿a qué te refieres con que los viejos ya se portan o deben de portarse bien?</p>	
<p>A: Pues es lo que dicen esta como establecido</p>	
<p>T: ¿Quién dice A?</p>	<p>Ψ ¿Quién dice</p>

<p>A: Pues lo que se oye de la infancia, y la adolescencia. Por ejemplo que dicen que los ancianos ya no podemos.</p>	<p>A?(Concretización)</p>
<p>T: Y ¿quién dice que lo debe de comportarse de alguna forma?</p>	<p>Ψ ¿Quién dice que debes de comportarte de una forma determinada? (Concretización).</p>
<p>A: A bien pues la religión, cuando yo llegue en mi cuarto estaba ya el Cristo y después Angelita me trajo el otro cuadro con otro Santo; también ella me regaló el calendario, yo prefiero el calendario. (El calendario son mujeres en Autos). Es un contraste fuerte el calendario con el cuadro de Cristo.</p>	<p>Ψ Ríe</p>
<p>T: Entonces me decías que es la religión quién dice que deben de portarse bien...</p>	
<p>A: Sí es la rectora....</p>	
<p>T: Bien A, algo que me llama la atención A, es lo que dices que te gusta romper con todo. Es como si estuviera una línea amarilla que dice: no pisar, y a ti sin importar lo haces ¿no?</p>	<p>Ψ Uso de Metáforas: "Como si tuvieras una línea amarilla que dice no pisar, y tu la pisaras no".</p>
<p>A: Sí, así es, me agrada mucho romper lo establecido, algunas cosas que me parecen no racionales</p>	
<p>T: ¿Qué te hace sentir eso A?</p>	<p>Ψ ¿Qué te hace sentir A? (Concretización)</p>
<p>A: Agradable</p>	
<p>T: ¿Qué es agradable? Me puedes describir más que es eso de agradable..</p>	<p>Ψ ¿Cómo es ese de las personas que te caen mal? (Concretización)</p>
<p>A: No quiero ser del rebaño, por eso me agrada mucho el estar en contra de las reglas establecidas, yo no soy del rebaño, no quiero ser del rebaño.</p>	
<p>T: El rebaño te refieres a lo que hemos venido comentado, a que debas de seguir ciertas instrucciones que te indiquen y que la mayoría de aquí lo siguen. ¿si va por ahí? ¿a eso te refieres?</p>	<p>Ψ Reflejo de Contenido: Te refieres a qué no te gusta seguir las instrucciones que te indiquen.</p>
<p>A: Eso es, sí. Yo practicaba la religión católica porque así lo recibía, pero después pasó un tiempo y ya fui libre pensador y deje de ir a misa. Entonces cuando llegue aquí pues que la misa que había los domingos pues empecé a ir otra vez a misa, en parte porque recordaba cuando era niño, y pues nada más por recuerdos de la infancia; no porque realmente sea yo muy religioso .</p>	
<p>T: Claro, algo de lo que me llama la atención es lo que dices que te gusta romper con lo establecido, por ejemplo dices que te gusta romper con las cosas irracionales ¿a qué te refieres con las cosas irracionales?</p>	<p>Ψ ¿A qué te refieres con las cosas irracionales? (Concretización)</p>
<p>A: ... Pues... todos dicen que en el nombre sea de Dios y que... mencionan mucho a Dios; y entonces yo ahora se que Dios lo creo el Hombre</p>	<p>Ψ Uso de Silencios</p>
<p>T: Sí.</p>	
<p>A: O los Dioses, en Psicología aprendí que el Homo Sapiens estuvo a merced de los elementos; e invento a alguien que estaba por encima de ellos y ahí fue donde creo a Dios o</p>	

los Dioses.

T: Sí.

A: El Homo Sapiens fue quien lo inventó, no todo lo contrario que Dios creo al Hombre, eso lo se, no fue tan fácil al principio asimilarlo por la educación religiosa que yo tenía, pero eso pasó en la adolescencia o juventud que es cuando uno tiene más dudas. De ahí para acá yo prefiero ver las cosas del lado de la inteligencia.

T: Claro ¿cuál es ese lado de la inteligencia?

A: Lo racional lo que se puede probar.

T: Entonces lo que tu me quieres decir es que Dios es irracional..

A: Sí, a Dios lo creo el miedo, el temor el creador de ese alguien que va a proteger a los que les rinden culto.

T: En ese sentido A, por se un ser irracional para ti no existe ¿no?

A: Este... racionalmente no, no lo hay. Es la religión que me enseñaron; algunas veces voy a misa, entonces estoy volviendo a la costumbre que tenía cuando niño.

T: Tu vas a misa alguna veces, me mencionas.

A: Voy los domingos

T: Pero esto es ¿por qué te recuerda tu infancia?

A: Pues sí, hacer... que te diré algún medicamento que tomo quizá me produce nervios y se me irrita la piel y me da comezón, o cuestión nerviosa quien sabe

T: Claro

A: En este momento tengo comezón y me voy a irritar si me sigo rascando

T: Sí

A: Entonces, físicamente me voy a olvidar que tengo comezón... y estuvo agradable el paseo de ayer, es que cambiamos el panorama, me agradó lo que comimos; yo tenía ganas de que lo hicieran como otras veces, que los tacos de diferentes guisos.

T: Sí

A: Ya me estaba saboreando, el chicharrón en salsa verde que me encanta.

T: Bien A, entonces vamos cerrando los círculos estábamos hablando hace un momento que para ti Dios es un ser irracional que no existe que para ti.

A: No se puede probar nada

T: Pero para ti, A entonces si es así ¿no existe?

A: No hay un ser que pueda probar que Dios existe o bien la no existencia de Dios

T: Me mencionas que vas a misa por tus costumbres pero es porque te recuerda a tu infancia.

Ψ ¿Cuál es ese lado de la inteligencia?
(Concretización)

Ψ Reflejo de
Contenido: Lo que me quieres decir es que Dios es irracional

Ψ Reflejo de
Contenido: Entonces Dios por se un ser irracional para tu no existe ¿no?

Ψ Uso de Silencios

Ψ Reflejo de
Contenido: Entonces para ti Dios es un ser irracional que no existe para ti

Ψ ¿Qué es lo que te

A: Pues desde que estoy aquí voy a misa y me agrada

T: ¿Qué es lo que te agrada?

A: Por principio porque me acuerdo de mi mamá, de cuando yo era niño y que iba a la iglesia a la doctrina, y pues ahora yo estoy haciendo lo que en algún tiempo fue agradable para mí.

T: Claro, entonces entiendo que tu vas a misa con el fin de recordar nada más.

A: Principalmente por eso y pienso otra vez en Jesús, empiezo a pensar en él porque vino como hijo del Hombre y eso es lo que me agrada no vino como ser divino, en ese aspecto me agrada por eso es que cuando voy a misa pienso que Jesús es un ser que pudo ser como divino, pero prefirió ser hijo del Hombre y eso me parece admirable de Jesús.

T: Bien A, entonces lo que me quieres dar a entender es que tu crees en un Dios, en este caso Jesús, que tal vez no necesariamente tengas que ir a misa cada ocho días para que tengas a Dios presente ¿por ahí va?

A: Sí exactamente.

T: Oye A, y con respecto a lo que dices sobre las personas que te caen mal ¿a qué te refieres? ¿Quiénes son esas personas que te caen mal?

A: Hay de las medianas, como mi compañero de aquí lado, es un señor que se dejó completamente, es de origen Judío, se dejó completamente; y no me acaba de agrada por la forma de comportarse con algunos otros compañeros, él se siente una persona superior. Yo no he podido hablar con él intelectualmente, pero no creo que tenga muchos conocimientos, fue agente de ventas y como agente de ventas su futuro no es más que un manojito de lugares comunes; entonces no hay como poderse comunicar a través de la cultura.

T: Bien.

A: Entonces él y otro compañero que ya lo pasaron para el primer piso; hacían cosas terribles por ejemplo defecaban en el cuarto y luego andaban ahí en las paredes poniendo la suciedad, inclusive la tiraban por la ventana y eso ya no es de bromas pesadas...

T: Entonces ellos lo hacían

A: Pues ahora ya se calmo un poco, por ejemplo como Ernesto que no paga nada por estar aquí se pone a barrer los patios y algunas veces que ellos hacían sus porquerías, pues llegaban a tirar su suciedad donde Ernesto estaba barriendo. Él no quería comentarle al licenciado, sin embargo yo le dije que debía de hacerlo porque sino iban a seguir haciéndolo. Entonces Angelita se los comentó y ellos

agrada

A?(Concretización)

Ψ

Reflejo de

Contenido: Vas a misa con el fin de recordar nada más

Ψ

Reflejo de

Contenido: Entonces si crees en un Dios, pero a tu forma.

lo negaron todo eso fue hace rato.

T: Sí.

A: Seguramente le va a cargar la culpa a alguien

T: Entonces son a las personas a las que te refieres

A: Me desagradan, él y el otro señor que mandaron allá abajo, te digo que la persona de aquí lado es una persona que se siente realizada..

T: ¿Y cómo te hace sentir eso A? El que se sienta cómo en una nube...

A: Pues yo digo pobre, él cree el haberse realizado, se cree una maravilla pero la verdad es que no es lo que pretende ser, por cierto que Roberto tampoco le cae bien, Roberto también le hace ver que esta mal, porque el se cree todo un artista; sin embargo Roberto dice que en vez de artista es un artesano

T: ¿Y cómo te hace sentir eso A? ¿Qué sentimientos tienes al ver esa actitud de tus compañeros?

A: Pues no es el primero ni el único que me a tocado ver, se siente que es algo especial pero realmente no lo es...

A: Claro, entonces cómo te hace sentir...

T: Pues me agradan las personas que son, no las que quieren ser o creen ser. Roberto me cae bien porque tiene conocimientos; ya envejeció el siente a veces que él esta en ejército y cree que se deben de hacer las cosas como el ordena en cierta forma.

T: Sí.

A: También tiene sus problemas de salud y luego pierde el conocimiento, no me ha tocado, pero la semana antepasada durante la misa me dijeron que se desvaneció y pues tuvieron que ayudarlo.

T: Bien A, pero no me has contestado sobre las personas que te caen mal ¿sobre que sentimientos te genera la actitud que tienen? ¿te aburre? ¿te irrita? ¿te da risa? ¿te da flojera?

A: Pues me desagrada el que estén fuera de la realidad, que vivan su mundo fuera de la realidad

T: Entonces te desagrada

A: Sí me desagrada porque siente que es el único. Porque todos los que estamos aquí estamos solos y debemos de darnos cuenta que estamos solos, pero muchos de ellos ni lo toman en cuenta y se dejan como mi compañero de a lado, al extremo que deben de usar pañal.

T: Todo eso ¿te desagrada A? Por lo que me comentas entonces te desagrada que las personas se dejen caer, es decir, el que las personas no sean independientes

A: Sí, pudiendo serlo que no se percate que pueden ser

Ψ Uso de Metáforas:
Como si estuviera en una nube.

Ψ ¿Qué sentimientos tienes al ver la actitud de tus compañeros?
(Concretización)

Ψ Reflejo de Contenido: Entonces lo que te desagrada es que las personas se dejen caer y que no sean independientes

independientes, de que tienen que ser responsables de ellos mismos. Pueden hacerlo pero prefieren dejarse

T: Claro y por ejemplo cuando a ti te molesta esta actitud ¿qué haces?

A: Pues soy indiferente con ellos...

T: Bien, oye y ¿haces algún comentario A?

A: Algunas veces sí...

T: ¿Qué tipos de comentarios?

A: Pues referentes a la responsabilidad que debemos de tener nosotros mismos y también con los demás.

T: Me puedes ayudar a darme un ejemplo..

A: Por ejemplo bañarnos nosotros mismos y rasurarnos; lo demás pudieran hacerlo, pero esas son dos cosas muy sencillas ..

T: Claro pero ¿cómo se lo haces saber a los demás?

A: Comentándolo directamente con ellos o cuando están por ahí cerca, por ejemplo que estoy platicando con otro persona hago el comentario en voz alta y ellos están ahí al pendiente. Pues entonces a través de la persona que estoy hablando trato de decirles que deben ser responsables consigo mismos.

T: Entonces el ejemplo explícito ¿cómo podría ser A?

A: Pues por ejemplo “que es eso de estar usando pañales, ya tan grande, cómo es posible”

T: Así se lo dices a otra persona

A: Sí...

T: Y ¿cómo te hace sentir el expresar tus comentarios?

A: Me agrada poder expresar lo que esta dentro, porque se que va servir para la persona que estoy pensando que le llegué el mensaje. Y que lo haga reaccionar en el sentido positivo

T: ¿Cómo crees que le va a servir?

A: Pues si llega a racionalizar, puede ser que le llegue a ser exigente consigo mismo y pueda llegarle a la persona que yo le haga el comentario.

T: ¿Crees que en realidad les sirvan esos comentarios que tu les haces?

A: Pues pudiera ser, pero ya se que no lo voy hacer

T: ¿Por qué sabes que no A?

A: Pues ya son tres años que estoy aquí y en ese tiempo no he visto ningún cambio que se haya efectuado a través de lo que he dicho.

T: Entonces A ¿crees que esta se la mejor forma de hacer ver las cosas o bien de hacerles llegar el mensaje? ¿Crees que exista alguna manera de ayudarlos A? Porque eso es lo que tu pretendes.

Ψ ¿Qué haces A, cuándo sientes esta molestia?
(Concretización).

Ψ ¿Qué tipo de comentarios haces?
Concretización

Ψ ¿Cómo te hace sentir el expresar tus comentarios?
(Concretización)

Ψ ¿Cómo crees que le va a servir?
(Concretización)

Ψ Conflicto Mayéutico:
¿Tu crees que esos comentarios les sirvan a ellos?

Ψ Conflicto Mayéutico:
¿Por qué sabes que no, les va a servir?

Ψ A, reconoce que con sus comentarios no ha logrado nada con sus compañeros
(Insight).

Ψ Conflicto Mayéutico:
¿Crees que

A: Ayudarlos no.

T: ¿No los quieres ayudar?

A: No, porque ellos mismo pueden ayudarse, yo creo que lo que necesitan es un trato psicológico. Pero yo creo que en caso de mi compañero nunca va a tener un especialista porque la idea que tienen los judíos como él, es el de ahorrar todo lo que se pueda a como de lugar. El me comentó que tiene propiedades.

T: Sí

A: Pues si tiene eso, pero en algún tiempo hace como tres meses que en las noches se salía de su cuarto y se ponía a gritar

T: Sí...

A: Pues es ridículo, alguien me comentó que era porque se sentía sólo, y pues sí esta sólo; si contara con él mismo no estaría sólo pero no cuenta con él mismo.

T: Bien A, entonces resumiendo te refieres a las personas que te caen mal, porque no son independientes, entonces lo que tu haces es como enviarles un mensaje para que “despierten”; sin embargo me dices que no ha funcionado en ese sentido A, te pediría que reflexiones ¿sí existe alguna otra forma o alternativa a esto?

A: Sí.

T: Y retomando la última sesión quedamos en que reflexionarías acerca de alternativas te acuerdas sobre qué?

A: Sí, sobre el comportamiento que tienen las personas que trabajan aquí

T: Así es. Entonces ¿cuál fue la reflexión?

A: Pues no pensé en ellas

T: ¿Crees que no existan? O se te olvidó pensar en ellas?

A: No pensé en ellas, se me pasó y ya no lo hice

T: Bien entonces te parece entonces que reflexiones sobre que puedes hacer...

A: Pues se me ocurre decirles a las personas que trabajan aquí mi percepción, para no quedarme con nada y expresar lo que pienso.

T: Bien, entonces una alternativa perfecto. Entonces dejamos como reflexión para la próxima sesión la alternativa sobre como puedes hacerles ver las cosas a los demás ¿te parece?

A: Sí

T: Bien, te agradezco el haber compartido esta sesión ¿te parece vernos la próxima sesión?

A: Sale

exista alguna manera de ayudarlos A?

Porque eso es lo que tu pretendes.

Retroalimentación:

- A, lo que se lleva como retroalimentación es buscar una alternativa con la cual pueda hacerles ver a sus compañeros que están en un error.
- Lo que yo me llevó es que mediante las concretizaciones y uso de Metáforas A descubrió que él cree en Dios sin embargo a su forma, adicional a ello también reconoció que los comentarios que realiza a sus compañeros nunca es para ofenderlos; sino con el fin de que ellos sus compañeros traten de ser independientes.

SESION 10**Aspectos Relevantes durante el proceso**

T: Buenas tardes A, vamos a empezar ¿cómo estas?

A: Contento. Estaba ansioso porque llegaras.

T: Muy bien A, me quieres compartir porque estás tan contento.

A: Pues es que me dura la felicidad, porque ayer vino mi hija con mi nieta.

T: Con razón te veo contento, y ¿qué paso?

A: Pues fuimos a comer.

T: Y ¿A dónde fueron a comer?

A: A un restaurante creo que es argentino, tiene una carne riquísima.

T: Y a ti que te encanta la carne.

A: Sí, me comí un filete de carne riquísimo y fuimos antes a Suburbia y me compro unas camisas y unos pantalones.

T: Entonces la camisa que traes ¿es nueva?

A: No, las guardé las nuevas porque el día veintisiete de este mes van a bautizar a mi nieta; entonces yo tengo mi traje pero ese era de antes, y pues ahora ya no me queda porque ya engorde un poquito, y un día que me lo puse estaba muy a disgusto porque me apretaba mucho.

T: Entonces también te compraron un traje.

A: No, solo mis pantalones. Lo que voy hacer es enviar mis trajes con un amigo que es sastre el arregla muy bien la ropa; y como es mi amigo pues con más razón me van ayudar.

T: Muy bien A.

A: Si estoy muy feliz ayer compramos mis pantalones y unas camisa muy bonitas son de algodón, me gusta mucho el algodón porque ando muy cómodo y en este tiempo de calor pues más. Es natural que nosotros sudemos y eso de usar los antitranspirantes no es muy bueno. De eso murió Bruce Lee, el le dijo a los doctores que le extirparan las glándulas sudoríparas; y estos médicos lo hicieron y pues se murió porque se enveneno o intoxicado.

T: Claro, por las glándulas ya no tuvo por donde liberar las toxinas. Oye A, me estabas contestando lo de tu hija...

A: Sí, me llamó ayer en la mañana y me dijo que venía para acá para ir a comer.

T: Sí...

A: También me preguntó que ¿por qué estaba agitado? Y pues le dije que: como estuve en mi ex trabajo en la papelería, fui a que me engargolaran unas hojas para las fotos.

<p>T: Muy bien.</p> <p>A: Pues ahí me encontré a un amigo un gerente y me regalo dos botellas.</p> <p>T: A mira entonces te las tomaste.</p> <p>A: Pues en la mañana le invite a Pablito, porque el le gusta mucho, y pues me invitó a un mercado y fuimos a comer; entonces me tomé tres vasos de vino</p> <p>T: Muy bien.</p> <p>A: Entonces me habían advertido que tuviera cuidado al, destapar la botella, pero me boto todo aunque lo abrí con cuidado y pues ya estuve limpiando con hoja de periódico; y fue cuando llamo mi hija.</p> <p>T: Entonces te agarró limpiando.</p> <p>A: Sí estaba agitado porque estaba levantando las hojas del periódico y pues basta con que me agache para que me agite.</p> <p>T: Muy bien.</p> <p>A: Entonces le dije a mi hija que estaba agitado porque estaba levantando las hojas del periódico y pues ya le conté todo. Y me dijo ha bueno pues esta bien. Y pues ya me dijo que ya venía para comer y me dijo que en media hora llegaba para acá.</p> <p>T: Muy bien.</p> <p>A: Entonces también me quede asomándome en la ventana esperando ver el carro de mi hija, tenía muchos deseos de ver a mi hija. Y pues ya llegó pero no vi el carro, y me dijo mi hija que lo habían dejado en otro lado. Y llegaron y nos fuimos a comer.</p> <p>T: A, entonces estabas como ansiosos, como “esperando que abrieran las cortinas de la función”</p> <p>A: Sí, así es, ya después nos fuimos a comer y pues mi hija me preguntó que quería comer.</p> <p>T: Y le dijiste que carne.</p> <p>A: Y fuimos a comer al restaurante argentino, con frecuencia vamos a comer ahí. Sin embargo antes de ir a comer ahí fuimos a comprar la ropa, incluso hasta uno zapatos compramos.</p> <p>T: Muy bien A, entonces te fue muy bien</p> <p>A: Sí estaba muy contento.</p> <p>T: ¿Cómo te sentías con la visita de tu hija?</p> <p>A: Pues muy contento, porque me dijo mi hija que el día veintisiete que van a bautizar a mi nieta, he estado buscando en las iglesias las misas para mi nieta la tenga de forma individual, pero no hemos encontrado porque ahora la hacen en grupo; entonces le vamos a decir al Sacerdote que nos bendijo la casa para ver si él va a la casa a bautizar</p>	<p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Uso de Metáforas: “Es como si estuvieras con las cortinas cerradas esperando que empezara la función”</p> <p>Ψ ¿Cómo te sentías con la visita de tu hija? (Concretización)</p>
--	--

a mi nieta.

T: Claro.

A: Y pues yo voy estar ahí muy a gusto tomando fotos.

T: Ya te imagino, te vas a sentir genial.

A: Si magnifico, es como cuando bendijeron su departamento y me invitaron, pero ese día les había encargado un rollo para tomar en blanco y negro pero no lo compraron y yo no tuve la precaución de comprar uno, entonces solo tome pero a color y les tome fotos pero le hubiera podido tomar más.

T: Muy bien.

A: Pero esta vez con el bautizo de mi nieta con anticipación voy a comprar un rollo y hasta película.

T: Perfecto A, entonces luego que paso de que fueron a comer.

A: Pues luego ya me trajeron para acá.

T: ¿Te sentías feliz A?

A: Pues estaba muy contento.

T: Te imagino como un niño pequeño “como con juguete nuevo” ¿si va por ahí?

A: Sí, por principio porque comí mi carne y luego los artículos que me compraron, incluso hasta me lo estaba probando algunos no me cerraban, después encontré otros que si me quedaron. Mi yerno muy amable y mi hija no se diga.

T: Perfecto, por lo que me platicaste llegaste a una experiencia cumbre, se refiere a que te sientes de lo más feliz, es decir, realizado ¿fue así A?

A: Si la verdad magnifico, la verdad muy a gusto.

T: Que bueno A,

A: Y te voy presumir mis camisas que me compraron

T: A ver A, claro muéstramelas. (En ese momento me mostró las tres camisas que le compraron)

A: Son de algodón, lo único que no me gusta es que dice algodón hecho europeo.

T: Pero dice hecho en México.

A: Sí son hechas en México resulta que el algodón esta importado según de Europa.

T: Si es cierto.

A: Que payasos no, como de Europa.

T: Están muy bonitas A, los colores sobre todo.

A: Sí ya no voy a usar colores tan serios. Pues si me siento contento, estuvimos viendo muchas camisas, mi hija me estuvo buscando las tallas y me las probé y me compraron estas tres. Y pues me gusto mucho.

T: Te digo que te sentiste como si llegar a la cima de un lugar.

A: Si la verdad es que sí, por cierto ya que hablas de cima ya te he dicho yo que practique Montañismo, entonces la verdad que sí es algo magnifico cuando llega uno a la cima.

Ψ Uso de Metáforas:
Como un niño con juguete nuevo.

Ψ A, reconoce que sí sintió una experiencia cumbre con la visita de su hija.

Ψ Uso de Metáforas:
Te dio que es como si llegaras a la cima de un lugar

T: Claro

A: Magníficos compañeros , es un deporte que me encanto porque es muy humano, y es muy hermoso que cuando uno llega a la cima, ahí uno saca lo que se va a comer y de verdad sale de corazón el invitarle a comer a los demás, pero de verdad se siente así, de corazón se les invita.

T: Se siente esa hermandad y/o unión.

A: Si esa unión ahí crece, porque de verdad ofreces de sangre de corazón a corazón y los demás sientes que te ofrecen también las cosas de corazón.

T: ¿Cómo te hace sentir este tipo de experiencias?

A: Es hermoso! Una experiencia magnifica.

T: ¿Qué es hermoso para ti A?

A: Algo muy humano, el bienestar completo.

T: Es “como el llenar un vacío o un espacio”

A: Sí son unas experiencias magnificas porque llegas a la meta que te propones, entonces el haber llegado lo expresa uno siendo más humano, se siente júbilo. Y por tanto se quiere compartir y es algo muy humano.

T: Sí claro.

A: Solamente he visto en cine una película de un alemán, de cuando la Guerra en Irak y los pozos petroleros que se estaban incendiando; es terrible ver como se esta quemando todo con las llamas. Y hay personas ayudándolos, llega un momento en que las personas que están ayudando se ven todos con caras negras y su dentadura blanca y se están viendo entre ellos; y es increíble que ante el desastre como se observan y todo se ven iguales sin diferencias de raza.

T: Es esa unión como tu dices A.

A: Sí es esa solidaridad y yo lo recordaba cuando llegamos a la meta, cuando cada uno descansaba y nos uníamos.

T: Es como una satisfacción.

A: Sí es una satisfacción, donde se quiere compartir algo muy humano

T: Claro A ¿y eso te llena?

A: Sí

T: “Es como si naciera una flor y que se esta realizando”

A: Sí, yo cuando llegaba a esas alturas yo me sentía el más feliz del universo

T: Si verdad, y en este momento A, ¿con quién has vivido esta unión? ¿dónde has sentido esta unión?

A: Solamente cuando viene mi hija, siento esa cosa humana y cuando vienes tú que estamos hablando y cuando llegas.

T: Bien.

A: Si es que me agrada cuando podemos platicar de esta

Ψ ¿Cómo te hace sentir este tipo de experiencias?
(Concretización)

Ψ ¿Qué es hermoso para ti A?(Concretización)

Ψ Uso de Metáforas: “Como el llenar un vacío o un espacio”

Ψ Concretización ¿Y eso te llena?

Ψ Uso de Metáforas: “Es como si naciera una flor y que se esta realizando”.

Ψ Concretización: ¿con quién has vivido esta unión? ¿dónde has sentido esta unión?

Ψ A, reconoce que tener una autorrealización cuando viene su hija.

forma, siento esa unión; la verdad es algo hermoso.

T: Es ¿algo que te llena?

A: Sí es algo que me llena.

T: Sería A como lo que te decía hace un momento. “Una flor que va creciendo y se esta abriendo”.

A: Sí yo creo que sería así, exactamente; muy bien la comparación la verdad así me siento, eso es; es algo hermoso y ahora verás me hiciste recordar ahora que dijiste de la flor.

T: Sí.

A: Hace tiempo que vi una fotografía a color, donde se veía un casco de un soldado perforado y se ve en suelo en el pasto; y a través del agujero que tiene el casco esta saliendo una flor.

T: Que bonito y que interesante.

A: La verdad es una hermosa foto, después yo compre un álbum para ver si ahí aparecía la foto, pero nunca la encontré.

T: Que preciosa, foto es como tú la flor al ver la luz en el casco se sintió realizada. La verdad A, me alegra que puedas sentir estos sentimientos como el día de ayer que estuvo tu hija...

A: La verdad es lo que le da sentido a la vida; yo difícilmente me quitaría la vida.

T: Sí.

A: Algunas veces que uno esta deprimido llegas a tener malas ideas, llegue a pensar en aventarme y cosas así tonterías.

T: Lo llegaste a pensar en ese momento ¿y en este momento que es lo que piensas?

A: No, en este momento estoy muy feliz, estoy gozando la vida; y lo hermoso que es la vida y lo he podido constatar; porque lo que le da sentido a la existencia son cosas sencillas realmente...

T: Que ¿a veces no las percibos A?

A: Así es, no nos percatamos de ellas en el momento sino que después de que ya sucedieron.

T: En este momento me hiciste recordar cuando cómo la dinámica de la pluma; te acuerdas. Donde cosas tan sencillas como escuchar y sentir a veces no prestamos la atención que necesitan.

A: Si me acuerdo.

T: Cosas tan simples como el dar un abrazo, el decir simplemente tengo ganas de darle un abrazo a mi compañero de a lado, que a veces no lo hacemos ¿por qué? quien sabe.

A: Sí, luego nosotros mismos nos limitamos por el que dirán; y

Y cuando tiene la oportunidad de expresar sus emociones en las sesiones.

Ψ “Una flor que va creciendo y se esta abriendo”

Ψ En este momento que es lo que piensas (Concretización)

luego nos arrepentimos cuando alguien muere y decimos o pensamos que porque no expresamos nuestros sentimientos o le dijimos cuanto la o lo queríamos.

T: Sí exactamente. Y en este momento A, tú como vives esto, ¿te gusta decir lo que sientes y cómo lo sientes?

A: Sí ahora sí, a mi edad ya lo puedo hacer.

T: ¿Y cómo lo haces?

A: Por principio mediante un abrazo o un beso en la mejilla.

T: Te ¿hace sentir bien esto A?

A: Sí es muy bonito expresar tus emociones; es amor.

T: Me da mucho gusto A, que puedas sentir esto, como tú dices de corazón a corazón, que sí ella.

A: Si me agrada mucho.

T: Entonces cerramos hasta aquí ¿te parece?

A: Sí me siento muy feliz.

T: Se te ve A,

A: Sí estoy muy contento porque todo me ha salido muy bien.

T: Perfecto A, gracias por compartir esta experiencia conmigo.

A: Al contrario, gracias por escucharme.

Ψ Concretización: ¿te gusta decir lo que sientes y cómo lo sientes?

Ψ Y ¿cómo lo haces? (Concretización)

Ψ Concretización: ¿te hace sentir bien esto A?

Retroalimentación:

- Lo que el se lleva es que en este momento de su vida esta muy feliz, menciona estar disfrutándola al máximo
- Lo que me llevó es que mediante el uso de metáforas A pudo descubrir que las visitas de su hija lo hacen sentir pleno, incluso llega a reconocer que es una experiencia cumbre

SESION 11	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estas?</p> <p>A: Acongojado.... no es cierto; nos dieron chicharrón a la hora de la comida y a mi me encanta.</p> <p>T: Muy bien A.</p> <p>A: Bueno desde antes estaba contento porque ibas a venir, y luego a la hora de la comida pues el chicharrón que me encanta.</p> <p>T: Muy bien A, oye te puedo hacer un comentario yo te veo como ansioso hasta como molesto eso ¿es así? Y ¿a que se debe?</p> <p>A: A pues por la entrevista y porque vamos a escuchar música, bueno quizás ¡si la escuchamos!</p> <p>T: ¿quizá?</p> <p>A: Sí porque ya estaba lista, la grabadora y tu me dijiste que le bajara y pues ya lo apague.</p> <p>T: Sí, oye A y ¿te molesto que te haya pedido que le bajas?</p> <p>A: ¡No!</p> <p>T: Me interesa saber tu opinión A.</p> <p>A: Bueno yo lo hice para agradar el ambiente.</p> <p>T: Claro, en este caso A te pedí que lo apagaras debido a que la recepción que tengamos durante la sesión con música pues no es la misma. En este caso si te molesta A, házmelo saber, porque no lo hagas porque lo tengas que hacer...</p> <p>A: No bien, si el audio afecta, entonces más vale apagarle...</p> <p>T: ¿Estás de acuerdo?</p> <p>A: Sí.</p> <p>T: Yo no quiero que estés molesto</p> <p>A: Sí es el objeto de la entrevista; ya me dirás cuando me digas que si es conveniente....</p> <p>T: Bien A, entonces te parece la pongamos al último. A entonces me quieres compartir ¿cómo te sientes?</p> <p>A: Contento por principio que ibas a venir y luego como nos dieron de comer chicharrón pues más contento porque me gusta mucho.</p> <p>T: ¿Te puedo hacer un comentario A?</p> <p>A: Sí...</p> <p>T: Gracias A, fíjate que aunque en este momento me estas diciendo que estas contento, yo noto que en tu mirada algo me está reflejando que no ¿si va por ahí?</p> <p>A: Pues...</p> <p>T: ¿A qué se debe A?</p>	<p>Incidencia: Cabe señalar que A se molesto debido a que deseaba escuchar música y como se comenzó con la sesión.</p> <p>Ψ Reflejo no verbal (aprieta sus labios)</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Reflejo no Verbal: Aunque me dices que estas feliz, yo veo que tu mirada</p>

<p>A: Pues a la música, que yo la tengo ahí lista para la hora en que sea conveniente ponerla.</p>	<p>refleja otra cosa</p>
<p>T: ¿Quieres ponerla?</p>	<p>Ψ Ríe</p>
<p>A: Sí</p>	
<p>T: Entonces vamos hacer vamos hacer un trato pon la música en tono muy bajo; para que no intervengan con la sesión ¿de acuerdo?</p>	
<p>A: De acuerdo entonces la pongo, esa canción es preciosa</p>	
<p>T: ¿Te gusta mucho A?</p>	
<p>A: Si me gusta mucho porque en un a película la ponen, en una escena con el espacio y se ve hermosa, se ve como esta flotando un bolígrafo que lleva el astronauta y es una escena maravillosa; no se me olvida, cada vez que escucho la canción me acuerdo de la escena.</p>	
<p>T: Muy bien A, el día de hoy existe algo que me quieras compartir...</p>	
<p>A: Pues especialmente lo de la comida que me siento muy a gusto, aunque dices que había algo que no, bueno era lo de la música y nada más</p>	
<p>T: Sí A es nada más eso, o ¿hay algo más?</p>	
<p>A: No era nada más lo de la música; Pues no hay nada más que contar, aquí la vida es plana</p>	<p>Ψ A reconoce que su molestia era por lo de la música (Insight)</p>
<p>T: ¿A qué te refieres con plana?</p>	
<p>A: Pues te levantas y esperas las horas de la comida y hasta ahí</p>	<p>Ψ Concretización: ¿A qué te refieres con plana?</p>
<p>T: ¿Y cómo te hace sentir esta vida plana A?</p>	
<p>A: Pues la enfrento y ya, no vivo de ilusiones vivo de la realidad; una vez reitero que la realidad la tomo y se acabo.</p>	<p>Ψ Concretización: ¿Cómo te hace sentir esta vida plana?</p>
<p>T: Claro</p>	
<p>A: Desde joven, se que a veces no se cumplen las cosas como tu las planeas, yo siempre he estado solo.</p>	<p>Ψ Concretización: ¿A qué te refieres con estar solo?</p>
<p>T: ¿A qué te refieres con solo?</p>	
<p>A: Pues tenía mis amistades y tenía a mi mamá a mi hermana que ya falleció y a mi hermano que a veces nos vemos.</p>	
<p>T: ¿Y ahora como te hace sentir?</p>	
<p>A: Pues soy un huésped más del Hogar</p>	
<p>T: ¿A qué te refieres con un huésped más del Hogar?</p>	
<p>A: Pues soy uno más ni el más viejo, ni el más joven; pues no soy nada especial.</p>	<p>Ψ Concretización: ¿A qué te refieres con un huésped más?</p>
<p>T: ¿Quién dice A?</p>	
<p>A: Pues yo mismo uno más</p>	<p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿Quién dice que no eres especial?</p>
<p>T: ¿Por qué dices eso de ti?</p>	
<p>A: Porque no me agrada que muchos de mis compañeros y compañeras sienten que son muy especiales, por ejemplo una de ellas se sienten mucho porque fue secretaria de un embajador...</p>	<p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿Por qué dices eso de ti?</p>

<p>T: ¿A quienes te refieres con ellos y ellas? ¿Quines son?</p> <p>A: A lado de la mesa de Angelita y la mía esta Lupita quien fue la secretaria del embajador de Francia.</p> <p>T: Ella es Lupita ¿quién más A? Nada más es Lupita o ¿hay alguien más?</p> <p>A: No hay otro más, que es Alfonso el se siente mucho porque tiene mucho dinero; ya me empieza a dar comezón debe de ser de nervios; pero lo voy a olvidar.</p> <p>T: ¿Cómo lo crees olvidar A?</p> <p>A: Pues yo creo que dominarlo de la mejor manera</p> <p>T: ¿Y cómo piensas hacer?</p> <p>A: Pues no haciéndole caso</p> <p>T: Y cual es la forma de no hacerle caso...</p> <p>A: Pues ignorándolo y hacer que se me olvide</p> <p>T: Me llama la atención de que dices que sientes irritado tu mano cada vez que te acuerdas de tus compañeros Lupita y Alfonso entonces dime ¿cómo le vas hacer para que no te sientas así A?</p> <p>A: Bueno es un momento nada más, trataré de ignorarlo</p> <p>T: ¿Cuál es la mejor forma? ¿Por qué crees que tus compañeros se sienten así? No se me los imagino como en unas nubes ¿si va por ahí?</p> <p>A: Sí va por ahí, así se sienten</p> <p>T: ¿Entonces cuál es la mejor solución?</p> <p>A: La indiferencia y no tocar el tema y no tenerla en mi mente</p> <p>T: ¿Crees qué es la mejor manera?</p> <p>A: Sí, en este momento voy a ser indiferente en el momento que los vea; pues me voy a irritar</p> <p>T: Es que eso es lo importante A, el centro del asunto, que dices por el momento voy a ser indiferente pero cuando los vea pues me voy a irritar y la pregunta es ¿crees qué esto es factible para tu cuerpo?</p> <p>A: Pus va ser uno de los momentos más como cuando ve a los insectos que luego anda por aquí y luego halla abajo</p> <p>T: ¿Cuáles insectos A?</p> <p>A: Las cucarachas</p> <p>T: ¿Y eso también te pone de malas?</p> <p>A: Me desagrada y ya, los evito o los piso y ya se acabo, procuro no complicarme la vida...</p> <p>T: Y ¿a qué te refieres con que procuras, qué es eso de procurar?</p> <p>A: Pues que trato de hacerlo, luego lo consigo y si lo consigo</p> <p>T: Bien, entonces si lo consigues, ahora vamos a enfocarnos a lo que hoy te hizo sentirte así A, como te dije lo note desde el inicio de la sesión que te veía como muy inquieto.</p> <p>A: Estaba ansioso esa es la palabra, por una parte ansioso de</p>	<p>Ψ Concretización: ¿A quiénes te refieres con ellos y ellas?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Cómo lo crees olvidar A?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Y cómo piensas hacer?</p> <p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿Cuál es la mejor forma?</p> <p>Ψ Uso de Metáfora: “Como una nubes”</p> <p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿Cuál es la mejor solución?</p> <p>Ψ A reconoce que con la indiferencia puede dejar de sentir esa alergia en su mano al hablar de sus compañeros (Insight)</p> <p>Ψ Concretización: ¿Y eso también te pone de malas A?</p> <p>Ψ Concretización: ¿A qué te refieres con que procuraras?</p>
---	--

que llegaras, cuando vi el reloj pues sabía que no tardabas en llegar, entonces yo estaba ahí con el casset adelantándole para que se escuchara la música que yo quería oír, y pues esta ansioso y eso fue lo que percibiste, no molesto como lo interpretaste...

T: Entonteces ¿no iba por ahí?

A: No, no estaba ansioso.

T: Oye pero hace un momento me dijiste que estabas nervioso ¿entonces también estabas nerviosos?

A: Pues fue con lo de la música que me dijiste que mejor la apagara, pues eso no me agrado; es como si me hubieras dicho que esta mal peinado; pues no me agrado

T: Bien A, entonces te hizo sentir mal en el momento

A: Nada más un momento

T: ¿Seguro?

A: Fue un momento una cosa de nada, fue una cosa sin importancia.

T: De acuerdo A, entonces nada más fue lo de la música o también influyo lo que me comentaste de Lupita.

A: Fue lo de la música, en ese momento no me agrado y pues no tiene mayor trascendencia

T: Y desde antes A, ¿no hubo nada?, porque incluso yo antes de la música te sentí así.

A: Pues era de que estaba ansioso de que llegaras...

T: O bien ¿no lo quieres compartir en este momento A?

A: No para nada, lo único que estaba era que estaba ansioso y pues ya llegaste y fue cuando me dijiste de lo de la música, y fue un momento nada más; y fue lo único que no me agrado.

T: ¿A qué te refieres con que no te agrado?

A: Que no escucháramos la música que yo estaba preparando para que la escucháramos; no había tomado en cuenta que podía interferir con nuestra sesión.

T: A entonces tu molestia fue porque no estabas haciendo las cosas como tu hubieses querido? ¿si va por ahí?

A: Pues la verdad sí, tal vez porque no se estaba llevando a cabo como yo lo había planeado, pero no había tomado en cuenta que podía interferir en nuestra sesión, pero es la realidad...

T: Bien y en este momento que estamos escuchando la música ya ¿te sientes bien?

A: Pues sí porque la tenemos bajo y la estamos escuchando pero también se esta grabando bien la sesión

T: Perfecto A.

A: Quiero compartir el agrado que me hace escuchar esta música, espero que también a ti te guste

Ψ Concretización:
¿Entonces también estabas nervioso?

Ψ A, reconoce que no le agrado apagar la música al inicio de la sesión (Insight)

Ψ Concretización: ¿A que te refieres con que no te agrado?

Ψ Reflejo de Contenido: Te molesto porque no se estaba haciendo como tu querías.

Ψ A manifiesta que le agrada escuchar la música clásica y que para el es muy importante compartir ese momento (Autorrealización)

Ψ Reflejo no verbal:

<p>T: Bien a mi también me gusta ese tipo de música A, aquí lo importante que descubriste que en verdad estabas molesto; de hecho ¿me permites hacerte un comentario?</p> <p>A: Claro</p> <p>T: Yo observe que mientras decías que no tenías nada apretabas muchos las manos y tus labios ¿si va por ahí A? ¿era por tu molestia?</p> <p>A: Me sorprende que seas tan observadora y por ello puedes interpretar mejor, yo no me sentía más que ansiosos eso era todo; al menos que estuviera nervioso por la entrevista cosa que no, es una entrevista como las anteriores, bueno me agradaba más la idea de que escucharíamos música; y tal vez estaba mostrando otra cosa exactamente todo lo contrario de que esta molesto, pero como tu dices con mis gestos estaba mostrando todo lo contrario, entonces estoy perdido.</p> <p>T: Bien, entonces eso de nervioso fue por lo de la música.</p> <p>A: Sí, también yo me estoy empezando a conocer; me molesto lo de la música pero ya se aclaro y pues ya todo esta bien.</p> <p>T: Perfecto, A ahora retomando un comentario que hiciste también al inicio de la sesión que dijiste: “es que soy integrante más del Hogar” ¿a qué te refieres con eso A?</p> <p>A: Pues que no me considero una persona especial; me considero uno más y se acabo...</p> <p>T: ¿Por qué no te consideras una persona especial A?</p> <p>A: Pues porque no lo soy, soy una persona más y ya.</p> <p>T: ¿Tú te consideras una persona más y ya?</p> <p>A: Sí.</p> <p>T: Y ¿cómo te hace sentir eso A?</p> <p>A: Bien una persona más que no quiere ser del rebaño de lo que ellos pretenden.</p> <p>T: Y ¿entonces porque hace un momento me dijiste que eres uno más?</p> <p>A: Soy uno más, nada especial, pero tampoco voy a permitir que me usen en el rebaño</p> <p>T: ¿Quién te usa A?</p> <p>A: Las autoridades de aquí, primero las religiosos y ahora ya no están...</p> <p>T: Hasta este momento ¿quién te esta usando A?</p> <p>A: Pues las personas que aún no conozco las cuales se van a encargar del gobierno del Hogar</p> <p>T: Pero ¿cómo te usan si todavía no esta aquí?</p> <p>A: Pues todas las que llegan tienen cierto lineamientos, de que los abuelos deben de comportarse de cierta forma, cuando suceda se los haré saber para que sepan que yo no soy como los demás.</p>	<p>Note tu molestia porque apretaste tus manos y tus labios.</p> <p>Ψ A reconoce con las sesiones se esta conociendo. (Insight)</p> <p>Ψ Concretización: ¿A qué te refieres con ser uno más del Hogar?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Por qué no te consideras una persona especial?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Te consideras una persona más?</p> <p>Ψ Concretización: Y ¿cómo te hace sentir eso A?</p> <p>Ψ Concretización: Entonces porque hace un momento me dijiste que eras uno más.</p> <p>Ψ Concretización: ¿Quién te usa A?</p> <p>Ψ Concretización: ¿cómo te usan si todavía no están aquí?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Por</p>
--	--

<p>T: Pero ¿ya estas pensando que va a pasar?</p> <p>A: Sí va ser</p> <p>T: ¿Por qué va ser A?</p> <p>A: Pues porque debe haber alguien que lleve el control, no se quienes serán...</p> <p>T: ¿Y te sientes ya usado?</p> <p>A: Estoy pensando que no quiero serlo...</p> <p>T: Sabes me extraña que me digas que no quieres ser parte del rebaño, pero a la vez me digas que eres uno más.</p> <p>A: Soy uno más que no se va a dejar que lo metan al rebaño que ellos piensan ..</p> <p>T: ¿No crees? que por pensar las cosas de forma racional como dices, te hace ser especial A</p> <p>A: Pues soy uno más, pero me gusta conversar con compañeros que piensan diferente al resto de los que están por ejemplo con Ernesto. No como otros por ejemplo Clemente que ya tiene como ochenta años; entonces ya se siente cerca del fin y pues hace todo lo que le dicen aquí pues quiere sanar su alma. Luego yo le hago bromas por ejemplo yo le digo que yo quiero morir en pecado mortal; exactamente lo contrario de lo que el piensa.</p> <p>T: Bien A, entonces vamos cerrando tu me comentas que no quieres ser parte del “rebaño sagrado” por así decirlo y que por eso te distingues ¿no?;sin embargo mencionas que la vida es plana y que tu no te sientes especial ¿por qué no te sientes especial A?</p> <p>A: Pues porque percibo la realidad, y yo soy parte de esa realidad y esa realidad es una vida plana nada más las horas de los alimentos es como marcan el tiempo del los días...</p> <p>T: Es entonces como una rutina A ¿y cómo te hace sentir esa rutina A?</p> <p>A: Me hace sentir que es plano, por eso cuando hay cosas diferentes me gusta apreciarlas; por ejemplo ahora que estuvieron arreglando el piso de afuera del Hogar los estuve observando; estuve viendo los árboles, creo que algunos ya lo resintieron porque sus hojas se pusieron amarillas.</p> <p>T: Te refieres con esto A, a que buscas hacer otras cosas diferentes ¿va por ahí A?</p> <p>A: Sí; por ejemplo el fotografiar los árboles me gusta</p> <p>T: Y unas fotos muy bonitas A, y bueno ahora te voy hacer una pregunta y quiero que lo pienses bien antes de contestarme... ¿crees que eso no te hace ser especial?</p> <p>A: Tengo una distracción que yo se que algunos de mis compañeros no lo tienen; mi distracción es tomar fotos tal vez mis compañeros tienen otra distracción. A mi me choca</p>	<p>qué va ser A?</p> <p>Ψ Reflejo de Contenido: Me extraña que me digas que no quieres ser uno más del rebaño y a la vez me digas que eres uno más.</p> <p>Ψ Conflicto Mayéutico: ¿No crees? Que por pensar las cosas de diferente forma. ¿te hace ser especial?</p> <p>Ψ Uso de Silencios</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Concretización ¿por qué no sentirte especial?</p> <p>Ψ Uso de Silencios</p> <p>Ψ Concretización: ¿Cómo te hace sentir esa rutina A?</p> <p>Ψ Reflejo de Contenido: Te refieres con esto a que te gusta hacer cosas diferentes</p> <p>Ψ Concretización ¿crees que eso no te hace ser especial?</p>
--	--

<p>decir hobby; yo tomo las fotos y voy a que las revelen.</p> <p>T: Y todo esto A, te reitero ¿no te hace sentir especial?</p> <p>A: No.</p> <p>T: ¿Por qué? Entonces que es especial para ti, me puedes describir ¿qué es? O bien ¿quién es una gente especial?</p> <p>A: No tengo ningún prototipo.</p> <p>T: Entonces ¿cómo sería una gente especial? Porque tu dices que no eres una gente especial, entonces ¿quiénes son los que si son especiales?</p> <p>A: Pues... alguna de las personas que andan en silla de ruedas bueno tenía un compañero que trabajo en la Secretaría de Comunicaciones; el usaba dinamita, y por eso no escucha bien, en alguna ocasión se cayó en el baño y pues a raíz de eso lo sacan a pasear y lo llevan y traen; él ya no esta en su cuarto, él esta abajo para que lo atiendan...</p> <p>T: Y para ti A, entonces ¿es una persona especial?</p> <p>A: Es una de las personas que le tienen que estar dando un trato especial; porque ya no esta en condiciones de valerse por sí mismo.</p> <p>T: ¿Tú quisieras ese trato especial para ti A?</p> <p>A: No, yo afortunadamente puedo valerme por mi mismo.</p> <p>T: No A, no en el aspecto físico sino, en el aspecto que venga a ver ¿cómo estas?, el ¿cómo te sientes? ¿Quisieras eso A?</p> <p>A: No solamente cuando llegue a necesitarlo, como la semana pasada que estuve enfermo y que esperaba que vinieran; en casos así si me gusta que alguien venga, poro mientras no porque entonces ya estaría acabo, porque entonces ya estaría viejecito y ya no podría valerme por mi mismo.</p> <p>T: Pero por atención ¿no te gustaría A?</p> <p>A: Bueno eso sí me agrada.</p> <p>T: A eso me refiero, y ¿lo hacen en este momento A?</p> <p>A: La señora Angelita cuando viene en la mañana entra y me pregunta, ella siempre me pregunta.</p> <p>T: Entonces A, que te pregunten el ¿cómo estás, te hace sentir especial, ¿no lo crees?</p> <p>A: No, seré especial cuando llegue a la senectud.</p> <p>T: Tú te refieres a un trato especial.</p> <p>A: Eso es lo que no quiero, no quiero perder mi independencia, quiero valerme por mi mismo.</p> <p>T: Claro A, yo me refiero no a un trato especial porque no puedas hacer las cosas, me refiero especial porque eres único.</p> <p>A: Pero no soy nada especial; porque no me falta manos ni pies.</p> <p>T: Entonces para ti A, una persona especial es alguien que ya no se vale por si mismo o ¿cómo es una persona especial?</p>	<p>Ψ Concretización: Entonces que es especial para ti, me puedes describir que es especial</p> <p>Ψ Concretización: Entonces ¿cómo sería una gente especial? porque tu dices que no eres alguien especial</p> <p>Ψ Concretización: ¿Tu quisieras ese trato para ti A?</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Uso de Silencios</p> <p>Ψ Concretización: Para ti una persona especial ¿es alguien que ya no se sabe por si mismo?</p>
--	--

A: Hay de dos mentales y físicas.

T: Y ¿qué diferencia existe entre uno y otra?

A: En el aspecto físico; es la que necesita ayuda.

T: Que ya no puede valerse por si misma.

A: Y eso en el Hogar Marillac; no en el mundo y este es el mundo para mi que debe ver la realidad.

T: Esa es una persona física especial; en caso de la mental ¿cómo es?

A: Los que quieren que los estén llevando a donde los quieren, y otro que no lo son; no van tanto a la iglesia, van con el rebaño ...

T: Entonces una persona física especial; son las personas que no se valen por si mismas...

A: Y eso con respecto al Hogar Marillac

T: Bien A, y con respecto a las personas mentales espaciales; son las que no siguen el rebaño...

A: Sí, exactamente las que siguen todo lo que le dicen las religiosas

T: Bien A, y ¿tú donde te ubicas A?

A: Pues de las personas que mentalmente que no están en el rebaño.

T: Entonces ¿eres de las personas mentalmente especiales que no sigues el rebaño?

A: Sí.

T: ¿Y cómo te hace sentir eso A?

A: Muy bien; porque mentalmente me valgo por sí mismo; pero debo de ir periódicamente al medico a revisarme para tomarme mis medicamentos.

T: Estoy encada de que me compartas y quiero que me las cosas sigan así A, que si hay algo que te agrada me lo compartas y si hay algo que te desagrada también me lo compartas; siempre buscando la mejor alternativa: Porque igual sino te pregunto no me hubieses dicho y me extraña.

A: Bien si yo se que debe de cooperar y que debo de ser completamente sincero para que esto fluya.

T: La mejor forma es ser como tu eres, con la disposición que tienes y has tenido hasta el momento esta bien, lo demás sale poco a poco. Todo esto es para encontrar la mejor solución.

A: De acuerdo.

T: Pues muchas gracias por haber compartido esta sesión conmigo. ¿Te parece que nos veamos la próxima sesión?

A: Sí de acuerdo.

Ψ Concretización:
Tu ¿dónde tu ubicas?

Ψ Concretización:
¿cómo te hace sentir esos A?

Retroalimentación:

- Lo que el se lleva es que se esta conociendo cada día mejor, además de reconocer cuando esta molesto. A menciona sentirse una persona no especial
- A, menciona que se esta conociendo cada vez mejor; esto lo descubrió mediante los reflejos no verbales que se le señalaron durante la sesión.

SESION 12	Aspectos Relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estas?</p> <p>A: Pues me quede un poco preocupado.</p> <p>T: Me quieres compartir el ¿por qué de tu preocupación?</p> <p>A: Pues de la otra vez anterior que sentiste que había de mi parte como que estaba molesto.</p> <p>T: ¿Te quedaste preocupado?</p> <p>A: Pues sí yo siento que no hay nada en contra al contrario quiero que sepas que me agrada platicar contigo.</p> <p>T: Pero no fue directamente conmigo, comentamos que la vez pasada que te molesto lo de la música; lo que te hice notar es que te veía como un niño inquieto. Pero no en ningún momento pensé que el disgusto era conmigo; como te dije si hay algo que no te molesta me lo hagas saber. Y dime ¿hay algo más que te preocupe?</p> <p>A: Pues eso que te digo, que me quede preocupado por la percepción que tuviste de mi fue como si estuviera molesto; pero para nada para mi es importante; al contrario me agrada porque le da sentido al día.</p> <p>T: No mi pregunta era encaminada ¿por qué ese día te veía distinto a los otros?</p> <p>A: Estaba un poco inquieto</p> <p>T: Me quieres compartir ¿por qué estabas inquieto?</p> <p>A: Pues la verdad es que tal vez fue que el domingo no vino mi hija y pues el domingo pasado si vino y tal vez yo decía que estaba contento y la verdad es que no por lo de mi hija.</p> <p>T: Sí fíjate que si te note.</p> <p>A: Estaba ansioso o no se.</p> <p>T: ¿Cómo te sentías?</p> <p>A: Pues un poco ansioso; tal vez por lo de mi hija y tal vez por eso tu viste mi molestia.</p> <p>T: Es muy importante A, que en momento que sientas algo lo expreses; porque este es el espacio para que tu manifiestes lo que sientes abiertamente o ¿tú que piensas?</p> <p>A: Sí de estoy de acuerdo de esto se trata estas sesiones.</p> <p>T: Así es A, para apoyarnos mutuamente.</p> <p>A: Sí, hoy me siento muy bien, bueno tenía esa ligera preocupación que ya te dije.</p> <p>T: ¿Te sientes bien al decirlo?</p> <p>A: Sí me agrada decir lo que siento, estoy muy contento porque el domingo me agrada mucho ver un programa en el once de los Beatles porque me agrada mucho.</p> <p>T: Muy bien ese fue el domingo.</p>	<p>Ψ A, reconoce que estaba inquieto la vez pasada porque su hija no lo haba visitado (Insight)</p> <p>Ψ Concretización: ¿Cómo te sentías?</p>

A: Sí eso ligeramente compenso que el que no viniera mi hija.

T: Y ¿cómo te hizo sentir el que no viniera tu hija A?

A: Pues ya lo se que en ocasiones no pueden venir, y ahora me alegra porque están los días lluviosos y pues viene con la niña y pues no quiero que se moje; así es que en parte me alegra que no hallan venido...

T: Te sentiste como en medio de una balanza A, por un lado querías que viniera pero por otro lado estaba tu nieta que no querías que se mojara ¿así te visualizabas?

A: Sí así es como equilibrada

T: Y en este caso también sentías equilibrados tus sentimientos.

A: Sí.

T: ¿Por qué te genera el que no venga a veces tu hija?

A: Me alegra mucho ver a mi nieta, sin embargo no quiero que mi hija arriesgue a mi nieta por venir a verme; mejor que este bien la nieta.

T: Pero también te gusta que venga de repente.

A: Claro, espero que el próximo lunes verla, yo le voy hablar por teléfono y de esa forma siento que estoy bien con mi hija. Tengo la costumbre de levantarme, cambiarme y levantar la persiana y veo el cielo de aquél lado junto al árbol; de pensar en mi hija cada vez que veo el cielo y le mando saludos.

T: ¿Diario lo haces A?

A: Sí ya es una costumbre

T: Me puedes describir más sobre este hábito.

A: Pues levantó, abro la ventana y jalo la persiana dejó que entre el aire, veo el cielo y pienso en mi "coraton".

T: Y ¿qué dices A?

A: Mi "coraton" espero que estés bien y también corazoncito que es mi nieta. Y deseo que estén bien y eso ya es un hábito. También hago un ejercicio de respiración; porque hubo un tiempo en el que me producía angustia el no respirar bien y por eso hacía ciertos ejercicios. Y me di cuenta que perdía el ritmo de mi respiración y una de mis compañeras que fue enfermera me explico que aguantara mi respiración y que contara hasta siete. Entonces me pongo hacer mis ejercicios de respiración aspiro y cuento hasta siete y después expulso el aire; y así mi ritmo de respiración se tranquiliza.

T: Muy bien A

A: Sí en la mañana te digo que le mando el saludo a mi hija y enseguida hago mi ejercicio de respiración; después me termino de vestir y si estoy agachado; por el vientre grande me produce dificultad para respirar, a veces voy a misa si

Ψ Concretización: y ¿cómo te hizo sentir el que no viniera tu hija?

Ψ Uso de Metáforas: "Te sentiste en medio como si fuera una balanza"

Ψ Concretización: ¿Por qué te genera el que a veces no venga tu hija?

Ψ Concretización: Me puedes describir más de este habito

Ψ Cabe señalar que A, le dice "coraton" a su hija.

tengo tiempo o bien tiendo mi cama; en fin hago mis actividades o bien lo que se necesite en ese día.

T: Muy bien, entonces ya es un habito y ¿cómo te hace sentir ese habito?

A: Me agrada.

T: Y ¿qué es eso de agradar?

A: Pues me gusta no tengo necesidad de nada más

T: A, es como si te trajeran un globo enorme en forma de corazón y que abarcara todas tus manos y como si dijeras esto es lo que necesito y que te llenara y dijeras no necesito nada más.

A: Precisamente.

T: ¿Así es como te sientes?

A: Sí.

T: Que precioso A.

A: Con ese me siento muy bien y pues ya se hizo mi día y ya; después tiendo la cama porque a las ocho y media tengo que estar en el comedor. A veces no voy a misa; no siempre voy; ya no soy tan religioso como antes.

T: ¿Ya no eres tan religioso?

A: Así es ya no.

T: Estamos hablando que se partió un poco por lo que me comentas de lo que viviste en la escuela.

A: Sí no quiero ser tan religioso como mis compañeros; porque ellos son muy religiosos porque sienten que están en la orillita. Como te digo siempre les hago burla a mis compañeros; luego les digo: quisiera que en este momento me cayera un rayo y yo morirme en pecado mortal.

T: Sí.

A: Y les digo es tan bonito morir en el pecado. Como uno de mis compañeros que tiene ochenta años; bueno hay otros que tienen noventa y casi cien años.

T: Entonces vamos ir cerrando todo esto A, comentando un poco de lo que te hace sentir bien o te llena; por ejemplo lo que me acaba de decir cada mañana; como lo que dices que siempre le dedicas a tu hija que aunque no este físicamente ¿es como un tipo de bendición A?

A: Sí.

T: Es como decirle hija que este bien o que tengas un bonito día.

A: Sí es lo que hago es mi "coraton" y también mi corazoncito; pues lo pienso así

T: Tu ¿hija lo sabe?

A: Sí en alguna ocasión, le explique todo lo que hacía. Porque le dije que luego pienso mucho en ella. Pues yo siento que hay telepatía. También me agrada mucho escuchar una

Ψ Concretización:
¿Cómo te hace sentir ese habito A?

Ψ Concretización: Y
¿qué es eso de agradar?

Ψ Uso de Metáforas:
"Es como si tuvieras un globo enorme en forma de corazón y que te llenara".

Ψ Concretización: ¿Es como un tipo de bendición?

obra en el radio; y pienso y ojalá que mi hija lo estuviera escuchando.

T: Que bien A.

A: Mi hija desde que estaba desde pequeña con su medio hermano escuchaba música clásica; yo se las ponía y también les explicaba cada uno de los instrumentos. Oscar es su medio hermano; él ya tiene dos hijos una niña de once y una niña de siete; también sus hijos escuchan música clásica y con su cabecita van al compás de la música; o bien el niño se mueve como si estuviera bailando.

T: Claro.

A: Y pues me agrada de que aprecien la música que yo les acerque.

T: Muy bien A, entonces es como si pudieras transmitir algo que te guste; es como si dijeras: “Te presto mis ojos porque para que puedas ver lo que yo veo y también mis oídos para que escuches lo que yo”.

A: Sí así es.

T: Y lo lograste A.

A: Afortunadamente sí.

T: y ¿cómo te hace sentir esto?

A: Magnifico, mi hija me estuvo diciendo que cuando estaba embarazada le puso música a mi nieta (música clásica); ella sabe que eso es muy bueno por eso se la puso. Y pues así mi nieta ya lleva la semilla.

T: Que bien A, también me comentabas que tu hija te decía que también piensa en ti y pues se telépatean ¿cómo te hace sentir cuando te dice tu hija esto?

A: Me hace sentir feliz; porque me hace sentir que no necesito más que sólo eso.

T: Oye A tienes mucho una palabra magnifico ¿me puedes describir a que es para ti magnifico?

A: Que más allá de eso ya no hay nada.

T: Es como si tuvieras alrededor todas las estrellas juntas.

A: Sí atrás de eso ya no hay nada; eso es lo que me llena.

T: Arturo esto que me comentas es como si ¿estuvieras en la cumbre de algo?

A: Si; así es que bueno que lo comentas como te comente practique montañismo y cuando llegamos a la meta que nos habíamos propuesto a la cumbre; pues es una sensación magnifica; total algo que llena en todo los sentidos.

T: Que bien

A: No hay nada más en ese momento. En ese momento está uno pleno.

T: Es como que si tu corazón estuviera en ese momento rojo

Ψ Uso de Metáforas:
“Te presto mis ojos porque para que puedas ver lo que yo veo y también mis oídos para que escuches lo que yo”

Ψ Concretización:
¿cómo te hace sentir eso?

Ψ A reconoce que se siente feliz cuando esta con su hija (Insight)

Ψ Concretización: Me puedes describir que es magnifico

Ψ Uso de Metáforas:
“Es como si tuvieras a tu alrededor todas las estrellas”

Ψ Uso de Metáforas:
Como si tuvieras el corazón rojo muy rojo

Ψ Concretización: ¿qué haces cuando te emociones de esa

muy rojo.

A: Sí es una sensación total; no hay más aparte de eso.

T: Y ¿qué haces cuando te emocionas de esa manera?

A: Lo disfruto totalmente, pero no salgo de la realidad en ese momento lo disfruto aunque sea muy cortito.

T: ¿A qué te refieres con que no sales de la realidad?

A: Pues que se que no dura mucho tiempo y pues hasta ahí.

T: Te refieres a que sabes que en ese momento sabes que estas bien; pero sabes que después de un rato se tiene que ir ¿a eso te refieres?

A: Sí exacto con la conciencia de que es solo un momento; lo gozo y ya.

T: Que bien A.

A: Sí es como si en ese momento tuviera mucha sed y encontrará un vaso de agua y en ese momento me lo tomo y lo disfruto.

T: Muy bien A, que excelente comparación te parece entonces cerramos la sesión hasta este momento.

A: Sí me parece gracias, por todo; sobre todo porque me has enseñado mucho cosas en estas sesiones.

T: Es un placer A, cualquier cosa que necesites o tengas que decir este es le foro adecuado.

A: Si por eso lo hago.

T: Muchas gracias A, nos vemos la próxima sesión.

manera?

Ψ Concretización: ¿A qué te refieres con que no sales de la realidad?

Ψ Reflejo de Contenido: Sabes que en ese momento estas bien; pero sabes que después de un rato se tiene que ir

Retroalimentación:

- A, lo que se lleva a es que descubrió que cada vez que su hija le dice que también piensa en él, es como si llegará a su meta o la cumbre de una montaña. Mencionó que detrás de eso ya no hay nada que lo llena por completo.
- Lo que yo me llevo es A, aprendió a identificar la autorrealización que le hace sentir cuando ve a su hija. Aprendió a utilizar las metáforas y define como llegar a la cumbre o a la meta

SESION 13	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estas?</p> <p>A: Muy bien bienvenida.</p> <p>T: Gracias, ¿me quieres compartir algo el día de hoy?</p> <p>A: Sí me acuerdo de algo que iba a decirte, pero ya se me olvido.</p> <p>T: Acuérdate, acuérdate...</p> <p>A: No me acuerdo; fue algo que sucedió a aquí.</p> <p>T: Bueno entonces con forme a la platica haber si te acuerdas.</p> <p>A: Sí me acuerdo en un momento más te comento que fue.</p> <p>T: Bueno entonces comiézame a platicar como te fue en estos días, después de la sesión que tuvimos.</p> <p>A: Pues bien, fue como todos los otros días, nada especial, hoy e hablo mi hermano y me dijo que me va hablar mañana para que nos pongamos de acuerdo e ir a comer.</p> <p>T: Magnifico, seguramente quieres ir a comer carne, ya te conozco.</p> <p>A: Sí, también me pregunto de mi hija y le comente que el veintisiete de este mes van a bautizar a mi nieta; yo le dije que le confirmaba donde se iba a llevar a cabo.</p> <p>T: Muy bien A.</p> <p>A: Sí como actualmente ya se llevan los bautizos en grupos, entonces mi hija quiere bautizar a mi nieta de forma individual (como había sido).</p> <p>T: Claro...</p> <p>A: Pero le dijeron que no, que debería de ser en grupo; sin embargo ella va a buscar el sacerdote que bendijo su departamento; para ver si puede bautizar a Danielita.</p> <p>T: Muy bien A</p> <p>A: Sí el día de hoy le voy hablar para saber que le dijeron. Por cierto que me estaba acordando; cuando vivíamos en Aragón y recuerdo que mi esposa se la llevaba donde trabajaba; porque has de saber que mi hija tiene otro nombre que se llama Isolda; ella utiliza más Isolda que Rosalía.</p> <p>T: Muy bien A, veo que cuando hablas de tu hija tus ojos se iluminan.</p> <p>A: Me agrada mucho.</p> <p>T: No se si tenga algo que ver A, tu mirada la reflejas A.</p> <p>A: Pues no me he dado cuenta de ello.</p> <p>T: Sí A, he notado que cada vez que hablas de tu hija sonrías.</p> <p>A: Tal vez si, es muy agradable platicar de mi "coraton", que de Daniela...</p>	<p>Ψ Uso de Silencios</p> <p>Ψ Reflejo no verbal: Veo que cuando hablas de tu hija tus ojos se iluminan A</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Reflejo no verbal: Cada vez que hablas</p>

T: ¿Qué te quedas pensando A? ¿Hay algo que me quieras comentar?

A: No pues estaba pensando el significado de los nombres; estaba pensando en el tuyo; que es Ariadna.

T: Bueno mi mamá me lo puso diferente en este caso es Ariadna.

A: Si tu mamá le quiso variar, en el caso de los nombres tiene muchas variaciones. En Guerrero tienen la costumbre que para que no se repitan los nombres; lo que hacen es que le quitan una o dos letras.

T: ¿Sí?

A: Sí, se lo quitan, lo recuerdo en una ocasión que estuve por allá.

T: Muy bien A, oye te veo feliz.

A: Estoy bien, estoy muy contento y me siento bien.

T: ¿Oye y se debe a algo?

A: No nada especial, bueno que le voy hablar a mi hija en la tarde.

T: Bueno A, oye también ¿se debe a la llamada que recibiste de tu hermano?

A: Sí también, precisamente mañana me va a llamar a las diez, y voy a estar al pendiente porque luego; suena el teléfono suena y suena; pero luego ya cuando voy ya no contestan; generalmente a los que nos hablan mucho es a Roberto y a mi; en algunas otras veces les marcan también a las becarias. Por ejemplo mi hermano me dijo que la otra vez me marco Y le dijeron que no podía contestar porque estaba en un evento; les encanta decir evento esto es cuando hay un espectáculo de baile o canto; pero la semana pasada que dice mi hermano que me llamo yo no recuerdo que hallan venido ese día a demostrar un espectáculo. Entonces se equivocaron al dar el informe; sólo recuerdo que algunos entraron a ver una película, pero no todos porque Yolanda fue quien les estuvo avisando y yo no soy de su agrado ni ella tampoco yo creo que lo siente.

T: ¿Por qué crees que lo sienta A?

A: Porque me burlo de la casas que no me agrada.

T: ¿Qué es lo que no te agrada A?

A: Pues con frecuencia se que anda inventando chismes; uno de ellos es que una vez dijo que uno de nuestros sacerdotes se había muerto; sin embargo no era cierto; pero para ella no tenía otra cosa que platicar y pues comento eso, y pues tiene sus ocurrencias una vez dijo que uno de nuestros compañeros tenía malas intenciones con ella.

T: Y esas ocurrencias ¿a ti no te gustan?

de tu hija sonrías

Ψ Ríe

Ψ Concretización: ¿Por qué crees que lo sienta A?

A: No me gusta porque se mete a las platicas ajenas; si yo estoy platicando con alguien más ella llega y se mete además siempre que hablamos de alguien importante tiene la costumbre de decir que fue su novio yo creo que para sentirse importante.

T: Es como si Yolanda estuviera “viendo a través de una ventana e imagina cosas más allá de ello” ¿y esto como te hace sentir?

A: Me desagrada porque se que no es cierto.

T: ¿Cómo sientes ese desagrado?

A: Bien, el que ella quiere hacer creer cosas tan exageradas completamente; ella cree que todas a las personas a las que les dice no son muy inteligentes y van a creer lo que ella diga. Pues entonces yo le sigo la corriente.

T: ¿Entonces te gusta seguirle la corriente A?

A: Pues algunas veces.

T: Entonces A, cuando pasas o tienes situaciones con Yolanda quisieras tener unos audífonos me los imagino de peluche para no escuchar; ya que lo que ella menciona no es congruente para ti; y eso a ti te molesta, y en este caso A, ¿cuál es la mejor alternativa para que no te sientas así?

A: Pues tratar de no estar ahí cuando ella este diciendo tantas incoherencias. Y pues a veces es difícil porque se sienta en la misma mesa donde comemos Roberto y yo; bueno aunque a Roberto ya lo cambiaron porque platicábamos mucho ya esta en otra mesa; ahora que ya no están las hermanas le dije a Roberto que porque no vuelve a pedir un cambio para mi mesa.

T: Bien A, en este caso me comentas que la mejor alternativa para que no te irrites es ignorarla completamente...

A: Pues procurar no estar donde esta ella.

T: Y ¿sí lo haces A? ¿Cómo te hace sentir esto A?

A: Sí solamente digo buen provecho o buen día; yo como lento soy el último que sale del comedor como muy despacio; no tengo porque comer rápido; la mayoría de mis compañeros me desean buen provecho y Yolanda no; algunas veces se pega a la mesa para hacerse sentir cosa que no me agrada; que por cierto mi mesa esta junto a la barra donde tenemos que dejar los platos después de comer y pues por ello cada vez que pasan pues mueven mi mesa y pues a veces me tiran la leche. Por ejemplo hoy en la mañana paso Cristina mi amiga la enfermera pasó por ahí y que le da un caderazo a la mesa y que me tira el café.

T: En este caso hablando de tu compañera Yolanda sobre como es ¿qué es lo que esperas de ella A?

A: No pues nada, la indiferencia, no me agrada y ya hay cosas

Ψ Concretización ¿Qué es lo que no te agrada?

Ψ Ríe

Ψ Concretización: Y esas ocurrencias ¿a ti no te gustan?

Ψ Uso de Metáforas: “Es como si Yolanda estuviera viendo a través de una venta e imaginara cosas más allá de ello.

Ψ Concretización: ¿Cómo te hace sentir?

Ψ Ríe

Ψ Concretización: ¿Cómo sientes ese desagrado?

Ψ Uso de Metáforas: “Como si quisieras tener unos audífonos de peluche para no escuchar”

Ψ Concretización: ¿Cuál es la mejor alternativa para que no te sientas así?

que no me agradan aquí y no puedo hacer nada para evitarlo, lo que hago es que la ignoro o la suprimo.

T: A suprimir ¿te refieres como minimizar como si estuviera una pantalla grande y le das clic y la haces pequeña?

A: Sí así es, es una buena comparación.

T: A ¿cuándo suprimes esto A? ¿Cómo te sientes?

A: Pues ya no me preocupa, ni me agrada, ni me desagrada es una indiferencia por completo.

T: Bien A, entonces es indiferencia no pasa que digas me estoy aguantando.

A: No ya no.

T: ¿Antes sí A?

A: No ha sido mi forma de evitar las cosas, las cosas que me desagradan pues no les hago caso y no les hago caso y se acabo. Por ejemplo que las moscas que no faltan que se están acercando y que van ahí directamente al pastel o lo que uno este comiendo; pues ya no lea hago caso para no enojarme. Yo para comer tengo que tener todo muy limpio, por eso antes de comenzar a comer siempre limpio mis utensilios porque a veces siento que tiene polvo; esto ya es un hábito...

T: Perfecto, A entonces cerrando este comentario me dices que hay cosas que te desagradan aquí sin embargo las has afrontado de la mejor manera el ser indiferente y entonces a A ya no le genera ninguna molestia.

A: Sí así es antes si me molestaba pero ahora no. Tal vez lo que no termino de ser indiferente es con las personas que nos dan de comer porque los trastes que nos dan los avientan y pues la verdad te das cuenta que no nos aprecian.

T: ¿Quiénes son los que no los aprecian?

A: Pues los empleados y también algunas becarias.

T: ¿Por qué sientes que no los aprecian A?

A: Pues por ejemplo con los letreros que ponen de que recuerden que el horario de comida tienen un horario establecido; sienten que no pensamos y ya te digo los instrumentos que nos dan los utensilios todos doblados y demás porque ya he visto que ahí en el fregadero los arrojan como caigan y les ponen ahí el jabón.

T: Sí.

A: Pero luego les queda ahí el jabón no se les quita bien; incluso las mujeres que utilizan pintura indeleble; se quedan marcados ahí en las tazas y esos no salen tan fácilmente; sino que se tienen que tallar bien.

T: Entonces eso es lo que a ti te disgusta...

A: Sí por eso cuando veo una taza que no esta bien lavada; les

Ψ Concretización:
¿Qué es lo que esperas de ella A?

Ψ Uso de Metáforas:
Es como si minimizaras una pantalla en una computadora

Ψ Concretización:
¿Cuándo suprimes esto como te sientes?

Ψ Concretización:
¿Antes sí A?

Ψ Concretización:
¿Quiénes son los que no los aprecian A?

Ψ Concretización: ¿Por qué sientes que no los aprecian A?

vido que por favor me la cambien; y si me la cambian.

T: Bien A, entonces vamos cerrando este círculo como dices hay cosas de las que no te agradan; sin embargo has aprendido a sobrellevar las cosas como tu dices suprimiendo; sin embargo comentas que los empleados no los aprecian ¿cómo te hace sentir esto A?

A: Mal.

T: ¿Qué es mal?

A: Pues se refleja en que me han robado algunas de mis cosas por ejemplo una manta y una lámpara que tenía, en fin, yo sabía que más vale dejar unas cosas afuera porque se las llevan por ejemplo yo escuchado que algunos guardan unos centavos y cuando se dan cuenta ya se los llevaron.

T: Bien, A de acuerdo a esto que me comentas A que les toman sus cosas ¿qué alternativa has pensado?

A: Pues por principio, en esos días estaban aún las religiosas y le dije a la encargada que se habían llevado mis cosas; no le había dicho todo porque hasta hace poco fue descubriendo que se habían llevado más cosas...

T: Entonces ¿qué alternativa has dado?

A: Pues las próximas que vengan; cuando este el nuevo Gobierno, yo les voy hacer saber que se llevaron algunas de mis cosas; mientras tanto antes de salir me aseguraré de que este bien cerrado mi ropero donde tengo mis cosas; por que digo que yo fui el que tuvo la culpa porque en algunas ocasiones deje las llaves pegadas ahí; ya sabía que no debía dejarlas.

T: Sí, bien A, entonces cerraremos con esto, de que existen cosas que te molestan pero has aprendido como superarlas; ya no al grado de que te lastimen. Y con respecto a lo de tus cosas me dices que la solución es que a la persona que llegue le vas hacer saber todo esto.

A: Sí así es, a ellas le dieron un curso que para mi manera de pensar no les sirvió porque no ha existido un cambio.

T: En este caso entonces estaremos a la expectativa de haber que pasa, con las personas que lleguen.

A: Sí con el nuevo gobierno.

T: Bien A entonces te agradezco mucho y nos vemos el próximo martes.

A: Sí esta bien. Gracias.

Ψ ¿Cómo te hace sentir esto A?

Ψ Concretización:
¿Qué es mal?

Ψ Conflicto Mayéutico:
¿Qué alternativa has pensado A con respecto a esto?

Ψ ¿Qué alternativa has dado?

Retroalimentación:

- Lo que se lleva A, es que ha aprendido a identificar las cosas que le molestan; pero ahora sabe como afrontarlas esto mediante la concretización y el uso de metáforas.
- Lo que yo me llevo que en esta sesión fue muy importante el conflicto mayéutico ya que permitió que A, encontrara una solución a las cosas que le irritan.

SESION 14	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estas el día de hoy?</p> <p>A: Muy bien contento.</p> <p>T: ¿Muy contento?</p> <p>A: Muy contento de verte.</p> <p>T: Gracias, A, ¿hay algo que me quieras compartir el día de hoy?</p> <p>A: Pues que fui al seguro, cada mes voy por mi medicamento; es un lío por el tiempo que debe de esperar uno ahí yo tenía cita a las once, yo llegue a las diez pero me atendieron hasta la una entonces ya estaba..</p> <p>T: ¿Cómo estas A?</p> <p>A: Pues aburrido, incluso me empezaba a dormir; ya se que tengo que esperar mucho y cuando no tengo cita pues más desde tres o cuatro horas te hacen esperar</p> <p>T: Así es esto de la burocracia</p> <p>A: Sí espere, pero lo bueno es que hubo todo el medicamento; la doctora muy amable y fui a la farmacia y si estuvo todo el medicamento.</p> <p>T: Que bueno A.</p> <p>A: Eso me da gusto, hay ocasiones en que no hay todo el medicamento esto es en la época que hay mucho frío pues todo mundo se enferma.</p> <p>T: Entonces eso te pone feliz el que el día de hoy tengas todo tu medicamento.</p> <p>A: Sí, aunque siempre tengo mi reserva, a veces con lo que me queda de mi pensión compro unos desinflamantes; me hace sentir bien en el que tenga todos mis medicamentos.</p> <p>T: Y ¿cómo es ese bienestar A?</p> <p>A: Es muy tranquilo, porque no estoy pensando en que me voy a sentir mal por falta del medicamento, en alguna ocasión me paso que me faltaba un medicamento y al siguiente día me empecé a sentir mal tenía insuficiencia respiratoria y no encontraba el medicamento; por eso me gusta tener el medicamento completo.</p> <p>T: Muy bien; A</p> <p>A: Incluso esa ocasión una patrulla me auxilio, porque ya era muy evidente mi malestar, no podía respirar; y me abrieron la patrulla me dijeron que me sentara y entonces llamó a una ambulancia y no tardo mucho en llegar la ambulancia y me fui en una camilla y me preguntaron que ¿cuál era mi clínica? Yo les dije cual afortunadamente yo llevaba mi carnet del Seguro. Me llevaron y todo bien.</p>	<p>Ψ Concretización: Y ¿cómo es ese bienestar A?</p>

<p>T: Muy bien A, entonces tus medicamentos; “es como si tuvieras un librero y estuviera todo en orden y que no tiene polvo que esta bien ordenado ¿así te sientes?</p>	<p>Ψ Uso de Metáforas: “Es como si tuvieras un librero y estuviera todo en orden”</p>
<p>A: Sí, así mismo.</p>	
<p>T: Muy bien A ¿hay algo más que me quieras comentar?</p>	
<p>A: Pues nada más lo del Seguro y que no hace plano el día de hoy y bueno que vienes tú.</p>	
<p>T: A, me llama mucho la atención en que digas que el día es plano ¿a que te refieres con plano?</p>	<p>Ψ Concretización: ¿A qué te refieres con plano A?</p>
<p>A: Pues no hay ninguna diferencia, algunas veces llego a escuchar un programa en radio a las cuatro de la tarde y son cuatro periodistas que hablan de lo más relevante de la semana y me agrada mucho; hay un periodista que me agrada mucho porque es muy bueno.</p>	
<p>T: Te agrada mucho A.</p>	
<p>A: Sí incluso luego quiero que llegue el miércoles para escucharlo.</p>	
<p>T: Entonces por lo que me comentas A, tienes días planos ¿cómo te hace sentir hasta este momento esos días que dices que son planos?</p>	<p>Ψ Concretización: ¿Cómo te hace sentir el que tengas días planos?</p>
<p>A: Pues busco alguna forma de no aburrirme,</p>	
<p>T: ¿Te aburres?</p>	<p>Ψ Ríe</p>
<p>A: Lo único que le da sentido al día son las horas en las que vamos por los alimentos, pero de no ser por eso pues no, el domingo pues que viene mi hija en fin o que tengo algún compromiso.</p>	<p>Ψ Concretización: ¿Te aburres?</p>
<p>T: Bien A, como tu dices existen días planos, pero sin embargo has buscado como la alternativa para ello.</p>	
<p>A: Sí algo que lo haga diferente</p>	
<p>T: Bien, pero entonces te hace sentir bien ¿cuándo tienes esas alternativas? Como ver programas o sacar fotos; por ejemplo me llamó mucho la atención donde me mostraste que hiciste tu álbum, es muy interesante el que tu busques la forma de estar haciendo cosas, te hace ser muy especial.</p>	
<p>A: Sí me gusta estar buscando cosas por ejemplo cuando estuvieron trabajando allá afuera lo del pavimento; sólo estaba esperando mi dinero para comprar el rollo y fotografiar todo hasta los árboles.</p>	
<p>T: Siento A que la fotografía es una inspiración para ti ¿si va por ahí A?</p>	
<p>A: Pues es una distracción que tengo desde hace muchos años y me ayuda mucho, me agrada.</p>	<p>Ψ Concretización: ¿Te llena A?</p>
<p>T: Entonces te agrada ¿te llena A?</p>	
<p>A: Sí</p>	<p>Ψ Concretización: ¿Qué sientes A?</p>
<p>T: ¿Qué sientes A? Porque veo que tomas muchas fotos a edificios, en fin a diferentes cosas.</p>	

A: Pues algunas de ellas ya las tengo pensadas; entonces pues me gusta mucho, pensar la forma de tomar las fotos; desde pensar en la distancia que se encuentra el objetivo o la luz, me agrada el reto. Y pues cuando ya las mando a revelar estoy esperando que sea lo que yo espero.

T: Y ¿cómo lo esperabas verdad?

A: Sí es, eso lo que le da sentido a la existencia.

T: Claro, entonces lo que tu me quieres decir A, es que hay días planos, sin embargo tu buscas alternativas y/o distracciones y ¿eso es lo que te hace estar bien contigo?

A: Sí ya a través de los años que he vivido he aprendido a encontrarle sentido a la vida; yo leía mucho, en fin, desde joven pensaba como es que existe gente que se llega a aburrir de la vida y llega a pensar en suicidarse; pues yo digo que es falta de imaginación pero en fin, espero no llegar a un extremo así donde no hay sentido de la existencia.

T: ¿Para ti si lo hay A?

A: Pues trato de encontrarlo

T: ¿Tratas o lo hay?

A: Pues trato de encontrarle sentido; algunas veces no me agrada la manera en que soy completamente.

T: ¿Por qué no completamente?

A: Porque me estaba acordando en el Seguro, por ejemplo del día de la música que notabas en mi algo de que apretaba los labios cuando estoy enojado. Entonces me puse a pensar que apoco ya soy un viejo gruñon y la verdad es que no quiero ser así.

T: No te gusta ser enojo

A: Quiero llevarme bien con las personas. Estaba recordando a una compañera que era Jalisco yo platicaba mucho con ella nos llevamos mucho y a veces muy pesado; sin embargo una vez nos peleamos y yo ya no le volví a dirigir la palabra. Y luego los martes cuando nos vienen a cortar el cabello me la encontré ella le toco antes que a mi ya salió y le dije: que guapa; yo pensé haber si no se enoja, pero no nada más me dijo gracias ya se fue. Y luego al día siguiente me dijo buen provecho y me dijo que le agradaba porque le decía cosas bonitas, que tiene buen sentido del humor y la verdad su comentario me sorprendió mucho, me agrado.

T: ¿Cómo se llama tu compañera A?

A: No lo se nunca me he atrevido a preguntarle su nombre, me agrado mucho su comentario.

T: Hasta el momento ¿cómo te hizo sentir?

A: Muy bien por no me lo esperaba

T: A, te sentiste “como en las nubes A”

Ψ Reflejo de
Contenido: Lo que tu me quieres decir A, que hay días planos sin embargo tu buscas alternativas

Ψ Concretización:
¿Para ti si lo hay A?

Ψ Conflicto Mayéutico:
¿Tratas o hay?

Ψ Concretización: ¿Por qué no completamente?

Ψ A, descubre que a veces se molesta, pero no quiere ser así. (Insight)

Ψ Concretización:
¿Cómo te hizo

<p>A: Sí me sentí muy bien; incluso que pensé en decirle (pero no se lo dije) Me siento tan a gusto de lo que me estas diciendo que me produjiste una gran alegría</p> <p>T: En este caso desde mi punto de vista te digo que es importante que menciones las cosas que sientes.</p> <p>A: Sí espero que pronto exista una ocasión en que yo le pueda redituvar lo que ella me dijo.</p> <p>T: Bien A, si es importante porque una persona auténtica dice y hace lo que siente y cómo lo siente; en este caso agradecerle como te hizo sentir.</p> <p>A: Sí me agrado mucho el comentario que me hizo y recordé lo del día de la música y como te digo no quiero ser un viejo enojón; yo quiero ser como el comentario que me hicieron que les parezca una persona agradable y con un buen sentido del humor.</p> <p>T: Perfecto A, lo importante es que tu te sientas bien como eres A.</p> <p>A: Sí también pienso en la parte racional, donde se que yo no soy el único que necesita ese tipo de comentarios; sino que cooperemos.</p> <p>T: Claro, que importante es eso que mencionas.</p> <p>A: Ojalá que yo también pueda proporcionar una buen comentario bien hacia los demás.</p> <p>T: Y ¿eso te hace sentir mejor A?</p> <p>A: Sí es algo humano, y yo siento que esto se debe a la ayuda que tu me has proporcionado</p> <p>T: ¿Has sentido que te ha ayudado A?</p> <p>A: Sí.</p> <p>T: ¿En que sentido?</p> <p>A: Pues desde que me has hecho pensar cosas diferentes, desde como actúo cuando estoy molesto; y esto me esta ayudan conocerme mejor.</p> <p>T: Muy bien A, como tu dices que te hace sentir muy bien el que te halaguen.</p> <p>A: Sí halagado ese es el término correcto.</p> <p>T: Sólo que te quedaste con las ganas de expresarle, como te hizo sentir.</p> <p>A: Sí así es.</p> <p>T: Muy bien A, me estabas mencionando que sobre la vida plana que tú buscas alternativas ¿cómo te hace sentir el que busques alternativas A?</p> <p>A: Es lo que le da sentido a mi existencia, enfrentándome. En este momento estoy acordando que cuando estaba en mi adolescencia me dije que los problemas que tuviera los iba a enfrentar; porque yo en ese tiempo pensé así tal vez me ayudo porque yo leía mucho. Yo vivía al día no m gustaba</p>	<p>sentir?</p> <p>Ψ Uso de Metáforas: “Como en las nubes”</p> <p>Ψ A, reconoce que él no es el único que necesita de buenos comentarios.</p> <p>Ψ Concretización: Y ¿eso te hace sentir mejor A?</p> <p>Ψ ¿Has sentido que te ha ayudado A?</p> <p>Ψ Concretización: ¿En qué sentido?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Cómo te hace sentir el estar buscando alternativas?</p>
--	--

pensar en que me espera el futuro me parece haberte comentado que mi padre no tuvo dinero para pagar a una persona que nos ayudara a realizar la limpieza, cuando mi mamá murió por ello yo tenía que hacer la comida y por tanto hacerme cargo de la casa y pues lejos de amargarme pues me ayudo.

T: Bien A, en este caso como te hace sentir esta experiencia que me comentas A.

A: Pues bien porque lo puede enfrentar de buen forma, no lo se de donde me inspiré.

T: Bien entonces lo que tu quieres decir es que en su momento tu tuviste problemas pero que supiste como enfrentarlo y es actualmente lo que haces.

A: Sí por eso no me lastiman los días planos, porque cada día tu lo haces diferentes. Por ejemplo hablando como tú lo dices en una frase quedaría la siguiente: "en la naturaleza lo único permanente es el cambio" y es lo que hay aquí.

T: Bien A, te parece si para ir cerrando A hay ciertas cosas que no te gustan de aquí pero las toleras y por tanto no te incomoda.

A: Así es.

T: Perfecto A.

A: Sí gracias.

T: Gracias a ti A, nos vemos la próxima sesión.

Ψ Concretización:
¿Cómo te hace sentir esta experiencia A?

Ψ Reflejo de Contenido: Entonces lo que me quieres decir es que los problemas que en algún momento tuviste te sirvieron para saber enfrentar la vida

Retroalimentación:

- Lo que descubre mediante la conversación de esta sesión que a veces suele molestarse y tiende a fruncir sus labios, indica que no quiere ser así, incluso expresa que no quiere ser un viejo gruñón.
- Esto lo descubre por medio de reflejos de contenido y uso de metáforas. Fue muy importante hacerle notar A, que una persona auténtica dice y hace lo que siente.

SESION 15	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes A, ¿cómo estas?</p> <p>A: Pues con alegría y tristeza.</p> <p>T: Y ¿cómo es la alegría-tristeza?</p> <p>A: Bien porque es la última sesión y pues eso me mantiene triste, pero estoy muy alegre de que pude llegar con vida a ello.</p> <p>T: En este caso lo que tú me quieres dar a entender es que da gusto el haber terminado este proceso.</p> <p>A: Sí porque se completo y me gusto mucho.</p> <p>T: Lo más importante A, es entender que es un proceso que se esta llevando a cabo; en el cual hemos estado trabajando, sesión por sesión y creo que en este momento ya es conveniente darle un buen cierre a esto porque ya he visto cambios positivos ¿tú como lo sientes?</p> <p>A: Me siento muy a gusto.</p> <p>T: ¿Qué te llevas A?</p> <p>A: Pues me llevo muchas cosas porque me ha servido mucho; por ejemplo una forma de pensar ahora que ya estoy en la vejez.</p> <p>T: Y ¿qué es lo que te hizo sentir este proceso?</p> <p>A: Pues me sirvió para verme a mi mismo algunas cosas si me agradaron y otras sí.</p> <p>T: ¿Cómo cuáles A?</p> <p>A: Pues que a veces suelo enojarme y no me gusta enojarme.</p> <p>T: Entonces ¿pudiste ver algunas cosas que no percibías?</p> <p>A: Sí así es, me sirvió mucho porque conocí cosas acerca de mi, y aprendí a descubrir alternativas para encontrar una solución; por ejemplo lo de mis labios que tal vez yo no notaba cuando me enojaba y es bueno porque ahora ya lo se y me puedo dar cuenta de lo que hago.</p> <p>T: Bien A, te pedí que te quitaras el reloj y los lentes y en este momento voy a bajar la persiana un momento y voy a cerrar la puerta un momento nada más en lo que terminamos. Quiero hacer una relajación para cerrar con el proceso; porque en este momento ya hemos llegado como ha una cumbre, donde has podido identificar cosas te has dado cuenta de la mejor forma que debes de sobrellevar tus cosas, entonces por lo tanto el día de hoy cerramos este proceso y por tanto te invitaría que para cerrar con dicho proceso llevemos a cabo una relajación, donde también es una parte de la terapia humanista ¿estás de acuerdo, en compartir esto A?</p>	<p>Ψ Concretización: Y ¿cómo es la alegría-tristeza?</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Ríe</p> <p>Ψ Reflejo de Contenido: Lo que me quieres dar ha entender es que te da gusto terminar el proceso</p> <p>Ψ Concretización: ¿Qué te llevas A?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Qué es lo que te hizo sentir este proceso?</p> <p>Ψ Concretización: ¿Cómo cuáles A?</p>

A: Completamente.

T: Muy bien A, entonces te voy a pedir que te pongas de una manera cómoda, como tú gustes; sin cruzar las manos y pies sólo acomódate.

A: Sí cuando suelo relajarme y veo la televisión estiro mis pies.

T: Muy bien, entonces te voy a pedir que desde este momento sigas todas las instrucciones que yo te de.

A: Bien de acuerdo

T: En este momento quiero que tomes una posición cómoda, que relajes tus manos, pies, todo... ¿comiste bien?

A: Sí.

T: ¿Dormiste bien?

A: Sí.

T: Perfecto, te pregunto esto porque es importante.

A: Me siento muy bien

T: Entonces desde este momento quiero que le pongas atención únicamente a mi voz, quiero que tomes una posición cómoda, de la manera en que tú sientas más tranquilo y relajado. Tus ojos no los puedes abrir, necesito que tus párpados cerrados, no quiero que emitas ningún sonido. En este caso únicamente vas a poner atención al tono de mi voz; únicamente al tono de mi voz, tus pies deben de estar bien relajados, tus manos relajadas en una posición cómoda.

En este momento A, quiero que te concentres en el tono de mi voz, únicamente en el tono de mi voz, quiero que te concentres más y más; únicamente en el tono de mi voz, solo escucha el tono de mi voz, cada vez más y más. Únicamente estas percatando el tono de mi voz.

Muy bien ahora quiero que relajes los músculos de tus dedos, quiero que relajes los músculos de tus dedos; siente como va entrando como va entrando esta sensación de relajación cada vez más y más esta entrando en tus músculos de tus dedos, esta entrando sigue y sigue. Muy bien quiero que te concentres en los músculos de tus rodillas, concéntrate. Concéntrate en los músculos de tus rodillas quiero que te concentres cada vez más y más, concéntrate y comienza a relajar los músculos de tus rodillas cada vez más y más; así es muy bien. Siente como esta sensación de relajación esta entrando por todos los músculos de tus rodillas, estás relajado cada vez más y más se relajan tus músculos cada vez más y más.

Muy bien ahora, te voy a pedir que te concentres en los músculos de tus pantorrillas, concéntrate en los músculos de tus pantorrillas, concéntrate cada vez más y más únicamente quiero que te concentres en los músculos de

tus pantorrillas, siente como esa sensación de relajación va recorriendo por todos los músculos de tus pantorrillas, cada vez estás más relajado cada vez más y más, muy bien.

Ahora A, quiero que te concentres en los músculos de tu estomago, concéntrate, concéntrate en cada uno de los músculos de tu estomago, ahora quiero que relajes cada uno de los músculos de tu estomago, relájate cada vez más y más, así es; siente como esa sensación de relajación va invadiendo por toda la parte de debajo de tu cuerpo, esta relajada cada vez más y más así es más y más.

Ahora quiero que te concentres en los músculos de tus brazos, concéntrate, concéntrate en los músculos de tus brazos, quiero que te concentres cada vez más y mes en los músculos de tu brazos, vas a relajar los músculos de tus brazos, concéntrate los músculos de tus brazos, concéntrate con cada uno de los músculos de tu tus brazos, te relajas cada vez más y más; así es, muy bien.

Ahora relájate, quiero que te concentre cada vez más y más en los músculos de los dedos de tus brazos, concéntrate, ahora vas a relajar cada uno de los músculos de tus brazos, cada vez más y más, concéntrate en tus músculos y empieza a relajar cada uno de los músculos de tus brazos; así es.

Ahora quiero que te concentres en los músculos de tu cara, quiero que te concentres específicamente en los músculos de tus mejillas, siente como se van relajando cada vez más y más los músculos de tus mejillas, cada vez más y más, relájate más y más; siente como esa sensación de relajación esta invadiendo por todo tu cuerpo, cada vez más y más, cada vez te sientes más y más relajado, más y más.

Muy bien ahora que ya te concentraste en los músculos de tus mejillas relájalas, en este momento cada vez más y más.

Ahora quiero que te concentres en los músculos de tu nariz, concéntrate en los músculos de tu nariz; ahora relaja los músculos de tu nariz, cada vez más y más; siente como se van relajando los músculos de tu nariz, cada vez más y más; así es, cada vez más y más.

Ahora quiero que te concentres en los músculos de tus labios, cada vez más y más, concéntrate, concéntrate más y mas te voy a pedir que relajes los músculos de tus labios, más y más, relájalos cada vez más y más, siente como se

van relajando cada vez más y más; muy bien así, bien.

Ahora quiero que te concentres en los músculos de tus párpados, concéntrate, concéntrate en los músculos de tus párpados, ahora vas a relajar los músculos de tus párpados, siente como se relajan cada vez más y más; siente como se va invadiendo tu cuerpo con la relajación.

Ahora quiero que te concentres en los músculos de tu oídos, concéntrate en los músculos de tus oídos, ahora relaja los músculos de tus oídos, así es relaja cada uno de los músculos de tus oídos.

Ahora te voy a pedir en los músculos de tu frente, concéntrate cada vez más y más, ahora relaja cada vez más y más los músculos de tu cuerpo, te relajas cada vez más y más, relájate cada vez más y más.

Ahora que ya te sientes completamente relajado, siente esta sensación de relajación cada vez más y más, te sientes totalmente relajado, cada uno de tus músculos están totalmente relajados cada vez más y más, cada vez más y más, así es.

Ahora quiero que te concentres en los músculos de tu cuello, concéntrate, concéntrate en los músculos de tu cuello, si deseas puedes tomar una posición más cómoda, si estas bien, sigue totalmente relajado, totalmente relajado, sólo concéntrate en los músculos de tu cuello, muy bien los músculos de tu cuello se sienten totalmente relajados, se siente bien, a gusto, muy bien cada vez más y más. Comienza a relajar cada vez más y más los músculos de tu cuello, estas relajando los músculos de tu cuello, cada vez más y más, siente como te estas en una sensación de relajación cada vez más y más, te sientes relajado cada vez más y más, en este momento estás completamente relajado, cada vez más y más, ahora te sientes completamente relajado, tu cuerpo se siente totalmente relajado, se siente a gusto, se siente a gusto, se siente relajado, se siente excelentemente bien, tu cuerpo esta muy bien, totalmente a gusto, placentero disfruta cada momento, cada vez más y más muy bien, ahora vas a ser capaz de realizar cualquier cosa, todo lo que te propongas lo vas a lograr, todo lo que esta a tu alrededor es cordial, en este momento te sientes totalmente relajado, muy relajado. Y te sientes totalmente reconfortado; muy bien A.

Ahora voy a contar hasta diez y te vas a ir reincorporando a tu ritmo y a tu espacio, poco a poco, te vas a ir

reincorporando a tu ritmo y a tu espacio, cada vez más y más; uno, te vas sintiendo mejor cada vez más y más, dos, más y más, tres, regresamos a tu ritmo y a tu espacio, ,muy bien, cuatro así es, cada vez más y más, cinco te vas reincorporando cada vez más y más, siete, muy bien puedes abrir los ojos poco a poco, ocho, muy bien, nueve bien poco a poco y diez; bien A, estas aquí nuevamente A, abrimos los ojos A, a tu ritmo y a tu espacio, poco a poco, puedes también ir moviéndote poco a poco, muy bien perfecto, ya puedes abrir tus ojos A, muy bien, puedes estirarte si lo deseas muévete poco a poco ¿listo A?

A: Sí

T: ¿Cómo te sientes?

A: Muy bien.

T: ¿Sí?

A: ¿No te sientes con sueño? ¿mareado?

T: Me siento bien.

A: ¿Estas bien?

T: Sí.

A: Bien completamente.

T: ¿Cómo te sentiste en la relajación?

A: Magnifico es una sensación que experimento cuando me he acostado y que me he cubierto y tapado bien, y esta sensación que acabo de experimentar es la que precede al sueño cuando me duermo y es delicioso ese momento estoy completamente relajado.

T: ¿Te agrado?

A: Sí me agrado, porque es una sensación de bienestar, absolutamente agradable, muy agradable como en ese momento que me fui relajando.

T: Fue “como sí en ese momento estuvieras en una nube totalmente relajado”

A: Sí así es, yo con frecuencia sueño que vuelo y pues así me sentí, por ejemplo en la televisión he visto a un niño que anda volando entre las nubes y así me sentí muy bien.

T: Y ¿cómo te sientes ahora?

A: Muy bien.

T: Perfecto A, hemos llegado al final del proceso te agradezco por cada uno de los momentos compartido. Necesito que me digas ¿qué te llevas o bien si tienes alguna duda sugerencia?

A: No me siento muy bien, estoy muy satisfecho con lo que llevamos a cabo. Con las sesiones yo me creí conocerme para durante todas las sesiones yo me descubrí más a mi mismo y eso me hace sentir muy contento.

Ψ Concretización: ¿Te agrado?

Ψ Uso de Metáforas: “Como si estuvieras en una nube recostado”

T: Bien A, entonces lo que me quieres dar a entender es que sientes un bienestar completo A ¿si va por ahí?

A: Sí así es.

T: Perfecto a, yo te agradezco mucho por haber compartido y dejar compartir tus experiencias conmigo.

A: Al contrario soy yo el que te agradece por el bienestar que has traído con cada una de las sesiones pero sobre todo porque me permitiste cocerme a mi mismo.

T: Muchas Gracias A, por todo.

Ψ Reflejo de
Contenido:
Entonces lo que me
quieres decir es que
sientes un bienestar
completo ¿si va por
ahí?

Retroalimentación:

- A menciona que le gusto mucho el proceso porque le permitió descubrirse a sí mismo; el menciona sobre su labios que no se había dado cuenta que cuando se molestaba tendía realizar dicho movimiento. También describe que le gusto mucho el poder descubrir alternativas de solución a sus problemas; pero que sobre todo mediante el proceso lo pudiera descubrir.
- Lo que me llevó es que en realidad si se noto un cambio en A, sobre todo en su forma de pensar a sus demás compañeros; ahora sabe que también los demás desean ser escuchados y descubrió que debe de ser paciente y buscar alternativas par no molestarse.

CASO R

Reporte del Acompañamiento Individual	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>Usuario: <i>R</i> Edad: 72 Sexo: Masculino Nivel Socioeconómico: Medio-Alto Grado de Estudios: Bachillerato Terapeuta: T</p> <p>Antecedentes: <i>R</i> es una persona que decide ir a vivir al Hogar Marillac y por consiguiente separarse de su esposa, debido a los problemas que él dice tener con su familia, la cual se encuentra integrada por su esposa y cuatro hijos, tres hombres y una mujer, es por ello que decide dejarle la casa a su esposa, y aunque no están divorciados él toma la decisión de internarse en una casa de descanso. <i>R</i> sólo va de visita a su casa una vez por mes, en aquellos días en los que tiene cita con los médicos que lo atienden del parkinson que padece; sin embargo él reporta tener discusiones con su esposa y su hijo menor cada vez que él va a casa. Aunado a ello, <i>R</i> es una persona preocupada por su enfermedad, por ello está en tratamiento para la enfermedad del parkinson y las molestias recurrentes que suele tener en los ojos. <i>R</i> se considera una persona perfeccionista, característica que él considera ser un factor causante de algunas de sus problemáticas. A su vez <i>R</i> tiene la creencia de que su tendencia a ser perfeccionista se debe al régimen que llevó, ya que él perteneció al Ejército Mexicano, llegando a obtener el grado de general dentro del mismo. Otra situación que <i>R</i> considera preocupante es el ambiente que se vive dentro del Hogar Marillac, ya que en la actualidad atraviesa por una serie de cambios de administración; inicialmente este hogar era administrado por monjas, pasando ahora a manos de personas no religiosas, situación que resulta ser molesta y preocupante para <i>R</i>, ya que actualmente dice haber encontrado en la religión católica el medio para sentirse tranquilo consigo mismo, esto a raíz de que llegó al Hogar Marillac, ya que con anterioridad mostraba poco interés hacia la religión. De esta forma, las situaciones que a <i>R</i>, le molestan o le preocupan son la situación que vive con su familia, el parkinson y el ambiente en el Hogar Marillac.</p>	

SESIÓN 1

T: Muy bien R, ¿Te parece que comencemos el día de hoy?, hay algo en este momento que me quieras compartir, alguna cuestión que quieras comentar?

R: Pues fíjate que si, estoy preocupado por las caídas súbitas sin ningún aviso, la última fue en este baño, y en ese platillito me di un golpe en la cabeza; lo peor es que me recuperaron de las once de la mañana hasta como a las dos de la tarde estuve tirado.

T: ¿No se había dado cuenta nadie hasta ese momento que te recuperaron?

R: Lo que pasa es que era sábado, cuando falta la titular, hay una titular del piso. Entonces hay muchachas nuevas que no tienen ningún criterio; lo que me traía a esa hora, a las dos de la tarde era comida, pues yo no había bajado. En lugar de entrar, es la hora de que por ningún motivo nos echemos llave; sólo cuando no estoy echo llave. Entonces imagínate, si hubiera sido un paro cardiaco, ya estuviera muerto. La doctora de aquí es mala profesionista, pero le hace la lucha. Entonces mandó a sacar un... mientras le hablaban a mi familia, ese es el otro criterio muy deficiente, si estas grave no te admiten aquí.

T: ¿Qué es lo que sucede cuando no los aceptan?

R: Quieren que te saquen de aquí... las monjas estas; esa es la técnica. Entonces peor todavía, porque si estuviera aquí un nosocomio muy inmediato... aunque aquí esta la cruz roja, pero tú sabes que la cruz roja es de accidentes, no es de aspecto de medicina interna; entonces tampoco te saca la cruz roja... son chiripadas...

T: Cuando los aceptan...

R: Si, cuando los aceptan.

T: Y entonces ¿Qué pasa R? ¿Qué es eso que dices que te preocupa?

R: Pues estoy preocupado porque en realidad me faltan dos exámenes; a mi no me gusta informarle a la doctora esta en que proceso voy. Si viene le doy toda la información que quiera, pero si no viene, no me importa.

T: ¿No le dices nada entonces R? Es como diciendo: "si ella no se preocupa por mí, viene y me pregunta, pues entonces yo no le informo nada"; ¿va por ahí mas o menos, o me equivoco?

R: Más que nada es porque si yo estoy viendo las especialidades de mi hospital, entonces ella no es especialista de ninguna. Y una en medicina en general que

Ψ Se hace una concretización, con el fin de que R explique las situaciones que le preocupan.

Ψ Se hace un reflejo de contenido, para aclarar la situación de los motivos por los que no le informa a la

maneja pero horrible. Los domingos viene un doctor que es especialista en geriatría, y según dicen es neurólogo, pero no tampoco... ya mejor ni pasa a verme.

T: ¿Así que en un inicio te pasaba a ver?

R: Si.

T: Y entonces dejó de hacerlo

R: Si, dejó de venir, tenía la orden de las monjas de siempre que viniera venirme a ver.

T: ¿Y que pasó entonces?

R: No me agradó, por eso ya no viene, porque le hago mala cara y en cuanto viene me empiezo a vestir y me largo. Es yucateco, es pesado, a mi me cae muy mal, eso es lo peor. Huelga decirte que otras veces, también cuando vas al hospital militar está tan surtida, como si fuera feria. Hay mucha gente... con decirte que una que va a emergencia tiene que hacer cola, porque todas son emergencias.

T: ¿Y cómo te hace sentir ese hecho R?

R: Pues es grave la situación, es peligroso, porque si tienes un paro y si duras sin meterte mano, más peligro tienes de quedar ahí muerto.

T: R, ¿Qué sientes, que emociones ocurren en ti con el tema de la muerte? Por ejemplo, para mí, hablar de la muerte, de mi muerte es algo que para serte sincera me da miedo, me preocupa, pienso que es porque no me siento preparada, pero ¿en ti que pasa?

R: Fíjate que no me espanta la muerte, no me espanta la muerte... es a mi familia la que se preocupa; es más, cuando empezaron el primer... según la doctora llevo cinco, yo llevo tres en realidad, los demás los he pasado en la cama desapercibidos.

T: ¿Te refieres a los colapsos?

R: Si, los colapsos...

T: Oye R, ¿y qué te hace pensar que es a tu familia a la que la espanta tu muerte?

R: Pues me doy cuenta de que cuando pasa algo así, les avisan y ellos tratan de venir lo más rápido que pueden, dentro de sus posibilidades ¿verdad?

T: A ver, entonces lo que me estas diciendo es que a tu familia le preocupa que puedas morir en un colapso

R: Aja.

T: No me queda muy claro ¿les preocupas tú, tu salud, los colapsos o tu muerte?

R: Pues todo va junto.

T: ¿Les preocupa todo al mismo tiempo?

R: Si, supongo...

T: ¿Supones?

doctora de su enfermedad.

Ψ Ríe

Ψ R utiliza la metáfora "como si fuera feria" para referirse a la situación del hospital militar cuando hay mucha gente.

Ψ Se hace una concretización, con el fin de que especifique que siente cuando tiene que esperar bastante en ser atendido en el hospital.

Ψ Se muestra una actitud empática con respecto al tema de la muerte.

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R reflexione acerca de los colapsos que padece.

Ψ Se hace un reflejo de contenido, con el fin de puntualizar lo que R quiere decir a

R: ... creo que si...

T: Ahora ya no supones, ahora ¿lo crees?

R: Si.

T: ¿Qué es lo que te hace creer en eso?

R: Que están aquí cada vez que me sucede algo así.

T: ¿Estás convencido de eso?

R: Si, se que muestran preocupación por mí.

T: Como tú dices, están aquí cada vez que lo necesitas.

R: Si, pero muchas veces no tienen los medios para venir, ya ves como está el trafico, como está, cada vez son más difíciles los medios fíjate.

T: Pero ¿te das cuenta? Les preocupas, les preocupa tu salud, muestran interés hacia ti.

R: Aja... hacen lo que pueden, la verdad es que si les queda retirado venir para acá...

T: ¿Entonces viven muy lejos de aquí?

R: ¿Conoces la puerta tres del campo militar?

T: No...

R: ¿Conoces el hipódromo?

T: Si, si lo ubico...

R: ¿Conoces la barranca de Tecamachalco que pasa por los límites del hipódromo? Hay una barranca que cae en una presa.

T: Entonces ellos viven ahí...

R: Mi esposa nada más; el otro vive en Cuajimalpa, el otro vive en la Vallejo... el más chico, es soltero y vive ahí con mi esposa, por esa zona de las barrancas.

T: Si...

R: Se llama Ávila Camacho. Precisamente en el límite del D.F. con el Estado de México hay una parada de unos micros...vivo como a tres cuadras de esos micros.

T: Entonces ¿tu hijo más chico y tu esposa viven juntos?

R: Si, pero ella no tiene carro no sabe manejar, nunca quiso aprender a manejar.

T: Entonces me imagino que si se dificulta un poco venir desde allá donde ellos viven hasta acá ¿no?

R: Si, para salir olvídate...

T: Claro, si, supongo que ha de ser difícil, porque si esta un poco retirado de allá donde viven hasta acá. R, realmente es auténtico el sentimiento que tiene hacia ti, como dicen "la fé mueve montañas", pero en este caso sería más bien "el amor mueve montañas" ¿no te parece?

R: Si.

T: R, por otra parte me decías que también te preocupaba un poco eso de que te faltaban dos exámenes...

R: Si, entonces, te decía que ahorita me falta... no te quiero

cerca de la preocupación que tiene su familia a cerca de la enfermedad de R.

Ψ Se hace manejo de silencio para que R reflexione la preocupación que muestra hacia él.

Ψ Se ríe

Ψ Utilización del conflicto mayéutico, con el fin de que R reflexione a cerca de la preocupación que su familia muestra por él.

Ψ R hace un insight ya que finalmente menciona que está convencido que su familia muestra preocupación por él.

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R pueda reflexionar sobre la situación con su familia.

enseñar papeles porque no quiero moverte nada, ni moverme de aquí, para... porque tienes ahorita esto.

T: No te preocupes, esta bien, si tu quieres moverte no hay problema.

R: Entonces cuando quiera moverme yo te aviso.

T: Muy bien.

R: Bueno te decía, fíjate que el electrocardiograma ya no es una arma del cardiólogo, ya pasó de moda; ahora hay dos aparatos modernos conectados a la televisión para sacar lo que se llama un ecocardiograma y un... romos, formos o algo así. El ecocardiograma ya lo saque, ya lo hice. Con una boquilla como de una barredora, te va sacando toda la zona... digamos a donde esta el corazón, la zona cardiaca, y todo al rededor y todo. Un equipo te saca el ecocardiograma te saca el exterior, y otro equipo aparte, te saca el interior. Entonces me falta ese interior.

T: Entonces ese es uno de los estudios que te falta.

R: Si.

T: Y entonces me comentabas que esto te tiene preocupado R, ¿Cómo es eso de sentirte preocupado?

R: Pues me tiene así, para mi es muy molesto, y lo que más me preocupa es que estas monjitas dicen que se van el día 15... no hacen gran cosa de trabajo, pero si nos vigilan, eso es lo interesante en el caso de nosotros. Entonces al irse ellas, va a ser un maremoto esto. Muchos están haciendo maletas para irse... eso va a ser lo peor, y si se comportan de otro modo las otras, que las que están ahorita, va a ser muy molesto esto.

T: Si R, me imagino que si debe ser un poco molesto que después de que te has acoplado a una forma, te tengas que reacomodar a otra forma por razones ajenas a ti ¿cierto?, te lo digo porque en ocasiones a mi me ha llegado a suceder y por lo menos para mí si ha resultado ser molesto en ocasiones ¿Qué sucede en tu caso?

R: Si, porque por ejemplo, mira ese... , ¿conoces el amaranto? Allá mira... hay un bote de amaranto, ¿ya lo viste?

T: Si el bote de la tapa azul.

R: ¿Y ves frasquitos de gerber?

T: Si.

R: Mi suero que me toca a mi... este... dice que es de nutrición, entonces lo tomo de vez en cuando o lo repelo o como este de humor; pero prefiero comer fruta y comer bien, es que como no estoy en... en vida normal...

T: ¿A qué te refieres con "no estar en vida normal" R?

R: Pues a estar con todos estos aspectos, el parkinson, tener que sacar estudios... pues no me da mucha hambre a

Ψ Uso de metáfora: "el amor mueve montañas"

Ψ Se ríe

Ψ Señala la cámara.

Ψ Se inclina hacia la mesa de centro que está enfrente para tomar una caja de pastillas.

Ψ Se hace una concretización para que R especifique cómo es para él sentirse preocupado.

Ψ R utiliza la metáfora: "va a ser un maremoto" para referirse a la situación que se va a vivir cuando se vayan las monjas del hogar.

Ψ Se muestra actitud empática, cuando se habla de una situación que ha sido

veces, a veces no como, prefiero dormir, pero soy constante.

T: ¿Y qué pasa R, como te hacen sentir este tipo de situaciones?

R: Pues estoy molesto, preocupado y eso, entonces no es lo mismo.

T: Y me decías entonces que también te preocupaba y te molestaba el hecho de que las monjitas se fueran ¿qué piensas que suceda una vez que se vayan?

R: A ellas no les importa lo que vaya a pasar cuando se vallan, ellas lo que quieren es tirar el arpa, ¿sabes qué es lo que alegan ellas?

T: ¿Qué R?

R: Que no tienen... ellas constantemente se relevan, por ejemplo la que está de superiora, dilata uno o un año y medio y se larga y viene otra. Ellas tienen además de sus funciones de monjas que son hermanas de la caridad, tienen un hospital muy grande... que se llama Escandón, en donde también son jefas y estudian en una escuela de enfermería. A pesar de eso no tienen vocaciones, quiere decir que no son muy... cooperativas, ni hay... la que está de cabeza, sino lo que se quiere ahora es progresar para abrir la mente a cualquier religión. Yo pienso que tenemos un grave error el ejército y el catolicismo; eran instituciones antes para copiar, se copiaban las instituciones.

T: ¿Quieres decir con esto que eran instituciones ejemplares, ahora que sucede con ellas R?

R: Si eran ejemplares, por su organización, por todo... Ahora es al revés, es un desastre; tanto el ejército, como... yo soy del ejército, pero reconozco que está de cabeza el ejército y la iglesia. Se quedaron atrás, fueron progresando todas las instituciones, menos esas; quisieron ser muy conservadoras. El ejército sigue siendo ejemplar, pero lo que pasa es que le ya le dieron muchísima carga; fíjate todo lo que le han dado adicional: el ejército está para evitar la invasión de otros estados sobre el territorio, ese es su... su este... su verdadera misión, pero ya le dieron el plan DN3 que tiene que auxiliar a la población en caso de desastre, ¡y mira que si tiene que ayudar!, ¡hasta los gringos fueron apoyados!; tiene que perseguir el robo de ganado, tiene que perseguir el incendio forestal, tiene que perseguir la drogadicción, ¡no pues ya es un!... si ya nada más escoges uno y tienes para divertirte, ya no, y somos pocos... y ganamos poco. A cada rato se procesan los comandantes porque ya cayeron en el contrabando, ya cayeron en el pistolero, ya cayeron en...

molesta para R.

Ψ Señala con su mano derecha un bote de amaranto que está sobre un mueble.

Ψ Concretización, se le pide que especifique que significa para él "no estar en vida normal".

Ψ Se hace manejo de silencio para que R reflexione a cerca de sus hábitos.

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar a lo que R se refiere cuando habla del ejército y a la iglesia.

T: Si, ahora en las noticias se ve mucho eso ¿verdad?

R: Si... y ahorita hay una gran matazón en el tráfico de drogas. Y ya se está saliendo también del catálogo, usan granadas, usan armas de grueso calibre... ¡hasta bazuca han usado para matarse entre ellos mismos! ¡Que les interesa el ejército!... Bueno, regresando a los mares...

T: Si R...

R: Estoy altamente preocupado porque te voy a decir que me pasa, y en esto si necesito que me ayudes, no de inmediato, sino digiere bien lo que te voy a decir, porque me tiene muy preocupado porque pienso que me estoy deschabetando...

T: ¿Cómo es eso de que te estas deschabetando R?

R: Te voy a decir porque... Con tantas vicisitudes de la vida que he pasado, yo soy hijo único de una maestra que la abandono aquí en México mi papá, y me crié con ella, pero mi madre era maestra; pero afortunadamente se caso, o desafortunadamente posiblemente, se caso y se enojó con mi papá, y yo me fui a nacer en el rancho de una hermana que está en Chiapas, que se llama el rancho Baja California, hasta hoy se llama, ahora es colonia, y era una zona muy rica ahí, de pastos y leche, era una cuenca lechera y todo... pero ahora es... allá, cuando está allá sin nada dicen que es un chiribiscal.

T: Si... ¿entonces ahora es un chiribiscal?

R: Si... y ya ni pueblo tengo, porque a la señora ya le iban a quitar el rancho los agraristas, y dijo que se lo regalaba al ejército, y lo recibió el ejército; la hacienda se llamaba... se llama Santa Catarina, entonces la recibió, y el ejército hizo un centro caballar, porque todavía teníamos caballos, así ni a pueblo llego ya, de nacimiento. Entonces como ves la educación que he tenido ha sido muy dispersa, siempre traté de ser profesionista y luche, pero no, no pude contra la corriente, y la cosa económica es muy fuerte.

T: Supongo entonces que fue una situación difícil ¿no R? Me imagino que se dificulta tener una buena educación cuando uno anda de aquí para allá, y cuando a eso se suman las carencias económicas...

R: Si, fue difícil, la prepa casi tres veces la hice, y no me sirvió, porque no tuve tiempo de... de cómo era mi otro tiempo, de que le gusta a uno la vida sabrosa también... entonces nada más estudié tres veces el bachillerato combinado con el colegio militar, con la universidad de mi pueblo de Tuxtla Gutiérrez y donde quiera que iba yo estudiaba... pero no, no lo logre, se me acabo el gas en el intervalo de los grados, ¡y que es muy bonito ser mayor! ¡y que... ya teniente coronell!, ¡y que coronell!, y que... Yo insisto en que fuera del DF, la

Ψ Sonríe

Ψ Concretización, se le pide que aclare lo que quiere decir con deschabetado.

Ψ Se muestra actitud empática cuando R platica las carencias económicas que tuvo en su niñez.

Ψ R utiliza la metáfora "se me acabo el gas"

educación es muy deficiente, muy deficiente; aquí la gran cosa es que tienen todo de día y de noche, pero no la aprovechan los habitantes. Entonces, y fíjate ¡que cambios!... mi mamá tenía derechos con su posición de maestra, ya pintaba yo para militar, porque mi mamá como maestra, dos años en un pueblo, tres años en otro pueblo, seis meses en otro, toda la costa de Chiapas, por ejemplo, la conozco...

T: Y entonces ¿se cambiaban de casa?

R: De casa y de... ¡de casa y de trabajo! Porque los maestros son como los militares, los van cambiando, o los traen de norte a sur o de sur a norte, o de poniente a oriente...

T: Si...

R: Entonces imagínate, entonces ella trajo con un certificado de tercer año de primaria... porque un tío que era muy paternal, seguía a sus hermanas a donde estuvieran, las iba a ver para que no se desmandaran yo creo ¿verdad?, y este... y esa vez con esa visita decidió que mi mamá se fuera con él, y él estaba aquí en México, para variar era militar retirado de caballería, fue teniente; él jamás se imagino que iba yo a entrar al colegio militar, pero yo veía sus fotos, veía en la pared que tenía sus cosas... y se trajo a mi mamá, y la integró a su familia. Él tuvo dos hijos nada más, una que es doctora muy capaz, doctora, es neuróloga, y ya estuvo en Estados Unidos haciendo el curso de administración de hospitales, y su esposo es radiólogo, y este... es de los disidentes del 68, ¿y sabías que hay una lista donde no les dan trabajo en ningún lugar de la república?

T: No, no sabía.

R: Él está en una lista, entonces lo financió mi tío, se volvió radiólogo y se defiende bien, y tiene tres hijos profesionistas también. Entonces mi tío decidió que mi madre se quedara aquí y que yo me fuera a estudiar a Chiapas con otro hermano de él. Pero mi mamá no era de oro, entonces en ese tiempo estaba muy... no sé si has oído de las academias Vázquez...

T: No, no he escuchado de esas.

R: Tenían enfermería, peinado...

T: ¿Tenían varias carreras?

R: Varias... pues son carreras, digamos eran entre carreras y oficios ¿verdad?, porque enfermería es una carrera ahora ya, pero lo tenían ellos, y valían los estudios. Entonces en ese intervalo ella se hizo modista, enfermera y de belleza, ella quería regresarse conmigo con armas, ya lo de maestra ya no le servía, porque se dio cuenta que estaba en un nivel

para referirse a la falta de interés que mostró por los estudios.

Ψ Ríe

muy bajo, y que era muy difícil luchar como mujer sola con su hijo ¿no?, y yo también lo entendí. Pero yo hice... mañosamente cuando me inscribí, ya había en ese tiempo lo que se llama el plan de cinco años ¿no sé si tu lo sabes?

T: No R, no sé en que consistía.

R: El plan de cinco años consistía en que tú entrabas a la secundaria y no había ningún cambio para preparatoria, es decir que pasaba de tercero de secundaria a primero de bachillerato como si fuera cuarto año; y llevaba las materias y quinto año, y llevaba las materias; y como siempre hay deficiencia, la normal estaba empatada ya en cuarto año si tenía sus compañeras normalistas que tomaban las clases contigo, botánica, física, ya en quinto año llevaban sus materias de Pedagogía y demás cosas de la normal...Entonces yo llevé ese plan de bachillerato, entonces conoces muchas maestras, muchos compañeros, de esa época, entonces era eficiente se miraba que sí podíamos, pero ya no aguante solito...

T: ¿Qué fue lo que no te hizo aguantar R?

R: En el intervalo de primero de secundaria, nada más para que te des cuenta, en el intervalo de primero de secundaria a cuarto año, estuve en quince casas con quince parientes, no me soportaba yo, he de haber sido canaya, o me corrían o me cambiaban, o me sugerían que me fuera, quien sabe... Lo que si me acuerdo es que cuando estaba yo... cuando cumplí los dieciocho años, presente tengo, a una hermana de un tío donde estaba yo, se le hizo fácil hacerme su querido, ¡huy! ¡me dio en la torre!, me corrió mi tío, él era mi eslabón, es el que ya había estudiado para que si me hubiera podido mantener en la universidad...

T: ¿Él si te hubiera podido ayudar?

R: Si yo me hubiera portado bien... ese si hubiera podido, porque si tenía esperanzas en que yo fuera ingeniero mecánico o algo así. El tenía la posibilidad porque tenía gasolineras y muchos camiones.

T: Entonces se puede decir R, que en ese entonces anduviste como pajarito que anda de nido en nido, ¿no es así?

R: Si... no te imaginas lo... lo que interesante es... que aprendas, porque se sufre pero se aprende, entonces aprendí mucho a ver los valores, los valores de las cosas, de... como te diría yo... de las cosas del alma digamos...

T: Las cosas del alma son para ti aquellos sentimientos que surgen cuando vives este tipo de cosas, cuando te das cuenta y reflexionas acerca de los valores, supongo que te das cuenta por ejemplo de la honestidad, del amor, de la sinceridad...

ψ Uso de metáfora:
“como pajarito que anda de nido en nido” para ejemplificar que durante su niñez y adolescencia R vivió en diferentes lugares.

R: Así es.

T: Si, y ¿entonces eso te hizo ir aprendiendo R?

R: Nunca se acaba de aprender ¡eh!... Yo estaba buscándole el por qué, porque no solo puede ser este... medicamentosos los colapsos, pueden ser psicológicos también.

T: ¿Tú piensas que los colapsos puedan tener por ahí algunas causas psicológicas entonces?

R: Si...

T: ¿Hay alguna razón que te haga pensar que los colapsos pueden ser psicológicos?

R: Si, pero medio comprensible... es en lo que quiero que me ayudes...

T: Claro R...

R: Una vez vine de la casa tuya...

T: Gracias R.

R: Siempre me gusta pagar a tiempo, y combinar mis citas médicas que sean entre las fechas 6 y 9 pagar, aprovechar eso para no hacer un segundo viaje exclusivamente para ir a cobrar... presente tengo que tuve una grave dificultad con mi esposa, por una serie de cosas, que si las quieres saber con todo gusto.

T: Muy bien R, si tú me las quieres contar adelante.

R: Yo soy... soy muy irritable, casi reviento. Por lo regular cuando me voy al hospital, me voy de aquí a las cinco y media de la mañana, para estar a las seis en el hospital, y ser de las primeras consultas y regresar a comer aquí; desayuno en la casa tuya, si quieres mal o bien, pero desayuno ahí... después del desayuno hacemos cuentas, no cuentas sino... me cancelaron la cuenta mancomunada, porque dicen que se prestaba a que se abusaran las esposas o... porque querían la cuenta mancomunada, entonces por medio de cheques, le firmo lo que le firmo los cheques, y le dejo firmado digamos un block, y ella iba a cobrar, pero ella no quiere perder ni un peso, yo siempre he dicho que para que te atiendan... pues no lles unos... como antes, les regales unos zapatos; para que no te este jeringando ¿no? y te tengas... ¡no ella no es capaz ni de darles una flor! Entonces se enoja la señora, y a cada rato le dice... que no está bien mi firma, por ahí la agarra y ya... le busca, tú sabes, que cuando se quiere holgar... entonces si cuando ella me pide la firma, y ya me enojé, porque me está haciendo cuentas que no pudo cobrar y que tenemos que ir en ese momento al banco, ya me desarmó a mí todo mi actividad...

T: ¿Lo que ya tenías preparado?

R: Exactamente... entonces regreso, lo primero es... como es

Ψ Reflejo de sentimiento, se le reflejan a R los sentimientos que él tuvo al aprender de las situaciones difíciles que vivió en su niñez.

Ψ Se hace manejo de silencio para que R reflexione lo que vivió en su niñez.

Ψ Mueve la cabeza asintiendo.

dinero y aquí que te pueden robar, pues no hay una buena... entonces imagínate que me roban la pensión, de pagar aquí, pues me ponen a llorar. Puedo hacer una colecta entre mis hijos, pero sería feo ¿no?

T: Haber R, entonces con esto quieres decir, no se si ha sido una o en varias ocasiones que te has enojado con tu esposa, ¿después de esto es cuando vienen los colapsos?

R: Mira, tengo presente que traía yo ese... ese... cuando me... la primera vez que me desvanecí, fue con la señorita de aquí que recibe el dinero. Presente tengo entonces, que ahí pienso... que fue la razón del estrés en que estaba yo... troné.

T: Digamos que fue como si tuviéramos en las manos una esferita de cristal, que mientras más la presiones, es más fácil de que se rompa, de que explote; ¿de alguna manera eso te pasa a ti R o no?

R: Sí, ándale. Pero no siempre ha sido así, en los otros no.

T: ¿En las otras ocasiones no?

R: No, en las otras ocasiones no, digo aparentemente ¿no?, pero quizás si buscamos si tenía los problemas, porque el último síncope era... nos dan agua hervida para tomar, por lo regular vengo de desayunar como a las nueve, a esa hora oigo las noticias del radio y me quedo dormido una media hora, una hora o más, y en ese intervalo cambio esa agua... a esa botella que ves adentro, lavo el vaso y hago un aseo superficial si tu quieres, no tan higiénico... y después de eso, haciendo esa función me he caído desmayado ahí. No me acuerdo de otro... repelo, repelo los...

T: Entonces, aparentemente estas normal, haciendo tus actividades, y de repente...

R: ¡Zaz!... Y pienso que así me voy a quedar fíjate...

T: ¿Qué te hace pensar eso R?

R: Pues cada vez se desaniman más mi esposa y mis hijos... Al principio venían a tiempo, ahora ya vienen cuando se les hincha la gana...

T: ¿Quieres decir que tardan más en venir entonces?

R: Pues sí...

T: Y eso ¿como te hace sentir R?

R: Pues me da coraje, me entristece, porque me han hecho comentarios así... y ven que tengo empeño en... ¡ah! porque huelga decirte que cada... la doctora de aquí cada que este... cada que... he tenido los... los desvanecimientos, me induce a determinadas especialidades, y como ya son muy respetados los... si dicen que estoy en un asilo y está la doctora, piensan que

Ψ Se hace un reflejo de contenido, para aclarar que R da por hecho que una de la causa de los colapsos son las discusiones con su esposa.

Ψ Se usa una metáfora para ejemplificar lo que R siente cuando atraviesa por situaciones estresantes.

Ψ Ríe

Ψ Manejo de silencio, con el fin de que R reflexione sobre lo que sucede cuando se presentan los síncope.

Ψ Se hace un reflejo de contenido cuando R menciona que su familia ya no acude con rapidez cuando

tiene la categoría de médico, que es buena. Entonces esta vez me indujo a cardiología, todavía me queda neurología, estar encamado en neurología, porque es lo que tengo el parkinson ¿no?, que puede ser también... este tipo de pastillas, son re grandes las pastillas mira, hasta para tomarlas son latosas, me las tomaba a las cuatro, pero me sacaste de...

T: ¡Entonces ya hice que se te olvidara R!

R: No, no hiciste que se me olvidara, me sacaste de la rutina diaria... Pero no te preocupes, es que debe haber... cada cuatro horas que me la tome, para que haya continuidad del medicamento en la sangre. Entre comillas y tónicos, que si debo estar... pero mira no estoy anémico ...

T: Pues te ves bien...

R: Mira... debo de estar en condiciones de que me operen; huelga decir que tengo las siguientes operaciones: tres operaciones de safenatomía... la safena..., ya no tengo ni la safena interna ni la safena externa, es la vena principal que sale de aquí, hasta acá. Cuando operan, cortan con una varilla y sacan la vena... tres operaciones de eso. En ese intervalo... falló la próstata, porque cuando está mal una cosa, en una operación... perjudica otra función, entonces me operaron de la próstata, y después... hasta 1994, está la última operación de próstata, tres también... son seis. Estoy operado de la columna, de la tercera lumbar, exactamente lo que tuvo el presidente, pero entonces no había esa técnica que... el presidente se operó ahí en el hospital militar. Entonces no puede operarme le médico, me tiene que dar este medicamento... y mira lo que vale, por ahí esta el precio grosero.

T: Pues sí está caro.

R: Afortunadamente cada veinticuatro horas, esto me está sustituyendo ahorita la operación de la próstata, pero no me ayuda mucho, tengo problemas, y más si no lo tomo, porque a veces también se me cruza. Pues descubrieron según los cardiólogos, yo tengo también... y estoy operado de un ojo, tengo glaucoma... y descubrieron que las gotas de los ojos, ya un neurólogo precisamente me había dicho que las gotas que usaba yo... pero usaba yo otras gotas más... usaba yo dos tipos de gotas para el glaucoma... el medicamento tiene que detener la presión del ojo... si te baja o te sube, puede estallar el globo ocular... entonces esta vez que fui, que estuve internado en el hospital, me las cambiaron a estas, pero ahora como que me irrita, pero sin embargo me las estoy poniendo porque le tengo miedo ... soy un costal de enfermedades y de... y lo peor es que me manejo sólo... no

él presenta colapsos.

Ψ Se inclina hacia la mesita que tiene enfrente para tomar una caja de pastillas, la toma, la observa y después me las muestra.

Ψ Toma una de las pastillas de la caja, se levanta por un vaso de agua, se toma su pastilla y regresa a sentarse.

Ψ Estira su brazo derecho para mostrarlo.

Ψ Estira ambos brazos para mostrarlos.

Ψ Se agacha, alza su pantalón y muestra su pantorrilla derecha.

Ψ Señala su pierna y después su pantorrilla.

Ψ Se inclina para tomar una caja de medicina.

Ψ Me muestra la caja del medicamento.

Ψ Tomo la caja, la leo y se la regreso.

Ψ Se inclina para dejar la caja del medicamento en un mueble, toma otra cajita y se sienta.

Ψ Señala su ojo derecho

Ψ Muestra otra caja de medicamentos.

se vale aquí ¡eh!, aquí el control... por eso también la doctora no me pasa tan fácil... porque ellos están acostumbrados a que cualquiera que está bajo medicamento, se lo dan, tienen sus botecitos, y cada jefa de piso los maneja... pero yo que tengo tanto medicamento y que se... prefiero hacerlo yo... mal... pero hacerlo yo.

T: Si, yo creo que a veces es mejor ser los únicos responsables de nosotros mismos, para que después no tengamos ningún problema y tengamos que responsabilizar a alguien más de lo que nos pasa ¿no crees R? ¿O tú que piensas?

R: Si, así es... por eso prefiero tomarme yo mis pastillas y no tener que andar dependiendo de la jefa de piso, porque imagínate que se le llegara a olvidar darme una pastilla, así si se me olvida... pues es a mí.

V: Así es R, bueno, fijate que lo que me has comentado hoy, han sido varios aspectos muy interesantes, que me gustaría que tocáramos con más detenimiento en las otras sesiones ¿te parece R?

R: Si, claro, como tu digas.

T: Bueno, ya sabes, como te dije antes de comenzar, aquí lo importante es que tu vayas marcando el ritmo de estas sesiones, que compartas conmigo hasta donde tú quieras compartir. A mi se me hizo muy interesante lo que me comentaste hoy, y te digo, si tu así lo quieres, podemos ir tocando esos puntos más detenidamente. Por lo pronto me gustaría que me comentaras cómo te sentiste el día de hoy?

R: Muy bien, creo que me hace bien platicar todo esto, la verdad es que yo no soy de los que anda contando su intimidad con todo mundo, y la verdad hacerlo ahorita hace que me sienta un tanto aliviado...

T: Me da gusto R, bueno entonces hay algo más que me quieras comentar el día de hoy, sino continuamos la siguiente sesión ¿qué te parece?

R: Continuamos la siguiente sesión.

T: Bien entonces nos vemos aquí el jueves.

Ψ Señala su ojo derecho.

Ψ Deja la caja de gotas en su buró.

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es haberse sentido a gusto en ella y haber podido expresar sentimientos y anécdotas que con otras personas no expresa fácilmente.
- Lo que yo me llevo es haberme percatado de que R, una persona a la que le cuesta trabajo expresar sus sentimientos, cuando se le hacen preguntas a cerca de ellos responde cosas diferentes a lo que inicialmente se le pregunta. Además en esta sesión se pudo dar cuenta de que realmente su familia muestra preocupación e interés en él.

SESIÓN 2	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Muy bien R, ¿te parece si comenzamos el día de hoy?</p> <p>R: Si.</p> <p>T: ¿Hay algo en especial que me quieras comentar el día de hoy?</p> <p>R: Me gustaría que siguiéramos con lo que te estaba comentando la vez pasada.</p> <p>T: Ah! me parece muy bien... a ver, entonces me gustaría comentarte que en la sesión pasada del martes, hubo algo que me llamó la atención, me estabas comentando que hay varias cosas que te preocupan, una de ellas es que las monjas ya se van...</p> <p>R: Y cómo se va a quedar esto fíjate, va a ser un problema.</p> <p>T: ¿De esta situación R, qué es específicamente lo que te lleva a estar preocupado?</p> <p>R: Específicamente lo que me preocupa es encontrar... pero ayer tuve una idea, tuve un chispazo, ahí te voy, nada más deja platicarte primero...</p> <p>T: Como si de pronto se hubiera prendido una lamparita en un cuarto oscuro. ¿Qué pasó R?</p> <p>R: Fíjate, mi lo que me preocupa ahorita es, que de los síncope que me dan, me puedo quedar en un síncope si no viene mi familia a auxiliarme, aquí no hay pero ni una, ni suero, ni equipo para suero, que es lo primero que se usa, ni oxígeno... cero.</p> <p>T: ¿No tienen lo que se necesita?</p> <p>R: No, y a esa hora está saturado de enfermos allá y es de pura capacidad profesional la doctora que hay aquí. Llega un doctor los días domingos, que ahorita hace tres domingos que no lo veo, le han dicho que me venga a ver, y viene y platicamos de política y todo, menos de enfermedad.</p> <p>T: Si, me comentabas la sesión pasada que este doctor no te agrada ¿verdad? Que por eso no platicas de tu enfermedad con él...</p> <p>R: Si, de todas formas no le digo nada él sabe que yo voy al hospital militar, le enseño las radiografías, le enseño todo lo que quiera, no le digo información ni a él, ni a la doctora; a la doctora no le he querido dar información porque le quiero entregar un paquete completo de cardiología, porque me hacen falta dos exámenes de cardiología, una prueba de esfuerzo y un ecograma exterior o interior del corazón.</p> <p>T: Entonces se puede decir que desconfías un poco de estos</p>	<p>Ψ Concretización, se le pide a R que especifique que es lo que le preocupa del hecho que las monjas se vayan del hogar.</p> <p>Ψ R hace uso de la metáfora "tuve un chispazo" para referirse a una idea que se le ocurrió.</p> <p>Ψ Uso de metáfora, para ejemplificar una nueva idea que se le ocurrió a R.</p> <p>Ψ Reflejo de contenido,</p>

doctores R, ¿es cierto?

R: Fíjate que si, no confío y veo en ellos incapacidad, claro que comparados cada uno con su especialidad en el hospital, pues no los voy a poder comparar, porque ellos son de medicina general prácticamente. El doctor es un político nada más, que está por festejos políticos aquí, él es este... trabajo en un sindicato de no sé que gremio de médicos, pero es un excelente político, y ya nos ha invitado a conferencias y a cosas políticas médicas, no al aspecto médico, entonces yo lo modifico, sobre todo porque él dice que es neurólogo y yo tengo neurólogo. Me faltaría la rama de la geriatría que podía ir, pero mi problema para mí es más médico que geriátrico, ¿no te parece?

T: Si te refieres al parkinson, si, considero que le compete más a la medicina que a la geriatría, aunque precisamente la geriatría se encarga de estudiar el aspecto medico en las personas de la tercera edad ¿Tú como lo consideras?

R: Si, me parece que así es.

T: Oye R, regresando un poco a lo que me comentabas al principio, me decías que te preocupaba quedarte en uno de los síncope que te dan, y que se te había ocurrido un chispazo, ¿Me quieres compartir más de eso? ¿De qué se trata?

R: Mira ayer me llegó un chispazo como este que te voy a decir... cada que voy al hospital a tramitar mis medicamentos y a sacarme un examen... el hospital militar tiene tres grandes centros de atención, el mismo hospital que es un monstruo, con la cantidad de pacientes que maneja, entonces como no alcanzaba, a unas cuatro cuadras del hospital, hicieron unos este... cómo le llaman, tiene un nombre... consultorios médicos de especialidad, pero hay unos que tienen consulta en el hospital, y otros que vamos al consultorio médicos de la especialidad de la que estamos...

T: ¿De la especialidad que requieres?

R: Si, por ejemplo cardiología, cardiología estoy viendo que tiene consulta en el hospital y tiene consulta en especialidades médicas, cardiología, ortopedia y algunos que tienen... hay medicina general que no existe en el hospital militar, ¿por qué? porque ahí tienen todas las urgencias, hay un centro para urgencias, pero si lo vieras parece un mercado a cualquier hora que vas.

T: ¿De tanta gente que hay?

R: Si, porque hay tanto paciente, que muchas veces se mueren en las ambulancias, los que no tienen atención fíjate, no tienen el suficiente personal para manejar enfermos, porque

para confirmar la desconfianza que R tiene de los doctores.

Ψ Entra en la habitación una persona encargada del aseo del lugar, R se queda un momento en silencio hasta que ella sale continua hablando.

llegan muchos foráneos que les dan prioridad, porque vengan heridos, porque se hayan caído de un avión, hay muchísimos facetos... entonces ni estoy seguro aquí ni allá.

T: ¿No te sientes seguro R?

R: No, pero ayer que te pedí de favor, con motivo de todos esos... de los tratamientos que manejo y de que soy muy violento... me pareció problema en una de las... se me olvida mucho como se llaman las caídas... la doctora esta en un recetario me pone desvanecimientos...

T: ¿Te refieres a los colapsos?

R: ¡Colapsos! En un colapso, viviendo en la casa tuya, estando pagando a la secretaria me dio un colapso ¿y sabes por qué?

T: ¿A que se debió R?

R: Por lo siguiente... siempre que me voy de aquí a consulta, yo me voy de aquí a las seis de la mañana, ¿por qué? por la cantidad de pacientes, quiero regresar a comer aquí porque me voy sin desayunar...

T: Si.

R: Entonces al no estar desayunado, la comida es a la una, está muy corto el viaje, casi el viaje de la casa tuya a acá me lleva una hora, de llegar al hospital, ¡más de los servicios médicos!... entonces últimamente me he encontrado con muchos problemas a mi señora, porque no puede cobrar, desde luego no puede cobrar desde que se fue... un cambio de personal, en el banco hicieron un ajuste, ¿por qué? porque yo tenía una cuenta mancomunada, mi hijo el mayor, al principio ¡eh!, entonces podía firmar él tanto como yo, sacar todo, pero se dieron cuenta de que manejaban a los derechohabientes los hijos y las señoras, entonces cancelaron ese sistema; entonces yo hago que cobre mi esposa con el siguiente formato: saca los cheques... y yo una chequera, digamos la firmo... ahí es donde empiezan los problemas, porque con el parkinson al escribir altero la firma, por más que quiera yo...

T: Pues si, son movimientos que no se pueden controlar.

R: Ándale... pero el chiste está... deja te enseño, entonces lo primero que hago para este... al llegar a la casa es desayunar, ya desde ahí me estoy enojando porque estoy viendo la casa...

T: ¿A qué se debe ese enojo R?

R: Ahorita te digo... yo pienso que ahí está el por qué del asunto, en estas tres tarjetas... no puedo estirar el brazo.

T: Si.

R: Es el lazo que le hago a la firma, si le hago un lazo así ya no fue la firma.

Ψ Mete su mano derecha a la bolsa de ese mismo lado de su pantalón y saca su cartera, busca dentro de ella

Ψ Sacar algunos papeles de su cartera y los pone del lado izquierdo del sillón y continúa buscando

T: Si, si se ve un poco diferente tu firma en estas tres tarjetas.
R: Si, ese es el problema.
T: ¿Entonces eso ha hecho que tu esposa tenga problemas para cobrar?
R: Así es.
T: ¿Y eso cómo te hace sentir R?
R: Ahorita te digo. En lo que estoy desayunando ya me estoy cayendo del coraje.
T: ¿Quieres decir que en ese momento es cuando te empiezas a enojar?
R: Ya me estoy enojando, porque me está diciendo que fulano tal cosa, que mengano tal cosa.
T: ¿Quién te dice eso tu esposa o tu hijo?
R: ¿Mi hijo mayor?
T: Si, ¿qué te dicen?
R: Pues se quejan de mí, de que yo no llego, de que no asisto a sus fiestas, pero si me ves aquí... yo antes podía viajar en microbús, pero ahora ya no, sólo en taxi puedo, puedo viajar... descubrí que si pido el coche allá en la casa me sale en cincuenta pesos, porque si lo pido por acá, me sale como en setenta u ochenta pesos... y lo mismo de aquí ya se acostumbraron y ya no les digo, nada más les saco el billete de cincuenta pesos y les pago y no ha habido problema, pero si cobraran más... pagaba ¿no?. Pero no es eso fíjate.
T: Regresando un poco con lo que me estabas comentando, ¿Qué es lo que sucede R, qué es lo que te lleva a enojarte cuando vas con tu esposa? A ver, me estabas diciendo que desayunan y comienzan los problemas, los pleitos ¿es correcto?...
R: Así es...
T: ¿Entre tu esposa y tú?
R: Si entre mi esposa y yo...
T: ¿Qué es lo que pasa R?
R: Ella agrede...
T: ¿Cómo es que ella agrede, qué pasa cuando ella agrede?
R: Se pone a agredir en varias formas... yo en realidad no necesito ni de ella ni de ellos... ¡hola chiquilina!
R: ¿Ya viste? Esa es la muchacha que se encarga del piso, ¡está muy chamaca!
T: Si, está chica todavía.
R: Entonces... por angas o por mangas ya después desayuno, ya estoy caliente, ya encanallado.
T: Si, pero ¿qué es lo que te lleva a enojarte?, me decías que ella te agrede, ¿de qué manera R?
R: Por eso es que te quería yo... ahora tenía yo planeado

hasta que finalmente muestra tres tarjetas que saca de su cartera y estira un poco su brazo.
 Ψ Me acerco a donde esta sentado R y tomo las tarjetas.
 Ψ R me da las tarjetas.
 Ψ Simula como si estuviera haciendo una firma.
 Ψ Me siento en mi lugar.
 Ψ Guarda sus tarjetas y los pone en la cartera
 Ψ Se hace reflejo de contenido para confirmar que R se enoja por lo regular cuando desayuna con su esposa.

Ψ Se hace una concretización para que R especifique lo que sucede cuando si esposa agrede.
 Ψ Se queda un momento en silencio ya que una persona de intendencia entra al lugar a tomar unas jarras de agua. R saluda a la

platicar contigo de mi niñez... porque mi niñez te podía explicar muchas cosas que hago, de cuando era yo niño... que me acostumbre.

T: ¿Tú consideras entonces que tu niñez explica mucho de lo que ahora haces?

R: Así es...

T: ¿Crees entonces que es importante que recurramos a tu niñez para que me puedas explicar lo que pasa ahora?

R: Si, así lo veo.

T: Muy bien, entonces ¿qué es eso que consideras de tu niñez que ahora te lleva a actuar de tal manera, qué es lo que tenías planeado decirme R?

R: Yo tuve una niñez muy rara...

T: ¿Cómo es eso de que muy rara R, a que le llamas niñez rara? Haber explícame...

R: Es decir, de primer nivel... y de último nivel.

T: Cuando mueves tu mano hacia arriba y hacia abajo y ahora que me dices que tuviste una infancia de primer y último nivel... pareciera que con ello quieres decir que algunas veces estuviste arriba y otras abajo, como en una rueda de la fortuna...

R: Ándale...

T: ¿Cómo fue eso?

R: Fíjate, me crié... es decir mi madre me dejaba cuando se iba a trabajar de profesora, me dejaba con sus hermanos, que eran de un nivel diferente de la familia de mi papá, muy bajo, posiblemente con más dinero, pero de una calidad moral y... del ocho.

T: Digamos que ese era... porque me dices que era de primer nivel y de último nivel ¿ese era el último nivel R?

R: Aja, en el último nivel estaban ellos... están todavía hasta a veces... entonces yo estaba con dos hermanas, una tía altamente instruida, puesto que era doctora... y una hermana que era, posiblemente de nivel primaria o secundaria por ahí, era... de un corazón muy puro... y con ella dormía yo.

T: Si.

R: Me acuerdo que tenía un cuadro... y cuando tenía yo calentura y despertaba, porque era yo muy enfermizo de la garganta y de la tos... antes le llamaban a la tos ferina le llamaban cruz, y como me daba cruz, ella era la que me tapaba como si fuera mi mamá. Y cuando faltaba ella, por equis circunstancia que salía al mercado o algo y no había que desayunar, mi tía la doctora era una barbaridad para cocinar, había latas, hacia un desastre, y entre ello lo único que sabía hacer era cortar con las manos tortillas y guisarse

muchacha

Ψ Se utiliza una concretización, con el fin de que R especifique lo que quiere decir con "niñez rara".

Ψ Mueve su mano izquierda hacia arriba y después la baja.

Ψ Reflejo no verbal, se le refleja a R el ademán que hace cuando dice que tuvo una niñez de primer y último nivel.

Ψ Muevo mi mano derecha de arriba hacia abajo haciendo el mismo ademán que él.

Ψ Uso de metáfora con el fin de ejemplificar el hecho de que tuvo una infancia con altibajos.

Ψ Muevo mi mano derecha hacia arriba y después la bajo.

un huevo, entonces yo le decía que eso se llamaba huevo con tortillita... entonces me decía: ¿qué quieres una lata de ostiones o huevo con tortillita? me preguntaba mi tía, ¡huevo con tortillita!

T: Si.

R: Entonces cuando yo me case y éramos felices mi esposa y yo, yo le enseñé a hacer huevo con tortillita... entonces cuando me quería hacer encanallar, pues lo hacía mal, lo hace mal... ya desde que veo el huevo con tortilla, ya está todo batido y pa' que te cuento...

T: Si, pero a ver, ¿me estas dando a entender que ella lo hace a propósito?

R: Si.

T: Pero ¿qué es lo que te hace pensar eso, cómo te das cuenta que es a propósito?

R: Porque no lo hace cómo yo le enseñé.

T: ¿Alguna vez lo hizo como tú le enseñaste?

R: Trataba de hacerlo así.

T: ¿Trataba? Cuando dices trataba ¿estas queriendo decir que no le quedaba igual, o me equivoco?

R: No, pues no le quedaba exactamente igual, pero hacía lo posible.

T: Bien, entonces dices que ahora lo hace mal y lo hace a propósito... por lo que me dices, creo que han pasado varios años de aquella vez que le enseñaste ¿no R?

R: Si, ya muchos.

T: Pudo haber ido perdiendo la práctica con el paso del tiempo ¿no lo crees así?

R: Pues no lo sé... Más bien pienso que lo hace propósito...

T: Pero dices que nunca le quedó como a ti ¿no es así?

R: No, pues no, nunca le quedó como a mí.

T: Nunca lo hizo como tú...

R: Puede ser...

T: ¿Qué es lo que puede ser?

R: Que no lo haga a propósito...

T: Entonces ya cambia la cosa ¿no?

R: Si

T: Entonces cabe la posibilidad de que no lo esté haciendo a propósito y entonces te estés enojando en vano ¿no es así?

R: No lo sé.

T: ¿No sabes?

R: No.

T: Entonces yo considero R, que no habría forma de afirmar una cosa u otra, corrígeme si me equivoco.

R: Pues es que, yo pienso que si lo hace a propósito, pensándolo bien si porque... ahora muchas veces... ahora

Ψ Se hace reflejo de contenido para confirmar que R cree que su esposa lo hace enojar a propósito.

Ψ Se hace manejo de silencio para que R reflexione sobre la situación con su esposa.

Ψ Se ríe

Ψ Manejo de silencio, con el fin de que R reflexione sobre la situación con su esposa.

Ψ Conflicto mayéutico, con el fin de que R reflexione a cerca de la creencia que él tiene de que su esposa lo hace enojar con intención.

Ψ Se ríe

por qué me separé de ella...

T: Si ¿es lo que tu piensas?

R: Aja.

T: Bien, entonces regresando a lo de tu infancia me decías...

R: Si, te estoy haciendo etapas, nada más para... te lo voy a platicar todo de pies a cabeza, pero te lo estoy dando por rompecabezas porque me va a servir ahorita...

T: Muy bien R.

R: Si hasta me altero nada más de platicarte, imagínate...

T: ¿Qué es lo que sientes en este momento al platicar esto R?

R: Es lo que me quiero que me ayudes a salir de este embrollo.

T: Claro R.

R: ¿Qué suena, el aparato?

T: No, es allá afuera, se oye como una alarma pero no sé de qué sea... Si R, entonces me decías ¿cómo te hace sentir esto?, el recordar, el volver a platicar... Porque dices que te altera, ¿pero de qué manera?

R: Me altera, me enchincha, me encanalla... yo me separé de ella... en 1987, desde 1987 me separé de ella, regresando de Nuevo Laredo con un millón de pesos, para que hiciera... yo tenía la ilusión de componer una especie de biblioteca y sala de estar en la casa tuya, pero cuando yo llegue... como militar siempre tiene unas dos o tres pistolas... y esa vez, no llevaba pistolas, huelga decir que ya llevaba yo como un año de no llegar a la casa... en ese momento que yo llegaba... de hablarle por teléfono... y ella se empezaba a arreglar y se iba, por el telefonazo que le habían dado y me encanallé... ya... a bueno, pero no sabes tú por qué salía y por qué tenía esa libertad.

T: Si R.

R: Yo he sido... he estado en la escuelas profesionales militares, conozco todo el funcionamiento pedagógico a nivel licenciatura... cuando un adulto está estudiando se infantiliza fíjate, ¿no sé si tu te hayas dado cuenta?

T: ¿A que te refieres con eso de que se infantiliza?

R: Se siente otra vez joven como si no tuviera ningún... ningún este... ninguna obligación con su familia de ellos... entonces yo tuve tres hijos hombres y dos mujeres, afortunadamente no todos salieron enfermos, pero la niña no pasó de la edad de tres años y medio, desde que nació hasta los quince años, y a los quince años con la pubertad y la enfermedad murió.

T: ¿Qué enfermedad padecía ella R?

R: Parálisis cerebral... no se donde esté el mal, si en la familia de ella o en la familia mía, porque mi madre murió de un tumor cerebral también, y mi padre yo me acuerdo que esta

Ψ Se lleva su mano derecha al ojo derecho y lo tapa por un momento.

Ψ Manejo de silencio, para que R reflexione sobre los conflictos que tiene con su esposa.

Ψ En ese momento comienza a sonar una alarma.

Ψ Voltea a ver la cámara que graba la sesión.

Ψ Concretización, para aclarar lo que R quiere decir cuando menciona que un adulto se infantiliza cuando vuelve a estudiar.

medio "tocado"; pero por el lado de ella también había por ahí epilepsia y enfermedades cerebrales, entonces ella no está tan bien también... entonces como se murió mi niña, yo le dije: ¿y por qué si ya eres médico, por qué no estudias una especialidad? Y con eso nos levantábamos económicamente.

T: ¿Tú le hiciste esa propuesta?

R: Aja, y eso la infantilizó y la volvió a hacer muy... yo le llamo groseramente importamadrista.

T: ¿Qué era exactamente lo que hacía para decir que era importamadrista?

R: Pues se fue, andaba con un galán... una vez me dijeron que dentro de la carrera... se recibió de dermatóloga ¡eh!... dentro de la especialidad se iba a casar una compañera de ella en un pueblo de Michoacán ahí por Cotija por ahí, entonces yo les di el carro, les di gasolina, les di el dinero que necesitaba, para que fueran... eran vacaciones como ahorita que va a haber... y se fueron al pueblo ese, y cuando regresaron me dijo mi hijo, en una plática estaba platicando: ¡y te fijaste cuando pasamos a recoger al doctor fulano... al metro!, y cuando volteé a ver, se puso pálido mi hijo mayor que era el que iba manejando... dije: ¡Uy que caray, no sólo doy el dinero, sino también el marido! Entonces por eso me separé

T: ¿Quieres decir que tu esposa salía con otra persona R?

R: Así es, por eso me separé de ella.

T: ¿Y cómo te hacía sentir eso R?

R: ¡Muerto de coraje! Cada que la veía me daban nauseas, de coraje...

T: ¿Y ahora cómo te hace sentir el recordar eso?

R: Pues ya no quisiera recordar nada de eso, porque prefiero acabar para que me ayudes... porque ahorita ya me di cuenta que me puedes ayudar si le consultas tú mi problema a tu maestro o a otro, no porque no tengas capacidad, sino porque me urge la ayuda...

T: Si R, con gusto, ¿de qué se trata?

R: Me están este... me estoy retirando mucho en lo de... el sueño irreal que tengo por las noches, estoy durmiendo muy poco, aunque duermo de día y puedo dormir ahorita, pero hay que ir de acorde con lo que va a haber... porque casi ahorita estoy obligado con la enfermedad a no cambiar, a aguantar lo que venga, de cómo va a cambiar esto, a menos que quieran más dinero de la pensión si me voy.

T: ¿Y qué pasa con ese sueño R, te inquieta eso? Porque note que cuando me decías que tenías un sueño irreal, comenzaste a girar tu dedo pulgar de tu mano derecha

Ψ Concretización, se le pide que especifique que significa para él importamadrista.

Ψ Reflejo de contenido, con la intención de confirmar que R tuvo la creencia de que su esposa salía con otra persona.

Ψ Reflejo no verbal, hace este reflejo a R

como si tu dedo estuviera mareado por esa situación y quisiera que se resolviera ya...

R: Ajá, no, es el parkinson...

T: Entonces que pasa...

R: No, estoy inquieto porque estoy recordando muchas cosas incómodas... y bastante escabrosas, por eso estoy tomando medida ahorita para seguir... fíjate que el hombre es en el aspecto sexual es... es eh... en la carrera militar, lo que más te ofrecen es mujeres y vino, pero ahora ya está un tercer grado, hombre, mujer, vino... y droga; al vino y a las mujeres le entro, pero a la droga no, le entraba pues, porque si no le entraba no podía yo trabajar...

T: Supongo que ha de ser una situación medio difícil ¿no R?

R: Es difícil si no... si no aceptas invitaciones ni copas... es como se arreglaban los asuntos en México y así siguen todavía. Ahora si entiendes porque después del desayuno también ya estaba yo incomodo, estoy incomodo cuando... porque cuando llego... y necesitamos a hacer cuentas, porque ella no me quiere dar lo que yo necesito de dinero para moverme todo un mes, hasta llegar al otro mes.

T: Haber si estoy entendiendo R, tú necesitas una mensualidad...

R: Dos... una que tiene que pagar aquí, y una que me tiene que dar...

T: ¿Para que te andes moviendo?

R: Para que yo me maneje.

T: Si.

R: Yo no le pido... al mes le pido mil cuatrocientos pesos, pero la mensualidad vale cuatro mil cincuenta, entonces cuanto ya es, seis mil pesos ya, ya es bastante dinero... pero ella tiene la ventaja de que vive con el... el filósofo que ya trabaja y gana bien... entonces por ejemplo, a mi me reclaman todavía de sus quince años mi hija, y dice que nada más quiero a mi hijo chico, porque le regale un carro último modelo a mi hijo chico, pero él en dos años, con lo que ganaba en dos años, juntó lo que yo podía sacar del banco del ejercito que me daban, y lo que él juntó, lo compró de chaz chaz, entonces ella dice, dice mi hija: ¡entonces tú estas en deuda conmigo!, porque yo no le hice nada en sus quince años, no se donde andaba, andaba yo fuera... y le digo como no, nada más que lo autorice tu mamá, porque ahora no quiere ella sacar del banco porque ya no le alcanza el dinero, ya no quiere gastar.

T: ¿Y cómo te hace sentir eso R?

R: Pues me molesta, porque por ahí hay otra historia que te tengo que contar...

cuando gira su dedo pulgar.

Ψ Se ríe

Ψ R cambia de tema debido a que uno de sus compañeros entra al lugar donde nos encontrábamos.
Ψ Su compañero sale de la habitación, entonces R retoma el tema.

T: Si R.

R: Creo que yo tengo la culpa de que se haya casado con ese tipo con el que está.

T: ¿Qué te hace pensar eso?

R: Lo siguiente: llevaban tres años de novios, y se fue a Guadalajara el muchacho, es hijo de un general con ¡mucho dinero!, yo creo que quiere estar, aquí teniendo el zopilote, para en cuanto muera su papá paj, paj, paj, paj se va a ser ¡riquísimo!, es ingeniero militar, pero ya te imaginas la cantidad de obras... y está atentos a ellos más que yo, y les da... él le da más a los esposos que yo... entonces pues mi hija está encanijada; pero se caso por mi culpa mira, porque llevaban tres años de novios, y se fue a Guadalajara, y llegaba yo y me decía: ¡Oye papá llévame al...! Afortunadamente había una paquetería ahí por Tecamachalco, y siempre estaba él pidiendo que refacciones, que... él es ingeniero en electrónica, le estaba pidiendo, pero él no trabaja, la que mantiene ahí la casa es ella... a pues la carrera tuya, psicóloga...

T: ¿Es psicóloga?

R: Es psicóloga, pero se mueve como una culebra...

T: ¿A qué te refieres R?

R: ¡Porque para mantener a la casa! y ella... entonces yo le dije: ¿y así vas a estar viviendo de novia, de su gata? le dije, entonces quien sabe qué le diría que aquél se vino a casar, se regresó a casarse, así que prácticamente yo provoqué el casamiento, así es que me tuve que aguantar como no tienes idea...

T: ¿Tú estabas en desacuerdo en que ellos se casaran?

R: Pues te voy a decir una cosa, me daba igual, no lo pensé, me agarro fuera de base, no pensé que se quisiera casar, yo pensé que tenía un amorcito por allá, más que se quisiera casar, y se vio a casar con todas las de la ley ¡eh!

T: No se si te has dado cuenta R, pero hemos ido haciendo como un rompecabezas, todo lo que me has dicho es importante, pero está digamos, fragmentado.

R: Si, está muy inconexo todo, desordenado, te lo estoy diciendo así y no me vas a poder ayudar. Entonces ¿regresamos otra vez a lo del colapso? Y si podemos regresar a ver si puedo dominar...

T: Si, porque también me decías que querías que te ayudara preguntando a mi profesor...

R: Si, por eso te estoy platicando... pienso que te dejo algunas cuerdas flojas...

T: Si, como cabos sueltos...

R: Como cabos sueltos, pero...

Ψ R comenta que él es el culpable de que su hija se haya casado con la persona que lo hizo, llegando así a un Insight.

Ψ R utiliza una metáfora: "quiere estar aquí teniendo el zopilote" para referirse a que el esposo de su hija espera que su papá muera y quedarse con la herencia.

Ψ Señala su hombro derecho y mueve las manos en forma de cómo cuando vuela un ave.

Ψ R utiliza la metáfora: "se mueve como una culebra" para hacer referencia a que su hija es muy hábil.

Ψ Se le hace una retroalimentación a R, ya que hasta ese momento la información que él a es inconexa.

T: Pero ya los iremos entrelazando poco a poco.

R: Bueno, el colapso que me dio, para empezar fue de un altercado con mi esposa, y de un este... de si regresarme a cobrar... si voy de aquí y voy a consulta que no tengo algún horario de salida fija, porque te atienden como quieren, ya no regreso a comer ni con chochos, esa vez tuve que regresar a arreglar el asunto del pago, entonces me fije en muchas cosas que pedí la ayuda del hijo grande que parece que entendió...

T: Si R.

R: Regresé a desayunar... y este... y a hacer cuentas, se me fue todo el día, ese día me quede sin comer aquí...

T: Habías desayunado en la casa de tu esposa...

R: Si, pero mal, ya encanallado, y cuando vine fue que tuve el colapso aquí... así que ni comí, sino que fui a la agencia del hospital, entonces... tú sabes bien que el cerebro es muy canálla, el cerebro le roba todo al organismo y para todo el sistema, por salvarse, pero para el corazón, y para la respiración... entonces entre más me den colapsos, más corta tengo la vida; ahora que no me interesa... sinceramente estoy este... pensando seguir igual, porque no voy a poder arreglar nada, según yo ¿verdad?, así como la veo.

T: ¿Y para ti como es seguir igual R?

R: Pues fíjate que no igual, ¡peor!...

T: ¿Cómo peor?

R: Fíjate, ahorita estoy tomando cada cuatro horas el medicamento fuera del control neurológico, pero consultando con el neurólogo del... no mi médico tratante de neurología, sino con un segundo de él, y el me dijo eso... yo te voy a sugerir esto, pero cuando venga su médico le dice usted... y no he querido ir a ver a mi médico, porque tengo varias ideas también, soy ambicioso...ya vi que hay un aparato moderno que se llama... lo acaban de sacar en la televisión... pero para no hacértela muy larga, si te metes a ese aparato, te oxigena el cerebro... entonces quiero convencer al médico de meterme a ese a ver si me compongo un poquito... se llama cama hipervárica... Pero hoy me decepcionó mucho...

T: ¿Qué te decepcionó?

R: Que ya vi... prácticamente vi uno, pero no pude ver el final, porque hoy me tocaba ir a un círculo bíblico que voy una vez a la semana...

T: ¿Aquí?

R: Aquí, y me gusta... huelga decirte que no era yo muy religioso, ahora me estoy volviendo más religioso a ver si es

Ψ Concretización, con el fin de que R especifique como es seguir igual en su vida.

Ψ Se ríe y voltea a ver

cierto... perdóname Jesús... pero hay que decir la verdad... y me escapo un poquito en la religión.

T: Te escapas... ¿y de qué te escapas?

R: Me escapó de los problemas con los que me levanto... y ya cuando despierto ya me pasó... ya tuve pesadillas extraordinarias. Por cierto vas a decir que... perdóname que te eche a perder la tarde pero...

T: No, como crees R... no me has echado a perder la tarde.

R: Pero pienso qué duda te queda, qué pregunta te surge después de esto... y te aclaro, por eso cualquier punto que... un cabo falso o hace falta un cabo te lo estoy diciendo... huelga decir que no soy una perita en dulce, es otra cosa que te voy a decir.

T: Haber, ¿Cómo está eso de que no eres una perita en dulce?

R: Cuando yo tenía dieciocho años, tenía mis novias y mis... mis este... queridas, así le llaman por allá, a una mujer que te permite el sexo, nada más que yo era muy mandado, un tío tenía una gasolinería, vendía diesel, PEMEX, vendía gasoavión para las camionetas o aviones, petróleo, gasolina, tenía cuatro o cinco camiones de carga, él manejaba uno siempre, y me estimaba bastante... entonces una vez se fueron al mar a pasear todos, yo tenía clases y me dejaron las llaves de todo, ¡hijo! Yo era un chamaco...

T: ¿De la casa?

R: Exacto, de la casa, del negocio y de todo, haz de cuenta que se me deslumbró todo el...

T: ¿Y no dijiste: ¡ya la hice!?

R: Si, ¡no!, no ya la hice, sino ¿cómo le voy a hacer?, tenía una este... un casa que estaba dentro del... esta era una esquina, la calle estaba... aquí estaba su casa de mi tío, y esto daba a una calle y esto daba a otra calle, y esta era la gasolinera, aquí está la calle... se fue, pero se quedó una cuñada de él, hermana de su mujer... yo oía que me cantaba: *suertudo refugio de amor...*, y me invitaba a desayunar, y que se abre una gran cancha sexual... pero ya tenía tres hijas la señora, dos hombres y una mujer, uno es contador público, el otro es doctor, en vías respiratorias por cierto, y una niña que ya es médico, ya es profesora aquí por Veracruz, se casó allá... Fíjate ese detalle de que no me interesaban los hijos, la señora no sabía donde estaban, si iban a la escuela, no me interesaba, me interesaba desayunar, porque me hacía buen desayuno... y eso me ayudó a ser anfibio en el aspecto sexual, ya no buscaba yo... ¡claro!, que no iba a buscar yo una señorita ¿verdad?, sino buscaba una señora que fuera bonita también... entonces con ese criterio... y eso lo sabía perfectamente

hacia un cuadro del Sagrado Corazón de Jesús que está colgado en una de las paredes de la sala.

Ψ Se ríe

Ψ R hace uso de la metáfora "no soy una perita en dulce" para hacer referencia a que su comportamiento no siempre es bueno.

Ψ Se ríe

Ψ Se ríe

Ψ Hace un ademán como si dibujara un croquis al aire

toda la familia, la mía y la de ella... hasta que me corrieron fijate... ese fue una de las circunstancias por las que me vine al D.F. al colegio militar... y ya nunca busque con quien, siempre querida... por mucho tiempo. Mi mamá en ese entonces ya estaba ejerciendo aquí, todos sus conocimientos que ya había adquirido, de que ya quería ser maestra, belleza, enfermería, modista, pero no, no la levantaba, es que se fue a un pueblo de muy bajo nivel, entonces tenía que llevarle abarrotes, ropa, ayudarle así... pero era resistente a que: ¡a mi no me platicues tus cosas!, no le interesaba yo...

T: ¿No te escuchaba?

R: No me escuchaba, ni me sentía yo muy cómodo platicarle cosas así ¿verdad?

T: ¿Cosas de tipo sexual?

R: Si, no ese fue un fracaso tremendo... pero nadie se ha muerto de eso... fijate que ando muy mal de la próstata...

T: Me imagino que eso no te ha de tener muy bien anímicamente R ¿o me equivoco?

R: No, me tiene así, porque no me está sirviendo el medicamento, a pesar de tan caro que es... no me está funcionando, pero no me está funcionando en el aspecto psicológico también, porque también ayuda mucho la psicología y la psiquiatría en el organismo...

T: Cuando haces ese ademán de cerrar tu puño, me imagino como si quisieras decir que la situación te tiene así, ahorcado.

R: Aja.

T: Oye R y ¿cómo te hace sentir el recordar todas esas cosas de tu infancia, de tu juventud, de lo que pasas con tu esposa, qué sientes R, qué sentimientos surgen?

R: Fíjate que al haberte contado todo me siento triste, molesto, cansado...

T: Dicen que recordar es volver a vivir ¿no R, se aplica en tu caso?

R: Si...

T: Entonces en este momento te sientes triste, cansado, molesto...

R: Y apenado contigo...

T: ¿Cómo apenado, porqué conmigo?

R: Pues si porque... siento que son más cosas de hombre que de mujer...

T: ¿Tú crees que lo que me contaste son más cosas de hombre que de mujer?

R: Pues si...

T: Pero algo te animó finalmente a que me las contaras ¿no

Ψ Observa su reloj

Ψ Cierra el puño de su mano derecha

Ψ Se hace manejo de silencio para que R reflexione sobre su problema de salud.

Ψ Se hace un reflejo no verbal sobre el ademán que R hace.

crees?... además como te dije, yo estoy aquí para escucharte y para ayudarte en lo que tu desees... no para juzgarte, ni para decirte lo que tienes o no que hacer... en este caso como tu dijiste, siéntete como anfibio

R: Te agradezco ¿verdad?, pero... ¿Y por qué no grabaste ahora?

T: Si grabe, aquí está la cámara mira

R: ¡Ah! ¿Estás grabando ahorita?

T: Si...

R: ¡Huy!

T: Pero no te preocupes, acuérdate que dijimos que todo lo que platicáramos iba a ser confidencial...

R: No, no, no me preocupo...

T: Oye R, ¿qué haces cuando sientes estas emociones?, el sentirte triste, cansado, enojado, ¿qué haces cuando te sientes así?

R: Descubrí... una de las madres me regaló una bolsa de gerber, que tengo en el... con el, con el me habilita mucho... porque tengo un frasco de, si tu ves ahí un frasco ahí de... hay unas bolsitas de gerber vacío por fuera del...

T: Si.

R: Igual, y con una cuchara de gerber dulce y cucharadas de... amaranto.

T: ¿Digamos que es como si te endulzara la vida?

R: Eso me... me estabiliza... plátanos también, dulces... ¿ya ves que el cerebro quema mucha azúcar?...

T: Pues que bien R, es de admirarse la verdad, que tengas por ahí una alternativa para no estar así, porque ya ves cuánta gente hay que se deja caer por esas emociones no ¿crees?, incluso yo en ocasiones llegué a dejarme llevar por ciertas emociones, de esas veces que te pones triste y decides no hablar con nadie y alejarte prácticamente de todo, poner barreras, o me enojaba y me desquitaba con el que pasara por enfrente de mi, cosas de ese tipo, que al final te perjudican, en lugar de buscar las mejores alternativas pensando racionalmente, te dejas llevar por el instinto...

R: Pues si...

T: Muy bien R, se nos está acabando el tiempo, hasta este momento ¿hay otra cosa que me quieras comentar?

R: Parece que no...

T: ¿Te puedo hacer un comentario?

R: Adelante.

T: Siento que sigue habiendo muchos cabos sueltos todavía, hoy por ejemplo me platicaste diversas situaciones que me gustaría ir puntualizando más detalladamente si tú así lo quieres no se qué te parezca a ti ¿cómo ves?

Ψ Uso de metáfora:
“siéntete como un anfibio”, para ejemplificarle el hecho de que se sienta en confianza.

Ψ Señalo hacia donde está la cámara.

Ψ Uso de metáfora:
“como si te endulzara la vida”.

Ψ Se le hace una retroalimentación a R sobre la información que hasta el momento ha comentado en las sesiones.

R: Si, todavía hay muchos cabos sueltos.
T: Bueno, ya estaremos hablando de ello, entonces ¿hay algo más que en este momento me quieras decir?
R: No, por el momento no.
T: ¿Qué te pareció la sesión de hoy?
R: Bien... me dejas pensando...
T: ¿En qué piensas?
R: En que es probable que esté pensando mal de mi esposa...
T: ¿Cómo?
R: Tal vez la esté juzgando mal, acerca de lo que te decía, del huevo con tortillita.
T: ¡Ah! ¿Crees que la estás juzgando mal?
R: No estoy muy seguro... lo que pasa es que no lo he comprobado por completo...
T: Bueno, pero lo estás comenzando a considerar de esa forma...
R: Si... ¿ya es tarde verdad?
T: Si, ya se nos agotó el tiempo? ¿Algo más R que me quieras decir?
R: No, es todo por hoy.
T: ¿Seguro? Si no, pues continuamos la siguiente sesión ¿te parece?
R: Me parece...
T: Muy bien, entonces nos vemos el próximo martes.

ψ Se ríe

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es haber podido expresar aspectos de su vida que con otras personas no lo hace por pena, así como haberse dado cuenta de que en ocasiones ha pensado erróneamente de otras personas.
- Lo que yo me llevo es haberle transmitido a R la confianza, de hablar en esta sesión un poco acerca del aspecto sexual, el cual para él es un tema que no fácilmente habla con otras personas.

SESIÓN 3	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Buenas tardes R, vamos a iniciar el día de hoy, que te parece si comenzamos diciéndome cómo te encuentras hoy.</p> <p>R: Fíjate que me preocupa un poco la situación de la doctora de aquí...</p> <p>T: ¿Qué es exactamente lo que te preocupa?</p> <p>R: Es que no sabe... me dijo algo que me preocupa...</p> <p>T: ¿Qué pasó R, que fue lo que te dijo?</p> <p>R: Es que fíjate, del último síncope que tuve, me mandó a sacar unos electros y no me comunicó que yo pagara, vinieron a cobrarme... yo no le debo nada, ¿cómo no? aquí está, pues yo no soy adivino oiga; sacaron el electro y en lugar de llevarlo de emergencia con mi esposa, que vino afortunadamente a tiempo... aquí estaba el electro... y pues tuve que dar el dinero, pagar para nada... puros errores, puros errores...</p> <p>T: ¿Y eso como te hace sentir R?</p> <p>R: Encanallado de coraje.</p> <p>T: Mueves tu puño R... haces esto, te das cuenta, es como si quisieras tener la situación en tu puño, bajo control, pero te cuesta trabajo, ¿o me equivoco?</p> <p>R: ¡Si oye!...</p> <p>T: ¿Y que sucede cuando te sientes así, que pasa en tu cuerpo, en donde sientes ese coraje, te has dado cuenta?</p> <p>R: Me he dado cuenta que... pues ahorita lo que me detiene eres tú, pero lo que pasa es que yo sigo elucubrando, si estuviera yo sólo seguiría, pues estuviera todavía elucubrando todo lo que... pasa ¿no?</p> <p>T: Claro...</p> <p>R: Eso es... continúo y continúo en la noche, en el día y dentro de cualquier hora que me acuerdo, y ¡jazaz!.</p> <p>T: Y vienen los síncope...</p> <p>R: Si... y estoy acumulando...</p> <p>T: Es como si estuvieras llenando una bolsita, con muchas cosas, de repente tanto... hace que revienta.</p> <p>R: Eso... me tiene preocupado... hoy para empezar me desperté a las seis y diez de la hora nueva fíjate...</p> <p>T: Si...</p> <p>R: Apenas alcance a bañarme y... y llegar a misa a la capilla... entonces que crees que voy a hacer... para el día seis tengo que estar en el hospital... el hospital tiene, lo que es el hospital militar, pero como tiene mucha demanda y hay</p>	<p>Ψ Se hace uso de una concretización para que R especifique qué es exactamente lo que le preocupa.</p> <p>Ψ Levanta su mano derecha y cierra su puño, lo mueve de arriba hacia abajo.</p> <p>Ψ Repito el movimiento que R hizo.</p> <p>Ψ Se utiliza un reflejo no verbal con la intención de que R esté conciente del movimiento que hizo.</p> <p>Ψ Manejo de silencio para que R reflexione qué sucede en su cuerpo cuando se enoja.</p> <p>Ψ Levanta su mano derecha y con su dedo índice señala de arriba hacia abajo.</p> <p>Ψ Uso de metáfora: "como si estuvieras llenando un costalito con muchas cosas"</p>

muchos derechohabientes, hizo unos consultorios médicos atrás, a un lado de la fábrica de armas, ¿no se si conozcas?

T: No R la verdad no conozco...

R: Hicieron ahí otros, pero nada más los que tienen saturación... así que yo soy para... por ejemplo hay gastro, para el que va a ir a gastro... hay ortopedia, hay cardiología, y eso que hay cardiología en el hospital y cardiología ahí, por la saturación yo creo; medicina general, pediatría está ahí, dermatología, esta grande el edificio, pero esos son los que más o menos hay, pero hay más... hay rayos x, hay laboratorios de orina, sangre y demás... es, es grande, es otro hospitalito que tiene... ¿y sabes porque no voy?

T: ¿Por qué R?

R: Pues primero te voy a decir porque voy...

T: Si.

R: Yo estoy operado del estomago porque tenía yo una úlcera sangrante que se comportaba un poco raro, pero me llevo muchas veces al hospital por vómitos de sangre... entonces quería yo usar y tenía yo que usar los hospitales a los que tenía yo derecho con el trabajo civil que yo tenía, entonces era una lata del diario...

T: Me imagino, a veces ir a ese tipo de hospitales es desesperante, al menos a mí la verdad es que si me desespera mucho desde que veo que hay mucha gente antes que yo, ¿sabes donde se da mucho eso? En el IMSS.

R: Si, hay un tal hospital Dalindo que hasta el nombre le cambio, no da lindo, da liendre, le llaman todos, ¡rateros hasta el ocho!, te roban los días, quieren que les pagues las... para qué te cuento, entonces era una lata, hasta que de plano dejaba yo el trabajo y me iba a hospitalizar para la salud, la ventaja es que tenía yo la flexibilidad en los dos sueldos...

T: Si...

R: ¿Como la ves? Pero de aquí no tengo ningún escape... o todo lo que hay, o me carga pifas.

T: Entonces R, será que en este momento, por lo que tu me cuentas, es como si estuvieras atado de manos... te lo pregunto porque a mí en algunas ocasiones similares me ha pasado lo mismo, como que quisieras resolverlo todo por ti mismo, pero hay algunas cosas que no dependen de ti directamente... ¿o me equivoco?

R: Exactamente... y más con la calidad, ¿ya te diste cuenta de la señora?, con eso date cuenta del perfil en que va a entrar esto... estoy pero así, clavado.

T: Entonces como me comentabas hace ratito y retomando un poco lo que decías, toda esta situación te tiene

Ψ Uso de metáfora: "como si estuvieras atado de manos", para ejemplificar que R se atiene a los servicios médicos que tiene.

Ψ Se muestra actitud empática al dar mi opinión personal a

preocupado... ¿que pasa R cuando te sientes preocupado?

R: Es bastante mi preocupación... me quita la estabilidad emocional y me fastidia la mente, porque... porque eso es el resultado de... para no hacértela tan larga, para que yo llegue a la cita a las... siempre acostumbro a llegar a las seis de la mañana, por qué, porque por lo general puedo pisotear los derechos de otra gente, pero me da pena, entonces quiero llegar como llegan todos a las seis de la mañana y hacer mi cola respectiva... y a esa hora que llego ya pasaron, hay quien llega a las cuatro de la mañana, no sólo a las seis, entonces pues no los puedes pisotear...

T: Claro...

R: No porque soy general ¿verdad?, entonces trato de llegar lo más temprano para que no... además salgo y a esa hora después invierto en un coche y me voy a desayunar con mi esposa, previamente ya avisada y de ahí ya tomo un coche para venir a acá... ya no puedo andar en camiones fíjate, ya no puedo hacer... tú me estas viendo las limitaciones que tengo ya... está grueso, estoy grueso.

T: Y por lo que dices creo que esto es parte también de lo que te tiene preocupado R... ¿cierto?

R: Pero a leguas.

T: ¿Y has pensado alguna vez en darle solución a esta preocupación?

R: La primera solución que le estoy dando es que mis hijos me busquen otro lugar y yo lo vaya a ver...

T: Si

R: Y ya lo están haciendo.

T: ¿Si lo están haciendo?

R: Si.

T: Pues que bien, ¿no crees R? con esto demuestran que les preocupa tu bienestar ¿no lo consideras así?

R: Si, eso me va a calmar, parece que uno de Tacubaya cubre mis necesidades, porque cobran de pensión de acuerdo a la enfermedad que tengas, y todos están en cuarto solos, y si no está difícil.

T: Es cierto... esa sería una forma de dar una solución a la preocupación que tu tienes en este momento... ¿has pensado en alguna otra?

R: He pensado darle largas también, pero darle largas viendo la calidad humana de la que va estar... como es la de estas señoras, estoy perdido. La otra, no han venido los domingos, unos están tratando de sacarle producto a esto, no le interesa, no le interesamos nosotros, le interesa los negocios que tiene y lo que saca de aquí...

T: Si.

cerca de aquellas situaciones que uno mismo no puede manipular.

ψ Agacha la cabeza.

R: ¿Sabes cual es su mayor entrada de este... una de las mayores entradas de este lugar?

T: ¿Cuál R?

R: Es que de todos lados diariamente les regalan, me imagino de las personas que mueren, sus objetos personales y su ropa... y lo ponen en venta, hacen una venta de garage, cada día primero de mes, de ahí le sacan... cosa muy bonitas... el otra vez vi una daga, que me enseñó una dama, una daga china en cincuenta pesos, pero de veras, esa vale... ponle como cinco mil pesos, y son ellas mismas con esa locura de la señora, yo la considera una loca a la señora... tú crees que cierto que va a meter a su hijo al colegio militar, si no somos escuela correccional nosotros... si no se entra así... se entra por concurso, si el ya no tenía calificación, el ya no tenía entrada...

T: ¿Es difícil entrar ahí no R?

R: Pues yo soy hijo de ahí... sólo dios y ella...

T: Regresando un poco a lo que comentábamos hace un rato, cuando me decías que una de las soluciones que has buscado para sentirte mejor, era irte de aquí... ¿este hecho como te hace sentir?... porque por ejemplo, cada que yo abandono algún lugar, vienen a mi ciertos sentimientos, pasan cosas, se sienten ciertas cosas...

R: Si, si he tenido problemas de eso...

T: ¿A que te refieres cuando me dices que has tenido ciertos problemas?

R: Pues fíjate que el problema más grave es el de salud... mira.

T: ¿Entonces tú consideras que el problema más fuerte para ti es el de salud?

R: Para que me entiendas, yo tenía planeado desde hace varios días platicarte una sección de mi niñez, que es el perfil de los resultados de cómo soy ahorita...

T: Si me comentaste una parte la sesión pasada, y me decías que tú crees que lo que sucedió durante tu niñez fue determinante para lo que hoy eres o le que hoy vives ¿cierto?

R: Exactamente

T: ¿A qué te refieres exactamente R?

R: Fíjate que la familia de mi mamá fueron de las gentes de abolengo que tuvieron hacienda, casi pienso que tenían hasta personal de encomienda como en la conquista, yo conozco, conocí tres hermanas, no conocí a mi abuela, te estoy hablando de mi familia materna...

T: Si

R: Conocí a mi abuela... perdón, no conocía a mi abuela,

Ψ R hace un comentario a cerca de una señora que antes de iniciar esa sesión entró a hablar con él.

Ψ Se tapa los ojos con ambas manos.

Ψ Actitud empática: le hago un comentario a R sobre los sentimientos que surgen cuando abandono un lugar con la intención de que él me comente que siente al abandonar el hogar.

Ψ Alza su mano izquierda y la dirige hacia el frente, mostrando como tiembla su mano debido al parkinson.

conocía a dos hermanas de mi abuela, pero así muy, muy superficialmente, no las querían mis tías ni mi mamá, no las querían porque no le ayudaban en nada, pues nada más se las llevaron a tener problemas... allá es muy notable, en un pueblo grande pero chico para los chismes, es muy notable que seas sabatina o que no seas católica, una sea católica y la otra era evangélica, entonces menos nos querían así; una tuvo hijos, quien sabe como, y la otra siempre fue soltera. Entonces así era el perfil de mi abuela...

T: ¿De tu abuela?

R: Pues sí porque no la conocí, con ese perfil se puede catalogar a mi abuela, quiere decir que nunca me enseñaron a estimarlas, quererlas, se acostumbra uno y más en los pueblos... entonces mi madre... bueno ¿desde cuando tengo conocimiento de mi niñez?, sencillamente desde los cinco años, entonces partimos de cinco años, se por muy, por conversaciones muy cortas y muy, de muy mala manera de mi mamá, porque me contó en esa etapa de los cinco años para atrás, que ya no conozco, ya ni quiero, ni hay porque conocerlo, pero... mi madre tuvo tres her..., que yo conocí, fueron más pero ahorita te digo, conocí a los mayores, la mayor fue una mujer que se llama Rutilia que yo la enterré... yo la enterré a esa señora porque su hijo es un hijo jijo de la... es un médico que todavía vive que para que te cuento, entonces yo enterré, yo la miraba como mi abuela, porque era mucho muy grande de edad con respecto a mi mamá y se miraban como madre e hija casi, esa se llamaba Rutilia, luego por edades, otra se llamaba Joaquina, otra se llamaba Jesús Victoria, esas eran las, las este... las mujeres, los hombres eran, fueron... ninguno vive ya, los hombres fueron: Eliseo Ramírez, que tanto, tanto molestaba... era muy molesto con la familia, a ese lo regalaron con un militar y le fue muy bien, Eliseo se llamaba... ese Eliseo llegó a ser teniente del ejército, estuvo en el colegio militar, era Eliseo, Ciro, Leonel y Arturo, cuatro hombres... de este lado desde luego yo estaba con los que tenían que comer, que son... Eliseo, Joaquina, creo que no te lo había yo dicho...

T: No, a Joaquina no lo habías nombrado.

R: Eliseo, Joaquina y Arturo, y del lado de los pobres estaban Ciro y Gabriel, como abandonados, tan abandonados que eran alcohólicos, pero adictos con furia jarocho, esos fueron los que conocí de mis tíos carnales, no recuerdo, ni quiero recordar la vida de mi madre, porque por donde quiera aparecía yo en diferentes casas, después de los cinco años; desde luego Joaquina y Jesús Victoria eran de una cultura

muy diferentes, mientras que llego a ser medico mi tía Joaquina, mi tía se quedo cocinera, a vender de la casa, pero nos cuidaba, ahora si ya puedo platicarse más francamente... como no tenía hijos, hablo de Joaquina, la doctora; como no tenía conocimientos mi tía Jesús, la traía como cocinera y como cuidadora de nosotros, porque además yo tuve un compañero primo hijo de mi tía Rutilia, y mi tía Rutilia era sastre, vivía de coserle a los hombres, y ahí conoció a un militar que se llamaba Pilar Espinosa, y ese Pilar Espinosa se huyó del ejercito, antes pagaban con oro... como te podría yo explicar rápido, vivía de sastre ella aquí y cocía para todo, no se con que hermano estaría, el chiste es que ese militar se la llevo y con un fraude que hizo compro un rancho entre Tuxtla Gutiérrez y un pueblo que se llama Arriaga, que se llama Baja California, ahora es una colonia muy brillante agrícola y se llama igual que el señor, Pilar Espinosa... esa es la vida de esa tía, pero el hijo... mi tío Eliseo el mayor siempre se preocupó lo más que pudo por ayudarnos a nosotros, y sí nos ayudó... yo acabe la primaria en casa de él aquí, así como mi primo cuando yo acabe la primaria, él estaba estudiando en Tuxtla con mi tía Joaquina, y ahí le mandaban su ropa, sus... le pagaban pensión. Llevaba una vida arrollante, mi primo se llamaba Gilberto, y se recibió de medico fíjate, pero de una manera muy este... sin ningún gobierno, él hacia lo que quería, pero se recibió que es muy importante.

T: Si.

R: Y luego tuvo varias mujeres, y bueno para qué te cuento... y yo tuve la desventaja de que... si no tenía trabajo mi mamá, me tenía que venir con su hermano, éramos dos y entonces ya no aguantaba la economía de mi tío, porque él también tenía su casa, su mujer y dos hijos, éramos tres, más tres, seis, y la señora de él, siete, para un departamentito aquí por las calles de... de la colonia Roma.

T: ¿Y que sucedía entonces R?

R: ¡No pus!, que a mi me mandaron a estudiar, yo termine aquí, termine la primaria, en esa casa... estoy revisando porque todavía me faltan algunas cosa muy dolientes ¡eh!

T: ¿De tu infancia?

R: Si.

T: ¿A qué te refieres con dolientes?

R: Pues me causaron muchos problemas...

T: Dices: "me causaron", ahora ¿que sentimientos te causan?, al recordar...

R: Necesito seguirte platicando, para que me puedas entender...

Ψ Se hace una concretización para que R explique cuáles fueron las cosas dolientes para él durante su

ocasiones eso mismo me lleva por ejemplo a querer estar apartada de la gente, a llorar a veces, dependiendo ¿no?... entonces R, contigo ¿qué pasa?, específicamente con estos recuerdos que me acabas de contar.

R: Pues me hace sentir bien contártelos... es como si sacara algo de mí que a veces me oprime...

T: Es como las aves cuando están encerradas en una jaula y de pronto por equis motivo queda liberada... ¿se podría decir que es un sentimiento similar, se puede comparar?

R: Exacto, me hace sentir bien contarte, aunque mis recuerdos no son muy agradables que digamos, me siento bien cuando te cuento.

T: ¿Qué te hace decir que tus recuerdos no son muy agradables, a qué se debe que los consideres así?

R: Pues es que necesito seguirte contando varias cosas para que me puedas comprender... pero creo que ahorita ya es tarde ¿no? (voltea a ver su reloj de mano)

T: Si, un poco, de hecho ya nos pasamos un poquito de la hora... bien R, entonces ¿hay algo más que quieras compartir ahorita, o continuamos para la siguiente sesión?

R: Te sigo platicando la siguiente sesión, porque tenemos que ir a merendar dentro de un rato, porque todavía te tengo que contar bastantes cosas de mi infancia.

T: Muy bien R, entonces nos vemos aquí pasado mañana.

me sucede cuando recuerdo cosas del pasado.

Ψ Risas

Ψ Uso de metáfora: "como las aves cuando están encerradas"

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es el haberse sentido bien consigo mismo al contar cosas de su infancia, aunque como el mismo menciona, sus recuerdos no son muy agradables, se sintió bien contándolos.
- Lo que yo me llevo de esta sesión es haber constatado una vez más que a R se le dificulta todavía expresar sus sentimientos, por lo cual se deberá trabajar más con él este aspecto.

Incidencias:

Esta sesión no se llevó a cabo en el tiempo establecido debido a que R recibió la visita de una de las encargadas del hogar, ocupando parte del tiempo correspondiente a la sesión.

SESIÓN 4	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Bien R, ¿te parece que comencemos el día de hoy con nuestra sesión?</p> <p>R: Me parece bien.</p> <p>T: Bueno R, en la sesión pasada me estabas comentando que hacían falta varias cosas de tu infancia que todavía te faltaban por platicar, me comentabas que muchas de esas cosas que pasaste explicaban cómo eres ahora... ¿estas de acuerdo en que continuemos en esta sesión con eso o prefieres platicarme algo en particular?</p> <p>R: ¿Te parece mejor que te cuente lo de la visita médica de hoy?</p> <p>T: Me parece bien, tú me dices...</p> <p>R: Fíjate que tuve la gran decepción de encontrar cuatro delante de mí, entre ellos hasta foráneos de Veracruz, uno de Tuxpan Veracruz, ¡que se tardó, hijo de...! ya decía yo ¡este se habrá muerto!</p> <p>T: ¿Se tardó mucho?</p> <p>R: Si en consulta y... y dos damas y un caballero que pasaron también, normal en tiempo; entonces yo ya tenía, yo siempre cuando llevó mis aspectos y todo, y todo este... y todo campo, porque estamos acostumbrados como militares a pensar y planear siempre lo que se va a hacer, es muy militar eso... entonces, este... mi idea era de poder sacar partido si estaba pero... dentro de su campo... este... los desmayos, ¿o como le llaman en lugar de desmayos?</p> <p>T: Como me dijiste hace rato... colapsos.</p> <p>R: El colapso, entonces que tenía yo, tenía yo entendido que en ese colapso... cardiología, neurología, urología y oftalmología, entonces ni una argolla de donde colgarme, era su rama de él...</p> <p>T: Me dijiste que era neurólogo ¿verdad?</p> <p>R: No, me mandaste a caracas...</p> <p>T: ¡Ah!...</p> <p>R: Es... como se dice... gastroenterología, gastro... entonces le dije que no tomaba yo su... sus medicamentos, porque ya era demasiado, que se enoja: ¡entonces no dice que se esta agarrando de una argolla de mí!, ¡si por qué!, al no tomar tantos, no creo que el intestino esté muy de acuerdo en meterle tanta pastilla, porque muchas veces hasta molesta... y es cierto, al tacto, todo el intestino me duele... y tantito tengo problema como eso, me da estreñimiento...</p> <p>T: ¿Y entonces optaste por mejor no tomarte los</p>	<p>Ψ Se ríe</p> <p>Ψ Se ríe</p> <p>Ψ Risas</p>

medicamentos?

R: Entonces nunca, nunca me había recetado más de un medicamento, y ahora me recetó dos... lo voy a pensar... lo voy a pensar realmente para tomármelos, porque no estoy muy de acuerdo, sobre todo porque ya se acerca la este... la otra consulta de... que falta de cardiología, y voy a revisarme a cardiología, pero es pérdida de tiempo... una vez que ya vaya a hacer el examen que falta de cardiología, tengo que ir a sacar cita a la sala de cardiología y decirles que ahí está su, su examen, que cuándo me pueden dar consulta y que... que si estoy buscando algo que les caiga pesado, decirles que fracasaron porque me siguen los... no era cierto que era el medicamento de oftalmología el que me estaba este... molestando porque sigue el colapso ¿no?

T: Muy bien, entonces déjame entender... tú comenzaste a atenderte inicialmente por el problema de los colapsos, ¿no es cierto?

R: ¡Si!

T: ¿Entonces, tú estabas buscando en los medicamentos la solución de los colapsos?

R: Exactamente, pues ojalá si yo encontrara, porque hasta se me fueron las alas del corazón porque yo pensaba que la psicología me iba ayudar, pero desde ese punto de vista no tiene que ver nada la psicología, puesto que en un campo como es la capilla, me dio el colapso, dices, hasta donde me creía yo refugiado, me corrieron.

T: ¿Qué es lo que pasa R, te has puesto a pensar que es lo que pasa antes de que te den los colapsos, cómo te sientes en ese momento, qué piensas, qué pasa por tu mente?

R: Eso es lo que no, no, no tenga ya un patrón... antes podía echar yo mano del patrón de que siempre me enojo con mi esposa cada que voy a recoger al dinero para pagar aquí y tener el dinero necesario para estar súper bien... pero ahora ya no.

T: ¿Quieres decir que ahorita ya no sabes por qué sea?

R: Ahorita ya no se por qué, porque si me hubiera dado otro colapso en el transcurso de... de... del día, podría yo pensar que era la, que era lo que me molestaba lo de mi esposa, y no es cierto... me estaba yo culpando de a gratis, entonces realmente... ahora como tú decías, si yo tuviera una cuerditita que me orientara, pero no, al contrario, cuando estuve en la casa tuya...

T: Gracias.

R: A esa hora, empezaron los calambres, de no poder ni moverte, a la hora que estaba yo desayunando; entonces peor todavía, la ventaja es que en el portafolio, no se si

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar lo que R dijo a cerca de la atención médica que toma.

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar que R desconoce la causa de sus colapsos.

tedas cuenta...

T: Si, traes todos tus papeles...

R: Traigo papeles y mis ayudas; traigo la pelota de goma especial para hacer ejercicio.

T: Si, y esa es muy útil ¿verdad?

R: ¡Utilísima!

T: Que bien.

R: Pero yo me había llevado, desde la mañana me había llevado yo una contabilidad fuerte...

T: ¿A qué te refieres con una "contabilidad fuerte"?

R: Mira en el closet deajo siempre en la esquina cinco o seis monedas de a diez pesos, cuatro o cinco de a cinco pesos, y suelto para cuando es la misa se oiga bonito dar lo de... lo de la limosna, la canastita cuando... puedes dar diez pesos, si no, no me luce; entonces me limpiaron ese dinero del closet...

T: ¡Ah! ¿Si?

R: Así es que ahora en una botella vacía de gerber, voy a meter el dinero y lo voy a esconder meter en otro lado, es lo que estaba, lo que voy a estar haciendo este fin de semana...

T: Y entonces eso fue lo que te molestó, por eso vino el colapso después en la capilla ¿cierto?

R: Si, creo que si fue por eso, pero tuve la ventaja de que desmaye antes de que recogieran la limosna...

T: Pero, pues claro que los colapsos vienen de pronto...

R: Si, y luego el ridículo de que te van a traer en silla de ruedas, quien sabe cómo se sienta, como, como si esté flácido o rígido, pero el chiste es que aparecí comiendo en el piso diez que es la enfermería de nosotros...

T: Ahí fue donde despertaste...

R: Ahí desperté cuando me llevaron la comida, yo calculo eso, como en unas dos horas, porque aquí son lentos, unas dos horas.

T: ¿Y qué pasó por tu cabeza en ese momento R?

R: Yo pienso que en uno de esos colapsos ya no voy a regresar.

T: ¿Qué es lo que te hace pensar eso R?

R: La negligencia que hay aquí, con eso de que la doctora quería o me quiere mandar en una ambulancia a la calle... no me creas, me dijeron que la habían corrido, y que quedaba el médico, y al médico yo le explique hasta donde me fue posible, y él se dejó... me preguntó, le di el paquete de radiografías y lo puse al corriente.

T: Le explicaste todo lo que te sucedía...

R: Pero ahora que estaba yo, ahora que lo quería yo haber

Ψ Concretización, se le pide a R que especifique qué quiere decir con "contabilidad fuerte".

visto ahí, no apareció... tampoco lo mandé llamar ni nada, nada más me quede callado, fue difícil mi trabajo.

T: Si

R: Es decepcionante, es mi malestar.

T: Entonces haber si entiendo R, asociando un poco, será que tu preocupación acerca de los colapsos, se deba a que no te puedan atender de forma inmediata, porque como tú dices, todo se traduce en la preocupación que tú tienes de que en uno de esos momentos ya no puedas reaccionar, ¿si es por ahí o me equivoco?

R: Si, porque si sabes un poquito de medicina, para ese tipo de, para ese, porque ¿qué es el colapso? para empezar... yo te puedo decir que no lo entiendo, el colapso es una desconexión, es un corto circuito del cerebro...

T: Exactamente, es como si desconectaran tu cuerpo, como cuando desconectas un aparato de la corriente eléctrica...

R: Ándale, es un corto, pero no es porque lo desconectes sino porque es un corto circuito que por alguna razón, es por un corto circuito "X", hay una razón que está rechazando el cuerpo y le esta mandando señales al que me debe cuidar... entonces me siento decepcionado, porque pasa esto... quien no te dice que en la noche no tengo estos colapsos...

T: Si, claro, sin sentirlos ¿no?

R: Sin sentirlos... ahora bien, yo se... que el cerebro es ingrato...

T: ¿A qué te refieres con ingrato?

R: Por lo que te voy a decir... yo tenía, unos... unos cuatro tenientes que dormían en el cuartel...

T: Si.

R: Aquí en el campo militar... y este muchacho era un modelo... un modelo de persona, olvídate de que fuera buen oficial, de que se vistiera bien como oficial...

T: Como persona era bueno...

R: Como persona era bueno... pero como vivía en el cuartel... una vez llegaron los compañeros del cuarto, porque en un cuarto hay tres, cuatro o cinco... llegaron... no me acuerdo si eran tres tenientes con tres enfermeras militares...

T: Si...

R: Eran tres parejas que se juntaron, y lo estuvieron convenciendo a él, hasta que lo convencieron, él no quería salir... este chico bueno, se puso una borrachera... ese muchacho, el que venía manejando chocó por la parte trasera de la casa de moneda ahí por la calzada Legaria, fue tan grande el golpe, que se levanto el carro como... como cuatro metros así, para pegarle al... ahora imagínate

Ψ Se hace un reflejo de contenido a cerca de la preocupación que R tiene por los colapsos.

Ψ Uso de metáfora: "como si desconectaras un aparato de la corriente eléctrica" para ejemplificar lo que sucede con los colapsos.

Ψ Se hace una concretización para que R especifique lo que es para él "ingrato".

Ψ Alza su mano

que portón es, que calidad de portón era, supuesto que ahí hacen la moneda... fue tan fuerte el golpe que recibí, que abombó el techo del coche, era de esos coches viejos ¡que era de una lámina!, y se rompió la cabeza ¡totalmente!, entonces se puso gravísimo, gravísimo... yo fui el primero que supe, que supe de eso, no me interesó el delito, ni de buscar a las, ni de meter a la cárcel a las enfermeras cuscas, ni a los compañeros, sino salvar a mi oficial.

T: Si.

R: Porque lo estimaba yo, y sabía que era un buen muchacho... entonces el cerebro es tan canalla, como lo que me dijo el medico de guardia, así es que el cerebro puede desconectar funciones cardiacas, funciones pulmonares, puede provocar paros respiratorios por la falta de irrigación, porque al quebrarse una gran perdida de sangre más lo que ya no le llegó porque ya no había de donde sacarlo... entonces en cuanto al cerebro le falta, empieza a sacar de donde pueda y para... entonces lo metieron a terapia intensiva con corazón artificial y respiración pulmonar artificial, y esa noche lo tuve que velar, y si me pedían una aguja, la iba yo a comprar, si me pedían un...

T: Tú estuviste ahí al pendiente...

R: Si, pero me di cuenta también que son muy... muy cómo te diré.... a los de ahí no les interesaban los que... "cómo no se mató" dijeron... son muy humanitarios los médicos con los que están viendo sufrir, entonces para quitarle un poco de estrés, lo mandan aunque tengan pendiente de fulano o... algo que te cueste para que no regreses rápido, para que los dejes maniobrar y dejes al enfermo, total que ahí amaneció, no te imaginas en que situación el muchacho, dado al traste totalmente... con el cráneo fracturado... entonces, saque su expediente, en el expediente del teniente tenía registrado sus datos, venían cosas muy... muy delicadas, que no tenía ninguno de los nombres, ni el nombre del padre, ni el domicilio del padre. Tengo presente que la señora madre vivía en un lugar... en donde se hace... es muy famoso el café silitrase... Silitra, San Luís Potosí, me estaba yo acordando de que estado era... Silitra, San Luis Potosí, y la señora se vino de inmediato, me vino a agradecer, casi se hincaba conmigo, una señora pero de muchas faldas, de mucha gratitud y responsabilidad... que era lo único que tenía en su visa, a su hijo y que no se qué, pues órale, todo lo que usted necesite... en ese momento me fui a dormir, porque no había dormido nada, estaba yo tirante.

derecha en forma vertical.

T: Si.

R: Pues fijate que, por eso pienso... lo que me olvide preguntar yo... hoy tenía preguntado programar ¿cuánto tiempo puede uno estar sin irrigación cerebral? Porque eso es lo que pasa conmigo, al hacer el colapso se corta la irrigación... y la función pulmonar, entonces me puedo quedar o al regreso puedo quedar tarado, porque pues se empieza a lesionar el cerebro por falta de irrigación, entonces va a ser muy triste, es muy triste mi programa de adelante...

T: Tú lo consideras así R, ¿qué es triste?

R: Si, pero los cerebros del hospital no quieren funcionar.

T: Es entonces una inquietud que tienes R, saber el tiempo que puede soportar el cerebro la falta de irrigación... ¿para ti es inquietante saber eso?

R: Si, tenía pensado preguntarle, a ver si lo sabía el gastroenterólogo... pero ya sé por que no le quise preguntar, porque tenía como... tenía visita de seis cadetes, estaba haciendo la consulta ante los cadetes de la médico-militar... entonces estaba como... como si hubieran pensado que era doloso si le hubiera yo preguntado delante de los cadetes.

T: ¿Para ti hubiera sido doloso?

R: No, pero no cabía la pregunta. Pero no te imaginas que triste quedé...

T: ¿Que te hacía sentir triste?

R: Pues que ya no le pude preguntar. Luego a las once cuando estaba yo desayunando, me empezaron los calambres en las dos manos, entonces saque mi goma de hacer ejercicio, esas son especiales ¡eh!... ahora sí ¿donde nos quedamos? ¿Y que datos necesitarías tú? Porque te puedo dar datos inconexos que te sean útil para consulta...

T: Más bien yo te preguntaría a ti R: ¿qué datos quieres que manejemos? O mas bien ¿Qué es lo que me quisieras comentar tú en estos momentos?

R: Pues mira, te iba a comentar que las pesadillas continúan...

T: ¿Qué es lo que pasa?

R: Tengo un sueño son controlar... aparte de que ahora sí estoy desvelado, y eso... eso me molesta, porque si sabía yo antes que despertaba a las once veinte y a la una y veinte, sabía que, sabía a que hora podía yo acostarme, pero ahora ya no, si me acuesto, psssssss, corrido, y eso esta afuera de la norma militar... ¿y sabes porque tienes que controlar tú tu sueño?

T: ¿Por qué R?

R: Porque todos los servicios militares, no son de ir a dormir al

cuartel, ni de ir a dormir a donde vas a ir, a la casa del presidente por ejemplo... a escoltar... tienes que despertar... si salen cinco mayores por ejemplo, los cinco mayores tenemos que este... que estar día y noche, sobre todo la noche, despierto... entonces si tu eres el quinto y el otro se va a acostar a las nueve de la noche, divide a las nueve de la noche a las cinco de la mañana, entonces a tal hora debes de estar relevando al compañero... pero eso se logra sólo con el aspecto militar.

T: Me imagino que es como si fueran relojitos vivientes que se programan a tal hora para despertar.

R: Si, uno se acostumbra de esa manera, ojalá hubiera pues yo creo que debe haber programas de televisión... ¡ah! si los hay... si hay un programa de televisión que dice así: "*a las doce de la noche, va a empezar el programa fulano de tal*", y automáticamente está; y las televisiones del hospital están programadas así... fíjate que ventaja.

T: Veo que para ti es importante seguir rigiéndote, por decirlo de alguna manera, por el aspecto militar ¿verdad R?

R: Así es, una vez que adquieres una disciplina es muy difícil deshacerte de ella, y menos si sirve para tu bien.

T: Claro... si R, retomando un poco lo que me decías hace un rato acerca de los colapsos, que me decías que te preocupa esa situación., que te causa poquito de problema, ¿consideras que es así?

R: Lo que me está causando más problemas ¿sabes qué es?

T: ¿Cuál?

R: Lo de la levanta faldas de la señora...

T: ¿A que te refieres con levanta faldas?

R: Es un decir, me refiero a su actitud un tanto prepotente...

T: ¿Eso es lo que te molesta ahorita en este momento?

R: Ahorita en este momento, me está calando eso...

T: ¿Cómo es calando R? ¿Qué sientes R, qué piensas? ¿Cómo se refleja en tu cuerpo?

R: Por lo pronto siento que estoy encorralado... que estoy en un corral.

T: ¿Como en un callejón sin salida?

R: A sí es... porque definitivamente por problemas internos, que más adelante vas a ver... si no tuviera esos problemas, estuviera yo buscando donde largarme... donde irme y ya quitarme de tanto, por chicho... y ya, dicen que *muerta Jacinta, que maten a los guajolotes*... es un dicho muy chiapaneco ¿contestado?

T: mmm... como que no me queda claro qué es lo que te hace sentir como encorralado... ¿es como si te quisieras amarrado de manos, como si te quisieras mover y no

Ψ Uso de metáfora: "como si fueran relojitos vivientes" para referirse a uno de los regímenes que llevan en el ejercito.

Ψ Uso de metáfora: "como en un callejón sin salida".

podieras?

R: Exacto, así me siento.

T: ¿En sí que te hace sentir así?

R: Los problemas

T: ¿Qué tipo de problemas?

R: ¿A no es un problema para ti... que de por sí estoy aislado de mi familia... ahora que ya con una familia mental como los que hay aquí, estoy fracasando otra vez? Pues ya no es delito, sino deleite ¿no?

T: Lo importante es como lo consideres tú R, no cómo lo considere yo, porque tú eres el que está viviendo en este Hogar, tu me lo puedes platicar, pero no es lo mismo que tú me lo comentes que vivirlo tal como tú lo vives... por eso es importante aclarar ¿consideras tú entonces un problema esta situación? Puedo imaginar que tal vez sea difícil esto por lo que me platicas, me pongo en tu lugar y es lo que pienso... pero aún así no lo voy a poder ver de la misma manera que tú... porque sí, efectivamente para mí sería difícil vivir lejos de mi familia por razones como lo son los problemas... pero ¿tú cómo lo sientes, qué piensas de ello? Porque si te das cuenta hasta ahora no me has aclarado bien ¿qué sentimientos son los que vienen a ti, por qué emociones atraviesas?

R: Pues yo veo esto como un fracaso...

T: Si, hace un momento mencionaste: "estoy fracasando otra vez" ¿qué es lo que te lleva a pensar esto R, qué es lo que te lleva a decir: "*estoy fracasando otra vez*"? Eso me llama un poco la atención ¿quieres decir que has fracasado en alguna otra ocasión?

R: ¡Si!

T: ¿Cómo fue R, quieres compartir esa experiencia conmigo?

R: Antes de estar aquí... estuve en una fundación que se llama Ortiz Rubio, por cierto que el medico que está ahí es medico militar... y por andar detrás de las faldas, me embarqué con un policia, que ya era un pillo, pero un pillo...

T: Si.

R: Y no podría yo confirmar que este... ni quería yo confirmar si era homosexual...

T: Si.

R: Tanto él, como el director de la fundación... porque siempre he sido noctámbulo, me levantaba a hacer ejercicio, pero verdaderamente a hacer ejercicio... no lo que hago ahora, ahora no es nada, a caminar, a subir escaleras... tenía gimnasio, iba yo al gimnasio... ¡me daba yo unas verdaderas!... clases de gimnasia, y había o hay, mas bien hay todos los aparatos, bicicleta....

Ψ Se muestra una actitud empática cuando R comenta el cambio de hogar que tiene planeado.

T: Entonces si te ejercitabas bastante.

R: Entonces el policía me... el policía me sacó, porque le estaba yo ganando a una... pues si no estaba bonita, estaba agraciada... a una este, a una dama de las que hacían el aseo; por cierto que ahí usan... emplean gente... hay como unas compañías de limpieza, y esa chica, no chica, ya era señora con hija... pertenecía a una compañía que... y este se valía del puesto para hacerse de ellas... cuando llegaban tarde, no las reportaba, se me secó la garganta.

T: ¿Quieres que te traiga un vaso de agua?

R: Para no hacértela larga, por eso me corrieron de ahí.

V: Eso lo consideras un fracaso entonces, ¿o me equivoco?

R: Pues ahí no lo considero un fracaso, ahí lo considero una metida de pata horrible... ¿cómo se le podría llamar ahora?

T: ¿Un error, tal vez?

R: ¡Un error grave!... Por cierto, para tu, tu bagaje de conocimientos... ya fui a que me vieran los ojos una vez, unas veces, a varias consultas, porque de repente como ahorita veo puntos negros en el ojo izquierdo...

T: ¿Y qué te han dicho?

R: Que es la edad, la edad este... así como arruga la piel, arruga también la cornea... y al arrugar la cornea, se transmiten como puntos a la periferia de la... no a la periferia, sino a la vista.

T: Mmm, mira que interesante R, eso yo no lo sabía...

R: Pues yo tampoco...

T: Y entonces...

R: ¿Entonces en qué estábamos?

T: Me estabas diciendo de lo de...

R: ¿Qué hora tienes?

T: Son cuatro y media.

R: Ya acabamos ¿no?

T: ¡Ah! Con que ya quieres acabar...

R:

T: ¿Qué quiso decir esa risa R? Mira cómo gustes, tal vez ya te sientas cansado, tu dime... no se si haya algo más que me quieras comentar por hoy, aunque ¿te puedo hacer una observación R?

R: Si.

T: Siento que me quedo incompleta, como que hace falta que me expliques algunas cosas, hay como cabo sueltos todavía, pero bueno, aquí lo que realmente importa es cómo te sientas tú.

R: Te estaba diciendo de los fracasos...

T: Si, me estabas comentando de los fracasos, que te habían

Ψ Comienza a toser.

Ψ Hace señal de que no con el dedo índice derecho.

Ψ Se ríe

Ψ Se ríe

Ψ Se le hace una retroalimentación a R acerca de la

corrido de la fundación, y me decías que en sí tú no lo consideras un fracaso, lo consideras un error nada más, como cualquiera ¿no crees R? En algún momento todos cometemos errores... A mi hubo algo que me llamó mucho la atención hace ratito, me decías que ese para ti había sido un error, después de eso llegaste aquí, y dijiste textualmente que aquí ya habías formado una familia, pero que habías vuelto a fracasar ¿a qué te refieres cuando dices que volviste a fracasar?

R: Pues no creo que sea fracaso... ¡Deja de gritar!, ¿la conoces?

T: Si, es Y, le está gritando a Paty.

R: Si, es que ahorita... ella si va al baile, a gimnasia, este... canto, dominó, y su compañera de baile es Paty, pero ya la ha de tener hasta aquí.

T: No sabemos que piense realmente ella.

R: Yo no pienso que haya sido un fracaso, si no pienso que sea una mala suerte de las circunstancias de esta casa.

T: ¿Entonces ya cambia la cosa no, si notas la diferencia? Al parecer es algo que está fuera de tus manos ¿o me equivoco?

R: Pues si, es que no puedo hacer... más que respingar en donde me pique.

T: Exactamente, a lo que me refiero es que a veces hay cosas que están fuera de nuestras manos, pero existe la posibilidad de modificar un poco para que eso no nos pegue tanto, para que no nos sintamos afectados. Por ejemplo, me ha sucedido en el tiempo que he estado estudiando que tuve maestros que a mi parecer no eran buenos en su trabajo, por X o Y motivos, evidentemente yo no podía hacer nada para que ellos cambiaran, pero si podía hacer que eso no afectara a mi rendimiento como estudiante, eso si estaba en mis manos, el saber de que forma podía. No se si me explico ¿crees que este caso sea parecido o no tienen nada de semejante?

R: Fíjate que me está entrando mucho miedo el olvido.

T: Que se te lleguen a olvidar las cosas. Eso es algo que también está fuera de tus manos, porque en la mayoría de los casos es consecuencia de la edad, aquí lo importante es qué tanto te pueda llegar a afectar a ti. ¿Te has puesto a pensar en eso R, en lo que puedes hacer?

R: No lo quiero pensar todavía, porque quiero avanzar contigo lo más que se pueda, pero necesito que tú me sigas motivando... porque por ejemplo yo te iba a platicar mi niñez, luego te iba yo a encuadrar en la primaria, luego iba yo encuadrar en los cinco años de preparatoria, del plan de

información que ha dado hasta el momento.

Ψ R comenta que el haber llegado a ese hogar no es un fracaso, logrando así un insight.

Ψ Se oye a lo lejos el grito de una persona llamándole a otra.

Ψ Le dice R a la persona que grita.

Ψ Señala con su mano izquierda su frente.

Ψ Se muestra actitud empática al comentarle a R lo que pienso a cerca de las cosas que están fuera de nuestro alcance.

cinco años y ya de ahí te iba a plantear situaciones diferentes... una vez conté las casas en las que estuve en el plan de cinco años, una vez las empecé a contar mentalmente porque soy curioso, y estuve en catorce casa, en ese periodo de catorce casas, vi lo triste de la vida...

T: ¿Qué es lo triste de la vida para ti R?

R: La pobreza, la pobreza económica y la pobreza mental...

T: Por eso te comentaba hace rato, y que fue lo que comentábamos el martes...

R: Por eso le estoy dando seguimiento...

T: Claro ¿sabes que me gustaría R? que me dijeras cómo te sientes en este momento, que me dijeras tal vez cómo te hace sentir esas cosas del pasado ahora, en este momento, aunque si para ti es importante en este momento comentarme las cosas que te sucedieron, adelante R.

R: Hecho, mira, para mí es muy importante platicarte mi niñez, primero dentro del ciclo escolar, que es donde ocurre, y luego las edades ya no te las podría decir, porque por ejemplo, hubo mucha diferencia entre la familia de mi madre, y la familia de mi padre, ¡muchísimas!, muchísimos desarreglos como los que te voy a decir, yo dudé en no tener un hijo fuera el matrimonio...

T: Si.

R: Todos los problemas se originan ahí, por muertes, por robos, y aquel que no se siente encuadrado... te hablo de mi pueblo ¡eh!

T: Si.

R: De saber por ejemplo que un entenado de mi abuelo, lo asesinaron por estar con una casada que se iba su marido a trabajar fuera... y un día lo cazó, lo esperó y lo cazó y lo mató...

T: Si.

R: Muy buen muchacho, claro que no fue tan bueno porque lo mataron ¿verdad? Pero era un buen, un buen muchacho.

T: ¿Una buena persona?

R: Era una buena persona... son cosas que jamás se olvidan... la divergencia entre la calidad moral de la familia de mi padre, a la familia de mi madre...

T: ¿Hubo una gran diferencia?

R: Una diferencia tremenda... de preparación, de comida, de modales, de vivencias este... incontables, no se pueden contar realmente... como por ejemplo... cosas totalmente horribles, mi abuela... paterna, ya mi abuela materna te platicue ya...

T: Si, de ella ya me platicaste...

R: Pero no te platicue de los abuelos paternos, de paterno

conocí a mi bisabuelo fíjate, mi bisabuelo se llamaba Prisciliano Bolaño... y este Prisciliano Bolaño, tuvo una mujer... que se apellidaba, que se llamaba Tomasa, con esa Tomasa tuvo hijos... pero esos hijos no los reconoció, más que a uno, a mi abuelo que se llamaba Avelino Molano Samayor... porque la señora se apellidaba Samayor...

T: Fue al único que reconoció entonces, a tu abuelo.

R: Y luego tuvo, porque la señora...y él lo reconoció porque lo ha de haber sentido hijo real de él, porque la señora era una pillá... luego tuvo unos, con unos militares por cierto, hasta en los pueblos hay barrios... y los barrios los califican por los nombres de los santos de las iglesias, entonces la señora Samayor, tuvo a sus hijos en el barrio... de San Roque.

T: Si.

R: Y tuvo una hija... con un militar que se apellidaba Blanco, así es que yo le decía tía, a mi me llegó a estimar mucho esa tía... se llamaba Lola Blanco, de esas gentes capaces, de mucho verbo y... maestra de la normal de Chiapas...

T: Si.

R: Que cuando se fue a gobernar el gobernador de Chiapas... antes mandaban, no era todavía estado Baja California, no era el estado, ni Quintana Roo... entonces el estado, la federación, escogía gente capaz y mandaba equipos completos para las escuelas normales, entonces de mi tierra la mandaron a Baja California, y allá murió desgraciadamente. De mucha categoría... por cierto que a ella le debo haber entrado al colegio militar, porque ella me sacó los papeles como quiso, como quiso el colegio militar dárselos, porque no aceptada a los de, no nos aceptaba el colegio militar a los del plan de cinco años.

T: Entonces ella te ayudó.

R: Si ella me ayudó, eso fue por el lado paterno... ahora por el lado materno... de la familia de mi padre, entonces mi padre es hijo aispurio de una señora que se apellidaba Selvas... ellos se dedicaba a la matanza de puercos, de cerdos, y la señora, mi abuela tuvo una negra, negra pero... africana que se llamaba Isabel...

T: ¿Que era de ella?

R: Su hija, se llamaba Isabel... a otro que se murió hace poco, hace como unos dos años se murió otro hijo de ella... mientras mi padre se apellidaba Alberto Molano Gómez, porque ella se apellidaba Gómez... antes se acostumbraba a registrarlo como quisiera la madre... mi papá se llamaba Alberto Molano Gómez, pero su hermano de madre nada más se apellidaba porque ahorita ya se murió, Anselmo

Selvas Gómez, y tuvo otra que se llamaba Maria Luisa Selva Gómez, esa es la única que vive de esa familia... pero no te imaginas las complicaciones inter, interfamiliares que se provocan en un pueblo, como no tienes idea.

T: ¿Qué pasaba R?

R: Fatal, fatal, cosas fatales... pues el domicilio del muchacho ese, de una mujer que no era mi abuela, sino que nada más eran arrejuntados así... me estoy acordando como en una película... ¿te imaginas que le iba a parecer a mis tías, que se casara mi mamá con mi papá? Por parte de mi mamá, nada más no... no pues eran infumables...

Ψ Se ríe

T: ¿Pusieron el grito en el cielo?

R: Si, con decirte que ellas... yo tengo problemas con mi acta de nacimiento por ellas, porque ellas fueron a levantar mi acta de nacimiento, y allá el juzgado es muy benévolo con los compadrazgos y el comadrazgo, y eso... yo tengo, a mí me llamaban mis tías y mi familia, me decían R Molano, R Molano por aquí, R Molano por allá, y nada menos que así estoy acentado, R Molano, no tengo el Ramírez, ¡para colmo de males!

T: Pues me doy cuenta que son importantes las cosas que sucedieron en tu pasado ¿verdad R? A veces esas cosas nos marcan y nos llevan a ser de tal o cual forma en el presente...

Ψ Le sonrió a R

R: Así es... pero todavía hay muchas cosas por ahí sueltas.

T: Claro, te parece si seguimos la siguiente sesión con esos detalles que andan por ahí volando, te parece si para la siguiente sesión los aterrizamos.

R: Me parece... ahorita ya se nos acabó el tiempo.

Ψ Se ríe

T: Si, ya se nos acabó, pero antes me gustaría que me dijeras cómo te sentiste hoy.

R: Pues muy bien como siempre... ahora que pienso, me doy cuenta de que aquellos que consideraba fracasos en realidad no lo son... que chistoso.

T: Bien, entonces ¿hay algo más que me quieras comentar ahorita?

R: No, nos seguimos mejor para la próxima sesión.

T: Muy bien R, nos vemos para la próxima sesión.

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es haberse dado cuenta que los que él consideraba fracasos en realidad no lo son.
- Lo que yo me llevo de la sesión es el haber logrado que R se diera cuenta que estaba calificando de forma errónea algunas situaciones por las que había pasado.

SESIÓN 5	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Hola R, buenas tardes, que tal tu día hoy, hace algo de calorcito ¿verdad?</p> <p>R: Si un poco, pero aquí está fresco...</p> <p>T: Si eso es lo bueno, aquí se siente bastante fresco, porque allá afuera esta haciendo calor... Bien R ¿te parece que comencemos el día de hoy? ¿Hay algo que me quieras comentar? O comenzamos retomando lo de la sesión pasada.</p> <p>R: Si, fíjate hoy tome una decisión indebida...</p> <p>T: A ver, ¿me podrías explicar ampliamente en que consiste esa decisión indebida?</p> <p>R: Fui a la casa tuya...</p> <p>T: Gracias.</p> <p>R: Y estaba un hijo y mi esposa, que acababan de salir de vacaciones, entonces le dije: “aunque sea sentado, quiero pasar la noche”... “cuando tomes decisiones, pues primero consúltanos” me dijo él... tenía razón, pero yo no sabía tampoco, entonces me fui a acostar casi a presión, entonces fui a pasar el examen... y regresé a desayunar... ¡uhhh! Ya me tenían un plan rancharo...</p> <p>T: ¿A que te refieres?</p> <p>R: Me dijeron que... de las razones por las que paso, es porque ella cobra, y me da el dinero para venir a pagar aquí, entonces dijo mi hijo: “yo lo voy a hacer el primer sábado de mes”.</p> <p>T: Tu hijo se ofreció venir a pagar aquí...</p> <p>R: Aja, entonces le dije: pero me estas cerrando la puerta, ya en mis consultas no voy a poder visitarte, mmm es lo de menos eso, pero si... si pega pues.</p> <p>T: Si, R, pienso que no debe de ser nada agradable que un hijo se dirija a ti de esa forma, y ¿te digo algo? Se nota como tu dices que si te pega, se puede notar en tu tono de voz y en tu semblante Pero ¿me podrías decir exactamente qué sentimientos te provoca esto o a qué sentimientos te refieres cuando dices que eso te pega?</p> <p>R: Pues no me agrada, me hace sentir mal, es mi casa...</p> <p>T: ¿Y que piensas tú de eso?</p> <p>R: Que se comportan así por muchas cosas...</p> <p>T: ¿Qué cosas?</p> <p>R: Pues por tantos problemas que hay... pienso que lo de ellos ya era un plan rancharo.</p> <p>T: A ver si entiendo, estás queriendo decir que ellos ya tenían</p>	<p>Ψ Concretización, se le pide a R que especifique en que consiste la “decisión indebida” que tomó.</p> <p>Ψ Se utiliza una concretización con el fin de que R especifique lo que quiere decir con “plan rancharo”.</p> <p>Ψ Reflejo de sentimiento, se le refleja a R la forma en que demuestra la tristeza que le provoca la relación que lleva con su hijo.</p>

pensado decirte eso desde cuando, con el propósito de que los visites lo menos posible, ¿a eso te refieres cuando dices que es un plan ranchero o me equivoco?

R: Ándale, pero como quiera que sea, bueno... por cierto, que les necesito avisar porque no saben como pueden venir, necesito hablarles por teléfono para decirles cómo. Para mi, no se tú si estoy bien, sólo hay que entrar por la avenida aquí, al edificio en coche... hay que entrar ¿como se llama el centro comercial que está aquí al último? A donde esta el paso...

T: La verdad no sé R, casi no conozco por acá...

R: Es aurrera, es... un aurrera... un centro comercial grande que hay, mega... de ese centro comercial adelante está el paso para acá, y entrar por América del sur a una de las callecitas de aquí, dejaría el coche y entrar, pero están pidiendo... tiene policías, están pidiendo identificación, y pues que se traiga un recibo, del último pago... y ya, para que lo dejen pasar y deje el carro, porque está lleno de policías, está muy bien porque están previniendo cualquier accidente... ahora si sabes algo, para la próxima me traes...

T: Si R, si se algo yo te aviso.

R: Por favor ¿no?, de que otra manera puede entrar.

T: Si, yo te aviso, bueno porque por lo menos de la esquina de aquí donde suben las combis que van para el CCH, a partir de donde empieza la casa, hacia delante ya no se puede...

R: Me dicen que la calle que sale aquí se llama Asunción... que otra cosa... este veintiuno quedé de estar con un chofer... para dejarlo de planta conmigo y hablarle por teléfono, sistematizar la entrada y la salida, porque la salida sería la de menos, pero la entrada... el regreso es el difícil, porque ya no puedo llegar a la casa, desayunar y pedir el coche ¿me entiendes?, me... me, era plan ranchero.

T: Si, con esto cambio un poco tu rutina que tenías cada vez que ibas a hacerte los estudios.

R: Al principio que estaba lleno de ira, no me di cuenta del... pero ya que estuve razonando, dije... pa que te cuento, y ahorita ya me pasó mucho...

T: ¿Y que has pensado de todo esto, qué has sentido?

R: Muy mal... y luego con el cambio de... ya le dije a la superiora que, que yo le aseguraba que esto iba a cambiar de perfil...

T: ¿Tú se lo comentaste?

R: Si.

T: ¿Y qué te dijo ella?

R: No, no se preocupe dice... pero en unos cuantos días llegan otras... pero yo creo que no, porque sólo tienen puras

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar que R piensa que su familia tiene un plan en su contra.

Ψ Alza la cabeza hacia arriba, mirando al techo.

vicentinas, y esas vicentinas son gente de dinero, que manejan bastante dinero y tienen fabricas, tienen industrias, tiene sus ocupaciones, vienen a brindar su tiempo libre, no van a venir a quedarse... entonces esto no va, va a decaer, va a desmejorar, en el aseo, en la comida, en la pensión... para mí, va a cambiar el perfil...

T: ¿Tú así lo consideras?

R: Si, ¿y sabes donde lo veo?, en la capilla.

T: ¿Qué pasa en la capilla?

R: En la capilla..., este es uno de los primeros desórdenes... ella es una asilada, va a gimnasia ella, en el salón...

T: Si R, y me decías que en la capilla se estaba comenzando a notar... ¿cómo te das cuenta?

R: A sí... yo soy curioso y observador, pero por lo mucho de que mi trabajo fue, ha sido eso realmente, en toda la república... entonces notaba yo determinada gente... ¿no conoces la capilla?

T: Si la he visto, está allá abajo, a un lado de recepción ¿no?

R: Tiene tres filas de bancas de, de diez u ocho cada banca, tiene tres filas... entonces yo apartaba... la de, la que estaba a la izquierda... ya en su máximo tiempo de llegada, que es antes de que venga el, el evangelio, que es cuando cuentan la misa, ya habían veinticinco, veinticinco a la izquierda; y a la derecha en la otra fila de bancas, habían como quince personas... y al centro, era muy variable, porque llegan gentes de las, del, de las vacantes de la compañía, que llegan a misa, pero muy regular... pero siempre estaban las flores, casi se llenaba, a veces... los domingos siempre, invariablemente, total de la capilla llena... y ahora había... nueve de este lado y ocho de aquel lado... diecisiete, y al centro había como cinco... ya no quería dar misa el padre ¡eh!

T: Por lo mismo de que eran pocos...

R: Si, y eso es lo que va a pasar...

T: ¿Qué es lo que te hace pensar esto R?

R: Lo mismo que te digo... que esto va a cambiar de perfil, al no estar las sores, se quitan ya la presión... hasta, hasta yo nunca, nunca me levanto después de las cinco... y hoy me desperté a las seis y cinco... me fui a dar un baño rápido y me fui a la capilla ¿ves?

T: A ver, ¿entonces estas queriendo decir que ahora que se van las sores, van a ir dejando de lado el interés que antes tenían por las cosas de aquí y las diferentes actividades que tienen, como el ir a misa?

R: Si, va a faltar interés, y es que el interés es... en el caso de la capilla, el interés es estar bien con Dios, ir a solicitar el

Ψ En ese momento entra una persona al lugar donde se estaba llevando a cabo la sesión para hablar por teléfono, por ello se tuvo que suspender aproximadamente 2 min. la sesión.

Ψ Señalando con su mano el lado izquierdo y después el lado derecho.

Ψ Se hace un reflejo de contenido sobre la falta de desinterés

bienestar de tu familia... digo, es un criterio propio ¿tu crees, qué crees que pase? Va a bajar en muchos de talles, por ejemplo, un ejemplo sería este precisamente: nos cambian las sábanas cada semana, hacen el aseo cada semana, empieza a hacer cada quince días, se van desentendiendo... muchos detalles, y ¿quien te vigila?...

T: Las sores entonces tenían un papel como de guías, les decían esto se debe de hacer, esto no... y ahora ya no las van a tener.

R: Exactamente.

T: ¿Y esto como te hace sentir R?

R: ¿Cómo?

T: Que esto que tú me dices ¿cómo te hace sentir?

R: Que las que están enfermas, los que estamos enfermos, se van a morir por falta de atención... porque por ejemplo, me estaba diciendo un compañero, de por sí esta muy mal la comida... fíjate en la mañana, pasan una charola con azúcar, café, servilletas, café azúcar, chocolate y servilletas... y nada más te ponen dos tazas, a sí es que... aparte te sirven atole y té, y agua caliente por si nada más quieres tomar chocolate o café con azúcar... pero te ponen dos tazas, así es que tu tienen que escoger si... ¡ah! jarras de leche, pero si te ponen dos tazas, tu tienes que escogerlo que quieres, pero en dos tazas... ahí está un, un... un obstáculo con la alimentación, y nada más te dan frijoles... y pan, un pan de, un pan de dulce y pan, pan blanco... pero ¡horrible el pan!

T: Es muy deficiente su alimentación...

R: Muy deficiente... el desayuno, porque la comida si, si se me hace bien, total, pero muy aburrida... te voy a decir el tour... ay una dieta fija, la dieta fija consiste en un caldo aguado de pollo, de pollo, lleva una pieza y verdura cocida, en un... ¡ah!, tres cosas, nada más hay calabaza, chayote y zanahoria... a mí la calabaza no me gusta, quizá le reduzca una pieza, pero ahí la ventaja es que te dejan piratear la comida en general... en la comida general dan, hoy por ejemplo dieron carne de puerco con verdolagas, entonces puedes pedir un pedacito, no te dan más... puedes, puedes complementarte con el guisado de la comida en general... arroz y una sopa aguada, entonces ahí te nivelas, y agua fresca... ¿qué te parece?, pero hay, hay que... si sabes que estás a dieta ni te ofrece, ni aunque le pidas te da ¡eh!

T: ¿No?

R: No... ¡ah! y tortillas las que quieras, pero ¡ah, que tortillas!

T: ¿Por qué R?

R: En un santiamén se ponen como si fueran huaraches, si no

que las personas que viven ahí muestran por la religión.

la comes calientita... te la sirven caliente y tienes que comerla rápido.

T: Entonces me dices que eso ya se había venido dando desde antes de que se fueran las sores ¿no?

R: Si, si.

T: ¿Y ahora con esto?

R: No, ahora ni tortillas hubo...

T: ¿No hubo tortillas?

R: No hubo tortillas ¿cómo la ves?... ¡no esto va a estar!... alguien comenta que se mueren de hambre, que se estaban cayendo en el piso diez... el piso diez es de puros hombres y que se estaban cayendo, por culpa de los alimentos... porque no te he dicho la cena, la cena consiste en que te ponen también dos tazas, yo casi por lo regular me gusta el café con leche, entonces me sirvo azúcar, media cucharadita de café... y nada más hay pan de dulce, pan blanco y fruta, bueno por decir fruta ¿no?, un postre que puede ser una gelatina, un durazno cocido, un plátano maduro, en sí puedes escoger una pieza de fruta o, o la gelatina, y tan, tan. ¿Está pasando gente para allá?

T: Si

R: ¿Si?

T: Si, me imagino que van para el salón.

R: ¿Muchos?

T: Pues ahorita ahí van dos señoras, pero más antes habían pasado otras señoras.

R: ¿Me puedes recordar en qué nos habíamos quedado en la sesión pasada, tú me dices?

T: Si R, en la sesión pasada veníamos diciendo que no habíamos podido concretar lo que te pasa, me decías que parte de lo que te pasa ahora se debe a cuestiones que sucedieron en la niñez, en tu infancia...

R: ¿Y tú que opinas, es posible eso?

T: Lo importante es lo que pienses tú... lo que yo opino es que tal vez la respuesta esté en ti mismo ¿Qué piensas de eso?

R: Puede ser fíjate, no lo sé.

T: ¿Quiere decir entonces que no puedes afirmarlo?

R: Pues creo que no del todo.

T: Bueno, en la sesión pasada me dijiste, claramente lo recuerdo, que parte de cómo eras ahora, se debía a cuestiones que viviste en el pasado entonces ¿ya no estas muy seguro de eso?

R: ... Pues pensándolo bien, creo que si hay cosas importantes en el pasado que pueden explicar lo que soy ahora.

T: ¿Quieres decir que ciertas cosas, sólo algunas cosas... no toda tu infancia, cierto?

Ψ Señala hacia la ventana.

Ψ Manejo de silencio.

Ψ R afirma que hay cosas del pasado

<p>R: Si, creo que sólo parte de mi infancia.</p> <p>T: ¿Entonces para ti es importante remontarnos a tu pasado?</p> <p>R: Pues fíjate que si, me ha venido afectando el pasado... y me ha venido afectando el pasado ¿sabes por qué?, me ha perjudicado mucho en mi criterio personal que tengo de la mujer.</p> <p>T: ¿Cuál es tu criterio actual de la mujer?</p> <p>R: Mi criterio es que... que es más fácil y práctico tener una querida que una esposa.</p> <p>T: ¿Qué es lo que te hace pensar eso?</p> <p>R: En primera porque a la querida la está manteniendo el marido, y la esposa la tienes que mantener tú... tengo una, un infortunio, de haber tenido la facilidad, quizás por el mismo mecanismo de canalla, siempre quise tener queridas, tener siempre querida, nada más por eso... me case hasta los treinta y tres años con mi esposa fíjate, y ya estaba yo en el límite... también te llega la sog a al cuello, pero no es fácil. No este... no es cierto que a la hora que uno quiera casarse, pueda casarse.</p> <p>T: ¿Entonces no depende de uno directamente?</p> <p>R: Posiblemente más de uno que de la mujer ¿no?, pero este, y eso... que te acostumbras, independientemente de primera novia, entre diecisiete y dieciocho años... no le miraba yo chiste, porque ya tenía yo a la querida... y tenía tres hijo, tenía tres hijos, dos hombres, dos hombres y una mujercita.</p> <p>T: Si.</p> <p>R: Y era, lo peor de todo, que era hermana de una tía política en donde yo vivía que me tenían de a gratis... y por esa situación me corrieron, de la casa de mi tío. Por cierto que los tres hijos, uno es contador público, muy acertado; uno es médico, y la otra es maestra... y tuve el descaro de ser novio de la hija fíjate. No tengo nombre.</p> <p>T: Entonces R, tu me dices si estoy bien o me equivoco... por lo que me platicas que viviste en tu juventud, el hecho de tener queridas, como tú dices y en sí las relaciones que tu tuviste en ese entonces, contribuyeron en parte a que cambiaras el criterio de la mujer, criterio que digamos, tú cambiaste por decisión propia... sin embargo eso hizo a su vez que se viera afectado tu matrimonio, y que por lo tanto haya ciertos roces actualmente entre tu esposa y tú... ¿es eso lo que me estas tratando de dar a entender, o me equivoco?</p> <p>R: Totalmente.</p> <p>T: Y entonces al recordar todo eso ¿cómo te sientes, cómo te hace sentir el hecho de tener diferencias con tu esposa?</p>	<p>que explican su comportamiento en el presente, logrando un insight.</p> <p>Ψ Se hace un reflejo de contenido sobre la creencia que tiene R de que algunas cuestiones del pasado explican su comportamiento actual.</p> <p>Ψ Señala con su dedo índice izquierdo su cuello.</p> <p>Ψ Se ríe</p> <p>Ψ Se ríe</p> <p>Ψ Se hace un reflejo de contenido sobre las razones del concepto</p>
---	---

R: Pues no me hace sentir bien ¡eh!, me hace sentir mal... porque pienso que, estaba yo falseando mis sentimientos así simplemente.

T: ¿A que te refieres cuando dices que estabas falseando tus sentimientos?

R: Pues si, no le era yo fiel a mi novia, para empezar, ni le era yo fiel a la querida, entonces si tenía yo novia... por cierto que no se casó mi novia... presente tengo ahora que estuve yo en Chiapas, se llama Lidia Merida Navarro.

T: Si.

R: Esta ya jubilada de maestra, porque te decía yo que la universidad de Chiapas tiene, tenía pegados las profesiones, el bachillerato y la normal, en ese tiempo... todo estaba junto, así que era una mezcla tremenda... de por sí es baja la enseñanza en los estados con respecto al D.F., el nivel es primoroso.

T: Claro.

R: Me pegaban aquí unas revolcadas, pero dije: yo tengo que estudiar el bachillerato y hacer una carrera... pero nada más hice el puro bachillerato... pero la indecisión... si te dije que hice el plan de cinco años ¿verdad?

T: Si.

R: Pero yo, yo ya no curse, no termine en Chiapas el quinto año... entonces, si pedían en el colegio militar secundaria cuando yo entre... ahora ya te piden bachillerato también para la carrera militar... entonces una tía me sacó a mi un certificado, global, pero había yo reprobado química... y no sé que arte... ocurrió un milagro de, de mis oraciones... no era yo católico tampoco, paso desapercibida la química, porque no decía química reprobada, porque no lo podían meter, entonces nada más quitaron la materia y me dieron el certificado, porque se pasaba un año de lo que quería el colegio militar, entonces quien sabe que, cómo, que pasó, el chiste fue que entré al colegio militar.

T: Tuviste la fortuna de entrar al colegio militar.

R: Claro... no y... fue mi tabla de salvación.

R: ¿Ya sabes que es eso?

T: Es agua.

R: Agua, agua hervida... eso también puede cancelarse ¡eh!
Por el gasto de gas.

T: ¿Me permites hacerte una observación R?

R: Claro, adelante.

T: ¿Sabes que he notado R, en estos días?

R: ¿Qué?

T: Que si te mueve un poco, el hecho de que vayan a cambiar de administración, lo más seguro es que yo en tu lugar me

que R tiene sobre la mujer.

Ψ Concretización, se le pide que especifique lo que quiere decir con falsear sus sentimientos.

Ψ En ese momento entra una persona a donde se lleva a cabo la sesión a dejar una jarra con agua, por lo cual hubo un momento de silencio.

Ψ Señalando la jarra que entró a dejar la

preocuparía también, no debe de ser nada fácil pensar que pueden cambiar todas las cosas a las que los tienen acostumbrados, y no por el hecho de... de cómo te podría decir, no por el solo hecho de que ustedes estén o no acostumbrados, si no porque son servicios que son muy importantes para ustedes, para su salud y bienestar ¿no?

R: Fíjate que si... otra cosa que me está preocupando es el medicamento, si no lo tomo a las, si no lo tomo cada cuatro horas, si tomo... y si se me pasa, me pega mira... fíjate en mi brazo izquierdo, empieza a temblar, pero también psíquicamente me está dando en la torre la enfermedad... me gana... como la tome a las seis de la mañana que fue cuando desperté hoy, siempre la tomaba a las diez y media u once, tome a las diez y media... cuatro horas hasta donde llega... tres y media, pero como ibas a venir tú, me la tome a las tres, para estar liberado contigo, para tomarlo a las siete...

T: A las siete te toca.

R: Si.

T: Tienes que estar muy alerta para que no se te pase a la hora que te toca... muy bien R... regresando un poco a lo que estábamos, a esto de las preocupaciones, ¿se puede decir que hay varias cosas por las que te preocupas, o es una nada más la que está de trasfondo?

R: Como le decía yo a mi hijo y a mi esposa... que soy conflictivo, si no tengo un conflicto no estoy a gusto.

T: ¿A que crees que se deba R?, muchas veces nos pasa eso ¿no?, si no tenemos un disgusto, o una emoción fuerte, pareciera que no estamos a gusto, incluso, aquí entre nos, es algo que a mi me pasa a veces... pero en tu caso, ¿a qué crees que se deba esto?

R: Porque toda mi vida a sido siempre de conflictos fíjate... siempre que he estado... que he estado he tenido conflictos.

T: Eso es muy interesante R, ¿cómo es que ha habido siempre conflictos en tu vida?

R: Por ejemplo, te voy a decir el último conflicto que tengo.

T: Si.

R: Me dio mucha pena que la otra vez me hayas me encontraste dormido, entonces dije: ahora no me va a encontrar, no me va a encontrar dormido, y efectivamente no... ¿pero sabes cuál es el conflicto?

T: ¿Cuál?

R: Los zapatos... si no me los meto con calzador, no pueden entrar los zapatos... tengo un, tengo un calzador de plástico, que no soporta ya, ya casi si esta doblando...

persona.

Ψ Se muestra una actitud empática cuando R menciona sus sentimientos a cerca de los cambios por los que atraviesa.
Ψ Extiende por un momento su brazo izquierdo y lo vuelve a flexionar para recargar su cabeza sobre su mano.

sobre todo el pie izquierdo, el derecho como quiera, hasta con la mano... entonces ya estoy pensando: debo tener un calzador metálico, lo voy a comprar.

T: Exacto, claro, para que no se te...

R: Para que no se cree ese conflicto.

T: Si.

R: ¿Cómo la ves?

T: Parecen cosas muy sencillas, pero como tú dices al fin y al cabo a nosotros nos crean conflictos. Eso me parece muy importante y me gustaría que lo platicáramos más ampliamente la sesión próxima si tu estas de acuerdo, porque ¿qué crees? ya se nos agotó prácticamente el tiempo, y ustedes dentro de unos cuantos minutos se tienen que ir a merendar, entonces ¿estas de acuerdo que continuemos en la próxima sesión?... ¿qué te parece?

R: Me parece bien, si me gustaría seguir platicando de esto.

T: Bueno pero antes, te pregunto cómo al final de las otras sesiones ¿cómo te sentiste en esta sesión?

R: Muy bien, como pez en el agua fíjate.

T: ¿A gusto?

R: Totalmente, esto de hablar contigo me hace bastante bien fíjate, además como te había dicho, estoy pudiendo reflexionar cosas que antes no había reflexionado.

T: ¿Cómo qué R?

R: Como esto de los conflictos que te digo... reflexionando creo que esos conflictos no es que aparezcan de la nada, yo mismo me los creo...

T: Claro, como dicen todo depende del cristal con que se mire ¿no lo crees así?

R: Pues fíjate que si

T: Muy bien, entonces ¿hay algo más que me quieras comentar por el momento?

R: No, es todo por hoy.

T: Entonces nos vemos la próxima semana ¿si?

R: De acuerdo.

Ψ Se ríe

Ψ R utiliza la metáfora "como pez en el agua" para describir como se sintió durante la sesión.

Ψ Se ríe

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es que en esta ha podido reflexionar acerca de otras situaciones de las cuales en las sesiones anteriores no lo había hecho, como lo que mencionó acerca de que el mismo se crea aquello que llama conflictos.
- Lo que yo me llevo de la sesión es el hecho de que R comenta muchos datos que al parecer no muestran ninguna relación, sin embargo esto se confirmará con el paso de las sesiones.

SESIÓN 6

Aspectos relevantes durante el proceso

T: Muy bien R, vamos a iniciar la sesión de hoy ¿qué tal tu día?

R: Pues fíjate que bien, muy tranquilo.

T: Bueno R, te parece que comencemos con lo que dejamos pendiente la semana pasada, o hay algo en especial que me quieras comentar hoy.

R: No, me parece bien ¿en qué nos quedamos?

T: En la sesión pasada me estabas diciendo, que a ti te gustaba, mejor dicho, que vivías con muchos conflictos, que tu vida estaba llena de conflictos...

R: Que yo me fabricaba.

T: Exactamente, que tu te fabricabas... un ejemplo que me ponías es el de tu calzador, que me decías que cómo es de plástico se te dobla y que estabas pensando en comprar uno de metal ¿recuerdas?

R: Si.

T: ¿A parte de éste, que otros hechos consideras que te han ocasionado cierto tipo de conflictos?

R: Por ejemplo en, ahora del calzador, hay unas cosas, primero lo trato con cariño, y ya encargué un metálico, así que me lo van a comprar, pero yo no pregunto cuánto cuestan, cinco o seis pesos, cuatro o lo que cueste ¿verdad? Por eso no me quite los zapatos hoy... en primera porque me da mucha pena que me los esté calzando delante de ti, que ya es de tu tiempo... ya le saque la cuenta, si quiero llegar a tiempo, a todo le tomo tiempo, lo sumo y digo: después de levantarme debo hacer esto, si no hacer esto, para alcanzar esto... todo tiene su tiempo, quince minutos me lleva ponerme los zapatos fíjate...

T: Quince minutos... y supongo que eso para ti ya te generó un conflicto en un momento dado ¿no es así?

R: Exactamente.

T: ¿Y cómo te hacen sentir esos conflictos? Porque como todos, a veces nos creamos, como bien tú lo dijiste ciertos conflictos, algunos más difíciles que otros, pero en general ¿cómo te sientes tú cuando se crean esos conflictos?

R: Me hace sentir desilusionado, molesto, por ejemplo si ahorita, si ahorita voy al cuarto y me dicen: necesitas cambiarte de ropa, me pones a llorar, porque es un verdadero conflicto bañarme y moverme del cuarto de baño, en ese cuartito para poder hacer todo ese cambio... pero ¿por qué?, por la enfermedad... si me paro ahorita y no me agarro, me caigo... entonces cuando me voy a parar,

ahorita que dijiste eso, ya estoy pensando de donde me voy a garrar, que te voy a pedir antes de que te vayas, me dejes en la puerta parado...

T: Si R, claro.

R: Y a veces ese es un conflicto... pero es un conflicto que me desmoraliza, porque me siento inútil... y me tiende, me tiende al suicidio casi, a veces digo ¡no! pues mejor me voy a acostar y me muero... que es malo eso...

T: Me puedes describir mejor ese sentimiento... ¿cómo es que a veces te sientes inútil, que te desmoraliza...?

R: Fíjate un detalle... yo no era católico, hasta... atrás de cinco años... entonces yo pienso que Dios me castigó... porque posteriormente en mi carrera y en mi desarrollo, en mi oficio de militar, trabajé en un convento... y ese convento está atrás del colegio militar... y se llama colegio salesiano.

T: Si.

R: Esas monjas se dedican al, se dedican a la enseñanza, tienen escuelas, y les devolvieron el edificio, el edificio que tenían los hijos del ejercito, y con el trabajo de ellas, ya es una escuela muy potente, desde luego no pueden tener, escuelas con el nombre de santos ni nada, porque no lo permiten en la secretaría de educación, entonces yo trabaje en ese proyecto... digamos que comence a tener contacto con las monjas del lugar y digamos que ese fue mi primer contacto de forma mas directa con la religión, pero entonces no era de mi interés, hasta que llegué aquí...

T: A partir de entonces te acercaste a la religión.

R: Así es.

T: Y ¿cuál es la relación de la religión con los sentimientos que surgen cada vez que tienes un conflicto?

R: Era a lo que iba... en la religión pude encontrar afortunadamente un remedio, me siento tranquilo, me siento en paz... cada vez que tengo esos sentimientos me acerco a la religión...

T: Y me decías que tienes sentimientos de desilusión, de molestia, que te sientes desmoralizado ¿no?...?

R: Si.

T: Incluso me llama la atención que digas que es mejor morir... se me hace algo fuerte...

R: Es fuerte, pero cuando te encuentras en una situación como la mía...

T: Comprendo que debe de ser bastante difícil R...

R: Bastante... pero la verdad es que no lo digo en serio pero, por eso te comentaba... es cuando la religión hace acto de presencia...

T: ¿Qué pasa con la religión?

Ψ Concretización, se le pide a R a que se refiere cuando menciona que se desmoraliza.

Ψ Se ríe

R: Pues fíjate que cuando me siento así, recurro a ella, ya sea que haga una oración o vaya a la capilla de aquí, o yendo al círculo bíblico al que voy, es cuando encuentro un alivio.

T: Se puede decir entonces que la religión es un medio en el que encuentras esa tranquilidad de la que necesitas en el momento...

R: Ándale...

T: Me parece importante R que de alguna forma trates de encontrar tranquilidad, que no te quedes con esos sentimientos ¿o tú que piensas?

R: Si trato de deshacerme de ellos...

T: ¿Es como si te quitaras de encima una capa pesada?

R: Aja, pero muy pesada.

T: Entonces me decías que no hablas en serio cuando dices que con esos problemas te dan ganas de morir mejor...

R: No, no... obviamente lo digo en broma... ¿tu crees que si no tuviera ganas de vivir iría a mis citas con el médico?

T: Claro, y eso también es de admirarse, se nota que tienes un gran interés por solucionar tu enfermedad... porque si, de verdad hay gente que se deja vencer ¡eh!, te felicito por esa parte R. Hay un autor que dice que el hombre siempre que elige, elige bien... y la verdad es que eso se aplica bastante bien en tu caso... has elegido buscar una solución a tu enfermedad, a las situaciones que vives y eso es de admirarse.

R: Gracias.

T: Que bueno R, me da gusto.

R: Por cierto no he podido hablar con el cardiologo sobre el tratamiento que te decía la otra vez, y la verdad es que si estoy muy interesado en eso.

T: Pues, si es importante que se lo comentas.

R: Si es lo que quiero.

T: Te has puesto a reflexionar R, que a esas cuestiones que para ti son conflictivas tienen solución.

R: Pues reflexionando seriamente son conflictos que yo mismo construyo.

T: ¿Eso piensas tú?

R: Si, eso creo.

T: Reconocerlo es importante ¿no lo crees?

R: Si, eso sí.

T: ¿Te refieres entonces a todos los conflictos, incluidos los conflictos con tu esposa?

R: Si, de alguna manera...

T: ¿Cómo es eso que de alguna manera?

R: Pues ella también contribuye... las relaciones son de dos.

T: Lo importante en este caso es cómo lo percibes tú ¿o me

Ψ Uso de metáfora: "como si te quitaras de encima una capa pesada" para referir lo que siente R cuando encuentra alguna solución a sus problemas.

Ψ Se ríe

Ψ Se muestra una actitud empática después de que R comenta que trata de buscar las soluciones a sus problemas.

Ψ R menciona que él mismo construye sus conflictos, logrando de esta forma un insight.

Ψ Se hace una concretización para que R especifique a

equivoco?

R: Si... aunque déjame te digo que ella tiene su carácter bastante fuerte.

T: Claro, pero eso es algo que depende de ella ¿o que piensa tú?

R: Si claro, definitivamente, y ante eso yo no puedo hacer nada.

T: Claro, no está en tus manos, pero debe de haber algo que realmente si esté en tus manos y que puedas manejar ¿no?

R: ... pues si, mi carácter, la forma en que yo veo las cosas ¿a eso te refieres?

T: Bueno, son cosas que si puedes cambiar tu mismo ¿no lo ves así?

R: Si, tienes razón, pero a veces ¡híjole! Es difícil convivir con ella... por eso tengo pensado ir lo menos posible para allá...

T: Claro, eso sería una forma de solucionar los conflictos, aunque sería bueno pensar si es conveniente... ¿crees que lo sea?

R: Pues por lo menos no la veo, no peleamos.

T: Si.

que se refiere cuando dice que de alguna manera él construye sus conflictos.

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R reflexione a cerca de las situaciones que él puede manipular.

Retroalimentación:

- Lo que se lleva R de la sesión es el haberse percatado que así como se puede crear conflictos, él mismo puede deshacerse de ellos, incluso mencionó que puede buscar soluciones y ponerlas en marcha.
- Lo que yo me llevo de esta sesión es la satisfacción de saber que R, va concientizando cada vez más sus conflictos, tal como él lo pudo constatar en esta sesión.

Incidencias:

La sesión no se pudo llevar a cabo en el tiempo establecido debido a que veinte minutos antes de que se terminara el tiempo de la misma, R recibió una llamada de uno de sus hijos, por lo cual tuvo que bajar del tercer piso en donde nos encontrábamos, a recepción que se ubica en la planta baja, por lo cual se agotó el tiempo de la sesión. Cabe mencionar que el tiempo de la sesión ya no se pudo compensar posteriormente debido a que sólo se nos permitía estar en el hogar en el horario y los días acordados.

SESIÓN 7	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Hola R ¿cómo has estado?</p> <p>R: Pues bien, dentro de lo que cabe.</p> <p>T: ¿Cómo que dentro de lo que cabe?</p> <p>R: Pues si, con los achaques de la edad, de la enfermedad.</p> <p>T: Bueno, hay que revisar eso... ¿te parece que comencemos con la sesión de hoy? ¿hay algo que en especial me quieras comentar, o continuamos con lo que platicábamos en la sesión pasada?</p> <p>R: Si, fíjate, nunca había yo oído... ya sabía yo que iba a haber... ya me habían anunciado que iba a haber ese programa de parkinson, pero pensaba yo no oírlo, ahorita accidentalmente lo oí un parte... y entonces este... a lo mejor te estoy engañando, si se llama dopamina el, el...</p> <p>T: El medicamento.</p> <p>R: Si, el medicamento también... ¿no lo quisieras traer?</p> <p>T: ¿Dónde lo tienes?</p> <p>R: Está de aquel lado así, como esta ese tele... al terminar el televisor, en el pasillito de atrás para cerrar el closet, está una caja verde, medio aplastadita, de este tamaño, con el letrero de... del medicamento, este... levodopa, carbodopa.</p> <p>T: Entonces te lo traigo.</p> <p>R: Si ¿solo dice levodopa y carbodopa? A lo mejor dice dopamina.</p> <p>T: Haber, dice levodopa y carbidopa, haber acá... dice que contiene levodopa y carvidopa... doscientos cincuenta miligramos de levodopa y veinticinco miligramos de carbidopa... nada más.</p> <p>R: ¿No tiene dopamina?</p> <p>T: No, no tiene dopamina.</p> <p>R: No, ¡huy! entonces yo no estoy en ese tratamiento, ahí dice que lo trata con dopamina... es otro criterio del hospital militar entonces.</p> <p>T: Así debe de ser.</p> <p>R: Entonces ¿Me lo dejas por favor en su lugar?</p> <p>T: Entonces ¿viste este reportaje acerca del parkinson R?</p> <p>R: No lo vi.</p> <p>T: ¿Lo oíste?</p> <p>R: Estaba en la tele en el canal trece.</p> <p>T: ¿Y que te hizo pensar R, que te provocó al verlo?</p> <p>R: Me provocó resequedad en la boca, que es lo que me pasa con la carbodopa, levodopa... y pensar... que necesito ir... porque no es normal el, esa resequedad, resequedad en la</p>	<p>Ψ Señala con su mano derecha hacia su recamara.</p> <p>Ψ Señala una distancia con los dedos índices de sus dos manos, para indicar el tamaño aproximado de la caja que menciona.</p>

boca, sobre todo por la tarde y por la noche.

T: Si.

R: Y decirle al doctor: oiga hay un problema con la dopamina... que, que él es neurólogo, y especialista en esto, en parkinson...

T: Oye R, cuando me dices esto, me hacer pensar que el reportaje te dejo un cierto tipo de inquietud ¿no, o me equivoco?

R: Si.

T: ¿Qué fue lo que pasó?

R: Me quito la alegría de tener ya aquí el... el este... el estudio que me faltaba... en junio.

T: Si.

R: Que no me... como no leo, me lo leyó otra persona... y de muy bajo nivel este...

T: ¿Educativo?

R: Educativo... entonces no pude sacarle nada, porque si no... entonces pensé en el doctor de aquí, ir con el doctor de aquí... y decirle: mire ya conseguí... él, él lleva todo mi caso médico, a él le di las radiografías, las tomografías, la radiografía craneal, y todo, lo que no le di fue... la, el resultado de los nueve días que estuve internado en busca de... de las, de los colapsos, que no creo que estén allí, o quien sabe, a lo mejor... porque, bueno mira, el estudio es a base de un casete, no es como la ecocardiografía, sino que es diferente.

T: Si.

R: Entonces, tiene todos los... el grado, el nombre, la hora el día, todo... y el médico que lo está solicitando... y según el que me lo leyó, que lo iba yo viendo, que no lo iba yo viendo con lupa, porque quiero, no quiero dar opiniones cerradas ¿no?, pero según mis conocimientos de computación...

T: Si.

R: Cada hora está dando un parámetro, dentro de una grafica, un parámetro del ritmo cardiaco... yo no sé para qué lo quieren ¿verdad? Entonces necesita un inter, el médico que lo interprete, para que le estoy jugando al loco. Claro que este tampoco va a saber porque no es cardiólogo.

T: Si.

R: Pero si va a tener mas ideas de las que yo pueda sacar.

T: Claro, a lo mejor no te pueda explicar con toda certeza el diagnóstico, pero tal vez se acerque más que cualquier otra persona común a lo que los estudios tratan de revelar.

R: Ándale.

T: Entonces R, me decías que al ver este reportaje, se te fue la alegría, a sí me lo dijiste textual ¿no?

y por la mañana... quiere decir que no me lo puedo poner, casi me dio a entender que no me lo puedo poner cuando haya luz, pero si quieres veme la vista horita, tú si sabías, porque el martes me viste los ojos ¿si me los quieres ver ahorita?

T: A ver... Se te ven mejor.

R: Si... bueno, en esto ya avanzamos... entonces ¿dejamos este tema?

T: Como tu creas más conveniente ¿te parece mejor dejar este tema y pasar a otro?, lo podemos hacer... Mira, a mi por ejemplo, me gustaría pasar más a fondo a tus preocupaciones... siento que no hemos terminado de comentar bien que es lo que pasa en este sentido... no sé que te parezca a ti, pero siento que sigue habiendo cabos sueltos, ya ves que era lo que comentábamos al final de la sesión pasada.

R: Si. No me quieres pasar el teléfono.

T: Claro.

R: Si... mira ahorita me tiene muy preocupado lo siguiente... el día que te conté que fui a imponerme en la casa, en casa de mi familia, que fui a imponer mi criterio de quedarme ahí, porque al otro día tenía que estar a las ocho ahí, y estaba el problema aquí... con este famoso coma por cierto, decidieron que, yo siempre iba el día de cobro, aunque no me tocara, aunque no me tocara consulta, trataba yo de combinar las consultas con los días de cobro.

T: Si.

R: Los días de cobro son entre siete y ocho del, del mes, entre siete, ocho o nueve; entonces era difícil combinarlos, porque muchos doctores nada más trabajan lunes, martes y miércoles, o jueves viernes y sábado en consulta externa, porque los demás sus misiones son las salas, en donde están los enfermos.

T: Si.

R: Y pues tienen un resto de trabajo todo el tiempo ¿no?

T: Claro

R: Entonces era difícil... entonces dije, para qué me estoy matando, porque estaba yo tratando de llegar a la primera hora, y dije: ¿no lo puede recorrer en día?... es que no trabajan los jueves... el día que esta aquí es....a perdón. Entonces me fui para la casa, y dije, no le hace que vaya yo nada más dos veces, que tiene ¿verdad?

T: A ver su te entiendo, tú tratabas de combinar los días que ibas al hospital, para ir a cobrar también lo de tu pensión.

R: Si, lo que pasa también es que cualquier viaje, es caro, para mi es caro, porque... antes de que estuviera aquí me

Ψ Me acerco donde se encuentra R para observar sus ojos.

Ψ En ese momento suena el teléfono.

Ψ Señala con su dedo índice hacia el teléfono.

Ψ R toma la llamada, al terminar de hablar continua comentando.

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar que R quería

cobraban por ir al hospital, cuarenta y cinco o cincuenta pesos... y por ir a la casa tuya, a la mía, no... pero tenía yo la ventaja que podía yo desayunar ahí con ellos, y en lo que estaba yo desayunando, llegaba el taxi por mí... muchas veces hasta el mismo chofer que me había llevado en la mañana... entonces era muy práctico, pero de todas maneras me costaba cien pesos. En cuanto de mi dinero que me dan para gastos, sin que menos caben sus intereses de ellos.

T: Si.

R: Además, nos hablábamos si ya había recogido por ejemplo el, el... testamento, me olvido mucho de las palabras exactas a veces. Resulta que del parkinson, para que me hagan el cheque, si no sale la firma igual, me rechazan el cheque.

T: Claro y hay problemas.

R: Entonces hay problemas, pero si me lo decían ya cuando me había enojado, menos hacía la firma igual, porque entonces sacaba yo una tarjeta donde tuviera mi firma, y copiaba yo mi firma... ese día estaba mi hijo ahí, oyendo nada más, porque reía el primer día de vacaciones... y me dijo: para que acaben ya todos estos problemas, te voy a ir a pagar la estancia en el... asilo, y este... se acaba el problema, me dijo... perfecto, pero él no se acordaba que yo tenía no sólo que ir a cobrar, a traer el dinero para acá, sino también las consultas... entonces esta vez que fui... ¿te das cuenta del detalle? Ya no fui a la casa.

T: Entonces en sí ¿qué fue lo que pasó ese día que tu decidiste no volver a tu casa, concretamente qué pasó entre ustedes?

R: No, pues que... que estuvimos discutiendo de los mismo ¿no? de siempre, la discusión es si le alcanzan los cheques, si salía el cheque... primero decía yo que con un a regla me hiciera la distancia desde, de la medida que tiene el cheque para poder hacer la firma... entonces hacía yo como una práctica, antes de firmar, pero ya enojado, ya no me salía la firma ni con chochos.

T: ¿Entonces fue que discutiste con ella?

R: Si con mi esposa.

T: ¿Nada más con ella?

R: Nada más con ella... y él oyendo. Entonces dijo que él venía... cada sábado, cada que, cada sábado primero de mes, primer sábado del mes... luego ya le encontré la forma también de que, de que no necesito desayunar... porque me puedo ir sin desayunar.

T: Si.

R: Puedo desayunar en el hospital, ya vi que no es tan caro el,

cambiar sus planes los días de cobro de su pensión.

Ψ Se utiliza una concretización para que R explique exactamente cual fue la discusión con su familia.

Ψ R comenta que al discutir con su esposa, su hijo estando presente sólo escuchaba.

el desayuno... y en ese intervalo pedir el coche de ahí, como ya lo hice, no es la primera vez, y ya este no tengo ningún problema, el problema es que ellos me ignoren y yo los ignore, nada más que se atraviesa un pequeño detalle... y les dije que yo no quería, mi cumpleaños es el cinco de mayo, y les dije que yo no quería nada, ningún regalo, ninguna cena, ninguna invitación a desayunar, nada, nada, no aceptaba yo... lo que ya no le dije fue, bueno, porque esta cita de los ojos la tenía yo para el nueve de mayo, porque siempre le compraba yo como era mi esposa, como es mamá, le compraba yo unos, como a unas tres o cuatro cuerdas hay una florería, le compraba yo un arreglo, para quedar a mano... entonces ya quedamos, por eso no les quiero...

T: En que nada de nada.

R: Ándale, le acabas de dar

T: ¿Entonces que es lo que finalmente te lleva a ti a tomar esta decisión?

Ψ Se ríe.

R: No pues el que tomó la decisión no fui yo... el que tomó la decisión fue el hijo.

T: ¿Pero él te lo dijo directamente, te dijo papá ya no quiero que vengas a la casa?

R: No, no, no, él en ningún momento.

T: Entonces cómo decir que decidió por ti.

R: No, el no decidió por mí porque no me lo dijo.

T: ¿Entonces que fue lo que te dijo?

R: No, la ignorada, ignorarse mutuamente... lo estoy sacando yo... no él, él no dijo en ningún momento la palabra ignorar... lo que si le dije yo: porque no se reúnen y me dicen que fecha de muerte quieren... y yo me muero en esa fecha, es mi responsabilidad...

T: Que fuerte ¿no R?

R: Si, ellos se quedaron callados...

T: ¿Y en ese momento qué te llevó a decir eso?

R: La ira, a mi la ira me pierde totalmente, pierdo los estribos, la ira...

T: Claro R, a muchos de nosotros la ira nos hace perder los estribos, en ocasiones incluso yo suelo perder los estribos, ¿sabes? Esto sucede sobre todo cuando no tenemos un buen manejo de nuestras emociones, en este caso, tú no supiste controlar esa emoción, lo cual te llevó a decir algo fuerte, como lo que les dijiste acerca de tu muerte. Ahora por ejemplo yo creo, siento que controlo mejor mis emociones, sobre todo la ira, pero anteriormente, esto me llevaba en ocasiones por ejemplo a ofender a la gente, a gritar, a buscar una pelea... y al final te das cuenta que eso

Ψ R comenta las consecuencias cuando él atraviesa por momentos de ira, de esta forma logra un insight.

de nada te sirve. En ese momento, la ira te llevó a cuestionarlos sobre que día querían ellos que tu murieras...

R: Si, en primera porque él no tenía porque meterse...

T: ¿Tu hijo?

R: Si.

T: ¿Entonces ahí te molestó el hecho de que tu hijo te dijera que él venía a pagar?

R: Pues en mi interior... de primer intento me cayó mal, pero después dije: bueno, ultimadamente... es que antes así lo hacía mi esposa, venía a pagar... así como lo va a hacer él... no recuerdo porque ella dejó de venir, algo pasó por lo que dejó de venir... ¡ah! Porque yo fui el que le propuse, porque a ella le cobraban mucho dinero por venir, porque se traía un taxi alquilado del D.F. que la espera y regresaba otra vez en taxi, entonces no tenía más que el, y me tría la chequera para firmas cuando necesitaba, que es lo que va a hacer él, cuando se acaben los cheques o no sirva un cheque, tendrá que traerme la chequera a firma... y ya, santas pascuas.

T: ¡Ah! ¿Entonces fue eso lo que te molesto?

R: No pues realmente me molestó que se metiera él... entre los dos se metió como cuña.

T: Y entonces tomaste esa decisión...

R: Ajá... yo mentalmente dije: bueno pues voy a ignorarlos, dejar de... pero no contaba yo con todo esto de aquí, ni contaba yo con el cambio de lo que se llevaban a las madres de aquí, no contaba yo con muchas cosas intermedias.

T: Y en este momento ¿cómo te hace sentir todo esto? El haberte enojado con tu esposa y tu hijo, el haber decidido no regresar a tu casa ¿cómo te sientes en este momento?

R: Pues fíjate que, fíjate que lo que más siento es que ella vaya a perder la hegemonía con los hijos...

T: ¿A qué te refieres cuando dices que pierda la hegemonía con los hijos?

R: Que se desintegren.

T: ¿Qué tu familia se desintegre?

R: Que se desintegre la familia y que no le hagan caso a ella... porque por el sustento económico cada quien tiene su vida.

T: Si.

R: Así es... el mayor, el mayor cada vez está más alejado, por ejemplo... la otra, la mujer vive en Puebla, así es que nada más la visitan; el chico vive ahí; y un, otro es psicólogo también, y su esposa enfermera y hacen su vida muy aparte, pero ese hijo, yo le llamo el mediano, ese la quiere mucho a su mamá, ese llueva, truene o relampaguee, está

Ψ R utiliza la metáfora "se metió como cuña" para referirse a la intromisión de su hijo en la discusión del él con su esposa.

Ψ Se utiliza una concretización para que R especifique lo que quiere decir con que su esposa va a perder la hegemonía con sus hijos.

con la mamá... entonces ya tiene a dos, el que vive ahí y el que se queda la mitad del tiempo con ella, viviendo bajo la hegemonía que han venido... viviendo, porque yo siempre he estado fuera... porque tú no has tomado en cuenta cuando yo he trabajado en Guerrero, en Chiapas...

T: Has trabajado en varios estados R, me lo has dicho en parte...

R: En varios estados, en Laredo... así es que yo no, pero ellos siempre son un... una familia organizada.

T: ¿Quieres decir que son una familia unida, sí?

R: Están unidos... eso es lo que puede causar nada más esto...

T: ¿Y entonces, como te sientes con todo esto?

R: Pues mal... porque si pierden la integridad con ella, la pierden conmigo, porque no hay ese calor familiar... porque algo los une ¿no se te hace?, hay algo que los une.

T: Si, oye ¿y no te has puesto a pensar que ese algo que los une puedas ser tú?

R: No, fíjate que... ahorita me estoy dando cuenta, de que la que los une es ella, porque ella los invita, el mayor cuando menos como en la casa cada mes, tres o cuatro veces...

T: Si.

R: Pero no lleva las, la señora, la señora no se lleva con la mía... entonces nada más le permite que lleve a su hija... la hija tiene un año, así es que, está pequeña... pero de todas maneras hay ese calor familiar ¿no?... y la otra pues no han tenido hijos, se han mantenido, y ya llevan tres o cuatro años ¡eh!, sin nada... y han estado en Alemania, han estado ya un año...

T: Y entonces se han mantenido unidos, en parte gracias a tu esposa.

R: Exactamente, porque he estado en comidas, el día de mi cumpleaños he estado en comidas o desayunos, últimamente prefería yo estar en la casa que en un restaurant, es más cómodo, más familiar, pero ellos no lo entienden así, mala suerte, pero era bonito... desde hace mucho, antes de que pasara esto del pago, ya les había dicho que yo no quería nada, ¿por qué? Porque yo no me sentía a gusto pues... ya tenía yo resquemos contra ellos, ya traía yo... pero pregúntame de otra cosa... ya no me dan ganas de seguir hablando de esto.

T: ¿Realmente te hace sentir mal hablar de esta situación?

R: Bastante.

T: ¿Tú crees que haya una solución a todo esto? Porque yo supongo, tal vez suponga mal, tu me corregirás, que este sentimiento no es muy agradable para ti ¿o sí?

Ψ Se hace un reflejo de contenido para afirmar que R piensa que su familia es unida.

Ψ Se ríe

R: No, no me agrada.

T: Claro, y entonces ¿has pensado en una solución, has intentado buscarla?

R: Fíjate que no, porque me siento, de todas maneras no estoy en el D.F., me siento como cuando estaba, me siento como cuando estaba yo trabajando en uno de los estados, fuera... así me siento, lo que pasa es que no me puedo dar la vida que cuando yo trabajaba, que aquí, tengo limitaciones de muchas cosas... aquí no tengo una limitación de irme a una posada fuera, porque aquí no te reciben después de las ocho de la noche, entonces hay ciertas cortapisas aquí, que no te permiten una libertad completa.

T: Claro.

R: Entonces ese es el problema, nada más, pero por lo demás... esta navidad la pasé con una familia muy bonita de una empleada que me invitó de aquí, claro que llevé licor, llevé las botanas y eso.

T: Si.

R: Y ellos quedaron muy, tanto, agradecido mutuamente, sobre todos los hijos de ella, pero no pienso repetirlo, si lo saben aquí, la corren a ella.

T: ¿Qué va a pasar R? Porque me dices que esto no es agradable para ti estar así ¿Qué piensas R?

R: Para serte este, para serte sincero, necesitaría yo pensar, pesar realmente que es lo que quiero de ellos, y que quieren ellos de mí.

T: Y pensarlo bien, supongo.

R: Exactamente.

T: ¿Te has dado cuenta? Lo importante que resultaría que lo pensaras y que llegaras a tomar una decisión.

R: Yo creo que no, porque a ellos ya no les interesa mucho mi situación, porque ya se acostumbraron a que yo soy el del problema.

T: ¿Y estás realmente convencido de eso R? De lo que estas diciendo.

R: Pues casi, así lo veo, sí.

T: Dices "casi", o sea que no estas convencido al cien por ciento.

R: ... Pues no, no estoy totalmente convencido, a veces dudo...

T: Entonces eso quiere decir que en ocasiones te demuestran que no es así, que si les interesas ¿lo has notado?

R: Si... el más amolado económicamente de mis hijos, es el psicólogo que está casado con la enfermera... ese es el mayor, el hijo mayor... bueno el hijo menor, se ha preocupado mucho por sus sobrino, el hijo del mediano y de

ψ Manejo de silencio, con el fin de que R analice la falta de interés que cree que su familia tiene por él.

la enfermera, y le tiene una póliza de seguro estudiantil, posiblemente de vida y de todo, pero este es un seguro, valga la redundancia, que te asegura que vas a ser un profesionalista, no te dejan de apoyar hasta que no te recibas, eso le paga el chico a ese sobrino, además que es su ahijado.... ¡ah! Otra cosa que les molesta, sobre todo a mi esposa, que ahora me volví muy católico.

T: Si ¿eso le molesta a ella nada más?

R: Y a ellos también, por, por lo del colapso ¿no?

T: ¿Y que piensas tú de eso, como te hace sentir?

R: Pues fíjate que me río delante de ellos, porque si yo no era católico, tampoco era protestante ni nada, era yo este... pues aprendiz de católico, pero nunca me dediqué como ahora a la religión, que si lo hago, casi diario voy a misa pues... por cierto que ya se está quedando sin feligreses la capilla, hoy nada más fuimos veintiuno a misa, y luego que tiene muchos este, muchos problemas el curita, no quiere poner su micrófono, donde yo me siento nunca oigo nada, no le entiendo nada de lo que habla, y ya me di cuenta que lo que pasa es que no, no lo modula; para que se oiga un micrófono para cada persona hay que modularlo, levantar el volumen, aclarar las palabras y nunca hace eso... y ahí de los remedios hay quien viene y nos habla con micrófono, estoy arreglando el micrófono para que me oigan ustedes, eso nunca lo hace más que los que vienen fuera... y este ni le interesa, ya está viejo, vive aquí, ya está... él ya no tiene metas.

T: Entonces R, me decías que esto es lo que les molesta a ellos, que tú te hayas vuelto más católico, y como dices a ti te da risa nada más...

R: Si, me río cuando me preguntan, porque me hacen preguntas capciosas...

T: Y entonces ¿cómo te sientes con esto?

R: Mal, nada les gusta.

T: ¿Sabes? Me gustaría que me dijeras qué es específicamente lo que sientes, por ejemplo, en ti como reflejas el hecho de sentirte mal, cuando me dices es que esto me hace sentir mal ¿cómo es R?

R: Decepción, me decepciono, me decepciono totalmente.

T: Sabes como me imagino esta situación, tú me dices si es algo parecido...

R: Ajá.

T: Me imagino que es como una estrella que de pronto está brillando, a todo su esplendor, pero de repente pasa algo y pierde ese brillo.

R: Así es...

Ψ Uso de metáfora:

T: Oye R, y entonces ¿no te has puesto a pensar en algo que te ayude a mantener ese brillo?

R: Si, si, pero para eso necesito ¿sabes qué necesito? Salud, eso si quisiera yo tener un poco de salud, que no tengo... fíjate ahorita que tanto son... tú estas viendo ahorita en este momento.

T: Medicamentos.

R: Muchos problemas, de salud. No te imaginas con que gusto voy a cenar y venir de regreso rápido, y así pero ahí la hora siempre regreso entre seis, entre dieciocho quince y dieciocho veinte... y si vieras que rápido me pongo la pijama... por cierto que ahorita es un problema la pijama, no alcanzo a bajar, ahí, peor me acuesto sin pijama, por la temperatura lo permite ahora.

T: Claro, de alguna manera como dices la salud es un impedimento.

R: Si, pienso que muchas de las cosas que me están pasando, están en función de mi salud.

T: ¿Qué pasa contigo?

R: Me siento mal, triste, cabizbajo y meditabundo.

T: ¿Y no crees que haya otra forma de recuperar ese brillo? Porque tal vez la enfermedad no se pueda revertir, esa ahí está. Pero los sentimientos yo creo que si los podemos cambiar ¿o tú qué piensas?

R: Pues es lo que yo busco con las consultas ¿no?, pero con este problema, le puse un hasta aquí con las consultas mientras esto acaba o mejora un poco.

T: Si, con lo de los arreglos a la calle.

R: Si, este... hasta julio seis que tengo la consulta de urología, que es otra cosa que me trae también muy molesto, por eso no quiero asistir a ninguna cena, a ninguna nada con ellos, porque estoy saliendo a orinar, ya saben que estoy enfermo ¿no?, pero me da pena salir a orinar constantemente mientras estoy ahí en algún lugar, que no sea la casa peor todavía, y no asisto a ningún bautizo a ninguna invitación por eso, por esa razón.

T: Pero R, algo que me llama la atención es que tú no paras, como dices, tu buscas eso, para eso tantos estudios, para eso pararse temprano e ir al hospital... es muy importante y es algo digno de admirarse, porque sabemos que hay muchas personas que se dejan caer, no buscan esa fuerza dentro de ellos para poder hacer estas cosas que tú estas haciendo, y lo estas haciendo por ti, por mejorar tu salud... eso es realmente algo muy importante ¿no te parece?

R: Pues no sé como lo tomarán ellos, que pensaran al respecto, pero de acuerdo al término hay un termino para

“como una estrella que está brillando a todo su esplendor, pero de repente pasa algo y pierde su brillo” para ejemplificar el sentimiento de decepción de R. Señala hacia la mesita que tiene en frente, en donde se encuentran sus medicamentos.

Ψ

Ψ

Señala con su mano derecha hacia fuera de la ventana que tiene a su lado derecho.

calificar eso que tú me estas haciendo favor de decir... perfeccionista, ellos dicen que soy un perfeccionista, que quiero estar como si estuviera joven, les parece mal a ellos.

T: Pero en este caso lo importante es lo que te parezca a ti ¿no te parece?

R: Claro, por eso decía yo, le decía yo al chico, así como tú estas enojado ahorita, estoy enojado yo también ¿verdad, qué te parece? Entonces ¿qué te parece si me ponen una fecha?, se reúnen ustedes y me ponen una fecha... y me tiene al tanto de la fecha que ustedes pidan, para yo acordar... y esto es fácil, en lugar de tomar medicamentos rápido, me ataca el parkinson, me quedo ciego, que es lo que no quiero, porque la vista si la pueden operar fijate.

T: Claro R, todo esto es muy importante y que no pierdas ese ánimo de seguir adelante, que sigas como dicen al pie del cañón, que sigas de alguna forma ocupándote de tu enfermedad. No es sencillo, pero se puede lograr... también sería importante que a parte de esto buscaras otra forma de no perder ese brillo del que hablábamos, que reflexionaras; hay que tener en cuenta que no sólo debemos buscar el bienestar físico, sino el bienestar emocional, son dos complementos, no deberíamos alejar el uno del otro, procurar siempre llegar tanto a un bienestar físico como mental... no sé que pienses, qué te parezca.

R: Si, si, te aseguro que si.

T: Pues me ha resultado bastante interesante todo esto que me has comentado, me gustaría que reflexionaras este punto, sobre buscar tanto el bienestar físico como emocional, y que para la próxima sesión me comentaras qué fue lo que reflexionaste ¿te parece?

R: Lo que estaba yo pensando era, me preocupa fijate, me preocupa hablarles por teléfono, ya no quiero hablarles por teléfono ¿sabes cuanto cuesta la llamada aquí?

T: Cinco pesos ¿no?

R: Si cinco pesos, y aquí los tengo en la bolsa.

T: Pero no te animas a llamarles ¿cierto?

R: ¡Eso!

T: Mira, pues los tienes, pero te hace falta el ánimo para llamarles, eso es importante...

R: Es que estoy este... en la casa, tengo un teléfono con... la casa es de dos niveles, planta baja y piso... entonces se puede hablar con dos al mismo tiempo, cuando hay extensión

T: Si.

R: Y ahora hay sorpresa, te digo que se pueden hablar con dos más, cuando hay dos que hablan, pueden estar cuatro, hay

Ψ Manejo de silencio con la intención de que R reflexione sobre su bienestar emocional.

Ψ Saca de su bolsa una moneda.

un nuevo aparato... mi hijo, mi hijo el chico que vive ahí tiene un horario tan, que casi nunca está cuando yo hablo, porque trabaja en la universidad y sale, allá come, porque sale a desayunar a las nueve, entre ocho y media y nueve de la casa, y regresa entre ocho y media y nueve de la noche, entonces hablaría yo con mi esposa que es con quien no puedo hablar... porque para mí en la noche, es el problema que no puedo hablar... creo que ahorita acabo de decidir no hablarle... entonces a las ocho de la noche para mí, lo máximo que tardo en dormirme...

T: Entonces has decidido no hablarles.

R: No, porque le puedo decir una majadería o algo, no me voy a aguantar y voy a terminar... porque otra cosa, él hizo la preparatoria en el CCH de aquí, entonces él conoce este circuito, es más en su tiempo la parada de las combis era ahí, no se si te acuerdes o supiste.

T: No R.

R: Las combis paraban ahí, las combis siguen parando ahí, los micros... definitivamente no quiero hablar con ellos.

T: ¿Lo has decidido?

R: Si.

T: A veces lo mejor es guardar un poco la calma, ser prudentes y creo que eso es importante de reconocer en ti, eres prudente...

R: Si.

T: Pues todo esto es muy importante R, reflexionando un poco podemos llegar al complemento del que hablábamos ¿te parece que en la próxima sesión sigamos tratando este tema, y que hablemos sobre lo que reflexionaste para lograr el complemento?

R: Si, pero que te parece si te digo desde ahorita que quiero vacaciones...

T: ¿Cómo?

R: Acerca de este tema, no quiero hablar más de esto.

T: Perfecto, como a ti te parezca mejor, muy bien,

R: Y pasamos a otra cosa.

T: Si R, sólo que antes me gustaría que me dijeras ¿qué te deja esta sesión?

R: ... Pues me deja pensando fíjate, en la forma en la que tengo que solucionar los conflictos con mi esposa, con mi hijo, ya pensaré... es que no es nada sano estar así ¿no?

T: Claro R, es importante que pienses en una solución, si es así me gustaría que me la platicaran en la siguiente sesión ¿sí? entonces nos vemos en la próxima sesión, ¿hay algo más que quieras comentar ahorita?

R: No, creo que no, aunque te digo de mi familia ya no quisiera

ψ Se hace un manejo de silencio con la intención de que R reflexione lo que se lleva de la sesión.

hablar...

T: Si, R como tu gustes, bueno entonces si no hay otra cosa, nos vemos aquí la próxima sesión.

R: Si.

T: Entonces aquí nos vemos la próxima sesión.

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de esta sesión es la posibilidad de pensar en una solución a los problemas que él tiene con su familia.
- Lo que yo me llevo de esta sesión es el lograr que R hubiera expresado abiertamente sus sentimientos, al decir que sentía ira y decepción, al comentar la situación con su familia.

R: Mal.

T: Pero haber, me gustaría que me explicaras qué es mal para ti, porque cuando decimos: me siento mal, para cada persona significa algo distinto. ¿Podrías decir qué sentimientos te provoca? No sé, tal vez ira, tristeza, melancolía....

R: Pues fíjate que estaba yo viendo, oyendo... el que cura mi mal es un neurólogo, el neurólogo, dice el radio de esos este... perifoneas médicos que sacan, cápsulas medicas, dice que mi mal se cura con dopamina...

T: Si, que era lo que me comentabas anteriormente...

R: Si, pero yo no tomo dopamina, yo tomo...

T: Levodopa y carbodopa.

R: Si, y carbodopa.

T: ¿Y entonces no has consultado eso con tu neurólogo?

R: No todavía no, me toca hasta el once de julio.

T: Hasta el once de julio, supongo que eso te está inquietando ¿verdad?

R: No tanto, porque para enfermedades hay varios tratamientos, entonces yo no puedo abandonar el tratamiento de mi hospital.

T: Si, ¿pero es algo que te gustaría consultarle al neurólogo?

R: Ah, si claro, al decirle, al ir a la cita... porque fue un neurólogo el que me dio la receta, pero no había, no había este carbodopa, y levodopa es otro de los pendientes que tengo, que se me vaya a acabar y no tenga... por cierto que me toca, la tomé a las diez y media, once y media, doce y media, tres y media, me toca ahorita... si me lo pasas. Los lunes cada quince días, viene una señora muy, muy alegre y muy entrona a jugar un juego que se llama bingo, y en ese bingo... a mi ya me conoce, siempre me tiene un regalo cuando gano.

T: Ah, entonces cada que viene juegas...

R: Cada que viene juego, a veces, a veces me quedo dormido y anda por todos lados, ya tiene su clientela ella, porque bajan a mujeres con silla de ruedas, y que haga un equipo... de tres damas y dos caballeros.

T: ¿Y vienen con ella?

R: Si, vienen con ella, y nos ayudan a atender a las... yo siempre ayudo a, a repartir las cartas, reparten las cartas y ayudan a los que no ven, y vienen los novios de sus hijas, son novios de sus hijas y trae como tres o cuatro muchachas muy simpáticas y bonitas... el bingo es como la, como cuando juegan la lotería, que dicen la luna, el sol, la lotería normal, pero en lugar de tener números, perdón, en lugar de tener figuritas tiene números...

ejemplificar la situación en la que se encuentra R al no poder salir.

Ψ En ese momento se le acerca su caja de pastillas y se toma la que le corresponde.

T Si.

R: Que, que van saliendo como si fuera la lotería, y tú vas poniendo tus fichas en donde salga el número, que puede ser parado, acostado o diagonal... pero hace mucho que no me saco, estoy muy salado...

T ¿Ya tiene mucho que no ganas?

R: Pero tengo, ahí está la loción a un lado de la televisión mira.

T: Ah, si, esa te la dio de regalo entonces por haber ganado.

R: Si, esa me la dio, ya se está acabando pero tengo una de reserva... ayer vino y sorpresivamente dijo que a las tres de la tarde, mandó a avisar que venía a las tres de la tarde, porque su hija cumplía años, y su hija quería celebrar su cumpleaños con nosotros, y nos regaló donas, creo que las compró aquí en el asilo... ya ves que en la entrada venden panes y chocolates y cosas.

T: Si.

R: Yo soy socio con la receptora que me cae muy bien, Lupita, la que está ahorita... entonces si se puede compartir la mitad, si saca una caja de chocolates por ejemplo, partimos la mitad y la mitad, y si saco loción, yo le dije ayer que si se mete, le regalé las dos donas y una paleta que regalan de premio de consolación... y se las di, le doy las dos cosas sino, nada más da... no saqué nada, pero si sea la paleta, le regalo la paleta... y me satisface pues, verla porque es una persona muy pasiva, porque la de en la mañana es muy agresiva que no tienes ni idea... es muy agresiva, se llama A Cruz... a esta por cierto nada más me sé su primer nombre, Lupita.

T: Muy bien R, pero ¿sabes? no has contestado aún a la pregunta que te había hecho, como te sientes cuando viene esta señora y se ponen a jugar, ¿cambia tu estado de ánimo?

R: Claro, me hace sentir muy alegre, porque es muy festiva la señora y dice: ¡hay!, ¿cómo me dice?, mi cliente favorito.

T Digamos que te contagia esa chispa de alegría que trae ella.

R: Si, y las muchachas son muy alegres todas, y están echando relajo... hay muchos que no pueden como yo por ejemplo, no puedo repartir las cartas, bajo la caja, y de ahí empiezo a repartir; hago que vengan los que van a jugar por su carta y por sus fichas... porque van metiendo la mano y se van llevando las fichas que quieren, así es que no me cuesta mucho trabajo ayudarles, además que ellas tienen una velocidad diferente ¿no?, es más rápido todo.

T: Y entonces a parte de convivir con ellas, convives con tus compañeros ¿verdad?

R: Fíjate que ya casi por sistema, ya se quienes están en cada

Ψ Señala con su mano izquierda hacia la televisión.

mesa, entonces el único compañero que tengo es un señor que ya tiene ochenta años que se llama clemente, y ayer, llego hasta las cuarto y yo sufriendo porque le dije... él no ve nada, entonces yo tuve que sentarlo y voy jugando, nada más le digo: la de la derecha es tu carta, o la de la izquierda ¿no?, dependiendo, porque a mi me gusta que la carta tenga el siete y el trece, y a él que tenga el siete, pero a veces no es tan fácil conseguir las porque las otras vienen y legan y fun, fun... y llegó una viejita muy curiosa, una viejita que los novios de las muchachas lo atendió, y nos mostró maravillas de su telcel, fíjate su telcel sacaba fotos, transmitía, grababa, así es que como tu aparato, lo alzaba y sacaba a todos, a toda la clientela... y a la viejita le pasó sus fotos, sus fotografías, como un video tape.

T: Si.

R: Es bastante adelantado ese aparatito ¿no?

T: Si R, cada vez más la tecnología avanza más y más.

R: Allí en el radio, sobre todo en el fútbol, pasan los aparatos, ya ves que tienen corona y telcel, esos son los del fútbol... telcel saca, anuncia ese aparato por ciento setenta y ocho pesos mensuales, a peso te sale el minuto de llamada de larga distancia, y creo que las llamadas locales también... y no sé si tu sepas eso... por cierto que a la viejita, a la viejita este... ¡ah! bueno, hay un sistema, para no, para no perder... ya los últimos juegos ya no son como la lotería, así, así o cruzada, sino que el bingo tienes que, tienes que poner diez fichas, diez fichas, hay una ficha de comodín en medio, y con diez fichas sacas un premio, pero se vale el segundo y tercer lugar, saca un premio y sigue de frente, hasta que salga otro, para que tenga más oportunidades... y la viejita sacó premio de ese equipo, pero no me fijé que le dieron... y regala relojes, pulseras, este... relojes de mesa, pulseras, collares, aretes y para regalos de hombres usa las lociones, juego de dominó y relojes.

T: Pues que interesante ¿no te parece R?

R: Si, así que te va bien, yo casi todo lo que sacó se lo regalo a los hijos cuando vienen, cuando venían pues.

T: ¿Y que pasa R, como te sientes cada vez que juegas, que pasa por tu cabeza, que piensas, que sientes al convivir con ellos de esta forma?

R: Me siento contento, pero no siempre gano... digamos de tres juegos, de tres venidas, gano una venida.

T: Muy parecido a lo que pasa en nuestra vida ¿no crees?, a veces se gana y a veces se pierde, en ocasiones como dices, de tres oportunidades que tenemos ganamos sólo una.

Ψ Señala con su dedo índice derecho de forma horizontal, después de forma vertical y por último de forma diagonal.

R: Si, ándale... pero pienso que, que cuando está ella, los que, beneficia a la mesa donde está ella, porque ella se pone en cualquier mesa a ayudarle a las personas que no ven o no pueden poner la ficha, o no mueven, o no, no hacen con agilidad sus...

T: ¿Sus movimientos?

R: Sus movimientos, siento que hay trampa fíjate.

T: Les echa una ayudadita por ahí...

R: Les hecha una ayudadita por ahí, como le hagan quien sabe, ya sabes que para todo hay truco... pero pues, y sin beneficio no hay ese perjuicio ¿verdad?

T: Pero que bueno R y que interesante que tengas una actividad más en qué participar, que te sientas a gusto haciéndolo.

R: ¿Y sabes donde me siento muy a gusto?

T: ¿Dónde?

R: Los jueves, los jueves tenemos un círculo bíblico... y llegan, es muy capaz la, la catequista... y ha tenido según ella tres cursos diferentes para dar catequesis, entonces aquí los usa los tres cursos para nosotros, porque habemos de muchos niveles, pero a mí me da pena porque, ya estoy asistiendo con más pena porque todas, a bueno, en principio qué es lo que vemos en la catequesis ese jueves, se platica de todo lo que hay en el día, lo que pasó aquí o pasó por fuero en las noticias radiofónicas, cinematográficas, de todo, se platica en los paréntesis, mientras, cada quien lleva su Biblia y que puede leer y leer, y la misa del domingo, se analiza en esa sesión, entonces ya sabes lo que va a pasar el domingo de ese jueves, del que asisten, se van dos horas pero así.

T: Muy rápido.

R: Muy rápido, aparentemente ¿verdad?, pero se discute a fondo todo lo que es el evangelio y las lecturas que se van a leer el domingo.

T: ¿Y cómo te sientes cuando asistes a estas pláticas?

R: Me siento satisfecho porque era yo muy cerrado.

T: ¿A qué te refieres con muy cerrado?

R: Veo que no sabía yo nada, y ahí se aprende.

T: ¿Has aprendido?

R: Sí, pero a mi familia no le gusta, yo tuve la culpa por no catequizarlos.

T: ¿Tú crees entonces que eso les moleste a ellos, que tú acudas a estas catequesis?

R: No porque no les, nunca les... ellos son los que me tratan el tema nada más porque saben que saben que me molesta.

T: Tú de eso entonces tratas de no comentarles, pero dices

Ψ Choca su dedo pulgar y el mayor, haciendo una señal de rápido.

que ellos son los que comienzan a tocar el tema.

R: Son los que pican la cresta

T: Si como dicen ¿no?

R: Y ya opte por no hacerles caso, lo que ustedes quieran, y ya mejor cambiamos de platica.

T: Supongo que lo haces para no entrar en discusión o ¿supongo mal?

R: Si, es por eso, por cierto uno de los hijos que salió muy gallo... en esta semana es el primer sábado del mes ¿verdad?

T: Si.

R: Quedó de venir a pagar... él...

T: Sería este sábado que viene, porque ayer fue primero, hoy es dos...

R: Este sábado ¿no?

T: Si, este sábado que viene.

R: De esta semana.

T: ¿Tiene que venir entonces?

R: Si.

T: Pero no me terminaste de decir que lo que me comentabas, que a ti te avergonzaba llegar a las sesiones de...

R: Si porque como no veo, no leo, no puedo llevar mi Biblia y este, anotar lo del domingo.

T: Si.

R: Y todos leen un párrafo, ella reparte las lecturas de todos... y le gusta platicarnos mucho la vida de ella.

T: Si.

R: Es una señora muy... a tenido ocho hijos, y dice, cada que le pregunto su nombre dice: Maria Antonieta Sánchez de Días hasta la fecha

T: ¡Ah mira! Que tal.

R: Pero se ríe, yo me río interiormente de, de ese detalle, pero siempre dice así.

T: Si.

R: Tiene ocho hijos, y entre de esos ocho hijos tiene uno una fábrica de una agua en Tabasco, de agua para tomar, de esas que, embotelladas; tiene una hija en Texas, que es adonde más se va, cuando llegan las vacaciones se va a Texas, y nos obsequia cada año, cosas que nadie nos da... ¡es pero refinada!, sabe lo que, lo que nos regalan, jabones, pasta de dientes, dulces... no ella nos trae, por ejemplo un bote de crema gringa para las manos y para las arrugas, mira, esa uso, mira si me subo aquí ves las arrugas, aquí si no usara yo esta crema, aquí tuviera yo una arruga así.

T: Pero mira, si se te ve bien tersa, hasta se te siente suave la piel.

Ψ R utiliza la metáfora: "son los que pican la cresta" para referirse a aquellas ocasiones en las que su familia comienza una pelea.

Ψ R se ríe.

Ψ R se ríe.

Ψ Le sonrío a R.

Ψ Muestra su mano derecha.

R: Aja.

T: O sea que si funciona la crema.

R: Aja, y es un botezote grande... si lo quieres ver está donde está el cable de la televisión por atrás está un bote blanco, ahí esta, está grande, no cabe en el hueco de la televisión... porque me hecho este, antes de echarme loción, me pongo mi crema hasta acá.

T: Si.

R: Pero ahora no ha habido agua fíjate.

T: ¿Cómo?

R: No, hoy me bañe con agua fría de plano, por eso tengo la garganta, la voz ¿no la ves?

T: Un poco ronca ¿no?

R: Aja.

T: Entonces regresando a lo que me decías sobre la señora que cada vez que se va de viaje les trae un regalito ¿qué sientes cuando hace esto, que sentimientos te provoca?

R: Me siento muy animado, lo primero que pienso es: ¿qué novedad traerá?. Trae cosas este...

T: Oye R, veo que de verdad el participar en este tipo de actividades te pone de buenas, incluso al hablar de esta actividad que haces, te pone de buen ánimo ¿verdad?

R: Si... la vida está llena de pequeños detalles ¿verdad?

T: Claro.

R: Sobre todo aquí que estamos sin hacer nada... bueno, sin hacer nada el que quiere, porque este, hay actividades de dominó, de juego de naipes, de, de... de gimnasia, de terapias, costura para las damas, y varias cosas ¿no?, las damas tiene más demanda aquí porque son más ellas.

T: Si.

R: Pero me siento como incompetente para todas esos... no me gusta clavarme en jugar dominó por ejemplo, no le veo mucho chiste, hay tengo un dominó ya lo viste ¿verdad?

T: Si, si lo he visto.

R: Tengo cartas también, la baraja española y la de pokar.

T: Si.

R: Y soy antigüito, ¿no sé si tu en la baraja española sepas jugar el conquian?

T: Sé un poco, más bien he visto como lo juegan.

R: Es interesante, porque muchas veces de ahí puede salir un premio o un viaje o algo. También jugar a matar, todo tienen un valor, digamos el as, mata al rey, al caballo, a la sota y cualquier, y cualquier otra carta... el haz mata, el rey mata al caballo, mata a la sota y a otras cartas... ese juego se llama brisca. Si te van a enseñar conquian, a ver si sabe jugar la brisca, es muy antigua también.

Ψ Señala con su mano izquierda a la altura de su hombro.

Ψ R se ríe.

Ψ Se hace un reflejo de sentimiento al decirle a R que se le ve muy de buenas al hablar de los días que juega bingo.

T: ¡Ah! Mira.

R: Y el pokar, el pokar ese si no me gusta, me gusta el juego de dados de pokar, ¿no lo conoces?

T: Es el que echan los dados a un botecito...

R: A un bote de cuero, le hace así paz.

T: Si.

R: Ese me gusta más porque lo usan mucho en las cervecerías, y lo he jugado con desconocidos ¿no?, tienen en una cervecería o en una cantina siempre tienen todos los juegos, llegas sólo y estas pensando y dicen: ¿no se juega usted una cheve?, si cómo no.

T: Si, entonces no falta quien invite a jugar.

R: Ándale, y quien invite una cheve.

T: ¡Ah!

R: Para eso estás en la cervecería esperando que alguien te invite, no porque quieras que te la paguen, sino porque es como una costumbre ¿no sé si te guste o lo has visto? Creo que son tres dados, tres dados pero de pokar, de grabaciones con pokar, y con e... tréboles o corazones o...

T: Por lo que veo te gusta jugar ¿verdad?

R: Me gustaba, ahora... yo evitaba siempre una cosa muy importante, no llevar a la casa nada que los, que los este... habituara a mis hijos, lo más malo, yo sentía que para mí era mal hábito ir a una cervecería a tomar una cerveza por juego ¿no?, sino porque no pagar directamente la cerveza y salirme, no, una costumbre, una mala costumbre, pues no la llevaba yo a la casa ¿no?, siempre procurando la sanidad de los hijos.

T: Y queriendo lo mejor para ellas, supongo.

R: Exacto... pero no te imaginas que caras me salieron algunas cosas, el mayor quiso... pero salen, de eso salen cosas positivas también, de lo que te voy a decir...

T: Si.

R: El mayor quería jugar en fútbol americano, no más, si mi mujer es médico de la universidad, lo más lógico es que hubiera querido ir a la, a la Universidad en lugar del Politécnico... pero quería ir a jugar el fútbol americano con el Politécnico...

T: Si.

R: Yo le dije: a mi me gustaría más... de todas maneras imagínate de la Ávila Camacho, de la puerta tres del colegio militar, sobre avenida del Conscripto, para el Politécnico y para la Universidad casi hacían la misma distancia.

T: Si.

R: Entonces a mi... ¿sabes por qué a mi me interesaba que hiciera la Universidad?

Ψ Mueve su mano derecha de arriba hacia abajo.

Ψ Sonríó a R.

T: ¿Por qué?

R: Porque yo siento, no se si tu seas politécnica o universitaria.

T: Universitaria.

R: Siento más limpia la universidad que el politécnico.

T: ¿En qué sentido R?

R: En todos los sentidos... ¿por qué?, porque hay gente, para la Universidad hay gente de clase media que no la tiene el Politécnico... hay unos muy abajito, que quizá andan de boleteritos y de ahí se hacen... entonces pues imagínate las costumbres que tienen estos cuates...ahora por el otro lado, querían el acta de nacimiento, la cartilla liberada o la cartilla sin liberar, y no se cuánto de dinero, pero el dinero era lo de menos... entonces empezó a jugar y teníamos que ayudarlo pues.

T: Si.

R: En lugar de descansar los domingos, ssssssss, hasta el Poli... ya sabes donde están los campos del fútbol... estaban, creo que ya construyeron, ¿no conoces el observatorio?

T: Si R.

R: Ahí estaban los campos de fútbol, imagínate el viaje desde la casa.

T: Si le quedaba retirado entonces.

R: Desde la casa, si estaba retirado... hasta que se rajó.

T: ¿Ya no quiso jugar más?

R: Entonces le dije: bueno, si ya no quieres seguir, por qué no probamos la Universidad...

T: Si.

R: Porque yo... perdíamos todo el domingo, y nos íbamos comiendo tortas y tacos, tanto allá como el regreso, porque ya no había comida, ya no... nos iba re mal a todos, por culpa del maldito fútbol americano...

T: Pero ahora lo ves, a la distancia y era algo sano ¿no crees?

R: Si, pues yo no lo veo muy sano, yo lo veo muy, muy golpeador ¿no?

T: ¿Se golpean mucho verdad?

R: Si, es muy sucio, es muy golpeador, y no tienen medidas.

T: Precauciones.

R: Precauciones ¿Y por qué salió esto eh?

T: Porque me comentabas acerca de los juegos, que tú querías que tus hijos no tuvieran malas costumbres acerca de esto.

R: No, es que yo jugué fútbol americano en el Colegio Militar, pero nunca pasé de la banca.

T: ¡Ay mira! Que tal.

R: Siempre fui de la banca.

T: ¿Siempre estuviste en la banca?

Ψ Recorre una distancia con su dedo índice derecho.

Ψ Le sonrío a R.

R: Si, es que era un gringo muy famoso el que no enseñaba, que era sacerdote pero de la iglesia... ¿sabes cómo le llama nuestra catequista a los evangelistas?

T: ¿Cómo?

R: Los gringos, los que son evangelistas les dice: los hermanos separados.

T: ¿Por qué separados?

R: Porque están separados de la iglesia.

T: ¡Ah! Mira. Ahora que tocaste el tema, ahora que me mencionaste acerca de las sesiones que tienen con la catequista, y los regalitos y demás, te pregunté cómo te sentías al ir a estas sesiones, pero ya no me contestaste la pregunta ¿cómo te sientes al acudir?

R: Pues fíjate que lo primero que hago es un análisis de los compañeros o de las compañeras, de los que van ahí, cómo van, si están rasurados, si están limpios, si están... pero cuando llego con la catequista, es una mezcla de... como va a los Estados Unidos, siempre lleva un toque gringo, por más insignificante que sea, como que le gusta mucho lo gringo, por más insignificante que sea, un escudito con una bandera, el símbolo de la NASA por ejemplo, una blusa que tiene, del fútbol americano de los gringos...ella siempre tiene un toque gringo, y es muy meticulosa en su peinado, en su vestir, es gordita.

T: Si.

R: Y en su modo de expresarnos y de decirnos, de platicarnos su vida muy a la mexicana... ya que acabo,

T: Ya que echaste un vistazo alrededor...

R: Si, ándale, ya me interiorizo... ¡ah! esa exploración de curiosidad de cada uno, lo hago cuando están platicando cosas que no son de la religión.

T: Que no tienen nada que ver.

R: Si, que cada quien está platicando lo que le pasó en el día, o una noticia ya sea interna... porque ya cuando entramos en la acción, ya no platicamos sobre eso, lo que teníamos que estábamos comentando ¿verdad?, ya cambiamos de tema a la religión...ahorita que me estoy acordando de un detalle...

T: ¿Qué detalle?

R: Hay una yucateca que se llama Georgina... que llegaba y su, en primer round era que llorara ella por lo mal que le va con su marido y... pero la realidad, no me creas, así como veo tiene una hija muy bonita... y se me hace que el marido enamora a la hija y la hace un lado a la señora... ese es todo su problema, pero ella no lo dice así, ella dice que los dos le tiran, porque los dos quieren hacer lo que se le

Ψ R se ríe.

Ψ Le sonrío a R.

Ψ R se ríe.

hinche la gana... entonces se metió a una de las tiendas esas de mega y... de... de empacadora y ahora, trabaja todos los días, menos el jueves que viene, que venía con nosotros... porque ahora ya ni viene.

T: ¿También venía a las sesiones del catecismo?

R: Si, venía a las sesiones del catecismo... pero siempre traía, siempre lloraba... pero ya cuando, ya el catecismo le entraba como a cualquiera de nosotros, no como a cualquiera, porque yo no le entro a la lectura.

T: Si.

R: Yo pienso que por eso tengo más atención que ellas, porque como no leo, no lo leo, dicen que para que entren las cosas, deben ser con los mayores sentidos, que participen todos los sentidos ¿verdad?

T: Así es.

R: Pero dejó de llegar, y de ves en cuando le pregunto, y dice ella ahí anda, pero ya no quiere venir, yo creo por el problema de... de la calle, vive muy cerca, pero dice... una vez me invitó unos tamales, a todos, y yo no fui ¡hombre!, de repente tengo unas puntadas antisociales, que no, no puedo con ellas...

T: A ver entonces ¿te consideras antisocial?

R: Si, yo me considero antisocial este, soy difícil.

T: ¿A qué se debe R, que te lleva a considerarte así?

R: Por los treinta y nueve años siete meses que estuve en el ejercito...

T: ¿Cómo?

R: Aislado... es muy, es muy militar eso.

T: ¿Y que pasa entonces cuando te llegan esos momentos que tú llamas antisociales, por qué finalmente decides no ir?

R: Por evitar problemas fíjate, porque es mentira lo que dice él que yo no vine aquí a trabajar... mentiras.

T: Entonces por lo que me dices, eres una persona a la que no le gusta tener problemas ¿cierto?

R: Eso, y sobre todo de gratis... y yo pienso que si te vas a divertir, no vas a tener problemas.

T: ¿Finalmente eso es lo que no te hace participar en cuestiones de este tipo?

R: Aja, hay muchos tipos de paseo aquí eh, sobre todo y los que te dan un desayuno o una comida... a las ferias comerciales nos llevan mucho eh, y van muchísimos asilos y conventos de monjas, a las exposiciones comerciales, de esas casas inflables que hay ahora ¿no las has visto?

T: Si, las he visto.

R: Aquí hubo una, tenían una casa inflable y tiene las paredes inflables y las ventanas incrustadas, entonces las inflan

como si fuera esto, como si fuera un cojín o una llanta que vas a inflar.

T: Si.

R: Y ya está la casa ahí... pues ahí en esas se hace toda la feria comercial, y regalan todo lo que puedas llevar... para empezar, las mismas bolsas con que vas a cargar te las regalan, papel sanitario, crema, galletas, todo lo que vendan.

T: Hay mira, que interesante ¿y si te gusta ir?

R: Si, pero iba, porque ya este ultimo año ya no me consideraría que podía yo andar.

T: Claro, bueno R, y retomando un poco lo que me decías hace unos momentos, cuando no vas a estos viajes o paseos, obviamente te quedas sólo... ¿cómo te sientes cuando ocurre esto, cuando te quedas sólo?

R: Fíjate que ya me acostumbre a la soledad, me siento muy, muy a gusto, oyendo el radio o viendo la televisión... el radio siempre lo tengo en una misma estación y la televisión la manejo a control remoto en todas las estaciones, y lo que más me gusta oír es música... ese programa, no se si lo has visto, hay dos programas, un poco más y bailando para un... un sueño... música muy moderna la de bailando, pero hay un tercero, por cierto ahí esta lo que te decía, el programa ese de confidencias, que bueno es eh, un programa de pura cosa psicológicas, es de canal once, confidencias

T: Es muy bueno ese entonces.

R: Si, está muy interesante.

T: Pues a mi también me resulta muy interesante y me llama mucho la atención que así como hay momentos que cómo tu dices, te quedas sólo, también haya otros en los que convives con los demás, por ejemplo cuando viene la señora a jugar bingo, cuando vas a tus sesiones de catequesis, que bueno que te integres a los demás, porque finalmente son como una familia ¿no te parece? Todos viviendo dentro de una misma casa, conviviendo, y pues bueno a parte de convivir, esos momentos nos sirven de distracción...

R: Pues si, pero a mí me gusta más estar sólo que asistir...

T: Me imagino que a excepción de estas dos actividades...

R: A excepción de estas dos...

T: Me parece muy interesante lo que acabas de tocar, ahorita se nos acaba el tiempo y es algo que me gustaría platicar contigo más detalladamente ¿te parece que retomemos en la próxima sesión?

R: Me parece...

<p>T: Muy bien R, entonces nos vemos la próxima sesión, sin antes ya sabes, que me digas lo que te llevas de esta sesión...</p> <p>R: Fíjate que yo no me había puesto a pensar que la soledad a veces es buena compañera... no había reflexionado que de verdad hay días en los que me siento bien estando sólo, no porque no quiera estar con los demás, sino porque de verdad disfruto mi soledad...</p> <p>T: Claro R, fíjate yo pienso que a veces es buena la soledad, no por el simple hecho de estar solos, a mi me parece que el estar solos implica como disfrutarlos a nosotros mismos, el problema creo que viene cuando ya de plano no queremos convivir con los demás, pero si, a veces dedicarnos un ratito a nosotros mismos nos hace bien ¿no lo crees?</p> <p>R: Si, por eso te digo, que a mi, a mi me hace mucho bien estar solos por momentos, te digo, esa es mi parte antisocial...</p> <p>T: Claro, pues que interesante es todo esto R, de verdad me da gusto estar aquí contigo y me da gusto que puedas compartir todas estas cosas conmigo.</p> <p>R: Aja, me hace mucho bien contarlas, me siento diferente cuando vienes y te cuento mis locuras, hoy me sentí muy bien.</p> <p>T: Me da gusto R, bueno, te parece que nos veamos entonces la próxima sesión si no hay más por el momento...</p> <p>R: Me parece perfecto.</p> <p>T: Bien entonces nos vemos la siguiente sesión.</p>	<p>Ψ R se ríe</p> <p>Ψ R se ríe.</p>
--	--------------------------------------

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva es que durante esta sesión reflexionó que hay ocasiones en que se siente bien estando sólo, ya que puede disfrutarse a sí mismo.
- Lo que yo me llevo es el hecho de que R nuevamente da en algunas ocasiones respuestas evasivas cuando se le pregunta acerca de sus sentimientos, por ello se tendrá que trabajar más esta parte en las siguientes sesiones.

SESIÓN 9	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Hola R, buenas tardes ¿cómo has estado, qué tal te ha ido con estos caloritos?</p> <p>R: Pues si han estado algo fuertecitos ¿no?</p> <p>T: Si, la verdad ahorita vengo de la calle y si se siente bastante calor.</p> <p>R: Si, pero lo bueno es que aquí está fresco.</p> <p>T: ¿Y cómo te ha ido?</p> <p>R: Pues bien, dentro de lo que cabe.</p> <p>T: Muy bien, R, comencemos el día de hoy nuestra sesión, ¿hay algo en particular que me quieras comentar el día de hoy?</p> <p>R: Si, ayer Arturo, fue a un viaje de placer... al terminar el cementerio memorial, está una propiedad de una de las voluntarias de aquí, yo ya la conocía, el problema es que... la otra vez nada más éramos dos, dos hombres útiles; entonces que el camión se requiere una piedra, que la leña del ese, entonces había que chambear... y está bien ¿no?... entonces dije, no, y ahora así como estoy no, que les voy a dar en ancho, mejor no voy; además ya lo conozco.</p> <p>T: Si.</p> <p>R: ¿Y cómo lo sabías tu?... ah por el anuncio de ayer ¿no?, de que era para ayer.</p> <p>T: De anteayer, ya ves que me estaban comentando que se iban a ir de paseo ¿te acuerdas? Entonces finalmente decidiste no ir.</p> <p>R: Pues si, primero porque ya estoy muy inútil, y en segunda porque ya lo conocía, ya, y otra, ni siquiera trajeron al camión viejo ahora de la senelitud, sino que alquilaron uno de esos amarillos que alquilan.</p> <p>T: Si.</p> <p>R: Que son muy cómodos.</p> <p>T: Oye R ¿y para ti que significa eso de ser inútil?</p> <p>R: Si, inútil para lo que hay que hacer allá... ¿Ya ves que chiquillas son?</p> <p>T: Si, están chicas...</p> <p>R: ¿Perdón?</p> <p>T: Si me decías que te sientes inútil en el sentido de que no puedes realizar las cosas que hacen allá y entonces te preguntaba que significado tiene para ti ser inútil.</p> <p>R: Si hombre, luego no ha habido... hasta hoy, hoy en la mañana hubo agua caliente fíjate... no ha habido agua caliente para bañarse... y yo como tengo la garganta ¿ya se</p>	<p>Ψ Concretización: se le pide a R que explique lo que significa para él ser inútil.</p> <p>Ψ Antes de que R responda lo que es para él ser inútil, entra en la habitación una persona de intendencia, por lo cual R tiene que</p>

oye la voz verdad?

T: Si...

R: Me he venido bañando con agua fría de plano.

T: Hasta ahora...

R: Si.

T: ¿Y cómo te sentiste por ejemplo ayer de no haber ido al paseo?

R: Pues mientras lo... mientras ya haya ido, pues no, no me este, no me molesta ni nada, me es indiferente. Hay uno muy productivo para nosotros, en donde van puros asilados de todo el D.F., es una feria industrial

T: Si.

R: Te regalan una gran bolsa para que estés metiendo todo lo que te regalan, y dan un desayuno muy bueno... eso lo hacen en la Magdalena Mixuca, hay payasos, hay música, hay diversión para los niños... por ejemplo los bomberos si llevan sus, uno de los carros más sofisticados que tienen, y puedes pasar a verlo y tocarlo, y te demuestran como se levantan, como meten la presión, las escaleras, es interesante.

T: Haber, entonces me dices que te daba lo mismo ir o no ir, pero finalmente decidiste quedarte, y supongo que para ti fue otro día común y corriente.

R: Pues fue un día un poco anormal, porque se ve vacío y triste todo el comedor, porque del comedor la mayor parte de gente que está es útil, aunque hay otros comedores, hay comedores aquí en los pisos pero este, no bajan, precisamente porque están más inútiles que yo...

T: No pueden desplazarse...

R: Aja, varios no fueron, de mi mesa somos cuatro y de ahí fueron dos, entonces yo me quedé con mi cuate de siempre... un señor de aquí del D.F., muy bailador... él dice que no ve pero... pero si ve, no sé como le haga... cual sea su, pero el chiste es que hay anda.

T: ¿Te gusta participar en este tipo de actividades con tus compañeros? claro, a excepción de ayer por ejemplo, o de actividades en donde te tengas que andar desplazando mucho, o hacer muchos esfuerzos.

R: Fíjate que no mucho, no mucho porque la mayoría de lo que ves son los contrastes ¿no?, hay que entrar, el que da las medicinas vestido de enfermero, que a lo mejor no enfermero es pero... ya ves que las medicinas tienen un horario ¿no?, hay asilos que tienen unas enfermeras muy elegantes y enfermeros elegantes para repartir la medicina.

T: Si.

R: Hay algunas cosas muy pocas prácticas que tienen algunos

guardar silencio
hasta que ella sale.

asilos, por lo que veo.

T: ¿Como cuáles R?

R: Por ejemplo... si decían que había que bailar, a fuerza tienen que bailar, tiene sus artistas ¿no?, quien va a cantar, quien va a bailar... y aquí no hay eso, te sientas y te, prefieres estar sentado si no quieres... por cierto una de las damas que se quedan, me dio ahorita por completo de la...yo tenía esperanzas que me arreglara mis cosas las que trabaja aquí, pero me está haciendo un tango ahí...

T: ¿Por qué R?

R: Porque ya no quieren aquí depósitos ni nada... pero yo no tengo, no soy deposito, hay cuates que los usan de depósito... ¿qué tal está, que dice que es el mes de María hoy?

T: Dice: mayo del 2006 mes de María, no olviden ofrecer a María el ramillete del rosario diario, y ya, vienen una oración.

R: ¿Tú eres católica?

T: Si, R.

R: Pero no recalcitrante...

T: Exactamente

R: Esta es católica, pero hasta el hueso... me lo está dando porque ya no voy al rosario... iba yo al rosario de... ella es la que... yo nunca le fallaba a ella, si quería que fuera a hacer el vía crucis, yo era el que portaba la cruz y estaba yo muy... además que me cae bien la señora porque es muy especial. Yo estaba ahí cuando había un evento especial.

T: ¿Entonces ahora ya novas?

R: Si, por la locomoción.

T: Si.

R: Ya ves como estoy de la locomoción, pero soy como los motores, ya caliente, ya me muevo más rápido... si no como fuera yo a cenar, a desayunar y a comer.

T: ¿Y cómo te sientes por ejemplo ahora que ya no asistes, hay una diferencia ahora que ya no asistes?

R: Claro, claro que hay una diferencia fuerte... mira la Biblia, la que da la Biblia, hoy por ejemplo, llegó a las once veinte... lo más que se alarga, hoy asistieron más que de costumbre, por cierto... una hora, una hora se lleva platicando los tópicos que hay, su vida de ella que le gusta mucho platicarla.

T: Si, era lo que me comentabas, que le gusta platicar su vida.

R: Pero es bueno ¿no?

T: Claro.

R: Porque tenemos un concepto foráneo, ella está afuera y está... oye y ve más que nosotros, entonces hoy salimos a

Ψ En ese momento R saca de la bolsa izquierda de su camisa un papel pequeño y me lo entrega.

Ψ Me río del comentario que R hizo.

Ψ R se ríe.

las doce... a las doce veinte de ahí, y siempre que salgo de ahí, vengo al sanitario y hago tiempo para bajar a comer a la una... pero con ella puras habas.

T: ¿A qué te refieres R?

R: Te voy a decir porque... porque rigurosamente, el rosario tiene un tiempo especial...

T: ¿Tiene un horario fijo?

R: Tiene un horario fijo de salir al diez para la una, o después inclusive... y espera, nos espera, si la señora no saliera a la una... cuando no salen esos grupos como la de la catequista y el rosario, esperan, no abren hasta que no llegamos, porque si somos bastantitos... entonces con ella no hay chance de salir tarde o temprano, ella se despacha como quiere, la del rosario, pero es... detalles que de repente le... como por ejemplo leer esto, esto la lee en el rosario.

T: Si.

R: Entonces no me aguantaría yo la orina si estuviera también, no me alcanzaría a venir y bajar otra vez con ella... no se lo quiero explicar, porque es incomodo ¿no?... de hombre a mujer o de mujer a hombre, son incómodos esos detalles... porque me puede decir ¿cómo, no asiste usted y sale a la hora que quiere? me parte... y además me mal tiesto con los que, con los que este, llegan ya seguros.

T: Si, bueno, pero no me dijiste por ejemplo ¿qué sientes de diferente al ahora ya no asistir?

R: No, si... de salud, me sentía yo mejor cuando iba yo antes... diario... pero me ha estado atacando el parkinson... y ahora también para ya no molestarte, me tome la medicina a las tres y media.

T: ¿Y si te tocaba a las tres y media?

R: Si, porque la había yo tomado, porque como tocaba la... yo me voy acomodando... ella debe venir a las once, pero se despacha como quiere ¿no?, entonces yo bajo, a las diez para las once las estoy esperando, soy el primero que llega, y ya conmigo hacen rueda las compañeras porque ya no llega más que el... el compañero del cuarto ese... se me borró su nombre... ese llega esporádicamente...

T: Y hablando emocionalmente ¿te sientes diferente ahora que ya no asistes?

R: Pues fíjate que si... me... me satisfacía, pero me dejó de satisfacer ¿sabes por qué?

T: ¿A que se debió R?

R: Porque es una merienda de moros...

T: ¿Cómo es eso, haber explícame detalladamente que es para ti una merienda de moros?

Ψ Saca de la bolsa de su pantalón una hoja con una oración y me la muestra.

Ψ R se ríe.

Ψ R utiliza la metáfora "merienda de moros"

Ψ Se hace una

R: Este... de las mujeres, y cada vez, si le gusta a la señora titular la agrega y entonces se va haciendo cada vez más largo el rosario... y entonces no tiene este... no tiene caso, y entonces si voy ahorita, estoy fuera de catálogo, ya no sé...

T: Ya no sabrías que más ¿te sentirías tal vez un poco perdido?

R: Aja, ahora no por eso no voy ¿verdad?, voy precisamente por el sanitario...

T: Pero entonces ¿cómo te sientes emocionalmente ahora que no vas?

R: Pienso, pienso... ¡ah! es que no sabes que es lo que pasa en el círculo bíblico... pienso que no he perdido gran cosa, porque todas las que van ahí... cuando estaba, ahí quienes son muy atrevidas algunas, sobre todo mujeres, hay quien va al básico bíblico, y se sale para ir al rosario, a las once y media, dependiendo cómo este... entonces yo ya no veo eso muy católico...

T: ¿Y qué piensas de todo ello?

R: Pues mucho... que no le dan importancia a lo que haces... o eres o no eres... pero lo que pasa es que no sabes lo que pasa en el círculo bíblico...

T: ¿Qué pasa entonces?

R: Se analiza toda, toda la misa del domingo... se analiza el evangelio, la primera y segunda lectura... y lo especial que haya que ver, y es por ejemplo la celebración de la cruz o, este, toca por ejemplo alguna fecha como el día de la madre por ejemplo...

T: ¿Comentan acerca de todo eso?

R: Ándale... entonces...

T: ¿Entonces todos participan?

R: Yo me siento un poco incomodo de repente ¿sabes por qué?, porque como no veo, no es que no vea, no leo, no puedo leer, entonces soy el único que no lleva su Biblia... y le apunta a la señora, escoge los que, le va dando vuelta, o quien sabe cómo lleve su rol ella, al que lee el evangelio, al que lee la primera lectura y el que lee la segunda lectura... además hay un libro, una especie de revista que sale para todo el año... y ahí sale lo que debe comentar el sacerdote, lo más importante está en cinco o seis renglones... y eso lo lee diariamente el sacerdote, lo tiene en una hoja que se la pasa la sacristana...

T: Si.

R: Pero con la memoria que tengo... apenas del evangelio me acuerdo de lo que, del tema... ya ves que grande, que larga es la Biblia.

concretización al pedirle a R que explique lo que es para él una merienda de moros.

T: Si.

R: Así es que... de la primera o segunda lectura, ni siquiera me acuerdo de aquí al domingo... entonces está muy... para mi retención que tengo ahora ya está muy lejos, sólo que tuviera... ¡ah! y es que lo que no te he dicho es que te entregan una especie de misal dominical en la misa... pero ahora ya no lo, por la cosa monetaria no lo, no lo repartes... además que tenían una tabla de esas modernas que las bordas como un trapo seco y ahí decía lo que toca en la misa de cada día... digamos un sábado tal, santo o santa fulana de tal, el salmo, el tipo de... el tipo de salmo, todo esta en la tablita esa... pero ahora ya tampoco la hacen... ya no hay, ya no hay monjas, eso lo hacían las monjas...

T: ¿Ya no están aquí ellas verdad?

R: No, ya no están... yo estoy arrepentido de no haberle dicho al obispo que vino... de que... se va a perder el perfil de la casa si no se vienen rápido las monjas.

T: ¿Hubiera sido importante para ti decirselo?

R: Fíjate que... que como soy pillo, ellas marcaban para mí un respeto infinito... que ahora digo: no pues ahora ya ni quien me diga nada...

T: Si.

R: Entonces ya se está perdiendo el perfil... ahora llegaban, llegábamos... soy lujurioso y siempre cuento los que llegan... hoy por ejemplo, somos ciento cincuenta aquí... hoy llegaron dieciséis, ni el diez por ciento casi...

T: ¿A dónde R?

R: A misa, ya está careciendo la misa... hasta me dan ganas de faltar, cuando no hay agua caliente, me tengo que bañar con más calma...

T: Pero hasta ahora has sido constante...no has dejado de asistir...

R: Ni pienso dejar de... porque se me va a hacer muy pesado cuando vengan las monjitas... y eso les va a pasar a muchos de aquí... que van a empezar a ladrar...yo pienso, primero, hay muchas madres voluntarias... por cierto que no he visto a la voluntaria que nos llevaba a la Magdalena Mixuca, ya no viene... es una contadora muy... muy metida en su industria, y ella cuando nos lleva allá, todo mundo la conoce a ella de las industriales que llegan, le van a preguntar a qué hora, si ya puede dar de desayunar... es coordinadora de industrial... entonces yo creo que ahí nos van a dar cuello si ya no está, y quien nos invita...

T: ¿Consideras entonces que pueda llegar a pasar eso?

R: Es, le dicen body a esa señora.

T: ¿Y esta situación que te hace sentir, que piensas de esto?

R: Pues me, me hace trabajar el cerebro...

T: ¿De qué manera?

R: De no estar, yo soy un ser pensante, muy... muy fino... por cierto me están volviendo los sueños esos fantasmas, en donde invento cosas maquiavélicas... entonces no aparece esa señora que... y todo esto me es indiferente fíjate, porque ahorita ya llegué yo, con sacrificios si tú quieres, ya llegué yo este... por divertirme... pero si vas a una cosa que te vas a enojar, mejor no vas...

T: R ¿será que de verdad te preocupa toda esta situación? tal vez me equivoque, tu me dirás, pero ¿te preocupa esta situación, el hecho de que las mojas se van y va a cambiar el ritmo que hasta entonces ustedes llevaban, es eso lo que te tiene preocupado, o qué pasa?

R:

T: Tú me has mencionado... el hecho de que cada vez menos vayan a misa, que haya gente que por ejemplo esté ahí en el catecismo y se salga para irse a otra parte... al parecer es algo que te llama la atención, no te es indiferente, porque de serlo así simplemente no me lo mencionarías.

R: No, fíjate que no, porque todo eso que te he dicho con o sin las monjas sucede... son negritos del arroz que de por sí salen...

T: Si...

R: No me... ni fu, ni fa ¿verdad?

T: ¿Estas queriendo decir que te es indiferente?

R: Si... yo creo que la preocupación es más de fondo...

T: ¿Y qué consideras tú que hay en ese fondo?

R: Ahorita me tiene preocupado que el que me recetó no es el neurólogo que me atiende... entonces estoy tomando... no es medicamento de lo que me había recetado, él me había recetado una pastilla tres veces al día, pero no me estaba dando resultado, entonces fui a ver uno de emergencia... y la consulta que este... muy atinado por cierto, o quien sabe, prácticamente faltan dos meses para la cita de mi neurólogo... este... es hasta el día once de julio, yo puedo ir antes ¿no?, pero lo que me detiene es el tráfico de aquí, la ida no es problema, el regreso para mí es fatal...

T: Oye, entonces ¿me estas queriendo decir que detrás de toda la preocupación detrás de todo esto, es tu salud? ¿Sabes? Me imagino como si estuviéramos escarbando una ollita llena de tierra, para finalmente encontrar el fondo de todo esto....

R: Si, ya fui... había una trabajadora de las que trabajan aquí, que se fue... entonces le dije ¡qué le parece que tal día, a tal hora la invito a ir al hospital? ¡huy! Se desmadejó...

Ψ Se hace manejo de silencio para que R reflexione a cerca de la situación que le tiene preocupado.

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar la indiferencia que siente R la situación que se vive en el hogar.

Ψ Uso de metáfora: "como si estuviéramos escarbando una ollita llena de tierra"

T: ¿Cómo R?

R: Se arreglo, se puso... muy cooperativa...

T: ¿Si te acompañó?

R: Si me acompañó, pero vas a ver... vas a ver todos los inconvenientes que se presentan... había también, estaba pero la seguridad, ahorita en el hospital militar hasta los calzones te revisan, porque tienen ahí los heridos... y los muertos no hablan, entonces es doble, es doble acción la que da el hospital militar, la buena atención por su equipo... y la buena seguridad por su origen militar... entonces este, más lo que le echan crema a los tacos, imagínate cómo está, como si fuera un avispero....

T: Si...

R: Me tocó mala suerte, porque yo había planeado mentalmente... cuando estaba yo bien con mi familia, no me interesaba el regreso, primero porque de ahí pedía yo el coche, y llegaba a la hora que yo quisiera, ahí desayunaba yo, y ya venía muy giro... y ahora no...

T: Ahora se te complica...

R: Ahora se me complica más... no hay desayuno, lo del desayuno sería lo de menos, pero el regreso no me animo, así como está no me animo a venir sólo... entonces había yo planeado desde que vino el chofer, le dije si conocía un sitio, que está en la avenida del Conscripto, la casa tuya está enfrente de la puerta tres del campo militar, tres cuadras adentro... entonces le dije yo que si conocía el sitio de, de Conscripto... hay varios sitios de taxis que no te bajan el precio pero no con chochos...

T: Claro...

R: Y está bien, es un negocio ¿no?... mientras un coche que va de aquí a la casa tuya, cobra cincuenta pesos, él cobra setenta pesos... veinte pesos no son, no son pesados... pero la señora que invite, conocía al chofer, entonces le dije... sin que yo le dijera nada, *entonces yo le hablo cuando nos vayamos*, dijo... entonces dije: ¡uh! que sabroso me tocó.

T: Si, ¿quién dijo?

R: La señora que yo llevaba, conocía yo al chofer, es que es del rumbo... yo ya lo había citado prácticamente, mentalmente al chofer, en un lugar en donde está la parada de los micros y la, en un lugar a la misma distancia para caminar del coche, de donde quería yo tomar el taxi o tomar la combi, si me animaba yo con ella, y como ya nos conoce no sabía manejar muy bien... entonces el chofer se hizo bolas, se fue, se fue a donde lo había yo citado, desde que llegó... total que se volvió un relajo, se enojó el chofer, y le

dije no se preocupe ¿cuánto es la diferencia?, setenta pesos... aquí está... era lo mismo que hubiera cobrado si me hubiera venido a dejar... ella se pasó, a ella lo que le interesaba era su familia, le dijo al chofer que la pasara a dejar al mercado, al mercado de... de San Bartolo, y ya me trajo a mi aquí... ya se le había pasado el enojo y me trajo hasta la puerta de aquí... entonces dejé muerto, la tarjeta y todo, hasta la rompí... que se vaya al diablo...

T: ¿Te enojaste en ese momento?

R: Si.

T: ¿Y ahora al platicar de eso, cómo te hace sentir?

R: Mal.

T: ¿Qué es mal R?

R: Pienso que soy flojo

T: ¿Te consideras flojo?

R: Estoy durmiendo muy mal en la noche por frío, tengo una cobija doblada ahí, que si la despliego, hoy voy a dormir con calor, porque tiene... no quito la colcha esa, porque si calienta, peor me puso, esa señora de aquí me echo a perder mi closet... tengo todo amontonado ahorita, porque mandó a lavar mis cobijas... y ahora me dijo que no puede ayudarme porque ordenaron que todos los cuartos estén desocupado, no debe haber un solo cuarto de bodega... no sé qué tiene que ver con lo que yo le había pedido que me ayudara a arreglar mi closet, lo voy a tener que hacer yo sólo o voy a inventar cómo arreglarlo, porque ya no me cabe ningún calzoncillo, está todo hecho bolas, todo...

T: ¿Y por ello dices que eres flojo, o a qué se debe?

R: Porque aunque este con mucha, primero que esta muy chiquito para moverme, pero ya idee, abanicar la televisión y usa la cama, sacar todo lo que está allí y volverlo a acomodar... pero es una mesita, no me alcanza un tiempo de desayuno-comida, y de comida-cena, y menos el día jueves y martes porque tengo que estar contigo... porque me llevó, me llevó media hora en sacar una camisa, el pantalón y la ropa interior ¡ah! y los calcetines, los calcetines los tengo en una bolsa de plástico, de tal manera que los, transparente, saco la bolsa y ya veo que calcetines, lo que no tengo es mucho desfase de color, no, no identifico....

T: ¿Los colores?

R: Si, no identifico un verde con un gris, le tengo que pedir ayuda a alguien.

T: ¿Y cómo te hace sentir eso, R?

R: Mal

T: Pero ¿sabes? Me gustaría que me dijeras que es mal para ti.

R: Triste, voy a debutar... el sábado va a venir mi hijo... he estado pensando cómo tratarlo...

T: Me imagino que es importante para ti reflexionarlo antes de que se presente, pensar bien lo que vas a hacer, cómo lo vas a tratar... ¿sabes? Eso se me hace muy importante, porque muchas veces nos dejamos llevar en el momento por las emociones, a veces cometemos errores, otras no... pero si tú de antemano has pensado desde antes cómo va a ser tu trato hacia esa persona es mejor, obviamente debe de ser de la mejor manera posible o ¿Qué te parece a ti?

R: Porque él se ofreció, yo no le pedí... pero se ofreció por lo del altercado con mi esposa...

T: Te parece que para la próxima sesión platiquemos sobre cómo te fue con él...

R: Si claro, te lo platico con todo gusto... ¿sabes qué? No lo quiero pensar, porque me enoja, me enfada, me repele...

T: Con el sólo hecho de pensarlo...

R: Exactamente...

T: Antes de que se nos acabe el tiempo R, me gustaría que me dijeras como te sentiste el día de hoy.

R: Bastante bien fíjate.

T: ¿Qué re llevas de esta sesión?

R: Pues... me doy cuenta de que cada vez que te platico todo esto me siento como más desahogado, me siento más tranquilo.

T: Me da gusto R, bien, entonces me parece interesante que continuemos la próxima sesión con esto... ¿hay algo más que me quieras comentar por hoy?

R: No, es todo por hoy.

T: Bien, entonces nos vemos para la siguiente sesión ¿te parece?

R: Me parece.

Retroalimentación:

- R reporta que lo que se lleva de esta sesión es el hecho de sentirse relajado y bien consigo mismo.
- Lo que me llevo de esta sesión es el hecho de confirmar que R aún no logra hablar directamente de sus emociones y sentimientos, por lo cual se seguirá trabajando en esta área en las próximas sesiones.

SESIÓN 10

Aspectos relevantes durante el proceso

T: Hola R, vamos a iniciar la sesión de hoy... que tal tu fin de semana ¿hay algo que en quieras compartir?

R: Si, muy malo...

T: ¿Qué pasó R, a ver, qué es eso malo?

R: Fíjate que quedo mi hijo y mi esposa en que el primer sábado de mes, me mandaban el dinero para pagar el asilo y para que tenga yo dinero... y no vinieron, así es que no dormí de la preocupación si pudieron cobrar, si no le pasó un accidente a mi hijo... y el domingo vino muy giro...

T: No vino el sábado, pero vino el domingo...

R: El domingo si vino, y ya lo llevé a pagar, y que me pagara... y este, le saque un poquito de lustre... ya ves como estaba el closet, le dimos una arreglada entre él y yo.

T: Si, que tenías que arreglarlo ¿verdad?

R: Si, pues no muy a fondo, pero si cuando menos ya más, ya más este...

T: Ya más ordenado...

R: Si, por cierto que te pido un favor ahorita que me alcances una camisa, ya ves que no puedo estirar los brazos, es una pila de camisa que está por volcarse ¿antes de que te vayas no?

T: Si, claro ahorita que terminemos te ayudo... bien R, entonces no vino el sábado, pero vino el domingo...

R: Y me salió con la novedad de que tuvo un accidente, en una vuelta a la izquierda... que no según, según el contrario ¿no?, no se supo dar, alinear a la izquierda para dar vuelta a la izquierda y le dio un trancazo en la portezuela izquierda... ya no le pregunte, que caso tiene la fecha ya...

T: Si, claro.

R: De lo que estoy arrepentido es no haberle dicho que esas portezuelas de carro que no tienen chasis, ya no queda ni la puerta ni el chasis, pero ya lo metió al taller... ya lo vio el mecánico, ya es tarde...

T: Y bien entonces, vino tu hijo y ¿qué fue lo que pasó?, ¿cómo te sentiste o cómo te sientes ahora?

R: Has de cuenta que me di un baño de agua calientita...

T: Si.

R: Se me fue toda la preocupación.

T: ¿Cuándo lo viste a él, ya que viste que estaba aquí?

R: Aja.

T: ¿Hasta el momento en que él llegó tú te sentías preocupado todavía?

R: Si, pero me aguante en parte hablando por teléfono ¿no?, porque si no... hasta según la chamarra que me estorbaba se la llevó... estuve platicando y fíjate que la señora de... bueno, aquí pueden cobrar tres personas, cuatro, donde hay hermanas y hay una superiora, la superiora puede cobrar, recibe, recibe todo... una voluntaria que aquí vive, también que hace aseo y su hija es, trabaja en la recepción por la tarde, ahorita ya está... esas tres viven en una suite allá arriba muy bonita, y esa está desde la fundación de la casa, está aquí, y hace teje y maneje, persona que puede cobrar... y estuvo, como que le cayó bien mi hijo, estuvo platicando con él, hasta me salí por aquello de que le quisiera preguntar algo y no tuviera algún bloqueo ¿no?

T: Claro.

R: El licenciado ¿si lo conoces no?

T: Si.

T: El licenciado y la secretaria que es la que debe cobrar, pero el domingo pues no... no es muy católico... entre semana, a veces viene esa secretaria, se llama Elizabeth, una güerita de pelo largo...

T: Si la he visto.

R: Son cuatro ¿no?, el licenciado, la secretaria, la voluntaria y la superiora cuando está... Pues eso comparto contigo... y mi problema.

T: ¿Y cómo te hace sentir ahora el que tu hijo estuviera aquí?

R: Yo te voy a decir un pasaje que... un pasaje, que este... que tengo, me sentí avergonzado ante la familia de mi esposa, por lo que te voy a contar.

T: Claro.

R: Este muchacho es mi último hijo.

T: Si.

R: Siempre que entraba al hospital mi señora... venía mi suegro, mi suegra, una cuñada, a reforzar la casa ¿no?, y traían una sirvientita... entonces con esa sirvientita nos podíamos ir todos al hospital.

T: Si.

R: A mi no se me hace de las actividades normales ¿no?... entonces así nació, me lo dieron, y yo me sentí muy contento porque estaba muy guapo, le veía yo los ojos grises y eso... y yo le dije: "mire mi hijo", le digo a mí suegro, pero mi señora todavía no salía del quirófano, "y porque no me dices que mire a mi hija, que vaya a ver a mi hija" me dijo él... "hay perdóneme" le dije.

T: ¿Así te dijo tu suegro?

R: Si, estuvo, estuvo muy atinado ¿verdad?, yo le estaba presumiendo a mi hijo, pero su hija estaba en el quirófano

todavía, porque fue por cesárea... ¿Cómo la ves?

T: Y entonces tu en ese momento estabas muy feliz ¿tu hijo el más pequeño verdad?

R: Si, el más pequeño y... pero yo ya había tenido problema porque tuve un problema con una hija, por cesárea también, que nunca pasó de los tres años y medio, y se murió a los quince años... entonces ya tenía yo pura repulsión a los... no sé si lo que, lo que me alegro fue que estaba muy sano, o que hubiera salido sin novedades de la operación... porque la otra se asfixio en el seno materno y de eso le salió el retraso mental... eso dicen pero yo no estuve presente en ese parto, quien sabe por donde andaba yo, sólo que estuviera muy lejos, no estaba yo en, durante cuando ella estaba en problemas de maternidad.

T: Claro, entonces cuando tu viste por primera vez a tu hijo estabas tú feliz, contento porque afortunadamente con él no hubo ninguna complicación, había nacido bien... oye ¿y sigues sintiendo ese mismo gusto de ver a tu hijo o qué sientes ahora?

R: Si, realmente es al que más quiero fíjate... porque me ha hecho todos los gustos que he querido...

T: ¿Cómo cuales R?

R: Fíjate nada más... para comprarle ese coche... fíjate en lo listo que es, no nos alcanzaba con un préstamo al banco.

T: Si.

R: Así que sacamos un préstamo, no alcanzó, lo metió al banco, le redituó, y con otro préstamo más el redituó compramos ese coche, fíjate... entonces un hombre muy, muy este... muy objetivo en las ganas que tenía de tener un coche nuevo y que se, y que se preocupara porque... pero en ese intervalo nació el primer nieto, y él lo apadrinó y le sacó un seguro escolar... y está pagándole un seguro escolar, es su padrino pues...

T: Si.

R: Otra satisfacción que me dio.

T: Si.

R: Luego entró... yo no sé cómo le hizo para entrar a la CU, pero ya fue representativo político de los académicos y de los maestros, en una especie de sindicato, no sindicato... un grupo digamos, y van a toda la república.

T: Si, claro.

R: Yo por ejemplo me acuerdo de varios viajes que él hizo, hizo una Veracruz, uno a Michoacán, uno a Chiapas, con el cargo ese de presidente de la agrupación esa... suena divertido y se van a informar... visitan arqueología, visitan la universidad, tienen buenas intenciones pues, de progreso...

T: Si.

R: Y además, no sé si te enseñé la tesis...

T: Si me la enseñaste.

R: Se graduó, pero ya había estado en el extranjero... estuvo en Bélgica, en Canadá y en Francia, habla perfectamente el belga, el inglés y el francés.

T: Pues que interesante ¿no R?

R: Si, tiene, tiene futuro ese hombre.

T: Ha sabido salir adelante ¿no?

R: Si, es un brillante alumno, un brillante profesionalista...

T: ¿Y cómo te hace sentir hablar de él R, de todo lo que ha logrado?

R: Pues me siento muy contento... y me ha dado muchas satisfacciones, son muchas las que me ha dado.

T: Y te digo algo R, se nota que te da gusto, que te sientes feliz, lo noto en el semblante de tu cara, cambia completamente cuando hablas de tu hijo. Para ser precisos que ha sido eso que te ha dejado satisfecho, ¿qué ha hecho él para que te sientas orgullosos de él?

R: Te digo esto... porque tal vez es una de las pocas satisfacciones que voy a tener... nos se si conozcas el terreno de las corrientes filosóficas y... los grupos, como podría llamarles... literarios...

T: Si...

R: Yo le decía, hasta me compré un libro... le decía que porque no escribía un libro...

T: ¿Y qué te dijo él?

R: No, me compró un libro... que comprara un libro para escribir, para motivarlo a él, para que escribiera, una vez le dije: ¿y por qué no este...? Hay un premio ahora que estuvo muy de moda el príncipe de Asturias... en este, en el mundo pues, en la cosa política y literaria... él da un premio que se llama príncipe de Asturias... ¿sabes de cuanto es?

T: No R, desconozco.

R: De cincuenta y dos mil dólares... ¿es cuánto dinero mexicano?

T: Mmmm, poco más de quinientos veinte mil pesos.

R: A diez pesos ¿verdad?

T: Un poco más.

R: Pero se me hacia que no era tan grande la cantidad ¿no?... porque él me dijo: si lo saco yo te voy a llevar a España a que me acompañes a recibirlo.

T: Si.

R: Pero pienso que le estoy pidiendo peras al olmo porque no a cualquiera, y no sabía yo que lo dan tres o cuatro veces al año fíjate...

Ψ Se hace un reflejo de sentimiento a R cuando comenta sobre su hijo.

T: Que tal... entonces tenía más posibilidades de ganárselo.
R: Exacto, aja... ya después de eso jamás le he dicho nada ya...
T: ¿Y ya no hizo el intento por participar?
R: No, porque tiene unas miras en la cosa política, esta muy cerca del rector; bueno el rector tiene... a ese grupo lo tiene mimado... les da sueldos muy jugosos, porque siempre están paseando... y como que a ese grupo lo apoya cien por ciento él...
T: ¿Y entonces a ese grupo pertenece tu hijo?
R: Si, a ese grupo pertenece...
T: Y bueno me decías que te sientes muy orgulloso...yo te imagino, por el entusiasmo con el que me lo cuentas, como a los pavo reales cuando abren su plumaje...
R: Andale, así me siento como pavo real, nada más que no me miro los pies
T: Bueno y finalmente me decías que aquí estuvo contigo el domingo ¿no?
R: Si, y como es muy alto... empezamos del clóset, pero ahorita lo vas a ver como quedó el closet, ya no lo pudo arreglar, porque tengo miedo de estarme subiendo a una silla, y estar... tengo miedo de una caída y me rompo la columna y para qué te cuento...
T: Claro, debes de tener cuidado... ¿Si te ayudó entonces a ordenar un poco?
R: Si, lo que más me estorbaba era una cobija, ¿no sé si la habías visto?, una cobija a cuadros, de cuadros rojos...
T: No R, no la había visto.
R: Esa la metimos dentro de un... tengo dos ropas sucias según yo, un canasto y una caja, el canasto está aquí a la izquierda, y una caja, para que ocupe yo, el otro lado está vacío para los zapatos, pero, necesito hacer un aseo... ya tengo yo los desinfectantes para hacerlo, porque encontré de esos animalitos medios raros... pero lo cierto es estar un poco mejor de salud, del problema ese que no pude ir al hospital, tengo varias cosas pendientes del hospital, porque no me es fácil... la ida es fácil, pero el regreso...
T: Si, me imagino que es más complicado...
R: Para mí...
T: Si.
R: Yo no sé de donde... como no estoy bien, no salgo... no sé en donde están los avances y todo.
T: Si, claro.
R: Por cierto te quería yo preguntar ¿cómo le haces tú para venir?
T: Pues yo tomo una combi sobre Gustavo Baz que venga para

Ψ Se hace uso de la metáfora: "como a los pavorreales cuando abren su plumaje" para hacer referencia al orgullo que R siente por su hijo.
 Ψ R se ríe de la metáfora utilizada.
 Ψ Me río con R cuando dice que se siente como pavorreal pero que no se mira los pies.

el CCH, y suben antes de donde lo hacen y de ahí camino para acá. Y hoy no se ve gente trabajando ahí, haciendo las composturas.

R: Es que fíjate, hace una semana... el día primero del trabajo, el día tres de la santa cruz, el día cinco la batalla de Puebla... y ahora diez de mayo... toda la noche hay un cueterío que ¡para qué te cuento!... un compañero me dice, me dice lo siguiente... mmm ya son diez para las cinco...

T: Si, ya.

R: Un compañero me dice, que él toma un microbús que ahora pasa por América del Sur, y que en la calle de... Monte... no es Montevideo, es Asunción...

T: ¿Esas son las calles que están para abajo?

R: Si, son las de aquí enfrente... esta Asunción, Quito, Chile y otras, pero que Asunción lo saca aquí... te digo yo lo estoy viendo y ¡no hombre! No puedo saltar todo esto, ni si quiera podría pasar al camellón... porque tengo un coche que me sirve para la ida, y lo usé una vez pero me cobró setenta pesos, por dejar su coche ahí donde está el árbol y traerme hasta la puerta del brazo.

T: Si.

R: Valió la pena, porque yo ya tenía mucho pendiente con la cosa de la salud y los problemas médicos...

T: Claro, sé que debe ser más complicado con todos estos arreglos que están haciendo... ¿y qué día tienes que ir al doctor R?

R: Pues ya me tocaba de todo, pero... lo que más me, por lo que fui fue por la cosa de los exámenes médicos del corazón, que no resolví nada por cierto, pero de los ojos sí... estuve internado en el hospital nueve días, y ahí me rastrearon de todo lo que podían hacer, llegaron todos los médicos con los que tengo la consulta, que es orina, orina, oftalmología, urología, oftalmología y neurología... ¡ah, por cierto que te tengo una novedad!

T: ¿Cuál R? Dime.

R: Ya hay un aparato que te quita el temblor del parkinson ¿cómo la ves?

T: Pues que bien ¿no crees?, ese tipo de noticias dan gusto, es una esperanza más, una nueva opción...

R: Estaba feliz una señora morena, no sé si los has visto a los parkinson, a los que tenemos parkinson, meternos a un elevador... ¡huy! entras con un miedo, no sé por qué...

T: ¿A ti te pasa R?

R: No fíjate que no mucho, pero a esa señora dice que le da mucho miedo entrar al elevador.

T: Si.

Ψ R voltea a ver su reloj de mano para hacer referencia a que falta poco para que se termine la sesión.

R: Y fue lo primero que hizo después de la operación, le ponen una especie de marca pasos, con sus terminales conectadas al cerebro y ahí le regulan todo y santas pascuas.

T: Entonces se detienen los temblores del parkinson.

R: Si, si, pero yo pienso que está en experimentación ¿verdad?

T: Claro, yo me imagino que sí, como es algo reciente lo deben de probar primero con una serie de personas... es nuevo.

R: Si, es... en esta semana, como el domingo fue que creo que oí la noticia... pero no te platique yo eso ¿verdad?

T: No.

R: Ahí me citaron cuando tuviera yo los exámenes, pero esos nueve días, descubrieron que lo que según ellos, no me dijeron a mi ¿no?, sino me mandaron a oftalmología a consulta y han de haber puesto ahí que querían que cambiaran el... el medicamento, y me lo cambiaron, nada más que el medicamento me provocó lo que tengo, hasta ahorita tengo irritación en los ojos... entonces me lo cambiaron, tanto así que me regalo la doctora los medicamentos para ponérmelo, y no me está dando muy buen resultado, pero de menos ya no me hace falta que me esté rascando o me esté limpiando o lavando la cara...

T: ¿Ya no se te irritan tanto?

R: Ya no se me irritan tanto, pero mira si ves ahorita...

T: Si, se te ven rojitos.

R: Exactamente.

T: Entonces te han estado cambiando constantemente de medicamentos ¿no es cierto R?

R: Si hombre, para los ojos y para los colapsos.

T: ¿Cómo te hace sentir todo eso R?

R: Apachurrado

T: ¿Es como si fuera un globito que poco a poco va perdiendo el aire y se va desinflando?

R: Aja, lo que me hace sentir así es que no puedo hacer lo más elemental de mis funciones normales, que no puedo arreglar el closet, que no puedo sacar una loción, que no puedo sacar el medicamento que se me acaba donde lo pongo... además que soy conflictivo...

T: ¿En qué sentido?

R: De estar acostado, la mejor medicina para mí es estar acostado, y al despertar hacer ejercicio... fíjate que acostado, si me acuesto, si puedo levantar los brazos hacia atrás y agarrarme la cabeza y hacer sentadillas acostado... hacer ejercicio en una palabra, completo lo hago acostado.

T: Si.

R: Pero si me paro, empiezo a tataratear, necesito agarrarme

Ψ Se utiliza la metáfora: "como si fuera un globito que poco a poco va perdiendo el aire" para ejemplificar el sentimiento de R al cambiarle constantemente de medicamento.

de la televisión, de la cama, de los muebles...

T: Me imagino.

R: Pero fíjate una cosa, desde que me levanto y me voy al comedor, me hace un bien cómo no tiene idea.

T: ¿Qué pasa R?

R: Regreso, tengo mucha más movilidad después de bajar al desayuno, comida y cena... en el desayuno casi me hecho como, como cuarenta y cinco minutos de ejercicio, caminar, parar y darle vuelta a los brazos, caminar normal, rápido y como si estuviera yo marchando, con todo los brazos, llegar a ¿conoces la capilla?

T: Si, la conozco

R: De esas columnas me agarro y me doy vuelta, me agarro con el brazo y me doy vuelta y así me voy... con decirte que hasta correr, trotar pues, no correr, trotar...

T: ¿Y eso como te hace sentir, cuando te ejercitas?

R: Regreso, cuando regreso al salir de... a bueno llegue, llego a las siete y cuarto, siete y diez, dependiendo de la hora en que llegue el agua para meterme a bañar, porque ya me voy bañado de aquí, y ya le dejo a la señora arriba los muebles, todo para que me haga el aseo, para que cuando regrese del desayuno, me pongo relax...

T: Si.

R: Y si es posible hasta me duermo si dormí mal, que es el caso que he estado durmiendo mal por lo que te contaba yo del hijo que no vino... pero... ahora si tomé el medicamento a las cuatro...

T: Ahora si no se te pasó...

R: Me acordé mucho de ti... eso es lo que me preocupa si no me estoy pasando me vaya a rebotar, por decir me lo estoy tomando cada cuatro horas, pero con unos cinco minutos que me tarde para tomármelo a las cuatro, ¡huuuuy! Ya estaba así

T: Y empiezas luego, luego...

R: Empieza, ya se malacostumbro el cerebro a que... Ahora bien, según este... según el tratamiento del aparato ese que quita los temblores, dicen que se trata de, no hablan de la levodopa y carbidopa, sino de un medicamento que se llama dopamina, yo ni la conozco, dicen que se trata con eso, pero yo creo que es cosa de políticas, es como cuando te vas a curar una gripa o un catarro... un medico da un medicamento que le conviene según el cliente, ¿no se te hace?

T: Si, claro.

R: Pero todavía tengo preocupación de platicar con el neurólogo que es especialista, tanto del aparato como lo de

Ψ R alza su mano derecha y la agita para mostrar como se pone cuando no se toma sus medicamentos.

la dopamina.

T: Claro para que te resuelva las dudas que tienes.

R: Si.

T: Oye R, pues es muy importante todo esto, que finalmente no decaiga el ánimo, que sigas yendo al hospital, que no dejes de faltar a las citas que tienes, que en este caso como tú me dices, que te ejercites; mucha gente, no tenemos y me incluyo, no tenemos a veces el ánimo para salir adelante y superar como tu mencionabas las barreras físicas con las que a veces podemos encontrarnos en el camino, eso es algo de reconocer, porque no cualquier persona lo hace, te lo reconozco y te felicito... ¿Qué opinas tú al respecto?

R: Quiero platicar con el neurólogo, que es el que trata lo, la enfermedad de parkinson... siempre camino delante de él, a todo lo largo del consultorio y él está observando, y me dice, este... "contemos de dos en dos hasta cien" y él está observando como hablo... si te has fijado no tengo la conexión cerebral coordinada, porque yo olvido muchas cosas importantes ¿no te has fijado en ese detalle?

T: Tal vez en uno que otro detalle, a veces en palabras que se te olvidan, pero no en hechos... pero palabras simples.

R: ¿Cómo en cuales te has fijado?

T: A veces se te va el nombre de los medicamentos por ejemplo...

R: Aja...

T: Pero he notado R...

R: En lugar de decir, entonces yo le digo al médico de las rehabilitaciones que tengo y cómo le hago y todo, no hombre y eso no es nada, le digo... entonces me dice: se pone uno peor... si de no levantarse... eso si me preocupa fíjate, yo ya no soportaría no levantarme...

T: Te preocupa llegar a ese estado, más bien que pudieras llegar a ese estado...

R: Si.

T: ¿A qué se debe R?

R: A que me quiten del cuarto y me pasen a la enfermería, y debo de tener un régimen diferente de comida, de compañerismo, quizás hasta compartir cuarto, ese tipo de cosas me preocupa...

T: Pero si te das cuenta, estas haciendo algo para resolver eso ¿no?, y lo que me comentabas hace un momento, ese tipo de rehabilitación que tú mismo te has propuesto seguir.

R: Claro, si, si... además que estamos, como te dijera yo... no estamos en buenas manos, el asilo no está funcionando como funcionaba como la este...

T: Como cuando estaban las monjas aquí

Ψ R se ríe al mencionar lo que él le comenta a su doctor.

Ψ R comenta que le preocupa que le quiten del cuarto, refiriéndose al piso en el que se encuentra.

R: Exactamente.

T: Eso también te preocupa entonces...

R: Si, porque estamos en manos de las trabajadoras prácticamente, y con la mano en la cintura te hacen travesuras.

T: Si, comprendo tu preocupación porque están en manos de ellas prácticamente y cualquier mal funcionamiento de su parte los afecta directamente a ustedes ¿ es eso lo que tú consideras?

R: Así es... pero soy muy cauto, ella me dijo, yo le dije que si me arreglaba el este, el closet, que yo le ayudaba... y me dijo que si, y me estuvo dando largas, lo íbamos a hacer un viernes, su descanso de ella es el sábado, yo lo podía hacer con la del sábado, es una muchacha que está estudiando el CCH, dice ella...

T: Si.

R: Y este, le podría decir, pero no quiero saltarla, porque la voy a meter en un compromiso con la otra y se van a pelear, y eso yo no quiero tener problemas internos de trabajo... además que ya como quiera ya ahorita, ya lo que no podía manejar, los suéteres, chalecos, para el frío y las toallas, y las sábanas y las fundas, y la ropa interior... ya nada más me queda el problema de manejar las sábanas y fundas y de manejar la ropa interior, calcetas y calzones...

T: Si claro.

R: Si vieras como lo tengo, como si fuera un nido de gallina, nada más saco el que sea y meto así aventado el que viene limpio... ya no lo pude arreglar con mi hijo porque se me hizo una grosería ponerlo a hacer la limpieza.

T: Si, fíjate que comparto esa idea contigo, porque él viene a verte, a platicar contigo, entonces tienen que aprovechar ese tiempo que se ven.

R: Aja, "exacatamente".

T: ¿Y quedaron de acuerdo para cuando regresa él?

R: Para el primer sábado del próximo mes.

T: Me da gusto, sinceramente me da gusto que siga ese acercamiento entre tu hijo y tú, que bueno que quedaron de acuerdo, supongo que es muy importante para ti que él te venga a ver... y pienso que al ver el sábado que no venía fue como un día nublado para ti, y después al ver que el domingo si vino, a de haber sido para ti como un rayito de luz ¿no es así R?

R: Así es, así lo sentí, "exacatamente"... yo no sé como vivan juntos ella y mi hijo...

T: ¿A qué te refieres R?

R: Yo no tengo por qué investigar eso, pero este... se me hace

que tiene problemas internos con mi esposa ese muchacho ¿no?

T: ¿Tal vez discusiones, que no se entiendan, que no compartan el mismo punto de vista?

R: Ajá... Ya no llovió fíjate ahorita.

T: No, no ha llovido, pero se oyen los truenos.

R: ¿Te molesta si dejamos esta sesión hasta aquí?

T: Si R, como tu gustes, seguimos entonces para la próxima sesión, solo quiero que me comentes que te llevas de esta sesión.

R: Pues me llevo el haber podido compartir contigo lo feliz que me hace ver a mi hijo y hablar de él, me siento muy orgulloso de él fíjate.

T: Claro R y como te decía, eso se te nota a veinte kilómetros de distancia... que bueno, me da gusto que sea así. Bueno, dejamos esta sesión hasta aquí.

R: Si, es que quiero componer la camisa que te digo ¿me ayudas?

T: Si claro, vamos.

ψ R voltea a ver a la ventana para mencionar que no llovió.

Retroalimentación:

- Lo que R se lleva es el hecho de haber podido compartir el sentimiento que le provoca ver a su hijo.
- Lo que yo me llevo es el hecho de notar a R un poco más expresivo durante esta sesión en comparación con las anteriores, sin embargo todavía falta trabajar un poco más con él esta área.

SESIÓN 11	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Hola R, buenas tardes ¿que tal tu día?</p> <p>R: Bien, hoy hizo mucho calor.</p> <p>T: Eso si, todos estos días ha estado haciendo calor ¿verdad?</p> <p>R: Si.</p> <p>T: ¿Te parece que comencemos con la sesión de hoy?</p> <p>R: Si.</p> <p>T: ¿Hay algo que me quieras comentar?</p> <p>R: Si fíjate que cada entorno de, de mis pensares que es negativo, me aparece un sueño o pesadilla ¡pero fuerte! de contrariedades.</p> <p>T: ¿Cómo cuáles, a qué te refieres con contrariedades, podrías mencionar un ejemplo?</p> <p>R: Si, por ejemplo que no me iba a poder bañar porque me llenaron de... de chatarra de recortes de placa, en el baño todo lo tapizaron de chatarra y que lo peor es que me robaron todo lo que tenía yo en el pantalón, es lo que más me dolía, porque lo demás como quiera iba yo a ponerme la pijama, que andaba yo sin pijama, y sacaba aquí todo, llenaba aquí todo.</p> <p>T: Si.</p> <p>R: Llenaba aquí todo para poder bañarme, sobre todo en el baño y bajo la cama de aquí... entonces es una resultante de problemas... cada que tengo un sueño de ese tipo, es de problemas que ya me salieron...</p> <p>T: Tú me decías al principio que se lo atribuyes a algo, a pensamientos negativos, tal vez en el transcurso del día o de los días, y la consecuencia es que terminas teniendo este tipo de sueños.</p> <p>R: Si, de sueños... sí, fíjate que me molesta la visita del hijo los sábados...</p> <p>T: ¿En qué sentido te molesta?</p> <p>R: Siento como una supervisión...</p> <p>T: ¿Acerca de qué?</p> <p>R: Pues si, no sólo se va a llevar, se va a llevar como está mi estado físico, las enfermedades, que no he asistido a las consultas, y van a venir reclamos... sin lugar a duda...</p> <p>T: Supongo entonces que eso te lo cuestiona tu hijo...</p> <p>R: Así es...</p> <p>T: ¿Y entonces eso te molesta?</p> <p>R: Pues un poco, porque te digo que lo siento como una supervisión... pero yo sé que lo está haciendo de buena fe y con sentido de responsabilidad...</p>	<p>ψ Concretización, se le pide a R que especifique a qué se refiere cuando dice que tiene sueños llenos de contrariedades.</p>

T: Preocupándose por ti, por tu salud...

R: Si, claro, ahora bien... también... ese carro que choco, sin por ciento es de él ¿no?, pero esta comprado al contado, como te conté que junto dos prestamos en dos años, y este... estoy arrepentido de no hablarle por teléfono... esos carros, que no tienen chasis como ese, ya no quedan bien, máxime ya se quedo desajustada la portezuela, entonces lo más viable es vender el carro para venderlo o cambiarlo, y poner la portezuela nueva no una, no quedan las... hay ahora herramienta muy buena para hojalatería automotriz, pero no quedan las puertas, las puertas ya no quedan ajustadas, porque se distorsiona todo el carro, porque como no tiene chasis que es la que lo sostiene, se hace... como te dijera yo, se desnivela toda la dirección y todo...

T: Si.

R: Y es un carro peligroso que ya no te crea seguridad... máxime que el viaje de él a su trabajo y a su estudio, es hasta ciudad universitaria desde ahí de la puerta tres del campo militar... entonces es muy lago el viaje diario.

T: Si, claro.

R: Yo creo que ese sueño fue la resultante de todas esas cosas...

T: De todos esos pensamientos que tú tienes.

R: Aja.

T: Y en este caso esa es una preocupación para ti ¿no R?, preocupación que tienes y que finalmente como tú dices, la resultante son los sueños que tienes, y entonces esos sueños son para ti inquietantes ¿o me equivoco?

R: Si, como no, porque en el momento del sueño, estoy viviendo una realidad que estoy viendo... una realidad que valga la redundancia que es irrealidad, no real... y me, huelga decir que me destruye los horarios, por ejemplo... si me acuesto regresando de la cena, a las ocho veinte ya estoy despierto comiendo otra vez, porque es urgente, yo necesito comer, por lo menos, cuando menos cuatro veces al día... y lo hago, lo hago así, pero muy mal, como está muy difícil la salida, siempre tenía yo pan bimbo, no se si has visto que el pan bimbo integral se puede tener en el refrigerador tres, cuatro días...

T: Si.

R: Sin que se eche a perder... carnes frías, queso blanco, y yo no lo tengo y lo peor es que me estoy desacostumbrando el estómago a comer puro pan, puro pan y algunos que otros... ya me checaron los... ¿cómo se llaman los botecitos esos de comida de bebé?

T: De gerber...

R: De gerber... nada más que algunos no los puedo, si alguno no lo puedo abrir, saco otro y saco orto hasta que encuentro alguno que se abra... y ya se me acabo el amaranto, me lo como a cucharadas...

T: ¿Solito?

R: Si, solito a cucharadas y se me termino... y esas cosas me gusta comprarlas yo, no mandarlas comprar, pero creo que voy a tener que doblar las manos...

T: Claro, porque además como dices si está complicado para salir de aquí por los arreglos que están haciendo en la calle...

R: Y para ir a comprar sobre todo... un compañero se desvive porque le mande comprar, entonces probé que me trajera plátanos y duraznos ¡no!

T: ¿Qué fue lo que pasó?

R: Re malos...y aquí a veces en la comida y en la cena dan plátano y me lo traigo para salpicarlo del gerber y el pan... por cierto que compré un pan, si lo quieres probar ¿no se te antoja?

T: ¡Ah! me parece bien, que tal si me lo invitas en cuanto terminemos la sesión ¿te parece?

R: Aja...

T: ¿Volvemos a donde nos habíamos quedado R, te parece?

R: Me parece bien.

T: Bueno, Me estabas comentando acerca de los sueños que has tenido, que como me comentabas, son resultado de preocupaciones que tú tienes y me ponías de ejemplo el caso de tu hijo. ¿Que otro tipo de pensamientos te provocan este tipo de sueños que has tenido?

R: Mi estado de salud...

T: ¿En qué sentido R?

R: Me preocupa en lo que me ata, apoco no es... por todo... contigo no tengo ningún dobles, pero me tengo que sobreponer a todos mis dolores y a mis pesares ya con los compañeros y ya cenando... porque casi nos reunimos para cenar un cuarenta por ciento...

T: Entonces es como quitarte esa pajita que tienes por dentro ya cuando llegas con ellos quitarte bien todo y dejarla a un lado, ¿va por ahí más o menos?

R: Aja, exactamente, si va por ahí... y me molesta sobreponerme, pero pienso que es muy importante...

T: ¿Qué es muy importante sobreponerte?

R: Si, si, porque no te ven que estés clavado...

T: ¿Y para ti es importante que no te vean por ejemplo decaído, apagado?

R: Aja, ándale si.

ψ Se hace un uso de metáfora para ejemplificar el estado de ánimo de R.

T: ¿Y a qué se debe?

R: Por el amor propio... es muy fuerte mi amor propio...

T: ¿Y qué crees que pasaría si te vieran así?

R: ... hay cuatro tipos de personas...

T: Si.

R: Hay cuatro tipos, los asilados hombres y mujeres... las que andan de verde, como jefas de piso y jefas de limpieza de piso... tienen mas de dos pisos a veces eh, que cuidar... estas chamacas que viven allá enfrente que son becarias, son personas que ganan muy poco pero les permiten ir a estudiar, ya van tres... y cuatro, el personal administrativo, ejecutivo y de voluntariado de las damas... entonces no es fácil, podrás convencer a una, a una este, compañera... yo siento... mmm... hace, en esta semana, tengo una paisana de Chiapas, que así nos llamamos paisanos de los que somos del mismo estado de Chiapas, que tuvo de nana, muy, muy agradable... pero que se fue de aquí y dejo pero ¡un chorro de hermanas!, Margarita, Carmela, Carola, ¡uh! un escuadrón de, de... de hermanas...

T: Si.

R: Quiero ver si puedo recordar el apellido (se queda mirando fijamente hacia la ventana) mmm no, se me va el apellido... pero muchas han... ninguna, ninguna se ha hecho monja...

T: Si.

R: Todas han tenido que ver con el personal de mantenimiento de aquí. Una que se llama Carmela ya no es becaria, sino es trabajadora de verde... y me dijo oiga paisano ¿qué le pasa? Que anda usted trabado y se ve que le cuesta trabajo... esa tiene un bebé, como de seis meses que se llama Daniel, y siempre se pone en un lugar fijo los días domingo en misa, y siempre nos saludamos, ya ves que se da saludo en la... ya es mi clienta de saludar... el protocolo ese de la iglesia que tienes que saludar la mano...

T: La paz.

R: Ándale la paz... y siempre le digo besitos para Daniel, porque ya conozco al bebé bien... porque fíjate que se hizo trabajadora porque al marido no le alcanza para mantener, entonces todavía fue becaria y venía así como vienen estas, pero traía a su bebé... estaba duro para ella...

T: Claro.

R: Y yo le ayudaba a cargar y a contentar a... porque de repente se ponía a llorar porque no lo cambiaban, porque no comía, ya ves que a los bebés no les falta porque llorar.

T: Si.

R: Y si vieras como me cayó de mal que me haya dicho eso...

T: El que te haya dicho que qué te pasaba, por qué estabas así

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R reflexione sobre lo que pasaría si su familia lo ve sin ánimo.

¿no?

R: Si... yo le dije que para contarle cualquier tarde que no vinieras tú, este... yo le platicaba que es lo que me pasa...

T: Pero en el momento que ella te dijo ¿a ti te molesto?

R: Si me molestó.

T: ¿Y qué fue lo que sentiste, que pasó en tu cuerpo, qué pensaste, que sentiste en ese momento?

R: Algunos días abuso y algunas horas del día abuso de... del descanso en cama.

T: ¿Permaneces mucho tiempo acostado?

R: Permanezco mucho tiempo acostado, por eso tengo ese sillón y aquella silla y todo... cuando podía yo voltear ese sillón, podía yo estar en el sillón sentado, o cambiar de posición, pero no lo hago porque es una serie de trajines, tengo que jalar la televisión, voltearla, jalar la cama, la cama la tiende la señora y la deja pegada siempre a la pared... que está hasta escrito por ahí que no deben estar pegadas las camas a la pared, ni a aquella ni a ninguna pared y siempre la deja pegada la señora... entonces hacer todos esos movimientos me cuestan...

T: Claro.

R: Es como tú ahora que vienes, no me quito, por no quitarme los zapatos después de la comida, me empiezan a doler los pies...

T: Y supongo entonces que no te los puedes quitar porque después te cuesta trabajo ponértelos ¿no es así?

R: Quince minutos me lleva ponerme los zapatos, es mucho...

T: Claro.

R: Cuando abuso de ese, de ese descaso si le puedes llamar que es parte de la enfermedad...

T: Por que lo necesitas ¿no?

R: Claro, entonces he desarrollado un horario.

T: ¿Cómo es tu horario R?

R: Ahí te voy... salir del cuarto a las siete de la mañana, a las siete de la mañana está el movimiento de todas las empleadas que entran, empleadas y empleados ¿no?, que entran es un movimiento tremendo, pero ya me adecue, sino baja el elevador, bajo las escaleras poco a poco, y paso a la cocina por un pan que me regalen, ya ni necesito pedirlo, nada más me ven y me dan el pan, y con ese pan ya me voy comiendo de ahí de la cocina a la capilla, me hinco y empiezo a pedir por mis hijos, por ustedes, por la humanidad y todo, pero siempre en movimiento y comiendo el pan...

T: Si, entonces ¿mientras vas comiendo, vas caminando?

R: Si, caminando, caminando, jalándome de las columnas y

haciendo ejercicio, de las bancas agarrándome y haciendo... eso me lleva hasta las ocho de la mañana.

T: Si.

R: Una hora de ese ejercicio para mí es...

T: ¿Te ayuda?

R: Siento que me ayuda porque cuando regreso... porque ahí va, eso es lo bueno, para mi criterio, pero cuando regreso el modo de operar es: jalar la cama... ¡ah! porque a la señora le dejo arriba de la cama el sillón de madera y volcado sobre la... ahí lo puedes ver, y volcado sobre la cobija, la silla arriba de los brazos de la mecedora, y a veces, los encuentro abajo. Pero hay un día a la semana que esta obligada ella a hacerlo todo completo, que es el día que tienen que cambiar la sábanas como mañana, ella me cambia las sábanas del viernes y yo le doy las fundas de las almohadas, entonces ya no tengo que hacer, mañana es un día de descanso ara mí en ese aspecto y de sobra para ella.

T: Y entonces después ¿cómo sigue tu horario?

R: Si, ahí te va, al salir del... ¡ay caray! Ya agarre la mala costumbre, fíjate que no me tome la pastilla.

T: ¿Se te olvidó?

R: Si.

T: Pues si quieres vamos por ella para que te la tomes y no pase más tiempo.

R: Si. Esta es mi velocidad como viste de caminar, así es que de caminar así a que me den, como tu viste ahorita allá adentro para poderse mover adentro, sí es un problema...

T: Si es lo que veo... oye, pero retomando un poco lo que comentábamos, hay algo que me llama la atención, te pregunté que era exactamente lo que sentiste esa vez que la muchacha te dijo que qué era lo que te pasaba, ¿Qué fue lo que sentiste, qué sientes cuando te hacen ese tipo de comentarios?

R: Como que tengo mucho amor propio y como que me cogen así del cuello y me hacen así.

T: Claro, ahorita que cierras tu puño me imagino que es como si te tuvieran a ti ahí mismo, en un puño cerrado, como si tu mismo les dieras ese poder para que te tengan así, y por eso que buscas que ellos no se den cuenta, sobreponerte a lo que te pasa y que te vean bien.

R: Exactamente.

T: Sabes, también me llama la atención lo que al principio me decías, acerca de los pensamientos que son negativos y estas preocupaciones que tu tienes, y me mencionaste como ejemplo que estos venías de la relación con tu hijo y de esta cuestión acerca de que no querías que las personas

Ψ R se detiene un momento para tomar un medicamento que había olvidado tomar.

Ψ Levanta su mano derecha y cierra el puño y agita su mano de adelante hacia atrás.

Ψ R se ríe.

Ψ Se hace uso de la metáfora "como si te tuvieran a ti adentro del puño".

que están a tu alrededor de vieran decaído ¿hay alguna otra situación que provoque este tipo de pensamientos o de sueños que tienes?

R: Si, los problemas con mi esposa.

T: Si.

R: Por ejemplo, me estuvieron preguntando que qué quería yo, si ir a cenar con ellos, si ir a comer, si el día de mi cumpleaños... sin una camisa, un pantalón, zapatos, perfume que sabe que me gusta... le dije que no quería yo nada, entonces eso a mi esposa no le cayó bien ¿verdad?, porque como ya venía el día de la madre, y yo tenía una cita el día nueve de mayo, que tuve que adelantarla por el problema de los ojos, entonces el chiste de esa cita que yo quería ir el día nueve, siempre le había comprado a ella el día de las madres las flores más caras que hubieran en una florería que hay cerca de ahí, pero si vieras como me han salido de malas esas flores...

T: ¿Si R? pero se las dabas, y como dices tratabas de darle las más caras que habían...

R: Si, bueno las que me gustaban a mí.

T: Si claro.

R: Descubrí que las podía yo comprar por acá y llevarlas también en un coche hasta allá, pero yo salgo de madrugada, cuando voy al hospital salgo de madrugada... entonces me reclamaron ahí en la casa, que no llegara yo a esa hora, y si tienen razón, si no despierto a ellos, cuando menos a otros dos vecinos ¿no?

T: ¿Quién te dijo eso R?

R: Mi esposa...

T: Si.

R: Y yo no necesito... en la casa hay un sillón como ese de largo, pero le digo que lo que necesito de ahí es dormir de ahí a la consulta, porque de ahí me iba yo a la consulta, porque como yo no puedo andar en los micros es otro problema, tengo que andar en taxi a fuerza; de ahí pedía yo un taxi al hospital y ya me iba a la consulta, que fue lo que no hice esa vez, sino que esperé que fuera un poquito más temprano, que amaneciera un poquito para irme y que en ese momento me pidiera un coche... total que los puse en movimiento pues...

T: Si.

R: Entonces si ellos no valoran el esfuerzo que hace uno para quedar bien, que se vaya al diablo...

T: Finalmente cuando algo pasa de esa manera, lo que por ejemplo me pasa a mí es que finalmente me rindo y ya no hago el esfuerzo por...

Ψ Señala el sillón que está enfrente de él.

R: Por quedar bien.

T: Exactamente, y creo que en este caso tu optaste por eso ¿no es así?

R: Claro.

T: ¿Y tú crees que tuviste los motivos suficientes?

R: Claro que si.

T: Y bueno ejemplos como estos, en este caso los problemas que has tenido con tu familia...

R: Me pegan, me pegan.

T: Si.

R: Yo estuve con unas tías carnalas de mi madre, una era médica y la otra era... normal, de los trabajos domésticos de la casa y todo, y lo único cuando faltaba mi tía la que hacia la cocina y todo, lo único que sabía hacer mi tía Joaquina que era médico, era destapar latas y hacer un huevo con tortillas, pero tenían su chiste el huevo con tortillas.

T: Si.

R: La tortilla caliente, calentaba la sartén, y freía, ya fuera que usara aceite o que usara, siempre usaba aceite casi y manteca de cerdo... en provincia pocos comen aceite ¡eh!, en esa época sobre todo.

T: Si.

R: ¿De qué época crees que te estoy hablando?

T: Supongo que eras niño.

R: Si, tenía cinco años...freía la, le quitaba de plano el olor con cebolla, ya que estaba caliente, cortaba la tortilla, siempre con la mano y este... mientras lo estaba friendo, de tal manera que se pusiera dura, porque si se pasaba de tiempo, abría los huevos en un plato hondo... pero el chiste eran los puntos, darle en el punto a la tortilla, si la tortilla se te ponía dura, ya era molesto estar masticando el huevo y la tortilla, medio tostadona... entonces yo le enseñe a mi esposa haciéndolo yo mismo, pero ni a mi me salía ¡eh! a veces, entonces este, eso era lo que yo le pedía cuando salía yo del hospital, llegaba yo a desayunar ahí...

T: ¿Qué te preparara eso de desayunar?

R: Aja ¡uh!, el coraje que le dabas, y le decía pues no lo hagas...

T: ¿Entonces se enojaba cada vez que se lo pedías?

R: Aja, entonces le dije bueno has lo que quieras... pero siempre hacía huevos con jamón, huevos con lo que tu quisieras, menos con tortilla, y este... la leche que se toma aquí es una leche muy especial de conasupo, era conasupo, tiene otro nombre ahora...

T: Liconsa.

Ψ Se ríe.

R: Liconsa... esa leche la hacen con agua hirviendo y unas bolsas liquidas de extracto de leche es de importación todo jeh!

T: Si.

R: Entonces te la dan hirviendo la leche, ahorita en la noche o en... la ventaja que tiene es que con el clima rápido baja el, pero hasta la garganta te duele de estar tomando... entonces el sistema de aquí es que tienen una charola que lleva azúcar, chocolate, azúcar, chocolate, café y servilletas...

T: Si.

R: Y nada mas te dan pan dulce, pan blanco... y un postre, que puede ser una gelatina, una fruta, una manzana, un durazno, así que es un fracaso, y el desayuno olvídalo... es mas pobre el desayuno que la cena...

T: ¿Y que experimentas tú con ese tipo de cuestiones, es algo que te preocupe, que pasa en ti con esto?

R: Si, si, hay veces que vengo pero bramando del desayuno, puros frijoles... y luego que... que invariablemente no se come, ni se cena, ni se desayuna si no se reza, y el rezo se lleva buen tiempito jeh!, más de diez minutos... y no vaya a ser cumpleaños de alguien de aquí, porque ¡uh!...

T: Se lleva más tiempo.

R: Si, hay que cantar las mañanitas, hay que darle el abrazo...

T: Bien R, entonces son este tipo de cuestiones las que te preocupan, las que te enojan, y que en ocasiones como dices te traen este tipo de sueños inquietantes ¿no?, y bueno en ese momento que experimentas esas preocupaciones, los problemas con tu familia, las molestias que en ocasiones tienes por aquí ¿se ven reflejadas en tu cuerpo?

R: Fíjate que con la comida, lo único que me preocupa es que ya termine esto, que ya pueda yo salir a hacer lo que quiera, comprar lo que quiera yo mismo, por eso no me preocupa porque se que esto tiene que acabar y este voy a componer otra vez ya mi lugar, al ajuste anterior que yo tenía de tener mi pan, carnes frías, fruta fresca que yo escoja...

T: Digamos entonces que para eso si hay una solución...

R: Si, porque si creo que es muy importante tener abastecido el organismo de alimentación, regular si no tan buena...

T: Si, como te comento entonces para eso si hay una solución, y entonces ¿Qué pasa con lo demás?

R: Ahí esta medio duro lo demás...

T: Yo creo que no habría tanto conflicto si se pudiera arreglar de forma tan sencilla como esto de la alimentación ¿no crees R?

R: Es que no te platique cual es la cura.

T: ¿Cuál R?

R: Por lo visto están muy a la moda los aparatos para las enfermedades, para el corazón, hijole hay un retosal de cosas... por cierto que si tu le llamas marcapasos, no se llama marcapasos, este se llama homart, este es ecocardiograma, se molestan ellos... que es lo que tienen esos aparatos, un programa de computación que te va a sacar lo que se necesita para, te van a sacar datos para lo que se necesite en la médica... entonces esta era una morena como de unos treinta o treinta y cinco años, es que no has visto como manejamos el elevador los de parkinson, como se vibra, te hace resonancia y vas temblando en el elevador, porque se siente la vibración ¿no te has fijado?

T: Si R.

R: Eso repercute en tu mal, entonces ella, ese aparato, luego de una operación de un neurólogo te lo conecta, y el programa está en el aparato...

T: Si.

R: Entonces ahí te empieza a regular todos tus males.

T: Y entonces esa podría ser una solución...

R: Claro, nada más me quedarían los ojos que los tengo semi-controlados, porque siento que no, pero se me hace que ya dormido me toco con las manos sucias, o como me gusta taparme de pies a cabeza, y es malo eso porque me hecho todos los ácaros de las sábanas.

T: Si.

R: Pero pienso que tendría solución, por pequeños detalles, el gotero no se abre bien, no tengo una aguja estéril para hacerle un agujero, son detallitos que podrían ganar para los ojos... pero para la orina no hay solución mas que una operación quirúrgica, y ya me han hecho tres, tres operaciones, la última fue en mil novecientos noventa y cuatro, ya no quiere operarme el médico, y eso si es molesto.

T: Digamos R, que es este caso también puede haber soluciones...

R: Si, si.

T: Y entonces en el plano familiar ¿que pasa, podría haber soluciones, has pensado en eso?

R: Estas poniendo el dedo en la llaga...

T: ¿Si R?

R: Una vez.... Te estoy sacando la fecha de cuando empezó el problema, de cuando se agravo el problema...

T: Si.

R: Mil novecientos ochenta y siete, fue el año crucial de

Ψ Se ríe

desenlace... y hace como seis, cinco, como diez años que estoy en asilos, ya van dos ahorita...

T: ¿Dos asilos?

R: Dos asilos con este... estaba yo en Chiapas, y precisamente perdí el trabajo de una compañía, yo iba pagado desde aquí desde México por una compañía supervisora para Infonavit, para hacer las casas, tenía yo ciento cuarenta y ocho casas, de tres tipos que hacer... y entonces me empecé a caer fíjate...

T: ¿En que sentido, literalmente?

R: A caer literalmente, una vez estaba yo muy enojado porque colaron una casita... fíjate lo que valían las casitas en ese tiempo, ochenta mil pesos la más chica y de ahí se iban hasta ciento veinte mil o algo así... si había una zanja, me caía... esa vez no se porque no, si me estimaba un poquito Dios, me caí de la azotea de la casa pero a un montón de arena, caí en la arena, si no me hubiera roto las piernas o la cabeza... entonces ya me empezaba yo a caer, muchas veces porque no pasaba el microbús me iba yo a pie, me caía, me caí dos veces, según yo como si me tropezara porque iba yo enojado caminando, pero no, era la enfermedad ya...

T: Estaba empezando a manifestarse...

R: Estaba empezando.

T: Si.

R: Vivía yo en casa de una prima.

T: Si.

R: Y me caía yo al hacer ejercicio, siempre he hecho ejercicio en la mañana o en la madrugada, entonces me caía sobre sus macetas.

T: Si.

R: ¡Huy, se ponía!

T: ¿Cómo se ponía?

R: Se enojaba, hasta que perdí el trabajo... ¡ah! pero no me alcanzaba el sueldo, fíjate a pesar de vivir con una prima que no me cobraba absolutamente nada, le daba yo una mensualidad porque, por requisito, me costaba mucho trabajo que me recibiera el dinero, pero no me acuerdo cuanto me mandaban de aquí me enviaban dinero para allá, creo que mil pesos algo así, una cosa simbólica, dije no, ella se debe de acostumbrar a que cuando no tenga trabajo me debe de sostener, pues de dónde como, ahí porque era mi familia y era mi pueblo... pero nadie es rey en su pueblo, entonces me dice vente, le estuve platicando a mi esposa ¿no?, como le platicaría que me dijo vente, ahorita te mando el pasaje y vente... ¡ah! me puse yo muy, ya me

perdonaron... mentiras, cuando llegué estaban haciendo uso del millón de pesos que te conté que quería yo una estancia, una sala de estar en la casa, y me dijo no deshagas tus maletas que yo no te admito aquí en la casa.

T: ¿Así te dijo tu esposa?

R: Así.

T: ¿Qué fue lo que sentiste tú en ese momento?

R: Sentí que me derrumbaba.

T: ¿En ese momento comenzaron los problemas, o ya venían de antes?

R: Ya venían de antes... ya es hora ¿no?

T: Es cierto ¿quieres entonces que dejemos hasta este punto la sesión?

R: Si, quiero reposar un rato antes de que llegue la hora de la merienda.

T: Bien, pero te parece que antes me digas que te llevas de esta sesión.

R: Pues lo que me llevo... me doy cuenta fíjate que tal vez no pueda resolver los problemas con mi esposa, es algo que se me dificulta mucho, porque ni ella ni yo cedemos...

T: Pero aquí se podría o podrías aplicar muy bien ese dicho de "el querer es poder" ¿no lo crees así?

R: Pues si, pero es algo de lo que prefiero no hablar ahorita, ese tema me agota mentalmente, por eso te digo que necesito un descanso antes de ir a merendar.

T: Muy bien, entonces ¿te parece que continuemos la siguiente sesión?

R: Me parece.

T: Bueno, entonces dejamos esta sesión aquí y nos vemos para la próxima.

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es la creencia que tiene acerca de que se le imposibilita solucionar los conflictos que tiene con su esposa.
- Lo que yo me llevo es haber confirmado nuevamente que R se muestra aún renuente a hablar sobre sus conflictos familiares, específicamente con su esposa, por ello en las siguientes sesiones se procurará encontrar el modo de hacerlo sin que R se sienta molesto.

SESIÓN 12

Aspectos relevantes durante el proceso

T: Hola R ¿Qué tal te va? ¿Qué tal tu día hoy?

R: Pues tranquilo, ya ves que ha estado haciendo bastante calor.

T: Si, es cierto.

R: Pero aquí donde estamos es fresco.

T: Muy bien R, ¿Te parece entonces que comencemos con la sesión de hoy?

R: Me parece más que perfecto.

T: Bueno, a mi me gustaría comenzar retomando lo que comentábamos la sesión pasada, acerca de lo de tus sueños, que había cosas que te inquietaban en el día y que finalmente provocaban este tipo de sueños inquietantes. Me comentabas que algunas de las cosas que provocaban esto eran por ejemplo tu estado de salud, algunas preocupaciones como la alimentación, algunos problemas familiares, y hablamos por ahí de algunas soluciones, en cuanto a la alimentación de aquí comentabas que hay solución, que en cuanto a tu salud no has dejado de buscar alternativas... pero cuando llegamos al área familiar, te pregunte si habías buscado algunas alternativas y me dijiste tal cual que había puesto el dedo en la llaga, ¿no sé si recuerdes? En ese sentido hay una herida abierta por ahí ¿o qué pasa R?

R: Es que yo siempre pienso a corto y a largo plazo.

T: Si, a ver pláticame ¿cómo es eso?

R: A corto plazo, pues estoy necesitando ahorita, porque tengo citas en donde necesito de acompañantes...

T: Supongo que necesitas de tu familia...

R: Si, y estoy pagando a una empleada que no me da el ancho para poder ir a las consultas, pero no me da el ancho, se enreda a veces, no tiene el espíritu que yo quisiera.

T: ¿A que te refieres cuando dices que no tiene el espíritu que tú quisieras, qué sucede?

R: Sucede que se hace un enredo, yo soy, como militar yo planeo cuando voy a hacer una cosa, no la hago si no la planeo... planeo que con ella podía hacer yo una consulta e ir a ver un examen que no encuentro, cambiaron la, cambiaron el nombre de la doctora que me envió, así es que ahora es un relajo, no saben si es una o es otra, entonces necesito organizar eso para que pueda hacer yo un estudio que me dejaron pendiente del corazón. Lo importante es que ahorita el corazón no ha dado colapsos.

Ψ Se hace una concretización para que R especifique a qué se refiere cuando dice que piensa a corto y a largo plazo.

Ψ Concretización, se le pide que especifique a que se refiere cuando dice que una persona no tiene el espíritu que él necesita.

Ni se si sea del corazón el que me estén dando los colapsos. Entonces les puedo dar largas, pero necesito una persona que conozca el medio...

T: Si.

R: Y ella lo conoce, pero muy, muy superficialmente.

T: Claro, entonces en ese sentido no da el ancho ¿no cubre con las necesidades que tú tienes, cierto?

R: Si, no cubre con las necesidades que yo tengo... estaba yo pensando invitar al doctor, pero lo veo un poco arisco.

T: ¿A cual doctor, al de aquí?

R: Si al de aquí.

T: ¿Para que te acompañara a lo de tus consultas?

R: Si... pero a raíz de esos problemas, he tenido pesadillas y sueños, estoy regresando a lo que te decía yo de mis sueños, a lo mejor me estoy yendo del conciente por miedo, solo así comprendo lo que te voy a decir ahorita.

T: Si.

R: Te voy a explicar un poquito de ingeniería, y lo que no entiendas de ingeniería...

T: Yo te digo, te lo hago saber.

R: Me lo dices para explicarte, yo lo que quiero es que entiendas bien.

T: Si, muy bien.

R: El porque de algunas cosas se sueñan... son sueños digamos bastante técnicos...

T: ¿A que te refieres con sueños técnicos?

R: Voy... en algún país, estoy en algún país como Honduras, Nicaragua, Jamaica, algo así parecido porque es de tipo tropical...

T: Si.

R: Para montar algunos equipos, algunos equipos médicos sobre todo, para montar un equipo de rayos X, se necesita lo que se llaman las vías mecánicas... si tú has entrado a un equipo de hospital, el local está condicionado para esa máquina ahí, hay rieles en el piso, hay especulaciones, si necesita agua, gas o este, algún otro equipo adicional, está planeado para que esté ahí ya y dando servicio. Por ejemplo esta un equipo de rayos X y luego está una mampara para que no se sature de rayo el que lo maneja, tiene sus protecciones y su sistema...

T: Si.

R: Entonces yo me encuentro en un x lugar con una serie de locales, ni nombre tienen, se calcula que tienen abandonado eso como unos cuatro o cinco años, que hicieron las ayudas mecánicas y las abandonaron, posiblemente por falta de dinero que no pudieron comprar

ψ Concretización, se le pide que especifique qué es para el un sueño técnico.

los equipos...

T: Si.

R: Entonces me dicen que yo las revise y haga un informe... entonces voy a revisarlas y para eso necesito tener personal técnico de ese país, que me explica el porque y todo, pero me dice: *fíjese que nos piden, a él y a mí, que nos piden que usted que es muy ducho en el asunto, que les digamos algo en lo que pueda ser útil... y usted si sabe que se ha utilizado en la República Mexicana, yo sé que ustedes desarrollaron un examen... como se llama esto... de vascular periférico en piernas*, pero es porque yo tengo un problema vascular, ya estoy operado como tres o cuatro veces del talón a la ingle, de vascular periférico, pero... han desarrollado que... bueno, antes de seguirle...

T: Si.

R: Por lo regular todas esas ayudas técnicas, tienen una especie de sótano donde puedes caber doblado de la columna, no tiene que ser muy, porque te sale muy caro... tienes que tener de piso, de piso real a piso técnico digamos, unos cincuenta o sesenta centímetros para que puedas ver todo lo demás... entonces me dice, yo le expliqué al técnico de ahí y además representante de la casa comercial, que era lo que habíamos nosotros aprovechado de lo que estaba abandonado, digo que se podía aprovechar como nosotros lo hemos hecho antes de... porque dilata que no llegue el equipo por x circunstancias...

T: Si.

R: Por abajo ves toda la instalación eléctrica y los cables de alta tensión, porque los equipos de rayos X son de alta tensión... entonces como no está toda la instalación, sino nada más lo que se llama los agujeros para los seguros mecánicos... encontramos que metiendo unos reflectores por los tubos y pasándolos por las piernas, podíamos estar siguiendo como si fuera... se llama radiografía, pero tiene un término, cuando tú la ves a simple vista, porque no es fácil, una radiografía que la puedas estar viendo, pero no, no teniendo las fotografías digamos, sino que estas viendo la radiografía de la pierna sin necesidad de aparatos...

T: Sin necesidad de aparatos para poder verla bien...

R: Ándale, por la potencia de luz... entonces, él que conocía a las damas, porque nos estaban acompañando de varios países, varias damas sobre todo, que tenían bonitas piernas por cierto...

T: ¡Ah! mira

R: Si, entonces le dije que quien se brindaba para que

Ψ Fija su mirada en la ventana tratando de recordar lo que quiere decir.

pudiéramos ver, lo único que teníamos que ver, no se necesitaba quitar la pantaleta ni nada, si no que meter la pierna y nosotros por arriba leer los reflectores y se miraba... para variar era muy varicosa la dama y morena.

T: Si.

R: En las blancas se ve más fácil un problema vascular que en las morenas, pero si estaba yo en un lugar tropical era una morena ¿no?, y se le miraban muy bonitas piernas, pero no lo estábamos viendo desde el punto de belleza, sino del punto anatómico... entonces empezó el vacile, ya quería mucha gente que se le vieran las piernas y todo, pero precisamente por eso no queríamos hacer la demostración, porque era perjudicar a todo lo que está, porque como ya tienen avances, en tres cuatro años ya cambia un sistema de ayuda mecánica... porque no sólo es todo local que tiene arriba, abajo, en las paredes, en todos lados y no es fácil adaptar de un aparato a otro, según la marca son las ayudas mecánicas... entonces vino una güera y dijo: *¿a mí porque no me ve las piernas? - porque usted no tiene nada*, le dijo el compañero, *entonces ya me vio usted que traigo levantadas las enaguas desde otro lado-- si ya la había visto y usted no nos es útil ahorita aquí*, lo ha de haber conocido o algo ¿no?... pero fíjate lo elaborado del sueño...

T: Claro, es sorprendente, porque es un sueño hasta cierto punto complejo...

R: Y en eso me desperté y dije ¡huy!, ya era las cuatro cincuenta, y a las cinco de la mañana meten el agua para bañarse, pero ¡oh! decepción no había agua caliente, así que con agua fría me tuve que bañar...

T: ¿Y entonces como te dejo ese sueño, qué te hizo sentir?

R: Pues me dejó con muchas dudas del sueño.

T: ¿A qué se deben esas dudas?

R: Pues porque, estaban unas mujeres uniformadas, de diferentes países, entonces nos han de haber catalogado como ineptos, por no atenderlas a ellas y explicares ¿no?, porque hicimos el trabajo nosotros para probarles que si podían utilizarlo... pero mi criterio era que dejaran de tener abandonadas esas instalaciones, que les dieran un uso, y al dar el uso cuando menos las barren y no las tienen, paredes verdosas y llenas de... porque los árboles, cuando hay un árbol ahí, mira por ejemplo ahí, todas esas hojas caen a la azotea y nunca las sacan esas hojas y se tapa y se hace un desastre en todo el edificio... entonces imagínate allá en la cosa tropical...

T: Entonces fue un sueño complejo o como tú dices muy elaborado...

Ψ Señala con su dedo índice derecho hacia fuera de la ventana.

<p>R: Exactamente...</p> <p>T: Y me parece como si para ti fuera muy real, digo ese sueño no está tan fuera de la realidad, es algo que puede llegar a suceder, tal vez no en tu caso, pero en sí no se desapega tanto de la realidad.</p> <p>R: Si.</p> <p>T: ¿Y para ti fue relevante ese sueño?</p> <p>R: Si, claro...</p> <p>T: ¿A que se debe que lo consideres así, se relaciona con algo de tu vida cotidiana?</p> <p>R: Si, si porque mi esposa es médico, pero no he querido que me vea el este... el problema que tengo aquí, no sé si alcances a ver, si lo vas a ver ahorita... de aquí para acá estoy tres veces operado, y dos para acá.</p> <p>T: Si.</p> <p>R: ¿Sabes que es un bypass?</p> <p>T: Sé que es una técnica quirúrgica, pero no sé exactamente en qué consista.</p> <p>R: Pero ya viste la cicatriz de la operación aquí.</p> <p>T: Si, si se puede ver bien.</p> <p>R: Está hecho un relajo... y eso que, que pomada ni nada, todo es quirúrgico.</p> <p>T: Me llama la atención cuando dices que no has dejado que tu esposa que es médico te revise...</p> <p>R: No, no quiero problemas ya.</p> <p>T: ¿Alguna vez te pidió que te dejaras revisar por ella?</p> <p>R: No, no... no si con los problemas que tengo basta.</p> <p>T: ¿Por qué consideras que eso te ocasionaría un problema?</p> <p>R: Porque puede causar problemas... lo que hago es que cuando me baño con harto jabón, pero está tan desparramado que me hago un masaje circular con las yemas de los dedos... un bypass, no sé si se vea y bueno ¿cómo se hacen estas operaciones? Antes de entrar al quirófano, el doctor prepara en una mesa, pues como esas de alta y con un, con un crayón especial que a ellos les dan, marca todas las venas que va a quitar para ese ramal, pero han de estudiar su, sus este, las funcione... porque no es lo mismo que está superficial que lo que está profundo.</p> <p>T: Si, claro.</p> <p>R: Porque aquí en medio pasa... ah pues aquí lo puedes ver esto es parte del problema vascular eh... entonces ellos tienen que idear que es lo que me va a alimentar está zona y qué es lo que me van a quitar, aquí se ve clarito mira ve, por cierto que aquí es una delicia que me, todo, ya todas las venas están hechas pedazos, entonces para pasarme suero me lo pasan por acá siempre... te voy a explicar lo que es</p>	<p>Ψ Se alza su pantalón a la altura de la rodilla izquierda, muestra su rodilla por la parte de enfrente y por detrás.</p> <p>Ψ Señala la cicatriz de la operación en su rodilla.</p> <p>Ψ Voltea a ver su rodilla izquierda.</p> <p>Ψ Señala la mesa de centro que está enfrente de él.</p> <p>Ψ Señala su pierna izquierda.</p> <p>Ψ Señala una vena de su mano derecha.</p> <p>Ψ Señala nuevamente algunas venas de su mano derecha y</p>
---	---

un bypass... no, no... es que estoy ideando cómo explicarte. Nuestro organismo tiene las venas como alimentación de zonas, estas venas están alimentando una sección de la mano, entonces un bypass es asegurar que si me tapa, que si me va a quitar un pedazo de esto, funcione con una entrada artificial de otra vena. En aspecto hidráulico por ejemplo, para, no sé si los has oído, hay unas llaves que tienen unos papalotes como los carburadores de los carros.

T: Si.

R: Y esos papalotes son como un bypass.

T: Entiendo.

R: Para mí eso genero todo el sueño ese que este... que te platiqué, entonces fijate el conflicto en el que me meto mentalmente para encontrar salidas a mis problemas.

T: ¿Tú consideras entonces que esa es una forma de salir de tus problemas?

R: Así es.

T: Pero ¿sabes? a mí me llama mucho la atención por ejemplo que consideres que una situación de este tipo desencadene un conflicto en ti... ¿te has puesto a pensar a qué se debe?

R: Si no puedo resolver ahorita lo que tengo pendiente como lo es lo del corazón, el este... el homart, y tengo una consulta de orina porque tengo poliuria y tengo el problema del parkinson, entonces este, ya no quiero meterme en más, sobre todo porque no me suele, y me he encontrado con que puedo resolverlo pues... a largo plazo pues tiene que ser quirúrgico si es que quiero, y hay que entrarle a la cola de los que... son un... una nube de pacientes, no te atienden tan rápido...

T: Claro. Eso me parece bien, como mencionábamos anteriormente, finalmente son cuestiones que de alguna u otra forma pueden tener solución, o al menos son más claras, estás conciente de que existen, en un momento dado supongo que las has contemplado...

R: Si.

T: ¿Pero sabes? Algo que me parece importante y que no me has terminado de comentar y que pareciera ser como si le estuviéramos dando muchas vueltas al asunto, son los conflictos con tu familia, que de alguna u otra forma, como tú mismo lo has dicho, te incomodan, te sientes en conflicto ¿qué pasa entonces R?

R: Yo he tenido, he intentado dos veces integrarme a mi casa.

T: ¿De qué forma?

R: De qué manera... no quiero yo mendigar, mendigar su perdón, de ninguno de mis hijos, ni de ninguno de mí familia...

después señala otras de su mano izquierda.

Ψ Señala el lugar donde le ponen el suero en su mano izquierda.

Ψ Fija su mirada en un punto del suelo para tratar de explicar en lo que consiste un bypass.

T: ¿Qué te ha llevado a tomar esa decisión?

R: El amor propio, del hombre...

T: ¿El amor hacía ti mismo?

R: Si, entonces ahorita ya vale la pena este... otras soluciones que no sean las que ya tenía yo, que las he intentado y han fracasado.

T: ¿Me podrías decir como cuales?

R: Mira, como siempre se quiere uno ahorrar dinero como cuando hace uno una casa, yo no metí el agua caliente al sanitario al cuarto de servicio, pero lo tengo como a... has de cuenta que el cuarto de servicio es esa puerta y aquí está el exterior, en el exterior tengo una terracita y he querido poner una... si tengo una terracita como de la puerta, como de donde está la maceta, como esta superficie, y está, es como zotehuela, pero está en la azotea de la primera planta de la casa, está cimentada y todo, pero no tiene techo, porque es un ventilador para la casa y para el cuartito de servicio...

T: Si.

R: Y en un tubo de tres cuartos que es demasiado, tengo tapada el agua caliente con la instalación que dejé de hacer, y la hice de agua fría por dentro y ya no quise gastar ni poner el agua caliente, no tenía dinero, o no tenía ganas, o el plomero mañoso ya no quiso porque había mucho peligro, pero ahora hay muchísimos aparatos, no sé si sepas, qué es una regadera lorenzete... una regadera lorenzete es que a la regadera normal que tienes, le pones una instalación eléctrica directa, la prendes y ya tienes tu agua caliente...

T: Si.

R: Esa es una solución por la parte del agua caliente del baño, o que en el tallo del tubo, pero hay que romper y demás...

T: Y es más complicado.

R: Y en algunas veces ya he estado en ese cuarto y lo he hecho ¡eh!, pongo la escalera, el lorenzete pero se desaparece, cuando vuelvo a llegar ya no está.

T: ¿Y que sucede con eso, se relaciona de alguna forma con lo que te preguntaba acerca del entorno familiar y los conflictos con el?

R: Antes de salirme de la casa ya vivía yo separado en ese cuarto...

T: Entiendo...

R: Pero muy incómodo, en un catre de campaña, después me compré una camita más o menos decente, pero entonces yo era el que quería irme... entonces no quería yo arreglarlo porque ahí, ahí tienen, tiene mi señora una especie como

Ψ Señala con su dedo índice derecho la puerta de su habitación.

Ψ Voltea a ver una maceta que está al lado de la puerta de su habitación.

Ψ Se rasca con su dedo índice la mejilla derecha.

de vitrina con instrumentos médicos, que es el que le sirve de puerta al sanitario, y tiene la mesa de... ¿has ido a la, al consultorio de aquí?

T: No R.

R: Ahí tiene una mesa de exploración, pero de médico... aquí tienen un remedo de eso y una tarima muy horrible, entonces a la izquierda un biombo muy bueno está aquí, para revisión médica... entonces tenía que sacar todo lo médico para arreglar ahí...

T: ¿Tú habías decidido mudarte a ese cuarto antes de salirte de tu casa?

R: Aja.

T: ¿Y qué fue lo que pasó entonces?

R: No, mejor me fui a otro lado.

T: ¿A dónde te fuiste?

R: Esa vez me fui a Guerrero, a donde había estado yo hace algunos años a hacer unos, unos este... una zona habitacional, me conseguí el trabajo allá.

T: Se puede decir entonces que estas fueron dos soluciones que tu tomaste ante los conflictos que sucedían entonces en tu familia, primero tomas uno, no funciona y te decides por otro ¿es así?

R: Si, pues fíjate que si funcionaron, porque en Guerrero estuve haciendo ese, esos condominios, pero entonces me ofrecieron en Chilpancingo, en la salida hay un aeropuerto, al lado del aeropuerto hacer una cosa igual, y fui a arrancar... pero ya que estaba yo en Chilpancingo me dijo el señor, lo mismo, en Martínez de la Torre Veracruz ¿conoces?

T: No R.

R: Entonces me extendí mucho, entonces tenía yo un avión para agarrar las tres cosas, así es que no dormía, no dormía, entonces era un poco, pero era parte de la situación psicológica que estaba yo viviendo, quería una dispersión total, y si la tuve.

T: De alguna forma entonces te funcionaron ¿no?

R: No porque no tendría yo, prácticamente fracase porque no atendía yo al personal como debe de ser, tenía yo representantes en las tres plantas porque nunca estaba yo de planta en un este, en un lugar verdad, entonces los problemas los resolvía yo por, por teletipo, tenía yo un teletipo, no era mío, era de las compañías en las que yo trabajé, y resolvía yo por teletipo porque nunca deje... con el teletipo puedes mandar dibujos y croquis y todo chicos, nunca deje que me dieran explicaciones verbales si no me daban una respuesta por escrito con diagrama. Era mi

Ψ Se ríe.

experiencia que tenía yo de trabajar así porque si no... *haber enseñeme cual es su croquis que tiene...* y buscaba yo lo mío, yo le dije así... *pues no que...* a bueno, entonces es responsable... pero ya era la experiencia que tenía ¿no?...

T: Es interesante, pero ¿no crees que nos estamos saliendo un poquito del tema?

R: Si.

T: Bien, retomando lo que comentabas, entonces tú en ese tiempo decidiste aprovechar e irte a trabajar a otra parte como para calmar un poco los problemas por los que estabas atravesando en tu familia ¿no es así?

R: Si, y esa vez estaba yo tan enojado como lo que te voy a decir...

T: Si R.

R: Tenía yo una camioneta ramler muy jaladora, muy bien arreglada para carretera y todo... la cargue para salir con todo lo que necesitaba yo, y este... y traté de meterla y me dijo *esa camioneta no entra a la casa...*

T: ¿Te dijo tu esposa?

R: Aja, oye pero necesito dormir fíjate a gusto porque voy a manejar... pensaba yo levantarme entre tres y cuatro de la mañana para salir, entonces me hizo dormir en la camioneta afuera y estaba cargada, no la iba yo a desvalijar para guardarla, entonces estaba yo que me llevaba el diablo...

T: ¿Cómo te sentías?

R: Muy enojado, ¡jjjole!

T: ¿Y el recordarlo ahora, cómo te hace sentir?

R: Me hace sentir igual que cuando estaba durmiendo fuera, no descansa, pero me fui, ya había decidido, me fui a la hora en que iba yo a partir...

T: Fue como hacer o dejar a un lado los problemas que tenías...

R: Si, efectivamente... estaba yo tan enojado, que llegue a ese lugar, ese lugar se llama Petatlán Guerrero... muchos llegaban de matar al presidente municipal, y un gran desastre ahí... que se me reventó la banda del ventilador a la entrada de... ya me estaban esperando, a la entrada de... de Petatlán, mandé a comprar la banda como si fuera yo a perseguir, según yo estaba muy lejos todavía del lugar, hasta que me dijo *¿cómo se llama aquí?: Petatlán* ¡a caray!... entonces ya cambié de parecer, ya le dije que me devolvieran mi banda y que me arreglaran no más, que no hicieran cambio de banda, no tenía caso, ya estaba yo en el pueblo... para carretera la hubiera yo cambiando, pero para... no por dinero, sino por el tiempo, que la estaban

Ψ Se ríe.

mandando a conseguir, dije no me vayan a dar una chueca que no me va a servir para nada... por cierto que allá ajuste el motor de la camioneta que se había acabado ya...

T: Si, fue entonces la forma en la que tu decidiste solucionar los problemas por los que estabas atravesando...

R: Yo sabía que estaba, para mí eran... para mí esas soluciones eran cafiaspirinas, no eran soluciones, sino una cafiaspirina para una temporada...

T: Claro, me gusta ese ejemplo que pones cuando dices como una cafiaspirina, haciendo la comparación, es como si tu problema hubiera sido un dolor de cabeza que ahí está, y que para calmarlo sólo por un momento te tomas una cafiaspirina, pero sabes que en el momento que pase el efecto el dolor de cabeza va a seguir... ¿era lo que pasaba entonces con tu problema?

R: Así es... ¿pero sabes? No me gusta hablar mucho de esto, me siento desfallecido cuando hablo de eso...

T: ¿De tu familia, de los problemas?

R: Aja... me gustaría explorar otros campos.

T: Muy bien, lo que tu decidas para mí esta bien... recuerda que tú eres el que vas a llevar de alguna manera el timón de este barco R.

R: ¡A muy bien!

T: Ahorita ya se nos agotó el tiempo ¿te parece entonces que continuemos en la próxima sesión?

R: Si, ya necesito ir a descansar... hoy no e tomado mi siesta.

T: Sólo que antes, como es costumbre, me gustaría que me dijeras que te llevas de esta sesión.

R: Pues fíjate que el haber recordado estas situaciones me hace encanallar, digo, no contigo, si no conmigo mismo, tal vez lo pude haber solucionado de otra forma mejor, porque como lo hice no fue la mejor forma... me hace pensar mucho... pero prefiero ahorita tomar mi siesta... mejor.

T: Claro R, te entiendo... pues bien, entonces nos vemos aquí para el próximo jueves, gracias R.

R: Gracias a ti.

Ψ Uso de metáfora: "como una cafiaspirina" para ejemplificar la forma en que solucionaba R sus conflictos.

Ψ Se ríe.

Ψ Se ríe.

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es haberse dado cuenta que las soluciones que él tomo en su momento para enfrentar los conflictos que tuvo no fueron las mejores.
- Lo que yo me llevo es que R aún no acepta hablar abiertamente de sus sentimientos, sobre todo hacia su familia, por lo tanto en las siguientes sesiones se trabajará sobre este punto.

SESIÓN 13	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Hola R, ¿como estás el día de hoy?</p> <p>R: Pues bien dentro de lo que cabe.</p> <p>T: ¿Te parece que ahorita que comencemos la sesión me cuentas? Oye por cierto ya les falta poco para terminar las obras que están haciendo por acá afuera ¿verdad? ¿no has salido?</p> <p>R: Si, salen la mañana y note que están a punto de terminar.</p> <p>T: Si, es lo que veo que ya les falta poco.</p> <p>R: Eso me da gusto porque así ya puedo salir sin ninguna dificultad.</p> <p>T: Si, eso si es cierto... muy bien R, ¿te parece que comencemos con la sesión de hoy, hay algo que quieras compartir conmigo?</p> <p>R: Si, lo único es el funcionamiento de la casa hogar, con el cambio de ubicación las trabajadoras, por eso te comentaba que estoy bien dentro de lo que cabe. Eso es muy católico porque hacen comadres, así le hace el ejercito, por eso no dura mas de un año en una plaza un jefe o un oficial.</p> <p>T: ¿Y a que se debe eso?</p> <p>R: Pues porque se hacen compadres, amigos y eso.</p> <p>T: Supongo que entonces eso les perjudica.</p> <p>R: Si, daña el funcionamiento de todo, de muchos aspectos-</p> <p>T: Bien, entonces me comentabas que van a cambiar a las muchachas que hacen el aseo aquí...</p> <p>R: Si, las van a cambiar de todo, a veces hasta las llaves olvidan.</p> <p>T: Pero R ¿cómo es que esto te preocupa, a qué se debe eso, a ver dime?</p> <p>R: Pues porque al principio como todo, porque aparto mi agua y no quiero que la toquen, porque yo la cloré y lavo mis cubetas... y ella lo primero que me pidió fue el agua, y lo primero que le recomendé fue el agua, entonces pues no, no está muy católico.</p> <p>T: ¿A qué te refieres con eso R, con que no está muy católico?</p> <p>R: Si, porque deben respetar lo que uno tiene.</p> <p>T: Claro.</p> <p>R: Porque ella tiene, mira el gran bote que tiene para apartar el agua, que madrugue temprano, no es mi culpa, porque si no, no se la voy a estar apartando yo.</p> <p>T: Tienen que llenarlos temprano entonces...</p> <p>R: Si, y termina el término del agua a las siete de la mañana y comienza a las cuatro cuarenta y nueve o cuatro cuarenta y</p>	<p>Ψ Se hace una concretización para aclara a qué se refiere R cuando dice que algo no está muy católico.</p> <p>Ψ Señala un bote ubicado arriba de la mesa de centro.</p>

ocho o cuatro cincuenta, por ahí así... y si ella no llena su bote nos quiere pedir del agua que tenemos nosotros.

T: ¿Y eso a ti te molesta?

R: Fíjate que no me molesta, me molesta ¿sabes por qué?, por la higiene...

T: ¿En qué sentido R?

R: Pues que meten las manos ellas, meten sus jícaras y sus cosas sucias, sus guantes no los lavan, ve tú a saber que hacen con el agua ¿no?... entonces si sales con unas manchitas o algo, pues ya...

T: ¿Hay alguna otra cosa que te moleste en este sentido, por el cambio de estas muchachas?

R: No, de ahí en fuera relax...

T: ¿Y cómo te has sentido emocionalmente durante estos días, que ha pasado en ti?

R: Siento que estoy en una línea, que ya la marqué automáticamente interna ¿no? Y no, no pienso, porque esas pesadillas que me dan me llevan al fracaso del sueño y no puedo estar durmiendo en la mañana.

T: ¿A qué te refieres cuando dices que estás en una línea?

R: Porque me hacen pensar en problemas... ya se que cuando me esta sucediendo eso tengo problemas muy fuertes, entonces me sacan de onda, además de que me sacan de horario...

T: ¿A qué te refieres con eso?

R: Pues me sacan de una situación estable...

T: Entonces es cuando tienes esos sueños y te alteran...

R: Me altera en el horario de levantarme... me levanto tarde, y nadie me puede llamar la atención, pero me molesto conmigo mismo.

T: ¿Es posible entonces que te molesten los sueños en sí?

R: Desde luego que sí fíjate, porque pienso que algo de medicamentoso tienen...

T: ¿A qué te refieres cuando dices que tienen algo de medicamentoso?

R: Que los medicamentos producen también efectos conexos a los sueños.

T: Dices "también producen", cuando dices "también" es porque al igual que los medicamentos, los problemas que te suceden y lo que te pasa en el día, provocan esos sueños ¿cierto, o me equivoco?

R: Si, así es, esos sueños me sacan de quicio...

T: ¿Te has puesto a pensar si hay forma de que esos sueños o esas pesadillas molestas no sean tan recurrentes?

R: Pues yo pienso que no porque... no son volitivos, y este... al no ser volitivos los está provocando alguna situación... es

Ψ Se hace una concretización con el fin de que R especifique a qué se refiere cuando dice que está en una línea.

Ψ Se hace una concretización para que R especifique cuando los sueños tienen aspectos medicamentosos.

como mis colapsos, todavía no sé porque, no me he colapsado hasta hace un mes, pero si me da miedo un colapso, porque me puedo quedar en un colapso.

T: Si, entiendo... un colapso es algo serio, algo para preocuparse... y pues bueno, al igual como tú dices los sueños y los colapsos no son volitivos, no se dan voluntariamente... pero finalmente tienen causas, en el caso de los sueños puede ser como piensas tú, por los medicamentos o por lo que te pasa en el día, eso es tal vez lo que se pueda cambiar para de alguna forma cambiar esta situación. En tu caso no puedes dejar obviamente de lado los medicamentos para no tener estos sueños, porque los necesitas, pero no crees que sea posible que las cosas que te pasan a ti, las preocupaciones, las molestias, los problemas se puedan evitar de alguna manera para que estos sueños por lo menos se frenen un poco ¿o qué opinas tú R?

R: Yo me considero una persona perfeccionista.

T: ¿En qué sentido R?

R: Para vestir, para presentar mi persona, para resolver mis problemas, entonces muchas veces elimino las cosas que me pueden molestar y ¡zaz!, se quita uno de problemas, pero no siempre puede hacerse eso.

T: Claro.

R: Así es que no llego a nada así, porque por un lado no puedo hacer una cosa, por el otro lado no.

T: Por ejemplo a que tipo de cosas te refieres.

R: La primera es la velocidad, la velocidad con la que hago las cosas personales, por ejemplo amarrarme los zapatos veinticinco minutos es una grosería.

T: Si, eso es algo que no se puede modificar, estoy de acuerdo...

R: Si, y así... siempre saco del comedor y compro plátanos, me gusta mucho el plátano, sobre todo porque es muy digestivo, según yo verdad... y saco pan, tengo una bolsita de plástico en donde envuelvo todo lo que saco incluido el plátano... cualquier otra fruto es un problema, tanto en la comida, como en la cena... en el desayuno no dan más que frijoles y de vez en cuando nopales... muchas veces, últimamente no sé que me esté pasando, que me quiero acostar rápido porque me quiero dormir, tengo sueño, estoy cansado, según yo verdad, estoy cansado de no hacer nada, y a las ocho diez, ocho y veinte, de haberme dormido a las siete y diez digamos, ya me desperté...

T: Digamos entonces que llevas una hora de dormido, cuando te despiertas, ¿qué pasa entonces?

Se hace un manejo de silencio con el fin de que R reflexione acerca de lo que él puede hacer para dejar de tener esos sueños que le desagradan.

Ψ Se ríe.

R: En esa hora me levanto a comer el pan y comer el plátano... y a doblar las servilletas que me sirven para sacar, para hoy, quiere decir que las reciclo, no puedo estar pidiendo servilletas a destajo ahí... si me las dan, pero no quiero problemas ¿no?, soy el, siempre pienso en los problemas en que meto al que me las da, porque le pueden llamar la atención que me de más de la cuenta, y ellos tienen medidas sus cosas... si la servilleta que me dio ve tu a saber si no le habrá faltado a alguna fulana.

T: Entonces en ese sentido tratas de reciclarlas, ¿después que pasa?

R: Pero como soy muy lento, son las diez, fíjate, me levante a las ocho, me aviento dos horas haciendo eso, comiendo un pan, reciclando las servilletas, guardándolas en el pantalón la bolsita con las servilletas que voy a reciclar... ¿qué es eso que hay allí?

T: Es un mosquito.

R: Es un vampirito.

T: Si.

R: Es como una de esas moscas grandes negras ¿Dónde está?

T: Ya se fue... bien R, entonces me decías que hacer dos horas.

R: Pero a las once veinte... el primer despertar es a las ocho y veinte, pero me vuelvo a despertar a las once y veinte...

T: Te duermes entonces otra vez como a las diez, y despiertas once y veinte.

R: Si.

T: ¿Y qué pasa en ese segundo lapso en el que te despiertas?

R: Vuelvo a comer, pero ya tengo, ya tengo este, solo un pan, porque puedo sacar lo que pueda ¿no?, pero no voy a sacar una bolsa de pan.

T: Claro.

R: Además no creo que sea correcto meterle tanto al estómago a esa hora, pero tengo el problema de tardar hasta quince o veinte minutos a esa hora que el sueño es muy sabroso... porque tengo un pequeño detalle con el invierno y la señora de aquí... con la señora he tenido problemas con eso...

T: ¿A qué se deben esos problemas R?

R: Por qué, te voy a decir... yo le he suplicado que me diga cuando va a cambiar las cobijas... por cierto la otra, la otra señora, a esta no le voy a decir nada, que solita funcione... para invierno, tengo cobijas para invierno y tengo cobijas para verano...

T: Si.

R: Entonces yo le he dicho *cuando me quiera usted cambiar*

Ψ Señala hacia la pared de enfrente.

Ψ R se ríe.

Ψ Saca un pañuelo de la bolsa izquierda de su pantalón y lo dobla en cuatro partes y lo vuelve a meter en su bolsa.

sábanas ponga un protector de colchón, porque esos no los tienen aquí, los tienes que comprar.

T: Si.

R: Dígame, si se los bajo o me hace favor de bajarlos, y dice si, pero no lo hace, no lo hacía.

T: Las cambiaba sin avisarte.

R: Aja, a sabiendas de que tengo cobijas para invierno y verano, dobles, para que las pueda meter a lavar todo... a ella yo le, yo tenía una trabajadora muy curiosa, y a todo le metía etiquetas y bordadas... si las quieres ver por cierto aquí está, por cierto que ella me regalo unas fundas bordadas que tengo, de esas que hacen del pueblo, muy laborioso.

T: Si.

R: Entonces esas cobijas, si ves la cama tengo una, empezamos...bueno es lo mismo de arriba para abajo o de abajo para arriba, tengo una sobrecama que algunas son afelpadas que parecen edredones, entonces con esa no tengo ningún problema, el único problema es, como yo tiendo la cama siempre por costumbre en todos lados, así es el ejercito... si está una cobija, si está una... si esta una sobrecama como esa que tiene fleco se la dejo, pero por lo regular del otro lado si le hago así, para que quede como una funda nada más jalo, jalo la sábana, jalo la cobija y la... pieza por pieza ¿no?, claro que se descuadra, de vez en cuando hay que corregir... pero casi para la semana aguanta... pero ¡oh! desgracia... la cobija que ella me puso es tan delgadita, que parece una sábana acolchada... ¿no sabes que es una sábana acolchada?

T: No, R ¿cómo es?

R: No las hay, yo aquí no las he visto.

T: No son muy comunes.

R: No son muy comunes, es una... prácticamente es entre cobija y sábana que tiene unos dibujos de seda y es muy gruesa, así es que con una de esas te evitas dos sábanas y una colcha por ejemplo, pero como no hay... yo traje de esas pero se acabaron, son muy delicadas por la seda que tienen... entonces imagínate que todos los días que me voy a acostar tendría que tender la cama nuevamente para meter una colcha adicional, una cobija... entonces la cobija adicional, mientras toda la ropa de cama está a mi disposición, la cobija que pongo de repuesto, siempre se corre, la monto así, pero se corre con el movimiento, entonces no me alcanzo a tapar, y ya estuvo que no me dormí, estoy temblando de frío, sobre todo a las once.

T: Me imagino que eso debe de ser molesto para ti ¿no?,

Ψ Señala el cuello de la camisa que trae puesta para mostrar la etiqueta.

Ψ Dobra una parte de su pañuelo hacia adentro.

Ψ Muestra el movimiento de la forma en que dobla sus sábanas

porque eso ocurre cuando ellas tienden la cama y no te consultan.

R: Claro, pero como ya me cansé de estar lo mismo, lo mismo, mejor no le hago caso. Y me molesta porque no me alcanzo a tapar y estoy con frío, y ya no se que hago, parece que lo que hago es que me volteo y me meto, me meto hasta pegar del otro, pero ya cuando me levanto tengo que tender la cama porque ya la safé del colchón del otro lado, y es un tiempo que me roba para el baño... con esta muchacha a ver que mejoras le hago, sobre todo cambiar eso, en primer lugar porque realmente no había entrado invierno para que ella cambiara cobijas, porque yo le enseñé, en el closet tengo cobijas para medio tropical, para invierno, para verano, tengo, me las han regalado aquí mismo, entonces es cosa de saber manejar... y ya, yo pienso que esa muchacha nueva, es una muchacha joven y es mi paisana, es chiapaneca así es que hasta le puedo hablar a lo chiapaneco, pero ahora se me fue.

T: Por una parte sería más fácil, porque como va empezando, le puedes decir de una vez como te gustan las cosas a ti, para que así las haga ella y así te evitas tener molestias ¿no crees R?

R: Fíjate que como somos varios, ahorita no se me hace muy católico... ha cambiado mucho el clima, de ayer a hoy a variado pero horrible... ¡ah!, pero que no te he, la cobija, la cobija de repuesto la pongo de dos y mejor todavía porque queda más angosta, me da flojera sacar todo y estirla, me llevaría más tiempo, también yo tengo algo de culpa, peor pienso, la voy a dejar un tiempo, a lo mejor va a llevar el rol de la otra.

T: Bien R, oye...

R: Por cierto que no se ha aparecido...

T: ¿La que estaba antes?

R: Si, pero perdón, te interrumpí.

T: Si, te iba a decir que ya no me acabaste de comentar acerca de los cambios que has tratado de aplicar para solucionar los conflictos a los que en ocasiones te enfrentas...

R: Si, pero hay cosas que ya no puedo arreglar, eso de que te den frijoles nada más en la mañana, pues se los dan a todos, pero terminando vengo y me hecho un gerber... por cierto que me cayó mal el, abuse del amaranto, cuando vengo así me echo unas cucharadas de amaranto, además que lo tengo recetado y el cuarto de kilo vale diez pesos, o sea que es barato, entonces hoy abuse un poco y causa diarrea... pero poco a poco uno se va ajustando.

T: ¿Hay alguna otra cosa que hayas intentado cambiar?

ejemplificando con su pañuelo.

R: Pues no, no este... yo creo que una de las cosas mas importantes fue haber perdido la vista, no poder leer, cuando podía yo leer una buena novela, aunque fuera de repaso, por ejemplo me gustaría leer Cien Años de Soledad, cuando dejas de leer algunos años alguna novela, sobre todo de tipo literario ¿no?, como es posible que este señor se ganó el premio novel literario y es un este... no es de nuestro, lo que pasa es que no es lo mismo una novela a nivel mundial o latinoamericano, que una novela de esas de a peso corrientes ¿verdad?

T: Claro.

R: Entonces además de que te da lenguaje, te manda a pensar bonito... entonces eso me hace mucha falta, ya no pienso en eso, te voy a decir porque...

T: ¿Ya no piensas en recuperar la vista?

R: Si, ya no pensar en recuperar la vista, aunque se puede ¿no?, transplantes y hay muchas cosas hoy... porque ando re asustado fíate...

T: ¿A qué se debe R?

R: A partir de ayer... empecé a leer, disque a leer...

T: ¿Que leías?

R: Ahorita te digo... cómo te podría explicar... aquí, aquí en el sanitario, está muy controlado en agua, entonces hay sistemas que le molestan a uno para sacar el agua del sanitario, tiene la llave, no tiene agua caliente, nada más agua fría el lavabo por ejemplo... tiene la llave y debajo de la llave tiene una palanquita... y ayer empecé a leer y dije *este paquete se lo voy a decir a mi violeta imperial...*

T: Si ¿qué decía?

R: Leo perfectamente, lo que dice el este... lo que dice adonde va el tapón de hule, donde va el tapón de hule tiene un como volcadito de metal, y ahí leía yo... es el único que me he puesto a traducir mentalmente, porque están borrosas, ya ves el uso se carcome las letras.

T: Si.

R: Pero está, lo que dice es *obturador especial*, o algo así, ¡ah! Pero que espanto me da porque, me fui al piso y dije: *voy a tratar de leer otra cosa* dije, y en el piso vi marcado como unas etiquetas, pero como es imaginario, porque no puedo ver una etiqueta allí, no puede haber tampoco ¿verdad?, entonces ni me preocupe por descifrar que dice, pero ¿no será ahora locura mental?

T: ¿Qué te hace pensar eso?

R: Pues que no hay nada de etiqueta, como aquí, en el piso este... con otra, de acuerdo a lo que es, está la altura de la letra, el tamaño, aquí en el piso está más fácil de leer, y dije

Ψ Se ríe.

pero bueno, yo estoy loco, mejor cuando venga Violeta le digo y si le interesa me pongo a traducir, porque hay unos que están en inglés... en dónde vi más, en el lavabo, en el piso, hay una tercera ubicación... ¡ah! en las cubetas... pero bueno, no me interesa leer, ya ni la lucha le hago porque ya sé que no puedo leer, ¿sabes cómo le hago?, tengo los últimos lentes que me recetaron y con la lupa, si tengo esta, necesidad, si tengo necesidad de ver una credencial o ver una fecha equis, de un trabajo o algo...

T: Entonces agarras la lupa o tus lentes.

R: Si, sólo así puedo leer.

T: Pero me decías que ya te resignaste...

R: Si, pero fíjate que ya no me interesa recuperar la vista, lo que me interesa es no perder la vista, entonces lo que hago... a mi no me gusta que me venga a tocar gente, que lo hace más por molestarte, que por saber de tu salud...

T: Que importante se me hace eso R, la verdad es algo de lo que muchos deberíamos de saber, tu por ejemplo te esfuerzas por no perder la vista, en lugar de invertir ese esfuerzo en recuperarla... fíjate que me pongo a pensar cuantos de nosotros hacemos cosas que al final resultan inútiles y lo hacemos sin pensar a veces premeditadamente o impulsivamente.

R: Si, es lo que yo veo que no tiene caso, de verdad no tiene caso en recuperar la vista, porque es imposible, mejor me cuido para no perderla más, pero te decía que me molesta saber que hay personas que ¡ah! como molestan.

T: ¿Cómo quien por ejemplo?

R: Pasa una a las... a las cuatro y media, a las cuatro y media de la mañana pasa y me toca... *¿cómo está usted?... oiga, pero ¿no piensa que todavía estoy dormido?*

T: Me imagino que eso a de resultar muy molesto para ti.

R: Si, me encanalla... pues de por sí siento que no duermo las horas que debería dormir... digamos la señora que estaba antes, a veces, cuando no salía yo rápido, entraba.

T: ¿Y eso cómo te hacía sentir?

R: Muy católico, porque que tal que estaba yo, muchas veces, te acuerdas que te conté que me quedé tirado tres horas ahí, entonces se me hacía muy católico, máximo que se lo conté a ella ¿no?, pero ella no era la responsable de eso, porque ella descansaba los días sábados, y eso no era su turno de ella, no tenía ninguna necesidad de... por cierto andan bailando la cuerda floja las dos... así es.

T: Supongo que eso ya te daba un respiro de tranquilidad.

R: Pues si no tranquilo, por lo menos decía bueno, si me pasa algo ya... y si no, Dios así lo quiere... fíjate que así como

Ψ Se muestra una actitud empática, tratando de ponerse en la misma experiencia que vive R.

voy he pensado que en un colapso, digamos, de las doce de la noche por ejemplo, me voy a quedar yo muerto.

T: ¿Tú piensas eso?

R: Aja.

T: ¿Cómo te sientes cada vez que tienes esos pensamientos?

R: Tranquilo fíjate porque si no me quieren en mi casa... no pasa nada, además no lo van sentir porque no estoy muy cerca de ellos, en lugar de estar más cerca, cada vez estoy más lejos de ellos.

T: ¿Qué te hace pensar eso R, de verdad crees que puedan llegar a pensar eso ellos?

R: Pues del mayor si, el mayor es cien por ciento de ellos... y ya los demás son cincuenta, cincuenta, cincuenta, setenta del lado que están... no me voy a poner a hacer un promedio, pero por ejemplo la mujercita, para mí es un fracaso...

T: ¿Por qué motivo?

R: El matrimonio no funciona ya, ya a estado en Alemania, ha estado en... por cierto que un cuñado de ella se quedó en Alemania ya, porque se casó allá, ya trabaja allá de ingeniero, pero allá son muchos... me estaba platicando que para especializarse, no tienes que pagar ni un solo centavo, todos te pagan ellos, en la universidad ya vez que para la especialización tienes que estar en la universidad, en el taller, en el trabajo, barren todo y en ningún lado... al contrario, les dan bien de comer, los reciben bien, les dan todas las facilidades.

T: Pues que interesante, oye R y esto que tú me mencionas acerca de que piensas que para ellos es mejor que suceda una cosa así, el pensar en eso te perjudica en algo ¿Cómo te hace pensar así, en eso?

R: Siento, siento una cosa automática, para mi yo le llamaría una muerte automática, esa muerte automática sería muy benéfica para mi sobre todo, más que para ellos. Me quitaría yo de problemas.

T: Para ti sería así... pensando en ti... ¿para ti R es así? ¿Cómo es para ti una muerte automática?

R: Exacto, ya no pensando en ellos.

T: Claro, porque finalmente cuando uno piensa en los demás, porque claro, a veces es bueno, a veces es necesario pensar en los demás, pero hay ocasiones en las que no es así, a veces pensar en los demás nos perjudica a nosotros mismos, y por ejemplo en tu caso, a ti de alguna manera el dejar de pensar en los demás es algo que te tranquiliza ¿no es así R?

R: No este, aquí me hice medio católico, porque así me

Ψ Se le pide a R que especifique que es para él una muerte automática.

considero, medio católico... entonces te imaginas últimamente que desafanado estoy de la señora que da la... la... por cierto que hoy toco...

T: ¿Lo del catecismo?

R: Lo del catecismo.

T: Entonces ¿consideras que la religión te ha proporcionado algún tipo de ayuda R?

R: Pues fíjate que no porque por ejemplo, ese accidente, que yo diario les pido a Jesucristo y a la Virgen María, les pido para toda la humanidad, salud física, espiritual, intelectual, social, económica, religiosa, psiquiátrica y psíquica.

T: Pues que interesante que lo hagas, que bueno, porque me atrevería a decir que pocos lo hacen...

R: Además le hecho un piloncito como este: ¿cuáles son los problemas generales de accidentes? Los siguientes fíjate: el robo, el asalto, el secuestro, la violación y todos los percances que suceden son conductores de transportes de todo tipo, de transporte de personal que son muy irresponsables, que manejan borrachos, que manejan vehículos con defectos mecánicos, entonces les pido a eso, sobre todo a los que manejan... y ahora me quedo mal, ese no me hizo caso, con el accidente de mi hijo, digo bueno, ni modo, no podía salir ileso, le dije yo a la Virgen.

T: Pero como dicen, dentro de lo malo, lo bueno fue que no pasó a mayores ¿no lo crees?

R: Tengo, que si no viene muy terrascaloso mi hijo este primer sábado de mes, este... sirve que lo voy a acompañar para ver como está el coche, no lo quisiera hacer porque se puede enojar, pero si me gustaría ver como quedo... yo estoy arrepentidote no haberle dicho que yo le pagaba la puerta nueva, porque esa es una garantía.

T: Claro R, lo que te iba a comentar es que a mi me parece que es algo de admirarse en ti, que por ejemplo digas que tu pides por los demás, que rezas por los demás. Como te comentaba es algo que pocos hacen. Que bueno que tú lo hagas R. Bueno, casi se nos agota el tiempo de esta sesión ¿hay algo más que me quieras comentar?

R: Bueno, me sentí muy a gusto como siempre en la sesión, ya te habrás dado cuenta que estoy deschavetado.

T: Hay R, como crees... bueno ¿y qué te llevas de esta sesión?

R: ¿Qué me llevo? pues el sentirme a gusto platicándote mis experiencias, además ¿sabes? Me doy cuenta de que debo dejar hacer su vida a mis hijos... respetar su privacidad, creo que a veces, no intervengo, trato de intervenir en sus vidas y eso a veces es molesto para ellos, creo que ya no lo voy a hacer, para estar bien con ellos más que nada.

Ψ R se ríe.

Ψ Le sonrió a R.

T: Claro, me parece interesante, ¿hay algo más que me quieras decir?

R: No, es todo por hoy.

T: Me parece bien R, entonces ¿estás de acuerdo en que nos veamos la próxima sesión?

R: De acuerdo.

T: Muy bien R, seguimos en la próxima sesión.

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es sentirse a gusto platicando sus experiencias y haberse dado cuenta de que no es benéfico intervenir en la vida de sus hijos.
- Lo que yo me llevo es saber que R va comentando las experiencias que para él son importantes, ya que aunque en ocasiones se le trata de cambiar de tema, él suele regresar al mismo, demostrando que el tema es importante para él, por ello en las siguientes sesiones se dejará que él vaya llevando el ritmo de la sesión libremente.

SESIÓN 14	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Hola R ¿Cómo estas hoy?</p> <p>R: Bien gracias.</p> <p>T: ¿Te parece que iniciemos la sesión del día de hoy?</p> <p>R: Esta bien...</p> <p>T: ¿Hay algo que me quieras comentar R?</p> <p>R: Si, me tiene hasta el copete la obra ésta, me a atrasado mucho en el aspecto medico, porque yo no puedo alquilar cualquier taxi, tengo que conocerlo para decirle métase para allá, métase por acá y así me cobra mas, primero, segundo que donde quiera que me deje me tropiezo, porque están mal los escalones, porque no conozco el entorno...</p> <p>T: Y no pueden abrir todavía el paso, aún está cerrado.</p> <p>R: No mira, es que les falta changuez a los automovilistas, mira, toda de la cuadrita o cuadrota, porque es una pinza así lo que está atrás, les permite estacionarse todo lo que quieren allá atrás y penetrar por las calles lo que quieran, lo que pasa es que ahí va la autorización de tránsito, nada más quieren una policía para toda la zona...</p> <p>T: Si, imagino que es imposible prácticamente, entonces mencionas que eso te ha atrasado...</p> <p>R: Si me ha atrasado porque algunos este... estudios muy finos de laboratorio no les he podido arreglar, ni se como estoy del corazón precisamente por eso, pero la ventaja es que no me ha dado ningún síncope que es para lo que me estoy protegiendo, ahorita ya tiene casi un mes que no me da uno...</p> <p>T: ¿Y como te hace sentir eso, el que te estés retrasando en la cuestión medica?</p> <p>R: Mira todo avance, todo avance este... indica progreso, entonces esto es un progreso para esta casa, con esta obra esta casa va a subir un ochenta por ciento de categoría, lo que pasa es que están desperdiciando tiempo, área, muchas cosas que no se organizan... pero, Dios dirá...</p> <p>T: Esa es tu perspectiva en cuanto a esta cuestión, y como tú mencionabas esto mismo te está retrasando en tus citas médicas ¿no R?</p> <p>R: Si, sobre todo que también cooperan en el hospital... como que es una papa caliente mi caso, una teniente coronel médico fue la que me atendió, ella me mandó el estudio, yo regresé y se hizo ausente como que no fue ella la que me pidió el examen, porque me cambiaron el laboratorio se llama, control cardiológico, me cambiaron el nombre de la</p>	<p>Ψ Se refiere a los arreglos que están haciendo en la calle, afuera del hogar.</p> <p>Ψ Muestra una distancia con sus dedos índices de ambas manos.</p> <p>Ψ Se hace un reflejo de contenido sobre el retraso de R en sus citas médicas.</p>

doctora desafortunadamente, una se llamaba Cecilia Gutiérrez y esta se llama Cristina Guevara Bejasan no se que.

T: Si.

R: Y eso necesita tiempo de ir a cazar a una y a otra, porque ya no me interesa ninguna de las dos, me pienso quejar con el jefe de la sala, a que estamos jugando, si no me quiere atender dígame y ya no vengo, darle un descolón.

T: Si, entonces R supongo que esto ha de ser molesto para ti ¿no, o me equivoco?

R: Si porque estas alegatas me salen a mi caras, en tiempo y dinero porque lo que te voy a decir, la última consulta la que fui hice un plan con una ex trabajadora de aquí.

T: ¿En que consistió su plan R?

R: Usted lo que va a hacer conmigo, es darme celeridad para subir escaleras, para desplazarme de una sala a otra, esos es lo que me interesa, y me interesa que el taxi que regrese, me regrese lo más cerca posible y mede ayuda para entrar al asilo... no, me salió carísimo, me salió carísimo porque el taxista se empeñó en no regresar desde la mañana hasta esperarme en el hospital, y ahí andaba correteando a los policías militares que no lo dejaban parar, una desorganización perfectamente organizada.

Ψ Se ríe.

T: Si.

R: Luego la invité a desayunar y este, pidió una torta en el restauran, ¡uh! me encanalló porque la estoy invitando a desayunar, no a comer tortas... le compré la tarjetas de llamadas locales en el D.F., pues no locales, la tarjeta de teléfono...

T: Para hacer llamadas.

R: Para hacer llamadas, primero lo citó a fuera, lo citó adentro, bueno hizo un relajo ahí, que quedas tachada.

Ψ Se ríe.

T: La tachaste de la lista.

R: Aja... entonces pensando en esas molestias, ella quiere que le explique muchas cosas que no tengo yo porque explicarle... por ejemplo, yo cite al taxista y hasta le di la vuelta en lo que fue mi colonia, que era mi colonia, ahí está la salida de los microbuses para la defensa y para el hospital, allí hay un sitio de taxis que es mas carero que cualquiera, pero con una seguridad lo cité ahí porque dije, no lo van a dejar estacionarse en el hospital militar... y los dos se empeñaron en que se quedaba mejor, se quedaba de plano a esperarme y se quedaba en el hospital, entonces haga lo que quiera, le digo, yo no le pago...

T: Si ¿y qué pasó entonces?

R: No, pues como crees que no le iba yo a pagar... pero me

hicieron encanallar los dos... tiene más enfermo de que salí de aquí en las mañanas, lo barato sale caro... y yo tengo un gran, un grave error, la ira me pierde la estabilidad emocional y razonable... cambiamos de tema, porque ahorita me voy a enojar ya de estar recordando.

T: ¿Te hace enojar el recordar R?

R: Si, y no he tomado la pastilla.

T: ¡Ah! ¿Y a qué hora te toca?

R: Ahorita.

T: Pues si quieres tómatela para que no pase más tiempo...

R: No me pasas la cajita que está en la tele.

T: Si, deja le pauso aquí... Cambiamos de tema entonces...

R: Por favor.

T: Muy bien, algo más que me quieras platicar... mira a mi me gustaría que me comentaras como es que te has sentido a lo largo de estas sesiones, has notado algún cambio en ti... ¿qué ha pasado?

R: Mira, siempre que rea mi cumpleaños el cinco de mayo, aceptaba yo una reunión familiar, una cena...una cena no, pero comida y desayuno si, cualquier cosa que me quisieran regalar; entonces ahora no les acepté nada, ni cena, ni comida, ni salud, ni nada, los eliminé...

T: Si, era lo que me comentabas, que no les ibas a aceptar nada, en ese sentido ¿verdad?

R: Para estas cosas usaba yo un hijo, pero tampoco, lo eliminé también para no tener problemas por ningún lado, si no tenía problemas con la familia y problemas con lo que llevaba...

T: Fue tu decisión...

R: Cambiamos de tema ¿no?

T: Claro.

R: Entonces hílame ¿en qué nos quedamos?

T: Yo te preguntaba que para mí era importante que me dijeras si a lo largo de estas sesiones has sentido algún cambio, de forma general ¿has sentido algún cambio?

R: Si siento que he cambiado más, porque como militar que soy y que fui, en el activo, siempre me planeo mis cosas, entonces ahora las planeo con más actividad, con más meticulosidad y falla, quiere decir que no ando normal...

T: En qué sentido R.

R: Posiblemente con más planeación, con... con otras... mira el aire ahora si está fuerte.

T: Si, pero no se siente frío... si R.

R: Como militar uno siempre debe tener más de una alternativa, no lo que pienso va a salir; entonces debo tener alternativa... bueno si lo que pienso no sale y no está

Ψ Se ríe.

Ψ Le doy una caja de medicamento a R para que se lo tome en ese momento, tal como él lo pidió.

Ψ Señala hacia la ventana que está en la habitación.

saliendo, hay que cambiar de inmediato.

T: Claro.

R: Entonces me falta esa agilidad.

T: Eso es algo que de alguna manera les enseñan...

R: En la práctica.

T: Si, entonces quieres decir que te falta la agilidad de poder pensar en varias alternativas, no tener una nada más, sino varias, por si no es una, es otra ¿no es así?

R: Si me está fallando aquí, y ya te lo dije todo.

T: ¿En qué cuestiones?

R: Con mi familia principalmente.

T: Si.

R: Para todo plan, como le plan DN3, el ejercito pone en marcha el plan DN3 y el plan DN3 pone en marcha a toda la República.

T: Si, que es el que ponen en marcha cuando ocurre algún desastre.

R: Exacto, entonces ha fallado el ejercito por ejemplo... cómo es posible que en mi pueblo, en mi estado acaban de arreglar una escuela por ejemplo, la usan de albergue y se les cae... quiere decir que no están haciendo bien las cosas, que la están haciendo a la croquis mochis.

T: Si.

R: Entonces hasta eso es un peligro.

T: Claro.

R: Eso es fallar, si fallan planes tan grandes, por qué no van a fallar los chiquitos como el mío. Así como acabo de saber la última noticia, han hecho tres, como es muy, tanto la sierra madre occidental, como la sierra madre de Chiapas que es la continuación de la sierra madre de Guatemala, no han podido hacer en varios sexenios, han hecho con el que se ahorita, hace mucho que no voy a mi pueblo, ni quiero ir... han hecho varios aeropuertos y parece que ahora sí le han dado al clavo, todos están de veinte a treinta kilómetros de distancia eh, las distancias allá son canallas, porque es muy sinuoso para encontrar una planicie de aeropuerto es difícil, y sobre todo hacerlo, por el dinero, un aeropuerto es muy costoso. Son tres, cuatro mil metros de pavimento con mucho impacto todo, te imaginas un avión caer a la velocidad que cae el peso, se sextuplica su impacto. Hicieron uno cerca del pueblo de mi madre, que terminaba en un abismo, como en un balcón., peligroso... hicieron otro, ahí se llama Ocoscotla de Espinosa...en el municipio de Terán hicieron otro aeropuerto, pero está en una loma, se comieron la loma, la rasuraron, pero ya no alcanzó la estación.

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar lo que R dice sobre las alternativas que debería de tener.

T: Si.

R: Y acaban de hacer un tercero en un lugar que se llama Chiapas de Corso, que ya no conozco su ubicación, yo creo que es paralelo al río Grijalva, porque ahí está el río Grijalva y el Sumidero, no se si lo has oído.

T: Si.

R: Pero ha de haber contado un dineral, porque es, son terrenos de vega de río, y ¿qué es una vega de río? La orilla del río.

T: Si.

R: Lodoso, arenoso, entonces ahí puede fallar por compactación.

T: Mira, que tal, son cosas que a la larga pueden ocasionar problemas ¿no?

R: Y graves.

T: Entonces me decías que esto se asemeja a tu vida, me decías que trataste de llevar ese régimen en tu vida, que ante una situación, tu tratabas de tener varias alternativas, varias opciones, si no funcionaba una, te podías ir a la otra... mencionabas por ejemplo que con tu familia no te ha funcionado o no lo has llevado a cabo R.

R: Si, lo he pensado elaboradamente.

T: Tal vez por eso no ha funcionado, porque por ahí sigue habiendo varios disgustos.

R: Si, disgustos, me hacen perder los estribos... cambiamos de tema y volvimos ¡eh!, pero como me contacto con lo último.

T: Bueno, te decía que para mí era importante que me dijeras si habías notado algún cambio significativo en ti con el paso de las sesiones, en tu estado de ánimo, físicamente...

R: Si lo estoy pensando para contestarte largo... para nosotros los militares la palabra dada es este, la virtud de cumplir, yo te di la palabra y ahora me siento muy bien, al principio lo sentía yo como un compromiso, pero ahora no lo siento así...

T: ¿Cómo lo sientes R?

R: Lo hago por el gusto de hacerlo, me siento bien contándote mis experiencias, aunque ¿sabes que?

T: ¿Qué R?

R: Ya no tomo mi descanso de la comida a las cuatro.

T: ¿Para ti es importante ese descanso R?

R: Que bueno que lo dices... la mala costumbre de descansar de la hora de la comida a la hora de la cena, entonces ese descanso me está robando descanso nocturno, porque todo lo que debía hacer a esa hora, lo hago ahora después de la cena.

T: Si.

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar lo que R dice sobre las opciones a seguir en sus experiencias diarias.

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R reflexione a cerca de cómo se sintió anímicamente con las sesiones.

R: Y así como estoy de limitado por mis movimientos...

T: ¿Te vas atrasando?

R: Me voy atrasando.

T: Supongo entonces que ha de haber ocasiones en las que ya te duermes tarde...

R: Casi, casi siempre.

T: Casi siempre.

R: Si, y eso también me saca de mis cabales.

T: ¿En qué sentido R, a que te refieres?

R: Fácil me llevo dos horas saliendo de la cena a la hora que me acuesto, es mucho tiempo porque estoy muy limitado con los movimientos del parkinson, no puedo moverme, y allá en el cuarto tengo que nadar de puntitas y he tenido resbalones... ponen en peligro, me rompo un hueso...

T: Claro, tu salud ¿no?

R: Aja.

T: Entonces en ese sentido ha habido momentáneamente una modificación a la rutina que tú llevabas con anterioridad ¿no?, de tus actividades, de tu tiempo.

R: Aja.

T: ¿Y eso como te hace sentir, qué te hace pensar?

R: No pues... (se hace un manejo de silencio), yo te estimo, entonces en base a tu estimación me siento bien, no hay ningún cambio.

T: ¿Entonces te has sentido bien con estas sesiones?

R: Si, me siento bien... para mí fue una gran pérdida que cambiaran a la jefa de aquí por una joven, a esa joven yo la conozco desde que entró aquí, son dos hermanas de una que estuvo aquí de monja, que también era mi paisana, todas eran zapatistas, y por fracasos de política están aquí... una salió muy cusca, tan cusca como lo que te voy a decir, que la encontraron en los prados de allá enfrente que porque iba a la escuela, y se iba a revolcar con los muchachos y por cortesía de la policía porque la monjita ya había ido a sacarlas, se la entregaron ahí en el pasto, pero después decidieron que no, que no se corregía la muchacha y que fuera a recogerla a la delegación con el acta correspondiente. La monjita muy simpática, muy servicial, muy humana, pero no le podía transmitir a las hermanas, y esta, son como tres o cuatro hermanas, pero ya nada más tres una aquí.

T: Si.

R: La monjitas que se fue, porque se fueron todos los monjes de esa orden, que fue los que renunciaron de aquí... yo me acuerdo que a esa monjita me la encontraba yo, y le decía: ¿A dónde va sor? voy a visitar a mis hermanas, ahora una

Ψ Se hace una concretización para que R especifique a que se refiere cuando dice que algo la saca de sus cabales.

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R reflexione a cerca de sus sentimientos.

de ellas está aquí, pero ya no como becaria, sino como trabajadora, está debutando en el segundo trabajo, en el segundo cambio de puesto, está como jefa de la sala de aquí, es una persona muy activa, muy trabajadora, muy responsable, tiene muchas virtudes, pero todavía no sabe muchas cosas.

T: Tal vez le haga falta más experiencia.

R: Si, y lo peor es que ya no las visita la enrama, ya las soltó, se aburrió

T: ¿Ya las dejó?

R: Ya las dejó, porque le pregunte: oiga ¿y cada cuando te visita?... si la visita a la hermana quiere decir que van por buen camino, pero si ya no la visita quiere decir que ya... Y la inteligencia que primera que trabaja también aquí, que se llama Carmen, ya va para el segundo hijo con el hombre que se revolcaba, ¿ya caliente no? Porque para allá va que vuela la hermana. Entonces to creo que por eso no las visita ya.

T: Mira... y este tipo de situaciones ¿qué te hacen pensar a ti R, cómo te hacen sentir?

R: Fíjate que mal, porque esta muchacha que está trabajando aquí, se venía, se enamoró de un muchacho que aquí sacó su licencia de manejar, iba muy bien y se desbarrancó con ella. Y ahora se fue de aquí, y ahora quiere regresar, no sé si lo van a emplear, porque si lo van a emplear va a ser un fracaso la otra... entonces son condiciones humanas que molestan y siendo mis paisanas me duele no poder hacer nada.

T: Claro, finalmente es algo que no está en tus manos...

R: Claro, sino en manos de la hermana monja.

T: Claro.

R: Pero si ya la soltó la hermana, es un paquete dijo... de ser humilde observador.

T: Bien R, oye ¿cómo te has sentido de ánimo en los últimos días?

R: De ánimo por los suelos.

T: ¿A qué se debe R?

R: El enojo con mi familia y... y muy atinadamente había hecho yo... Si hubiera hecho testamento que hice hace unos meses ahorita, no les dejaba yo nada, no valen, ni mi esposa ni mis hijos, pero lo hecho ya está hecho.

T: Entonces es como si anduvieras bajo de baterías ¿no?

R: Aja.

T: Te has puesto a pensar en algo para aumentar esa carga de batería.

R: Tal vez lo que me pueda dar un poquito de impulso es que

terminen estas obras que me tienen hasta aquí (señala su frente con su dedo índice derecho), porque pienso que el IMECA, no lo está cuidando el municipio, y ira cuando corre aire así se limpia la zona.

T: Si ahorita se ve el cielo muy azul, hay aire.

R: Si mira, el aire está fuerte, cuando está así está a más de veinte kilómetros de velocidad el aire, más de veinte kilómetros ahorita. Son todos los que están ¿si conoces a la chiquilla que estaba aquí?

T: Si, a la que entró por la jarra de agua.

R: Si, esa entra a las tres de la tarde y sale a las siete de la noche ¿Cuántas horas de trabajo son?

T: Cuatro horas.

R: Ese es su trabajo, terminar lo que queda pendiente de esto... de estar haciendo etiquetas para ponerle a la ropa porque no quiere, y tiene razón, porque como no nos conoce, no conoce nuestra ropa, entonces está haciendo etiquetas, está trabajando para la de la mañana.

T: Si, yo creo que ya con el tiempo los tendrá bien identificados.

R: Aja.

T: Si R, entonces regresando un poco a lo que me estabas mencionando, ya que terminen los arreglos que están haciendo, tal vez te suba el ánimo... es importante ¿no R? que tengas alternativas que finalmente te ayuden tal vez a desviar un poquito tu atención de los problemas que estás teniendo, que te ayuden como un poco a subir el ánimo ¿o qué piensas R?

R: ¿Sabes que, en qué me estaba fallando este? Como no tengo la velocidad de caminata normal, salía yo al mercado, a las fruterías, a las tienditas, y tenía yo mi frigobar abastecido, ahora no lo puedo tener, porque ni los plátanos ni nada dejan que se venda por ahí ¿no se si tú los has visto?

T: No R, no he visto.

R: Si, los frutereros se ponían por acá, después de las flores.

T: Si, bueno ahora nada más está el puesto de flores.

R: ¿Nada más el puesto de flores? Si pues, creo que ahí dan vuelta ¿no?

T: Si, ahí dan vuelta.

R: Para entrar a aquella colonia y salir por atrás ¿no?

T: Si, ándale... oye R, ¿y te has puesto a pensar en otras alternativas?

R: Lo he pensado, pero también estoy frío porque, con el choque del carro de mi hijo que era el que podía hacerme eso, está parado, todo negocio, todo favor que me puedan

Ψ Señala con su mano derecha la ventana.

hacer para cambio.

T: También eso te detiene un poco...

R: También.

T: ¿Y realmente te gustaría irte de aquí?

R: Si, si definitivamente.

T: O sea que si tu hijo tuviera la posibilidad de ayudarte con el cambio lo harías...

R: Si, si me convence en nuevo asilo ¿no?

T: Claro.

R: Es lo que tu no sabes, que en este... ¿cómo te podría decir?... del Estado al D.F., son diferentes los asilos, porque no hay nada reglamentado sobre el respeto, pero hay fundaciones muy fuertes, que con la mitad de lo que yo pago aquí, me dan todo por lo que yo pago aquí.

T: Claro.

R: Entonces a mí lo que me interesa es ver una fundación, no un asilo... que funcionan de otra manera. La fundación el que regaló el edificio y el dinero para el asilo, valga la redundancia, tiene un personal que atiende el capital que esté produciendo la fundación, por ejemplo don Ortiz Rubio hizo una fundación y es una casa que está, en la sala de espera está su esposa, tiene capilla como aquí, esta muy completo por ejemplo, pero nada más admities, qué te diré, treinta o cuarenta asignados asilados y es muy poco.

T: Si son pocos.

R: Porque hay muchos requisitos para entrar, y eso ya sería para mi una, una limitación para mi salud, ya no me admiten tan fácilmente en cualquier lado.

T: Entonces también has pensado en esa alternativa de cambiar...

R: Si.

T: Digamos que hasta ahorita no has tomado una situación definitiva.

R: Y fíjate que en el periódico del asilo, hay uno, dos, tres asilos, y la fundación, no están para llorar todos... nada más uno cubre los requisitos ¿para mí verdad?

T: Que importante ¿no crees R? que tengas más alternativa, que las tengas.

R: Fíjate que, no has pensado que si estamos teniendo un poco de diversión... eso también me ha faltado aquí con este, con estas obras... va subir mucho este local por la ubicación.

T: Claro... ya casi se nos agota el tiempo R ¿hay algo más que me quieras comentar el día de hoy?

R: No, por el momento no.

T: Bueno, entonces ¿qué fue lo que te dejó esta sesión?

R: Pues que te puedo decir... me doy cuenta que en realidad no estoy tan peor.

T: ¿A qué te refieres con peor R?

R: Pues a que ahora que te lo digo, me doy cuenta que en realidad tengo alternativas para solucionar algunos de mis problemas, no estoy encerrado, tengo opciones...

T: Claro, es como te comentaba, a mí eso se me hace importante, que tú mismo no te cierres como tu dices, sino que tengas alternativas ¿no crees?

R: Aja, eso es importante.

T: Que bien R, hay algo más que me quieras comentar por hoy.

R: No, es todo.

R: Bien, entonces ¿te parece que nos veamos la próxima sesión?

R: Me parece.

T: Bueno, entonces por hoy es todo y nos vemos la próxima sesión, que ya va a ser la última.

R: ¡Ah! si es cierto, no me acordaba, bueno entonces nos estaremos viendo.

ψ Se ríe.

Retroalimentación:

- Lo que él se lleva de la sesión es el haberse dado cuenta que en realidad si tiene alternativas para solucionar sus conflictos.
- Lo que yo me llevo es el saber que a R le ayuda el comentar las cosas durante las sesiones, como en el caso de haber reflexionado que tiene varias alternativas para solucionar sus conflictos.

SESIÓN 15	Aspectos relevantes durante el proceso
<p>T: Bien R, vamos a comenzar el día de hoy con nuestra sesión ¿de acuerdo?</p> <p>R: Totalmente.</p> <p>T: Bien R, te comentaba que esta ya es nuestra última sesión que fue en lo que quedamos con el director, R ¿para ti hubo algún cambio significativo con estas sesiones, qué fue lo que pasó contigo, sentiste algún cambio realmente?</p> <p>R: Si me dejó un rastro positivo de tener más análisis en mis acciones... de por sí tenemos como militares este... planeaciones, nosotros les llamamos cursos de acción, o así, o así para degollar.</p> <p>T: Si.</p> <p>R: Así es.</p> <p>T: ¿Digamos entonces que esto te sirvió para analizar más profundamente de alguna manera las situaciones por las que atraviesas?</p> <p>R: Exacto.</p> <p>T: Oye R y ¿Cómo sentiste el ritmo de las sesiones y lo que tratamos en ellas, qué te parecieron?</p> <p>R: Muy positivas, sobre todo por esto que te voy a decir... no es lo mismo platicar contigo y hacer planes contigo, que con una rancherita.</p> <p>T: Si.</p> <p>R: Entonces yo estoy pidiendo mucho, sacar a una persona de ranchera a la ciudad no es fácil, aunque haya estado ya en la ciudad bastante tiempo, se atrofie... ese es una de mis, del desarrollo de esto contigo.</p> <p>T: ¿Y cómo te sentías anímicamente durante las sesiones?</p> <p>R: Pues bien fíjate... al recordar ya sabes, en ocasiones me sentía molesto o contento dependiendo de lo que te hablaba. Pero en cuanto a contarte mis anécdotas me sentía en confianza, tranquilo, a gusto... no se que mas decir, por cierto ¿ya están pasando los camiones aquí afuera en donde hicieron los arreglos? Como que oigo que ya pasan los camiones, si ¿o me equivoco?</p> <p>T: Si R, ya abrieron el paso a los automóviles.</p> <p>R: Me dijeron que están haciendo una estación de microbuses o autobuses, algo así ¿si es cierto?</p> <p>T: Si R, están haciendo una parada para los micros.</p> <p>R: ¿En donde está esa parada?</p> <p>T: Justamente aquí enfrente.</p> <p>R: Fíjate que tengo miedo de salir por una caída o por un</p>	<p>Ψ Señala con su mano derecha una distancia de arriba hacia abajo y después de izquierda a derecha.</p> <p>Ψ Se hace un reflejo de contenido para especificar en qué le fueron útiles las sesiones a R.</p>

resbalón, para mí es fatal... no tengo que salir a curiosear, sino cuando salga tengo al chofer de donde agarrarme. Ya le digo lo voy a coger de bastón, le digo, por favor, si quiere.

T: Claro.

R: Si no quiere, pues me esperará un poco... pero de todas formas gracias por la información.

T: Retomamos entonces ¿te parece? Me decías que en ti hubo un cambio con las sesiones, en el sentido de que ya analizabas las situaciones que a ti te pasaban ¿correcto?

R: Aja.

T: ¿Cómo que situaciones R?

R: Por ejemplo esa que estas viendo ahorita... ellas todavía no han visto, no vieron la vida interior de este, de este... de este asilo.

T: Si.

R: El marcar toda la ropa no es tarea fácil, aquí tenemos bastantes suéteres, bastantes ropa, yo pienso que las marcas de ellas no están de acuerdo a la ropa que se va a usar, yo lo vi en una camisa de nylon poner una etiqueta de algodón porque tienen diferente encogimiento. La seda se queda estática y algodón se dilata y se hace que se arrugue todo y hasta la marca se hecha a perder, eso sería lo de menos, pero lo que si, lo que pasó, con un periodo de muestra que ellas están marcando, es que decían que querían estar sentadas ganándose el dinero y pues ya está pesadita la cosa ¿no? Entonces dejaron de marcar y no pasó nada ¿y sabes por qué? Porque si están dos, por ejemplo yo te podría repetir la ropa que tienes por ejemplo, me gusta mucho tu saquito color de rosa, se te ve curioso.

T: ¿Sí?

R: Por ejemplo, para que veas. Entonces algo se te queda de que ves la persona y ves la ropa independiente como es. ¿Y ese es verde? A propósito ¿es verde o es gris?

T: No, es verde.

R: Entonces yo le estuve explicando, afortunadamente las tres que estuvieron en la mañana aquí, una que trabaja en la capilla, otra trabaja en este piso y la otra no, se presenta un problema con nosotros, porque nada más hay hombres en dos pisos, en el tres, que nos superan, porque hay pisos tienen hasta tres, tres asilados, este y en un cuarto de arriba que debe ser de mujeres, está un hombre, pero ya tiene mucha edad y tiene ciertas características que no perjudican a las damas... entonces yo les decía que para tener asegurada la ropa, porque hay quienes les gusta la uña aquí, si se pierde algo, ahora el sistema de cómo, un día a la semana se recoge ropa y ese mismo día se

Ψ R hace referencia a una persona de intendencia.

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R reflexione sobre las situaciones que había analizado.

Ψ Se ríe.

Ψ R pregunta el color del pantalón que usaba.

entrega, después de cuando regresamos de la comida nos entregan la ropa y ya se acabo, pero si quedan sobrantes o faltantes, no tiene porque haber, primero no tiene porque haberlos; segundo sí el tender la ropa, si tu ves el sistema, puedes ver el tendedero de aquí y los tendederos se ven perfectamente, entonces no tienen por qué perderse la ropa.

T: Claro.

R: Ahora empleados hombres que puedan robar nada más hay dos o tres, que no creo porque, de todas maneras yo le decía a mi jefa de piso que es mi paisana que tuviera un enlace donde están en la lavandería, ahí es donde se pueden ver que faltaran pañuelos, que faltaran calcetines, porque no se van a marcar los pañuelos ni los calcetines. Si hay maquinas que te marcan mas chiquito, pero de eso ya estamos hablando de internados de mucha lana.

T: Si.

R: De chamacos se usa, aquí no se usa eso, además la ropa, como un par de calcetines realmente no vale la pena reclamarlos, porque como quiera no creo que las damas quieran calcetines, posiblemente en invierno para dormir, pero tienen, entonces estaba aquí una señora cuyo nombre no quiero repetir ahorita, que se ofreció, pero no es del piso, es una que los conoce muy bien y está con un enfermo en el piso diez.

T: Si.

R: Pero transitoriamente ¿no?, además no me gusta su proceder de ella.

T: Si R.

R: ¿Por qué salió esta cosa?

T: Porque me estabas comentando acerca de que con las sesiones cambió la manera en que analizabas las situaciones.

R: Si hombre, yo pienso que ya es urgente definir... ¿es mujer u hombre el que anda ahí?

T: Es Paty.

R: ¿Ya la conoces?

T: Si, estuvo en el taller.

R: Ah si, ¿te acuerdas del dibujo que hizo?

T: Si, si me acuerdo.

R: Les voy a decir que ese enlace que ya aceptó, porque hasta platicaron, la jefa de piso y la, la que se ofrece, claro que se puede usar las dos, por que no. Vuelvo a insistir, ¿por qué agarramos este tema?

T: Porque me comentaste que había cambiado la forma en como analizabas las situaciones.

Ψ R voltea hacia la ventana y pregunta sobre el sexo de la persona que está fuera.

R: Si, mira yo pienso que aquí está pasando una cosa muy importante, las que están... están fallando, porque no es lo mismo una monja, ya sabes que las hermanas, o sores, como les quieras llamar, son de varios tipos, las que se dedican a la enseñanza, las que se dedican a la caridad, las que se dedican a la adoración de los santos nada más así, a secas, sin ninguna proyección, digo a la adoración de dios ¿no? Porque esas son las que más le gustan al clero, porque nada más están para Dios.

T: Si.

R: Entonces como fuera, ya se necesita porque, yo calculo que hay seis, dos que viven de planta aquí... porque no es lo mismo vivir de planta que vivir los problemas diferentes... condecirte que yo no he salido, yo no se como están las salidas, qué necesitas mostrar papel o qué necesitas para pedir permiso.

T: Si.

R: Entonces una vez he salido, y salí como, sin decir nada más que voy a salir a la receptora, pero ya salí como a las diez de la mañana, yo no salgo nunca a consulta, nada más salgo a esa hora, salgo a la hora que abren, que no se yo que hora es exactamente, seis de la mañana, seis quince, de tal manera que no estorbe la entrada de los que están viniendo a trabajar, que entran a las siete, pero hay quienes entran desde las seis de la mañana ¿por qué?, porque hay veladoras, en la noche hay quien trabaja de veladora, y hay quien tiene que venir por la cosa de la bomba, porque el agua aquí, esas casas, hay agua desde cinco de la mañana a siete de la mañana, entonces es un periodo muy corto.

T: Si.

R: Está muy estrangulado, entonces yo trato de salir sin estorbar, no porque soy federal voy a atropellar los intereses de otros compañeros. Una derechohabiente como tú por ejemplo y una esposa de militar, que es diferente al trato al militar activo, muchos abusan del grado, llegan a las ocho o nueve de la mañana y quieren pasar después que llegaron gente de las seis de la mañana, no me gusta atropellar los intereses de la gente.

T: Que importante es eso R, hasta como para aplaudirlo, porque hay quienes no respetan a los demás.

R: Si, entonces con eso de la hora me ha limitado muchísimo la salida, y si me meto a hospital va a ser duro para sacar todo, para ya tener otra vez la estabilidad que tenía yo.

T: Si R.

R: Alguna de la estabilidad es salud, pero me está provocando mucho.

T: Claro, digamos entonces que estas situaciones son a las que tú cambiaste la forma de analizar.

R: Claro que si.

T: ¿Hay alguna otra situación que hayas analizado de forma diferente?

R: Si, si... yo desayuno, como y ceno con tres más, dos hombres y una mujer... el hombre vive en frente de Arturo, se llama Ernesto, el otro hombre es el que vive exóticamente en el piso de arriba con las mujeres, pero es que aquí pasa una cosa muy curiosa también, recibían, no sé si reciban hasta la fecha matrimonios ya de edad, y él entró a ese cuarto con su esposa, entonces él se quedó allí... por cierto tenía problemas renales, su esposa murió por problemas renales y ya se quedó y él está muy a gusto, se raya ahí... él mismo cuarto que tengo, simétrico a este cuarto lo tiene él allá arriba.

T: Si, me decías entonces que con ellos desayunas.

R: Si, pero la mujer es una tipa que cerebralmente está mal...

T: ¿Tú te has dado cuenta de eso?

R: No pues, ahorita lo vas a ver... para mí es una enfermedad congénita que tiene, porque tiene el brazo izquierdo y la mano más chiquita que la otra mano... así ella nada más usa la mano derecha para comer y cojea.

T: Si.

R: Pero es tremenda, su temperamento es muy activo, pero no de una manera positiva, sino actúa negativamente en muchas cosas, pero este, ya nos acostumbró a su lenguaje, porque sólo el compañero más activo, él es, digamos que tiene, debe tener quince años acá fíjate...

T: Si.

R: Y el otro está repitiendo asilo porque ya lo había traído una hermana que respondía por él, y está de regreso porque se murió la hermana y los sobrinos lo están haciendo pedazos, entonces se vino ya para acá, pero no tiene por qué, entonces está volando, quien sabe, son de las cosas que se van a arreglar cuando esto se regularice.

T: ¿Y a ti como te hace sentir esto?

R: Muy mal fíjate, muy mal... ahorita estoy analizando... me sorprendiste con la pregunta, mucho muy buena la pregunta... siempre me gusta mucho bromear con ellos, pensando que las bromas son molestas a veces y adecuándose a la posición física y moral de cada uno de ellos... ese matrimonio que estuvo aquí y se quedó el esposo viudo, es el clásico defeño del D.F. que come chile, le gustan las copas, le gusta el baile, le gustan los tacos, el clásico del D.F., ¿eres del D.F.? Casi, casi ¿no?

Ψ Se hace un reflejo de contenido para aclarar las situaciones que R analizó.

Ψ Se hace un manejo de silencio para que R reflexione sobre sus sentimientos acerca de las experiencias que vive en el hogar.

Ψ Se ríe.

T: Si, R pero no soy así.

R: Por eso en la provincia al chilango no lo quieren y lo hostigan en un baile, en una reunión, son muy... como te dijera yo, no se limitan en abrir la boca con los de fuera, así es que luego, luego se marcan y quieren, creen que ya por ser del D.F. ya ganaron la guerra, son creídos, presumidos... tienen sus defectitos.

T: ¿No crees que estás generalizando? Bueno te pregunto, puede ser que tengas razón, no lo sé.

R: No, pues es que la mayoría son así, no digo que todos, pero la gran mayoría sí. Desgraciadamente mi hijo el mayor tiene todo el perfil del defeño, que es del D.F., nació en el Hospital Central Militar, y ¡hay Jesucristo! Ya está en el segundo matrimonio, pero el si ha vivido toda su vida en el D.F. y aquí. Entonces prácticamente me vivo toreándolo, echándole capotazos de repente, de repente estoy muy serio, de repente estoy muy bromista, porque tuvo ocho hijos.

T: Si.

R: Y de los ocho hijos, para mí nada más es uno, el que lo viene a ver... deja ver de los ocho hijos cuántos son mujeres... siempre me presume que su nieto ya se fue a Francia, que se fue a Venecia, que sus nietos algunos... y si lo creo porque una hija estudio música, y está casado con un vival, este que le gustan los hoteles y tiene un hotelito, viven en Jalapa y tienen un hotelito, ya sus hijos terminaron las carreras de música.

T: Si.

R: Y creo que tienen música, danza, y no se que otra cosa... por cierto Ernesto el de aquí dice que él es nuestro ejemplo...

T: ¿Y tú que piensas de eso?

R: Pienso que está en cero para decirte un ejemplo, esta en cero, porque es mentirocillo, según él nunca deja, aunque mienta y se lo esté llevando el diablo, nunca deja decir en una semana, cuando menos vino uno de los ocho hijos a visitarlo.

T: Si.

R: Claro que de los ocho hijos e hijas, yo nada más conozco una hija, no conozco a nadie de su familia porque no me gusta acercarme cuando están... para mí una visita aquí es sagrada porque es un sacrificio que hacen para venir ahorita, y más ahorita como están, y se me hace que es muy privado lo que platican, nada más lo que él quiere decir de su hija por ejemplo, querían vender, tienen un hotelito de, ni se cuantos cuartos tiene, pero es un hotelito

pequeño... ¿no hay hotelitos grandes verdad?

T: sí.

R: Un hotelito de pocos cuartos, es lo que quise decir...

T: Si R.

R: Pero se me hace de muy bajo nivel, lo tiene en Tecolutla, y lo han querido vender como dos o tres veces, pero no se los compran porque... ¿conoces Tecolutla?

T: No R, no conozco.

R: Para ir a Tecolutla te tienes que ir por la carretera a Veracruz y ahí hay una desviación para ir a Tecolutla, y otro que es directo que se tiene que ir por Poza Rica, ¿cómo se llama las ruinas en donde están la vainilla? Por cierto que hubo un escándalo... hay unas ruinas arqueológicas muy famosas. Yo he ido, el lugar de la vainilla es Papántla, y el lugar de las ruinas es... todos los días a las doce del día, de ahí son los que se tiran de, los voladores de Papántla están de esas ruinas como a una hora, a unos setenta u ochenta kilómetros de Papántla, de donde es, donde viven todos, andan por toda la República, incluso yo he visto un palo para tirarse ahí en Remedios ¿no sé si lo has visto?

T: No lo he visto.

R: Está ahí donde está el arcángel, pero este volantín es metálico, no se vale, que se puede aguantar... no es lo mismo tirarse de un rollizo que de un metálico y ante tanta gente eh, si se ría fatal un accidente. Pero sabes que Poza Rica es uno de los centros petroleros más fuerte de la República.

T: Si, así es.

R: ¿Por qué vino a la plática esto?

T: Comenzaste a platicarte de tu hijo y su familia.

R: Aja, el señor esta casada, tienen hijos recibidos, ya tienen bastante tiempo de estar casados y siempre viven en problemas de pugna, uno que quiere vender el hotel que es él, y otro que quiere que no se venda ¿no?, por la costumbre, por lo que tú quieras... por cierto que hay otro punto muy importante en este turismo, ya que te estoy llevando ahorita un ratito...

T: Oye R, perdón que te interrumpa, algo que se me haría importante que me dijeras es ¿cómo te sentiste al contarme tus experiencias?

R: Pues contigo a gusto, porque puedo platicarte lo que yo pienso, que a ninguno le platicaría como a ti.

T: Por esa parte entonces te sentiste a gusto ¿no es así?

R: Lo que pasa es que me da coraje olvidar nombres, se oye música por allá.

Ψ Se ríe.

Ψ En ese momento se comienza a escuchar

T: Si, ya pusieron música.

R: Es Arturo, es muy amante de la música...

T: Entonces me decías...

R: Si, que me sentí bien...ahí tienes un panorama más o menos de cómo se comportan y son muy mañosos los defeños, no son abiertos, nosotros los de pueblo somos un libro abierto, pero los defeños ¡hijo!, son tortuosos, mochos, yo le llamo mochos incompletos, son religiosos pero de acuerdo a su conveniencia de ellos.

T: Fíjate que sí, comprobé que eres un libro abierto ¿verdad?

R: Si.

T: También a mi me gustaría compartir contigo que me sentí muy a gusto de venir acá, siempre que venía, venía con el entusiasmo de venir contigo y compartir estas experiencias, también agradecerte la confianza que me diste, el haber compartido conmigo tus experiencias...

R: Pues si deja, no tengo con quien platicar como lo hago contigo, hay algunas cosas que yo pienso que te han molestado por lo abierto.

T: No, como crees, tal vez no hubo oportunidad de aclararlo en su momento, pero no, para nada ¡eh!

R: Como dicen en mi pueblo "me tienes sorprendido", porque realmente a mi también me gusto estar estos momentos contigo.

T: Si y pues espero que esto te haya ayudado un poco R...

R: Si, pues siento mucho que ya se haya terminado esto y gracias a ti por estar aquí, ahora yo te pregunto la contraria ¿te fue muy novedoso conmigo? Por que soy un tipo diferente a lo civil.

T: Mira, recuerdas que alguna vez te dije que somos únicos e irrepetibles, es tu caso y la verdad fue novedoso en ese sentido, pero me dio mucho gusto estar aquí... bueno R ¿te parece entonces que hagamos un ejercicio de relajación?

R: Si, me parece.

En ese momento se lleva a cabo un ejercicio de relajación para finalizar las sesiones que se habían llevado con R.

música en una de las habitaciones de ese mismo piso.

Ψ Se ríe.

Retroalimentación:

- R manifestó que lo que se llevó de las sesiones fue haber tenido más análisis de sus acciones y manifestó que en general le dejó un rastro positivo.
- Lo que a mi me dejó fue haber logrado que R mostrara cambios a lo largo de las sesiones, ya que en un inicio se mostraba un tanto renuente a hablar abiertamente sobre sus experiencias.

RESULTADOS GLOBALES

Para el caso de A durante las primeras sesiones podemos observar que comenzó a tocar temas como el de su hija, su exesposa, como se sentía en el Hogar Marillac, quienes eran sus mejores amigos, que le agradaba del hogar y que le disgustaba.

Como ya se citó A llegó al Hogar Marillac justo en el momento que se estaba divorciando; para él fue una situación muy fuerte porque él nunca pretendió separarse de su exesposa. Cabe señalar que al principio de las sesiones le costaba mucho tocar el tema de su exmujer, aunque él se negaba a aceptarlo se pudo confirmar esta parte cada vez que A se realizaba muecas con sus labios o bien se quedaba callado. Con el transcurso de las sesiones A se fue abriendo más hacia este tema en particular incluso llegó a comentar que tan importante era la parte sexual con su exesposa; por lo que reconoció que una de las experiencias que más extrañaba con su esposa es la relación sexual. Esto se pudo lograr a través de los reflejos no verbales que se le hicieron; a un principio A mencionaba que no se había dado cuenta que cada vez que tocaba el tema de su exmujer él tendía a realizar ciertos gestos con sus labios y brazos.

Otro de los puntos relevantes durante las sesiones; es la emoción que le hace sentir cada vez que su hija y su nieta lo visitan. Al principio él mencionaba no saber donde sentía dicha emoción, mencionó que nunca había puesto atención a saber donde estaba sintiendo sus emociones. Por lo que a lo largo de las mismas se percató que en el estómago es donde suele sentir dicha emoción. Dado eso en una de las sesiones mencionó que estaba muy feliz con el proceso; ya que le estaba permitiendo conocerse así mismo; sin embargo no deseaba ser dependiente del mismo. Por lo que se trabajó en ello para no crear dicha dependencia; ya para finalizar el proceso él menciona que es un ser independiente y que le gusta ser racional y asimilar las cosas como vienen.

Adicional a ello A pudo ir descubriendo que había personas con las que le agradaba platicar y con las cuales podía tener un apoyo; tal es el caso de Ernesto y R; las cuales desde un principio del proceso como hasta al final; las consideró como unas personas magnificas. A menciona que como tal no hay una dependencia hacia ellos; únicamente son dos apoyos muy significativos en su vida. Esto lo afirmó cuando se realizó el uso de metáforas; en este caso la metáfora que se utilizó fue la siguiente: “Tus amigos son como dos grandes árboles con sus ramas, en los cuales puedes sentir el apoyo uno del otro”

Otro de los puntos más sobresalientes y de los cuales día A tocó con mucha frecuencia durante las sesiones fue el como se sentía dentro del Hogar Marillac y las ambientes que le molestaban. De las experiencias que le molestaban era que a las personas que residen ahí y propiamente a él los trataran como si no entendiera y/o pensarán ; es decir, como si no pudieran decidir por sí mismos. Incluso A empleo una metáfora “Nos tratan como si fuéramos borregos”. Al inicio de las sesiones A inclusive se exaltaba al relatar dichas situaciones; sin embargo, mediante los reflejos de contenido descubrió que con su molestia no conseguía nada positivo; y fue entonces cuando opto por reconocer que no podía cambiar a las personas.

Durante las sesiones cuándo se le cuestionaba el cual era la solución, reveló que la única forma era que, expresará lo que sentía sin lastimar u ofender a nadie; únicamente con el fin de hacerles ver a los demás su punto de vista. A expresó que sus comentarios los iba hacer con el fin únicamente de que sus compañeros se dieran cuenta de lo que pasaba a su alrededor.

En el caso de R, se pudieron observar ciertos cambios a lo largo de las sesiones. Uno de ellos fue el haber podido expresar sus sentimientos de forma abierta, ya que en un inicio difícilmente los demostraba, por ejemplo cuando se le cuestionaba a cerca de lo que sentía ante un determinado hecho, él daba una respuesta evasiva, contestando con una respuesta totalmente diferente a la

pregunta que inicialmente se le había planteado; esto fue cambiando gradualmente a lo largo de las sesiones reflejándose constantemente. De esta forma con el paso de las sesiones, R fue expresando lo que sentía, él mismo llegó a mencionar que en las sesiones había platicado cosas que a nadie más le había dicho y situaciones que le avergonzaban, pero que en las sesiones se sentía en confianza para decirlas. Esto no hubiera sido posible si el clima dentro de la sesión no hubiera sido favorable.

Otro de los cambios que se pudo observar fue su actitud; inicialmente R mostraba cierto desinterés en las sesiones, sin embargo conforme fueron avanzando las mismas, el interés de R se hizo más evidente. Esto se pudo observar por ejemplo cuando R compartía sus experiencias abiertamente, ya que inicialmente esto no era de esta manera.

Así mismo, un cambio importante que también se pudo constatar, fue el hecho de que R aceptará que el mismo construía sus conflictos, ya que en un principio él sostenía que todo aquello que le sucedía era causa de otros factores ajenos a él, como las discusiones con su familia, su enfermedad y la situación que vivía dentro de la casa de descanso. Relacionado con lo anterior, R llegó a darse cuenta de que lo importante no era preocuparse por las situaciones que atravesaba, sino como él mismo dijo, ocuparse de ellas, ya que hasta ese momento, R se preocupaba demasiado por su enfermedad, por el cambio de administración dentro del hogar y por su situación familiar. De esta forma R llegó a plantearse diversas soluciones a estas situaciones, lo cual no había hecho con anterioridad.

Por otra parte R llegó a la conclusión de que la mayoría de los problemas que tenía era como él mismo decía, por la tendencia a ser perfeccionista, lo cual provenía del régimen militarizado que llevaba cuando perteneció al ejército. R mencionó que ese mismo régimen lo proyectaba a su vida, ocasionándole de esta

forma diversos conflictos, ya que como él comentaba esto lo hacía mostrarse como una persona rígida; incluso en las sesiones esta situación se pudo constatar debido a que R se mostraba un tanto rígido, es decir, difícilmente aceptaba un punto de vista diferente al de él.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

De acuerdo al proceso llevado a cabo en el Hogar Marillac con A y R, se pudo constatar que es muy enriquecedor escuchar y entender a las personas de la tercera edad, tal como menciona el enfoque humanista: “ponerse en los zapatos del otro” (Phares y Trull, 2003).

Durante el proceso de acompañamiento individual llevado a cabo con las persona de la tercera edad, en este caso con A y con R, se pudo confirmar que la Terapia Humanista, particularmente el Enfoque Centrado en la Persona es como menciona Vásquez (2002), un encuentro entre dos Hombres, el terapeuta y el cliente, como el lo llamaba; señalaba que lo más importante dentro de este proceso son las disposiciones profundas con las que cuenta el terapeuta y son reflejadas hacia el paciente, además de su mayor o menor disponibilidad hacia sus propias emociones y las del cliente.

En este sentido podemos resaltar que en el Enfoque Humanista una de las características principales es la no directividad, es decir, se deja elegir libremente para que el cliente encuentre una solución a sus experiencias. Por ejemplo, cuando R llega por sí mismo a la conclusión de que lo que él debe de hacer es ocuparse y no preocuparse, o bien en el caso de A cuando él descubre que la mejor forma de no molestarse por las situaciones o experiencias que tiene dentro del hogar es expresarlas sin lastimar a los demás, sólo dejándolo como un punto de vista. Por lo que Castanedo, Brenes y Jensen (1993) mencionan al respecto que la no directividad es una actitud hacia el cliente, en la que el terapeuta se rehúsa a orientar al cliente en una dirección determinada, y a considerar que el cliente deba pensar, sentir o actuar de una manera determinada.

Llevando a cabo este proceso con R y A, se pudo observar que tienden a hablar de su vida pasada, de sus sentimientos hacia su familia, su trabajo, sus amistades, con el apoyo de la Psicología Humanista se pudo lograr que A Y R sintieran su presente y se centraran en el aquí y el ahora. Tal como menciona Martínez (2004), que el hombre vive subjetivamente es decir conciente o inconscientemente los sentimientos, las emociones y percepciones de toda persona están llenos de elementos y matices que los hacen muy personales, esto es, que percibimos al mundo externo de acuerdo a nuestra realidad (realidad de la que el hombre no puede escapar).

Adicional a lo anterior, se puede afirmar que durante el proceso siempre debe existir el aprecio positivo incondicional hacia la persona, prueba de ello es cuando A en una de las sesiones manifiesta que algunas veces les dan algunas bebidas como el refresco caducados lo cual nos impactó, y esto se debe a lo que mencionan Castanedo, Brenes y Jensen (op. cit.) que cuando el terapeuta experimenta una actitud calurosa, positiva y receptiva hacia lo que está en su cliente, además de que facilita el cambio, implica que el terapeuta acepte realmente el sentimiento que inunda en ese momento a su cliente: miedo, dolor, confusión, orgullo, cólera, odio, amor, valor, etcétera. Esto significa que el terapeuta se preocupa por su cliente, pero no de manera posesiva, sino le aprecia en su totalidad de manera no condicionada, es decir, que no se contenta con aceptar al cliente sólo cuando tiene ciertos comportamientos, desaprobándole cuando tiene otros, se trata de un sentimiento positivo que se exterioriza sin reservas y sin juicios.

De tal forma que la Aceptación Positiva Incondicional la englobamos como el respeto por nuestros pacientes como seres humanos, siendo un sentimiento positivo que brota sin reservas ni evaluaciones y que implica no juzgar.

Es importante mencionar que durante este proceso fue fundamental emplear las técnicas humanistas, tal como la concretización, uso de metáforas, conflicto mayéutico, manejo de silencios, reflejo de contenido. Debido a que permitió que

A y R llegaran a una autorrealización. Dado esto, consideramos que el Enfoque Humanista ha proporcionado una alternativa a las formas psicoanalíticas tradicionales de terapia, o bien al conductismo con su esquema Estimulo-Respuesta; y al hacerlo ha ofrecido otra perspectiva de autodeterminación y dirección interna; es decir; que deja que a la persona la libertad de elección.

Por otra parte el tema de hacerse viejo es un proceso que experimenta cada uno, cada vez que cumple años; por lo que la etapa de la vejez puede ser un proceso favorable y desfavorable. Tal como menciona Pérez (2004); la vejez constituye un periodo semejante al de otras etapas vitales; es bien sabido que ésta etapa implica potencialidades diferentes como el resultado del recorrido histórico de cada persona, también posee ciertas limitaciones para la persona que, con el paso del tiempo se van agudizando (especialmente en los últimos años de vida), sin embargo algo que es muy cierto es que tiene potencialidades únicas que tal vez ninguna de las otras etapas tiene: serenidad de juicio, experiencia, madurez vital, una perspectiva de la historia personal, que sí son utilizadas correctamente pueden compensar las limitaciones que pueden existir. Pero al final la vejez es una etapa de la vida por el cual todos debemos pasar tal como la niñez y la infancia.

Por lo que podemos confirmar que mediante el proceso que se llevó a cabo permitió que hubiera cambios significativos tanto en A como en R; sin embargo es importante dar seguimiento a este proceso esto puede ser de la siguiente forma:

- Ψ Mediante un taller que englobe temas como autoestima, autoconocimiento, autoaceptación, autovaloración.
- Ψ Realizar mesas de discusión referentes a lo que la disciplina psicológica Debido a que percibimos que algunas personas no decidieron entrar al proceso por la falta de información que tienen sobre la psicología.

REFERENCIAS

Aguilar, E. (2003). **Aspectos filosóficos de la muerte.** [En red] Disponible en:
<http://www.mundogestalt.com/cgi-bin/index.cgi?action=viewnews&id=150>

Ávila, J. (2006). **El comportamiento en las etapas del desarrollo humano.**
[En red] Disponible en:
<http://www.monografias.com/trabajos16/comportamiento-humano/comportamiento-humano.shtml>

Beaver y Miller (1998). **La práctica clínica del trabajo social con personas mayores.** Barcelona: Paidós.

Bee, H (1995). **El Desarrollo del Niño.** México: Harla.

Beitman, B. y Yue, D. (2004). **Psicoterapia programada de información.** Marcelona: Masson.

Boeree, G. (2003). **Teorías de la Personalidad: Abraham Maslow.** Traducción de Rafael Gautier. [En red] Disponible en:
<http://www.psicologia-online.com/ebooks/personalidad/maslow.htm>

Canales, G. (1999). **Envejecer no es deteriorarse.** Colombia: Panamericana.

Castanedo, C.; Brenes, A. y Jensen, H. (1993). **Seis Enfoques Psicoterapéuticos** México: Manual Moderno

Cayo, G. (2003). **La Sexualidad en la Tercera Edad y su Relación con el Bienestar Subjetivo.** [En red] Disponible en:
http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/vejez/demog020_cayorios.pdf

Cencillo, L. (1998). **Abordaje Terapéutico de Ancianos**. Madrid: Fundación.

Compas, B. y Gotlib, I. (2003). **Introducción a la Psicología Clínica: ciencia y práctica**. México: McGraw-Hill Interamericana. Pp. 108-109.

CONAPO (2005, noviembre). **Comunicado de prensa 49/05**. México, D.F. [En red] Disponible en: <http://www.conapo.gob.mx/prensa/2005/492005.pdf>

Corominas, C., Garcia, M., Ortega, M. y Serna, C. (2006). **La sexualidad en la tercera edad**. [En red] Disponible en: <http://www.uclm.es/ab/enfermeria/revista/numero%205/sexualidadterceraedad5.htm>

Cullari, S. (2001). **Fundamentos de Psicología Clínica**. México: Pearson Educación.

Emperador, L. y Cantonero, M. (2005). **Vidas y Obras: Carl S. Rogers**. [En red] Disponible en: <http://www.psicomundo.org/rogers/index.htm>

Fernández, N (2007). En **Sistémica Huamana. Fundamentación Epistemológica**. [En red] Disponible en: <http://www.institutovenezolanodegestalt.com/articulos/Sistemica%20Humana.pdf>

García, G. (2003). **Psicología laboral**. [En red] Disponible En: <http://unamosapuntes3.tripod.com/user/rechuma/psindus.htm>

García, M. (1999). **El adulto(a) mayor en el Distrito Federal: por una sociedad integral en el siglo XXI**. México, SEDESOL.

Garfield, S. (1979). **Psicología Clínica: el estudio de la personalidad y la conducta**. México: El Manual Moderno.

Giro, J. (2005). **Envejecimiento, Salud y Dependencia**. España: Universidad de la Rioja.

Gómez del Campo, J. (1999). **Psicología de la Comunidad**. México: Plaza y Valdés.

Gross, R. (1992). **Psicología la Ciencia de la Mente y la Conducta**. México: Manual Moderno.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2003). **Metodología de la investigación**. México: McGraw-Hill.

Herrera, A. (2003). "Sexualidad en la vejez, mito o realidad". **Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología**. v.68 n.2 [En red] Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071775262003000200011&script=sci_arttext

Kalish, R. (1996). **La vejez: perspectivas sobre el desarrollo humano**. Madrid: Pirámide.

Kastenbaum, R. (1980). **Vejez: años de plenitud**. México: Harper & Row Latinoamericana.

Kendall, P (1988). **Psicología Clínica**. México: Limusa.

Limón, M. y Crespo, J. (2002). **Grupos de Debate para Mayores**. Madrid: Narcea.

Machleidt, W., López-Ibor, J., Bauer, M., Lamprecht, F., Rose H., y Rohd-Dachser, C. (2004). **Psiquiatría, trastornos psicossomáticos y psicoterapia**. Barcelona: Masson. P. 153.

Márquez, L. (2006). **La tercera fuerza: la Psicología Humanista**. [En red]

Disponible en:

http://www.ideasapiens.com/psicologia/cognitiva/tercera%20fuerza_%20psic_%20Humanista.htm

Martínez, M. (2004). **La Psicología Humanista: un Nuevo Enfoque Psicológico**.

México, Trillas. Cap. 4

Martorell, J (1996). **Psicoterapias. Escuelas y Conceptos Básico**. Madrid:

Pirámide.

Medina, M. y Ruiz, M. (2000). **Políticas sociales para las personas mayores**.

España: Universidad de Murcia.

Mishara, B. y Riedel. R (1986). **El proceso del envejecimiento**. España: Morata.

Mondragón, C. (2002). **Concepciones del ser humano**. México: Croma-Paidós.

Moragas, R. (1991). **Gerontología Social**. España: Herder.

Morris, C y Maisto, A (2001). **Introducción a la Psicología**. México: Prentice Hall.

Myers, D (1999). **Psicología**. España: Panamericana.

Nye, R (2002). **Tres Psicologías. Perspectivas de Freud, Skinner y Rogers**.

España: Thomson.

Osorio, P. (2006). **Exclusión generacional: la tercera edad**. Departamento de Antropología, Universidad de Chile. [En red] Disponible en:

<http://www.revistamad.uchile.cl/14/Osorio.pdf>

Phares, J. (1996). **Psicología Clínica: conceptos, métodos y práctica**. México: El Manual Moderno.

Phares, T. y Trull, E. (2003). **Psicología Clínica: conceptos, métodos y aspectos prácticos de la profesión**. México: Thomson.

Pérez, G. (2004). **Calidad de vida en personas mayores**. Madrid: Dykinson

Perinat, A. (2002). **Psicología del Desarrollo. Del nacimiento hasta el Final de la Adolescencia**. Barcelona: UOC.

Plaxats, M. (2001). **Los procesos de duelo ante pérdidas significativas**. [En red] Disponible en:

<http://www.psicologia-online.com/ciopa2001/actividades/05/Anexo3.html>

Quintanar, F. (2007). "Replicación de los Resultados de Baltes Sobre la Muerte de Ancianos Asociada a Eventos Significativos". **Revista Electrónica de Psicología Iztacala**. Vol. 10. No. 7. [En red] Disponible en:

<http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>

Rogers, C. (1986). **El camino del ser**. México: Cairos. p. 59-79.

Ruiz, E. (2004, febrero). El cuidado de las personas mayores: dimensiones de género (64 párrafos). **Revista Latinoamericana de Gerontología**. [En red] Disponible en:

<http://gerontologia.org/portal/information/showInformation.php?idinfo=129>

Sánchez, A. (2005). **La educación centrada en el estudiante**. [En red] Disponible en: <http://iteso.mx/~armandos/apcenest1.doc>

Sartre, J. (2002). **El existencialismo es un humanismo**. México: Losada.

Sassenfeld, A. (2006). **Sobre la antropología filosófica que fundamenta la psicoterapia de orientación Humanista-existencial.** [En red] Disponible en: http://www.csociales.uchile.cl/psicologia/caps/docs/Sobre_la_antropolog_a_filos_fi ca_que_fundamenta_la_psicoterapia_de_orientaci_n_Humanista_existencial.pdf

Seco, M. (1986). **Diccionario de Dudas y Dificultades de la Lengua Española.** México: Espasa

Vásquez, C. (2006). **Psicoterapia Gestalt: conceptos, principios y técnicas.** [En red] Disponible en: <http://www.mundogestalt.com/cgi-bin/index.cgi?action=viewnews&id=191>

Vásquez, C. (2002). **Una aproximación a la psicoterapia de Carl Rogers.** [En red] Disponible en: <http://www.psicologia-online.com/colaboradores/cvasquez/rogers.htm>

Warren, H (2005). **Diccionario de Psicología.** México: Fondo de Cultura Económica.

Whittaker, J. (1984). **Psicología.** México: Interamericana.

Wortman, S. (2004). **Aspectos psicológicos del envejecimiento.** [En red] Disponible en: <http://gerontologia.org/portal/information/showInformation.php?idinfo=162>

ANEXOS



