



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

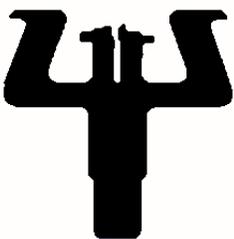
FACULTAD DE PSICOLOGIA
ÁREA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

DESLIZAMIENTO DEL SISTEMA DE SIGNIFICADOS
EN UN CASO DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A

BEATRIZ EVANGELINA PÉREZ ARRIAGA

DIRECTOR: DR. GILBERTO RAMIRO LIMÓN ARCE
REVISORA: MTRA. LUZ MARÍA ROCHA JIMÉNEZ
ASESORA METODOLÓGICA: DRA. CARMEN MERINO



MÉXICO, D.F. ENERO DE 2009



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

*A mi familia,
Con amor y profundo agradecimiento.*

*A Natanael,
Compañero de mi soledad y sentido de mi existencia.*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	4
1. Presupuestos Filosóficos	4
1.1 Filosofía de la Postmodernidad	4
1.2 Construccinismo Social	20
2. Hacia una Psicología Postmoderna	27
2.1 El giro Postmoderno en Psicología	27
2.2 La incursión de la Postmodernidad en Psicoterapia	36
3. Terapias Narrativas o Postmodernas	50
3.1 Una Nueva Perspectiva en Terapia Familiar	50
3.2 Algunas Propuestas y Formas de Trabajar Narrativas ó Postmodernos	58
3.2.1 Harlene Anderson y Harold Goolishian	58
3.2.2 Tom Andersen	66
3.2.3 Michael White y David Epston	71
3.2.4 William O’Hanlon y Michele Weiner-Davis	80
3.2.5 La Terapia como diálogo hermenéutico y Construccinista	87
4. El Problema de la Violencia Intrafamiliar	94
4.1 Violencia, Género y Sociedad	94
4.2 Abordajes Postmodernos al Problema de la Violencia Intrafamiliar	102
CAPÍTULO II METODOLOGÍA	115
Consideraciones Previas	115
Objetivos	120
Dimensiones de análisis	120
Presentación de caso	122
Consideraciones a tomar del análisis realizado	123
Estrategia o Procedimiento	125
CAPÍTULO III RESULTADOS	126
CAPÍTULO IV CONCLUSIONES	167
CAPÍTULO V REFERENCIAS	180
ANEXO	188

INTRODUCCIÓN

A) Planteamiento del problema:

Durante la década de los ochenta, se vino una oleada de cambios en el ámbito de la psicoterapia. La emergencia del construccionismo social, en psicología social, y la filosofía hermenéutica comenzaron a filtrarse en este campo, promoviendo lo que se ha denominado el "giro interpretativo en psicoterapia". Este giro incita el abandono de la teoría cibernética como marco referencial en la práctica terapéutica, para montarse en nuevos sistemas de creencias que fomentan el respeto, la flexibilidad y la pluralidad ante las distintas maneras de vivir de las personas. Se trata de nuevas tendencias que han favorecido la consolidación de modelos terapéuticos que, si bien poseen elementos en común, han adquirido características distintivas que los diferencian entre sí. De acuerdo con Limón (2005) estas nuevas tendencias se han identificado, en conjunto, como terapias Narrativas o Postmodernas.

Dentro de los modelos terapéuticos que engloban estas terapias se podrían mencionar la terapia colaborativa, propuesta por Harlene Anderson y Harold Goolishian; el enfoque narrativo, propuesto por Michael White y David Epston; la terapia centrada en soluciones, propuesta por William O'Hanlon y Michel Weiner-Davis; y, por último, la propuesta de Gilberto Limón, la terapia como diálogo hermenéutico y construccionista.

Este último modelo, es un enfoque en el que se invita al terapeuta no sólo a trascender las narrativas pertenecientes a las formas tradicionales de hacer terapia, sino también las narrativas disfuncionales con que llegan las personas a terapia. Se trata de una perspectiva que invita a la co-construcción de realidades que eviten el sufrimiento y proporcione alternativas de vida que le resultan más adaptativas y satisfactorias. Todo ello sin olvidar el contexto al que se encuentra inscrita la persona que busca ayuda en la terapia.

Limón (1997) se refiere a esta propuesta terapéutica como un procedimiento que permite a los consultantes y a los terapeutas hablar acerca del sistema de significados, tanto explícitos como implícitos, en el discurso de la persona. Ello permite un análisis de la configuración de la problemática y de su congruencia con las expectativas, deseos y necesidades del consultante. Es a través de dicha propuesta que se puede hablar acerca de opciones múltiples y tendencias que se podrían llevar a cabo en la vida de quien va a terapia.

Tal como lo menciona Limón (inédito), una de las consecuencias de tomar en consideración el término "sistema de significados" dentro de esta perspectiva, es su posibilidad de *deslizamiento o dérapage*; un concepto derridiano que hace alusión a la deconstrucción. Este autor resume que el *sistema de significados* es el complejo en donde se nutren las creencias, valores, preferencias, verdades y desconciertos de las personas y que son susceptibles de ser asentados, alterados o desvanecidos en una suerte de *deslizamiento* a través de las relaciones con otros y, en terapia, por medio de la conversación. Esta perspectiva considera también "el cultivo de sí mismo" foucaultiano dentro de su marco de inteligibilidad.

La *terapia entendida como diálogo hermenéutico y constructorista* es un enfoque novedoso, y resulta una propuesta interesante para su aplicación en problemáticas recurrentes en terapia familiar, como por ejemplo la violencia intrafamiliar.

B) Objetivos Generales y Particulares:

Los objetivos que la presente investigación pretende cubrir son:

- Explicar el proceso mediante el cual la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* promueve la emergencia de nuevas y más satisfactorias narrativas, reflejadas en el surgimiento de un nuevo *sistema de significados* en la vida del (de la) consultante.
- Proponer la forma de trabajar de la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* en tanto una alternativa adicional a las propuestas existentes que engloban las terapias Narrativas o Postmodernas.
- Presentar dicha propuesta como una manera eficaz de abordar, en psicoterapia, el problema de la violencia intrafamiliar.

MARCO TEÓRICO

1. PRESUPUESTOS FILOSÓFICOS

1.1. La filosofía de la Postmodernidad

“La Postmodernidad rompió en mil pedazos la caja de cristal Moderna y la recompuso más tarde pegando los trocitos con un pegamento que llevaba polvo adherido e imágenes colgando”

Mozas, J. (2007, julio, 7). El polvo sobre el cristal. *El país*, pp. 21.

Para comprender la labor terapéutica concerniente a las terapias Narrativas ó Postmodernas, es importante revisar los diversos elementos que confluyen en su configuración y desarrollo. Dichos elementos, además de otorgarle sustento a estas nuevas tendencias que se vienen dando en el campo de la Psicoterapia, se encuentran inscritas a ciertas prácticas sociales y formas de pensar asociadas a una nueva conciencia colectiva identificada como Postmodernidad (Trujano y Limón, en prensa).

De inicio, cabe señalar que establecer con precisión una definición del término Postmodernidad resultaría una tarea por demás inútil, ya que como lo menciona Bell (2007), se trata de un concepto que carece de un referente identificable. Esto es, se trata de un concepto que ha sido interpretado de maneras diferentes y que ha sido utilizado para describir distintos tipos de fenómenos intelectuales, sociales y artísticos, que sería un acto fallido buscar una definición única y esencial aplicable para cualquier contexto (Cahoone, 1996).

A pesar de ello, se han podido identificar algunos elementos conceptuales que convergen hacia la misma dirección: la ruptura con respecto de la tradición filosófica occidental conocida como Modernidad. Tal como lo menciona Vattimo (1990): *“el término postmoderno responde a una conciencia cada vez más extendida de que las cosas ya no funcionan de la misma manera que algún tiempo”*.

Algunos teóricos de la Postmodernidad (Bell, 2007; Lyotard, 1984; Urdanibia, 1990; Vattimo, 1990) han encontrado que la característica principal de esta ruptura es la crítica, el cuestionamiento y la incredulidad de los cimientos de todo conocimiento, pero sobretodo, de aquellos metarrelatos pertenecientes a la Modernidad. Lo postmoderno, mencionan Lyotard (1984) y Urdanibia (1990), viene a ser “el gran relato del declinar de los grandes relatos”. Sin embargo ¿Cuáles son estos grandes relatos contra los que se rebela la Postmodernidad? ¿Cómo entender la Postmodernidad sin conocer aquello a lo que constantemente hace referencia?

Resulta substancial, entonces, al explorar la filosofía de la Postmodernidad hacer una breve revisión de los metarrelatos que conformaron la Modernidad. Así, en su contraposición y en el juego de contrastes entre estos dos períodos ideológicos, dar cuenta de aquellos cambios en los discursos dominantes que imperaban en la Modernidad. Se trata de transformaciones que favorecieron el surgimiento de nuevas tendencias de aplicación psicoterapéutica, y que han sido identificadas como Terapias Narrativas o Postmodernas (Trujano y Limón, en prensa).

El período de la Modernidad remonta sus raíces al siglo XVIII con el movimiento ilustrado, dando lugar a un momento histórico en el que el progreso y la emancipación del hombre eran su principal postulado (Fraile, 1991). En esta época, florece una civilización que aspira a un conocimiento sustentado en un saber científico que, a decir de Gergen (1991), dependía de las facultades de observación sistemática y del razonamiento riguroso. Este conocimiento tenía como finalidad la obtención de certezas absolutas de las cosas “tal cual son” y el acercarse a un mundo objetivo; así, el hombre se convertiría en experto, maestro y poseedor de la naturaleza (Fraile, 1991).

La ciencia comenzó a considerarse como fuente de verdad, asumida en forma acrítica como único modelo de conocimiento (Ferraris, 2002); las proposiciones y

axiomas obtenidas del método científico no eran puestas en duda, simplemente revelaban la verdad o falsedad acerca de las cosas. Putman y Stengers (citados en Ibáñez, 1993) hacen mención de aquellos principios fundamentales de los que se valía la ciencia en su demostración de superioridad a cualquier contingencia:

1. El principio de Independencia.- Esto es, la verdad científica es independiente de cualquier cosa que los seres humanos puedan hacer o decir, excepto “encontrarla”.
2. El principio de correspondencia.- La verdad es cuestión de estricta correspondencia con la realidad.
3. El principio de bivalencia.- Cada enunciado científico es necesariamente verdadero o falso.
4. El principio de singularidad.- Solamente hay una completa y verdadera descripción de la realidad.

En su meta por encontrar aquellos fundamentos que demostraban la autonomía y legitimidad de la ciencia, algunos ideólogos modernos se preocupaban por hallar los cánones de pensamiento que dieran a la razón humana una “ascética metodológica”, tal como la llama Sanguineti (1988). Esto les permitiría a los científicos el autocontrol y la autolimitación para una inferencia sistemática, que, a su vez, poseyera el valor de la objetividad.

En otras palabras, la objetividad le otorgaría a la ciencia un nivel que se encontraba por encima de cualquier decisión humana; así como también intentaba alejarse, por medio de ésta, de las relaciones políticas y del ejercicio de poder. De esta manera, aunque la construcción del conocimiento científico requiere de personas, para que los resultados fueran válidos y absolutos tenían que ser independientes en su totalidad, excluyendo de éstos, cualquier característica relacionada con lo humano (Ibáñez, 1993).

Este “metanivel” que ocupaba la ciencia se lograría a través del establecimiento de los fundamentos de un conocimiento objetivo y la condensación de éstos en un método científico. Con ello, lo que se buscaba era encontrar verdades

que fueran certeras, universales, inmutables y exactas, características que permitirían aplicar esas verdades sobre todo tiempo y lugar (Sanguineti, 1988). A partir de este momento todo lo que no fuera sometido a prueba para su verificación por medio de la observación sistemática, era susceptible de ser rechazado (Fraile, 1991), convirtiendo al método empírico en la base para la construcción del conocimiento científico. Se advierte el papel substancial y determinante de la ciencia en la civilización moderna.

Siendo punto de referencia para establecer sistemas económicos y organizaciones sociales, se implementó incluso como principio constitutivo de la humanidad, buscando que ésta saliera de un estado primitivo de esclavitud, de ignorancia y de oscuridad acerca de lo que es y lo que ella misma puede llevar a cabo (Sanguineti, 1988). Se pretendía que la razón y la ciencia dieran a las personas la capacidad de decidir sobre sus propias vidas, dándoles libertad y autonomía que los rescatara del autoritarismo, la arbitrariedad y del ejercicio de de otras personas sobre sus vidas.

De esta forma, a partir de la Ilustración comenzaron a multiplicarse las academias y los centros de educación con la finalidad de difundir la cultura y combatir la ignorancia del pueblo (Fraile, 1991). Temas como ética, teología y metafísica pasaron a segundo término dentro de los planes de estudio debido a que carecían de hechos observables; en cambio, materias relacionadas con la matemática y la física formaron parte de la tendencia dominante en las escuelas (Gergen, 1991a). La física suplanta a la metafísica.

El lenguaje en que debía ser expresado el conocimiento tanto de las ciencias naturales como sociales era predominantemente fisicalista, esto es, los enunciados de las ciencias debían estar sustentados en procesos físicos, hechos observables, tomando como base a la Física. Además, dicha tendencia motivaría a los hombres de ciencia a encontrar ese lenguaje común que asegurara que todas las materias, incluyendo a la psicología, adoptaran un método empírico riguroso. A esto se le ha llamado "proyecto unificado de ciencia" (Ayer, 1959).

Para los modernos, señala Cahoon (1996), este tipo de metanarrativas traerían al hombre la más alta recompensa: la libertad individual y mejora social a través del trabajo auto-controlado y virtuoso, creando una mejor vida material, política

e intelectual para todos. Dicha promesa se ha basado gran parte en la reconstrucción de una epistemología cuyos fundamentos se hayan en las teorías empiristas y racionalistas que surgió durante la ilustración, y ganó definición y perfeccionamiento con el positivismo lógico (Gergen, 1989). Siguiendo a Lyotard (1984) y partiendo de lo anteriormente expuesto, se puede decir entonces, que las sociedades modernas son aquellas que anclan los discursos de verdad y de justicia en los grandes relatos históricos y científicos.

De acuerdo con Ibáñez (1993) el más grande triunfo de los intelectuales pertenecientes al movimiento ilustrado, fue haber establecido un puente de unión entre la ciencia y los valores sociales. Desde este período, lo individual se subordinaba a las reglas racionales colectivas (Lipovetsky, 1983), producto del pensamiento lógico y la obtención de pruebas, y que lograron extenderse al campo de las decisiones cotidianas (un ejemplo de ello es el concepto de normalidad). La ciencia, junto con sus invenciones mecánicas y técnicas, dejó de ser algo complementario para modificar nuestra forma de vivir, de ser y de pensar (López Gil, 1993). De esta manera, el discurso moderno llegó a permearse en distintas esferas del quehacer humano: en la economía, en la filosofía, en la psicología, en la educación, en el arte, etc.

Ejemplos de esta filtración de ideas modernas los explica Nouss (1989), quien toma a teóricos como Kant, Hegel, Darwin y Freud para mostrar, a través de sus teorías, algunos de los argumentos modernos tales como progreso, evolución, el tratamiento de la razón y el apegamiento a métodos rigurosos en los que se resalta la capacidad observación.

Cahoone (1996) menciona que en la antropología el hombre es visto como un ser autónomo e individual; es decir, se eliminan, para su estudio, los determinantes culturales; se intenta descubrir el camino a la autenticidad del humano, mediante la búsqueda de la realidad interna detrás de sus actos. Según esta visión, el lenguaje era el vehículo por el cual se comunican los contenidos de la mente (Gergen, 1989); lo que implica que cuando alguien habla, sus palabras son expresiones externas de su realidad interna, entendiendo por ésta sus pensamientos, emociones,

percepciones, etc. Se suponía, en consecuencia, que hay una diferencia entre el mundo real u objetivo y el mental.

Sobre esta misma línea, la modernidad fue un momento histórico en el que se aplica un modelo hermenéutico del interior y el exterior al que Jameson (1991) llama “modelo de profundidad”. Existen, a decir del autor, cuatro modelos afines con éste: el modelo freudiano de lo latente y lo manifiesto, el modelo dialéctico de esencia y apariencia, el modelo existencial de autenticidad y falta de ella, y, por último, el modelo de la semiótica en donde se opone significante y significado.

En hermenéutica también se buscaba establecer los criterios que permitieran una interpretación válida de los textos (Gergen, 1989), o como lo menciona Anderson (1999), se buscaba obtener el significado verdadero; para los hermeneutas pertenecientes a la modernidad, según argumenta Gergen (1989), al analizar un texto se podía llegar al significado subyacente de un escrito.

En lo que a arte se refiere, según Baudelaire (citado en Urdanibia, 1990) en la Modernidad, todo lo que era una propuesta cultural audaz, de búsqueda de lo insólito se había convertido en una norma social. Esta época venía siendo también una práctica social conformada por una retórica encaminada hacia la ruptura, la búsqueda continua de la innovación estética de creatividad, de lo inédito y de novedad (Lipovetsky, 1983). Gergen (1991) identifica en las artes el argumento moderno del progreso y de búsqueda de la esencia. Encuentra que la búsqueda de principios fundamentales estéticos se hayan tanto en la danza, refiriéndose a los movimientos del cuerpo; en la música, con los sonidos; así como también en la pintura, con los colores. Además, encontró que para llegar a esta esencia, los artistas utilizaban métodos rigurosos de experimentación.

Asimismo, la manera de pensar propia de la Modernidad comprendía una serie de ideas y convicciones que giraban en torno a principios, algunos de los cuales se mencionan a continuación (Roa, 1995; Mires, 1996, citado en Ledezma, 2005):

- a) El énfasis en el uso de la razón como único medio para conocer la verdad, dejando ver la incredulidad y el escepticismo con respecto a todo conocimiento venido de la fe o de la intuición no comprobada.
- b) La pretensión de que los conocimientos venidos de la razón se traduzcan en fórmulas de tipo físico-matemático, que cualquiera pueda comprender fácilmente y que por eso mismo marquen el máximo de objetividad.
- c) El concepto de lo “real” para los modernos es matematizable y comprobable experimentalmente de acuerdo al seguimiento de métodos rigurosos; por lo tanto, lo real debe ser accesible a las matemáticas y a las ciencias experimentales. En materia de arte y poesía, lo real viene a ser el producto de lo imaginario puesto a la vista de todo mundo.
- d) El creer que de la infelicidad humana deviene el empañamiento de la razón por las supersticiones, lo que imposibilita el gozo de la libertad y de la autonomía del propio destino.
- e) El creer que a toda causa corresponde necesariamente un efecto. Esto es, no hay efecto sin causa ni causa sin efecto, dando como resultado un enfoque lineal acerca de los hechos.
- f) La asunción de que todo objeto cognoscible posee un conjunto de propiedades características que se encuentran “dadas” y que conforman su naturaleza. La naturaleza de las cosas se refiere a sus propiedades y su funcionamiento.
- g) El creer que todo posee una esencia que determina su naturaleza, que se debe descubrir más allá de las apariencias.
- h) La lógica de lo recíprocamente excluyente que engloba un pensar dicotómico, es decir, todo es por ejemplo, verdadero ó falso, todo ó nada. Así, al afirmar un hecho, se niega otro que le es antagónico.

Algunos autores han hecho mención que esta visión moderna científicista acerca del mundo y del ser humano tuvo algunas consecuencias a nivel social, cultural e intelectual (Bell, 2007; Fullat, 2002; Gergen, 1991a; Lyon, 1996). Dichas consecuencias pudieran asociarse a la conducción extremista de los supuestos que conformaron esta época.

Desde la ilustración hasta nuestros días, por ejemplo, la prioridad que se dio a la ciencia por encima de cualquier fuente de conocimiento provocó que los avances científicos tuvieran un incremento casi inconmensurable. Uno de sus resultados más evidentes fue el desarrollo de la tecnología y los medios de comunicación que comenzaron a tener influencia sobre el transcurrir cotidiano de las personas. Surgen nuevas formas de relacionarse no solamente con los otros sino con el mundo en general. (Gergen, 1991a)

Y no se puede pasar por alto la destrucción sistemática de poblaciones civiles que se llevó a cabo, dentro de este camino hacia el extremo, en nombre de la verdad única y que, legitimada e impulsada por la ciencia, hace que se torne inconcebible el ideal moderno de progreso y emancipación del hombre (Fullat, 2002; Vattimo, 1990). El compromiso de la filosofía positivista de la ciencia, se prestaba a males tales como la erosión de la comunidad, el deterioro de valores morales, establecimiento de relaciones de dominio, renuncia al placer, utilización de la naturaleza, entre otras cosas (Gergen, 1996). En pocas palabras, como dice Urdanibia (1990) retomando a Vattimo: “se presenta una verdadera y propia disolución de la modernidad mediante la radicalización de las mismas tendencias que la constituyen”.

Se da inicio a una serie de transformaciones en las “reglas del juego” en la ciencia, la literatura y las artes (Lyotard, 1984) que, con la filosofía de Nietzsche y de Heidegger (citados en Urdanibia, 1990), marcan el advenimiento de nuevas tendencias que se fueron filtrando hasta llegar a las diferentes actividades humanas.

De estas transformaciones y tendencias se deriva una nueva pauta de conciencia que se ha identificado como Postmodernidad. Es importante señalar que se ha hecho mención de éste período de distintas maneras, Habermas le ha referido como “proyecto inconcluso de la Modernidad”, Giddens como “Moderno tardío” ó

Vattimo como “Condición tardomoderna” (Limón, 2005). A pesar de ello, existen denominadores comunes entre ellos que advierten que se trata de una nueva situación en la que se están dando, de manera simultánea, demasiados cambios sociales que influyen en la manera de actuar y de pensar del hombre, como para que se le considere una continuación de la Modernidad (Lyon, 1996).

Estas transfiguraciones, novedosas con respecto de lo que se estaba dando en la Modernidad, suponen una nueva forma de concebir al hombre y al mundo abriendo camino a una serie de cambios tales como: crisis de ideas y creencias, descubrimiento de nuevos hechos, tendencias escépticas y actitud crítica. Estos elementos, de acuerdo a Limón (1997), mantienen un parecido tal con la época del Renacimiento, que podría realizarse una analogía entre dicha época y la Postmodernidad.

Uno de los componentes que favorecieron el surgimiento de la cultura postmoderna ha sido la presencia cada vez más omnímoda de los medios de comunicación, a través de los cuales se incrementan las posibilidades de información acerca de la realidad en sus más variados aspectos. Así, la cultura Occidental atraviesa por una transformación en la naturaleza del saber (Lyotard, 1984), un saber en el que los medios de comunicación tomarían un papel fundamental; dando por resultado una sociedad más consciente de sí, en la que la idea de una sola realidad es cada vez menos concebible (Vattimo, 2001).

Al respecto de esto, Gergen (1991) explica la manera en cómo es que los medios de comunicación han invadido lo cotidiano y han conllevado a una “saturación social” de tal forma que aumentan la cantidad y la variedad de relaciones humanas que se entablan en todos los rubros de la vida de las personas. Por derivación, se adquieren una multiplicidad de posibilidades en que el ser se puede expresar, incluyendo aquellas posibilidades incongruentes y distintas entre sí.

De esta manera, los individuos se vuelven cada vez más conscientes de sí y a medida que avanza la saturación social, acaban por convertirse en “pastiches” o imitaciones de los demás. El individuo termina por contener multitudes y en consecuencia se amplía la gama de lo que es considerado como bueno. Resultado de ello ha sido el aumento de las perspectivas acerca de la naturaleza de las cosas:

la retórica exclusivista de la verdad objetiva y universal, imperante en la era Moderna, se vuelve insostenible.

A partir del surgimiento de perspectivas múltiples acerca de la naturaleza, se da comienzo a un nuevo tipo de sociedad en la que las categorías tradicionales (ó modernas) se vuelven difusas y sus límites poco diferenciados. Surge el cuestionamiento a todo aquello que la Modernidad privilegiaba, la razón y junto con ella, la ciencia empirista. Siguiendo a Fullat (2002), “la cultura ha quedado rota en un número incontable de pedazos culturales, todos ellos equiparables por muy contrapuestos que sean”, refiriéndose a los sentidos múltiples de la realidad.

La verdad, tal como se conocía en la Modernidad, se convierte en una víctima de la Postmodernidad y comienza a atravesar dificultades, ya que ésta se vuelve cuestión de perspectivas. Conviene citar a Feyerabend (1982, pp. 3) cuando dice:

“La razón ya no es un agente que dirige a las otras tradiciones, sino que es una tradición por derecho propio, con tanto derecho a ocupar el centro de la escena como cualquier otra tradición. Ser una tradición no es bueno ni malo, sencillamente es. Lo mismo aplica a todas las tradiciones: no son buenas ni malas, sencillamente son. Se vuelven buenas o malas (racionales/irracionales; pías/impías; avanzadas/primitivas; humanitarias/cruelles; etc.) sólo cuando se las considera desde el punto de vista de alguna otra tradición”.

Así, la Postmodernidad se ha implantado en la cultura disolviendo aquello que tenga que ver con lo absoluto y con el sentido único. Todo se convierte en relativo, con sentidos múltiples, de tal manera que la verdad termina siendo el resultado de interpretación de interpretaciones (Fullat, 2002).

Se vuelven preeminentes el eclecticismo, la heterogeneidad y el pluralismo de perspectivas (Lipovetsky, 1983), de ahí que algunos autores como Weber (citado en Fullat, 2002) mencionen a esta época como el “desencanto de la razón”, y algunos

otros la caractericen como una época en donde las personas se han vuelto sensibles a la diferencia, todas las perspectivas se vuelven válidas.

En lo que a arte se refiere, en la postmodernidad se rompe con toda búsqueda vanguardista, de lo innovador y la ruptura constante; en cambio, se trata de buscar la inclusión de estilos, aún aquellos estilos modernos, bien lo resume Lipovetsky (1983, pp. 122): *“el postmodernismo se rebela contra la unidimensionalidad del arte moderno y reclama obras fantasiosas, despreocupadas, híbridas [...] El postmodernismo no tiene por objeto ni la destrucción de las formas modernas ni el resurgimiento del pasado, sino la **coexistencia pacífica de estilos**”*

Se ha hecho mención que el término postmoderno carece de referentes que se puedan identificar claramente, no obstante, algunos autores han intentado resumir ciertas características, dentro de ellas las más comunes, de aquellos movimientos intelectuales que han conformado la Postmodernidad. Dentro de esos autores se podría nombrar a López Gil (1993), quien señala algunas de las tendencias actuales, dentro de las cuales se mencionan: a) la reivindicación de lo plural y lo particular, se subraya la importancia del contextualismo, el mundo aparece en plural; b) Los intelectuales presentan un pensamiento desencantado frente a la razón, es decir, existe una constante crítica hacia ella. No se cree en una razón que fundamenta y proporciona cimientos incólumes a la visión de realidad, ni se cree en los grandes relatos que auspician coerción, uniformidad y totalitarismo; c) los posmodernos, en cambio, ven nuevas posibilidades que abarcan entre otras cosas una nueva concepción de la razón, y una visión de inmensa riqueza y heterogeneidad de la vida, irreductible a ningún universalismo.

Para ejemplificar estas características, se explicarán los elementos teóricos de algunos autores que, para objetivo del presente trabajo, resulten más relevantes y que han sido representativos de la nueva era ideológica que se ha expuesto en este apartado.

Bell (2007) menciona a algunos de los intelectuales que han criticado a las instituciones modernas. Dentro de ellos se encuentran Foucault y Derrida. Foucault (citado en Lyon, 1996) se encargó de estudiar los discursos modernos de las prácticas penales y de sexualidad, llegando a la conclusión que la voluntad de poder

está ligada a cualquier definición de verdad. Uno de sus principales métodos fue el análisis histórico a lo largo de diferentes épocas en la historia de las ideas en Occidente (desde el Renacimiento hasta llegar a la edad moderna). Reparó en que la verdad es un elemento constituyente de las prácticas de poder: sus efectos operan sobre el régimen político, económico e institucional; esto es, la verdad forma parte del sistema de poder en una sociedad, produce y mantiene los efectos de poder. De ahí que se afirme que existe una correlación entre saber y poder (Foucault, 1976).

Es importante señalar la distinción entre la correlación hecha por este autor y la que se realizaba en la Modernidad: el poder y la verdad se asociaban en esta época en los afanes que tenían los hombres de ciencia por poseer y apoderarse de la naturaleza; el autor se refiere a un correlato encaminado hacia las prácticas de poder sobre la naturaleza y sobre la sociedad; esta última cuestión se negaba rotundamente en la Modernidad (Ibáñez, 1993)

Foucault (1999a) argumenta que cada sociedad posee su “política general de la verdad” que define los tipos de discursos que privilegia y hace funcionar como verdaderos; los mecanismos y las instancias que permiten distinguir los enunciados verdaderos o falsos, la manera en que se sanciona a unos y otros; las técnicas y procedimientos valorados en orden a la obtención de verdad, el establecimiento de quienes se encargan de decir qué es lo que funciona como verdadero. Ya no se ve a los intelectuales como representantes de lo universal, como maestros de verdad y justicia. De acuerdo a Foucault, en la actualidad los intelectuales tienen por objetivo la producción de verdad para constituir nuevos regímenes políticos, económicos e institucionales.

Este autor trata la manera en que se ha administrado la verdad en una sociedad, esta “economía política” de la verdad, se caracteriza por cinco rasgos: 1) la verdad se centra en la forma del discurso científico y en las instituciones que lo producen; 2) está sometida a una constante incitación económica y política (necesidad de verdad tanto para la producción económica como para el poder político); 3) es objeto, bajo formas diversas, de una inmensa difusión y consumo (circula en aparatos de educación o de información cuya extensión es relativamente amplia en el cuerpo social, pese a ciertas limitaciones estrictas); 4) es producida y

transmitida bajo el control, no exclusivo pero si dominante, de algunos grandes aparatos político o económicos (universidad, ejército, escritura, medios de comunicación) y finalmente, 5) constituye el núcleo de todo un debate político, y de toda una serie de enfrentamientos sociales (luchas ideológicas)

Las prácticas discursivas a las que se refiere Foucault (1970) y que definen un saber, constituyen los modos de lenguaje propios de una época y las maneras en que el sujeto puede tomar posición para hablar de los objetos que trata en su discurso. Nosotros mismos estamos ligados a estas prácticas discursivas, a tal grado que lo que somos se define a partir de lo que ha sido dicho a lo largo de la historia. La estructura de las prácticas discursivas es de carácter oculto ó inconsciente, se refleja en los diferentes ámbitos científicos y componen las reglas de formación de los enunciados que son aceptados como verdaderos en distintas épocas de la historia de las ideas. Lo que representa Foucault a partir de estos conceptos es el desmoronamiento de aquella pretensión moderna de verdad objetiva y alejada del ámbito político. La verdad posee implicaciones históricas, políticas, incluso económicas; lo que se considera como verdadero en una determinada época tiene que ver con las necesidades y el funcionamiento de una sociedad. En la Modernidad conceptos como verdad o locura estaban encaminados a conducir a las personas hacia la eficacia de “producción de productos”, y de esta manera, mantener y reforzar el régimen capitalista (Foucault, 1999b)

Derrida no es una excepción en la pretensión por poner en cuestionamiento algunos de los presupuestos modernos. Su crítica ataca a la pretensión de verdad, de certezas absolutas y del sentido único predominantes en la tradición occidental. Para ello, el autor se vale de la idea que no poseeremos jamás exhaustivamente el contexto que define a un texto (Ferraris, 2002); lo que Derrida trata de argumentar es la desaparición de una comprensión objetiva absoluta. El concepto de *différance* sustenta este argumento y presupone que en un texto cualquiera todo elemento está relacionado con otros elementos y que un elemento cualquiera de un texto depende siempre del vínculo que mantiene con otros elementos del mismo texto, si este elemento existe es porque se diferencia radicalmente de los elementos restantes (Cortés y Martínez, 1999).

Aunado a lo anterior, la teoría de Derrida (citado en Gutting, 2001) sostiene que existen diferencias inevitables entre el escucha y el hablante que mantienen las posibilidades de malinterpretación en la escritura; esas posibilidades que incluyen experiencias pasadas, las expectativas del texto y la ideología, hacen que siempre hayan ambivalencias que permanecerán no resueltas y que sugieren que el total entendimiento de lo que “el autor realmente dijo” resulta un objetivo inalcanzable.

El punto medular de la teoría de Derrida es el desarrollo de la deconstrucción, principal fuente de crítica a la tradición occidental. A través de ella, el autor (citado en Ferraris, 2001) constituye un programa en la que la unidad de sentido debe ser disuelta en el entramado de relaciones de sentido que está en la base de todo hablar. Su objetivo es desmontar, entre otras cosas, el edificio del logocentrismo¹ para que aparezcan sus estructuras y, finalmente, quitarle su supuesta evidencia y seguridad (Fullat, 2002).

Además de los ya mencionados Foucault y Derrida, quienes hacen referencia de la importancia del contexto histórico en el concepto de verdad y de sentido, Gadamer (citado en Maceiras y Treballe, 1990) resalta el concepto de sujeto histórico en la experiencia de verdad; mantiene que la historia no nos pertenece a nosotros, sino nosotros a ella. El pasado forma parte de la historia del sujeto, y queda implícito en la comprensión que el ser humano posee de sí mismo y de sus experiencias. Se refiere a la historicidad de la comprensión que otorgan al sujeto los prejuicios, mismos que conforman la realidad histórica de su ser. Estos prejuicios constituyen las estructuras previas de toda comprensión y funcionan como líneas de orientación que hacen posible y guían la experiencia, así como también garantizan la apertura al mundo (Ferraris, 2002). El lenguaje viene siendo para este autor la articulación de toda comprensión humana, es decir, la comprensión se sitúa no solamente en la

¹ La tradición filosófica, sustenta Derrida, defiende la tesis de que la razón y el pensamiento son tan naturales como las cosas que percibimos cotidianamente. Esta tesis originó el punto de vista metafilosófico «logocéntrico», difundido por toda la cultura de occidente, del que incluso la fenomenología husserliana, así como el psicoanálisis de Freud, siguen siendo manifestaciones. Contra dicha tradición se alza el programa de la deconstrucción. En definitiva, las tesis básicas del logocentrismo son las siguientes: por un lado sustenta (explícita o implícitamente) que la presencia del pensamiento irrumpe necesariamente en la palabra, por otro lado, defiende que el propio pensamiento contiene tanto la presencia del **sentido** como la presencia de la **verdad** (Cortés y Martínez, 1999).

historia sino también en el lenguaje (Wachterhauser en Anderson, 1999). Entonces, la experiencia de interpretación implica un diálogo interlingüístico donde se conjugan los prejuicios y los juicios que se producen como resultado del entendimiento de aquello a lo que el sujeto se enfrenta (texto, experiencia, acontecimiento, situación...). El sujeto lleva consigo una serie de prejuicios que funcionan a manera de pre-entendimientos que guían y limitan lo que se incluye y excluye de la interpretación del mundo. En palabras de Andersen (1995), es a través de los prejuicios que desde el principio el sujeto elige, con una mayor o menor conciencia, lo que vale la pena observar y escuchar. Lo hermenéutico se constituye, en este sentido, como una asignatura de vida: el sujeto se pregunta ¿qué significación y sentido tiene para mí un acontecimiento o situación? A este proceso en el que se unen prejuicios y juicios para la comprensión se le ha llamado círculo hermenéutico (Gadamer citado en Ortiz-Osés, 1986).

La crítica que realiza Gadamer (citado en Maceiras y Trebolle, 1990) va dirigida hacia la pretensión moderna de una interpretación ahistórica del ser humano en las ciencias humanas. Para este autor es imprescindible que la historia que le precede al sujeto sea asumido, para que exista una apertura hacia el mundo que permita la adquisición de experiencias. Gadamer recupera el concepto de prejuicio y cambia el significado que tenía en la modernidad; el prejuicio pasa de ser un obstáculo para el conocimiento objetivo a una guía para la interpretación sobre todo cuando se trata de las ciencias humanas. Esto significa que las ciencias de la naturaleza deban tener un trato distinto a las ciencias humanas, pues éstas últimas son de carácter histórico (Maceiras y Trebolle, 1990).

Tanto Gadamer como Foucault y Derrida forman parte de un grupo de intelectuales que se han encargado de poner en entredicho algunos conceptos fundamentales de la modernidad; tal como se ha visto, la verdad, la pretensión de un conocimiento ahistórico, la búsqueda del sentido único de la realidad, la independencia de la verdad de cualquier característica humana, la objetividad, son concepciones que derriban estos autores.

La pérdida de confianza en el programa empirista es la característica más sobresaliente en materia de ciencia en la posmodernidad; ya que para los científicos

pertenecientes a esta nueva época, el programa resultó insuficiente en algunas de sus propiedades. En este sentido, los intelectuales que se han destacado son P. Feyerabend y T. Kuhn (citados en Gergen, 1989).

La realización de una investigación histórica revela las dificultades de la existencia de un método supuestamente rígido con principios inalterables y absolutamente obligatorios, de acuerdo a Feyerabend (1982). El autor sostiene que a lo largo de la historia se mostró que algunas reglas que se consideraban componentes importantes eran violadas para la obtención de progreso científico. Esto es, los episodios que Feyerabend considera como los más celebres de la ciencia no fueron racionales, no fueron guiados por la razón (como es vista por los lógicos); ya que argumenta que el seguimiento estricto de las reglas no favorece el desarrollo de la ciencia, sino por el contrario, restringe el conocimiento del mundo. La principal propuesta que este intelectual realiza es el llamado anarquismo epistemológico (Feyerabend, 1974), postura en la que defiende aquellos pasos anárquicos en la metodología de la ciencia a favor del progreso científico; al mismo tiempo, desde esta postura se ha de aceptar que todas las reglas y los criterios en la ciencia poseen sus límites, y que los límites y las consecuencias de las teorías científicas poseen una base histórica. De ahí que sea importante considerar al principio básico de Feyerabend “todo vale”, haciendo referencia a la metodología de la ciencia, tenga también sus propios límites históricos y culturales (Limón, 2005a)

Kuhn (1971), por su parte, habla de la presencia de modelos o patrones compartidos por una comunidad científica, determinados por el contexto histórico, a los que llama paradigmas. De hecho, los paradigmas funcionan como guía y como límite, como reglas y normas en la práctica científica, insertándose en la cosmovisión de una comunidad en un determinado momento. El intento por obligar a la naturaleza a que encaje dentro de los límites preestablecidos son el resultado de los paradigmas; aquellos fenómenos que no encajan dentro de los límites de que se compone un paradigma, ni siquiera se les ve. Concluye que aquello que se tiene por un hecho depende de la perspectiva propia que provee un paradigma. De esta forma, Kuhn se sale de la concepción positivista de la ciencia del conocimiento científico ahistórico, y se introduce al “perspectivismo” en el campo científico.

Se ha hecho mención de las críticas al pensamiento occidental hechas por algunos autores representativos de diversas áreas, por ejemplo, en filosofía de la ciencia (Kuhn y Feyerabend), en hermenéutica (Gadamer, Derrida) y en filosofía (Foucault). Dichas críticas, así como el pensamiento posmoderno en general, se extendieron hacia otros campos, tales como la Psicología, en la que surgió una nueva corriente intelectual a saber, el construccionismo social, y del cual se hablará con mayor profundidad en el siguiente apartado.

1.2. Construccionismo Social

El llamado construccionismo social, socioconstruccionismo u orientación construccionista (Limón, 1997), es una corriente intelectual que surge a partir de los cuestionamientos que se le hacen a la Psicología Social tanto en su teoría como en su metodología y práctica (Ibáñez, 2003). Su preocupación principal es encontrar los procesos en los que la gente describe, explica o relata el mundo en donde vive; haciendo un intento por articular formas comunes de entendimiento como existen ahora, como han existido en periodos históricos previos y como ellas pudieran existir (Gergen, 1985).

Ante el descontento que trajo para muchos el programa empirista propuesto por los positivistas lógicos, el construccionismo social representó una alternativa válida que se encuentra identificada con el pensamiento postmoderno. Limón (2005a) menciona que busca alejarse del movimiento cognitivista, biologicista y positivista, y Gergen (1996) propone esta corriente como una visión de mundo alternativa a la perspectiva individualista del conocimiento. De hecho, el surgimiento del socioconstruccionismo se ha asociado con prácticas sociales, con la aparición de corrientes filosóficas y con cambios en la filosofía de la ciencia tales como el postestructuralismo y el postempirismo (Ibáñez, 2003).

Esta nueva alternativa se remonta al trabajo realizado por P. Berger y T. Luckman (citados en Gergen, 1996) en el que destacan la naturaleza social del conocimiento; realzan la relación intrínseca entre las perspectivas individuales y los procesos sociales, todas ellas mediadas por el lenguaje. Se acentúa la relatividad y

multiplicidad de perspectivas (Anderson, 1999, Gergen, 1996). En palabras de Limón (2005b), se trata de una orientación que mantiene un estrecho vínculo con la sociología del conocimiento, pero que obtuvo su desarrollo en la Psicología Social.

Gergen (1985) alude que desde un nivel metateórico el socioconstruccionismo manifiesta las siguientes suposiciones: 1) Lo que tomamos como conocimiento del mundo, no es producto de la inducción o de la construcción y prueba de hipótesis. La crítica de la concepción positivista-empirista ha dañado la concepción tradicional acerca de la teoría científica como reflejo o mapa de la realidad. En contrapunto, hubo una creciente preocupación por los límites del entendimiento engendrado por las convenciones lingüísticas. 2) Los términos en los que el mundo es entendido son artificios sociales, producto de intercambios entre gente históricamente situada. El proceso de entendimiento es producto de la iniciativa de las personas en relación. 3) El grado en el que una forma de entendimiento prevalece a través del tiempo no depende de la validez empírica sino de las vicisitudes de los procesos sociales. 4) Las formas de entendimiento negociado resultan significativas en la vida social cuando están conectadas de manera integral con muchas otras actividades en las que las personas se comprometen.

El mismo autor en 1996 agrega: 5) La significación del lenguaje en los asuntos humanos se deriva del modo como funciona dentro de las pautas de relación. Gergen retoma a Wittgenstein para acuñar el término “juegos de lenguaje”, según el cual las palabras adquieren su significado dentro de los sentidos con que se usan en las pautas de intercambio existente. De acuerdo con el autor, los construccionistas consideran las muestras de lenguaje, integrantes de las pautas de relación, como resultado de modos de vida específicos, rituales de intercambio, relaciones de control y dominación, entre otras cosas.

Por lo visto en los puntos anteriores, la orientación construccionista se alimenta de las críticas realizadas a la visión mecanicista del mundo como herencia cartesiana (Shotter, 1993). Gergen (1996) especifica estas críticas, y argumenta que a través de ellas, el construccionismo ofrece una base para desafiar las realidades dominantes y las formas de vida a ella asociadas, además de liberarnos de los efectos perniciosos de las verdades mistificadoras.

Las críticas que el autor realiza son: la crítica ideológica, la literario-retórica y la social. En la *crítica ideológica* intenta poner de manifiesto los sesgos valorativos que subyacen a las afirmaciones de la verdad y la razón. En medida en que se demuestra que estas afirmaciones representan intereses personales o de clase, ya no pueden considerarse como objetivos o trascendentes en términos de racionalismo.

En la *crítica literario-retórica* el autor expone que la base semántica de la descripción y la explicación están determinadas por las convenciones de la interpretación literaria. Es decir, que el científico “ve” el mundo a través de las lentes de la teoría, ya que sirven para organizar el mundo de modos particulares. Con esta crítica se llega a la conclusión que el sentido y la significación de las declaraciones de verdad derivan de una historia discursiva.

La conclusión a la que se llega a través de la *crítica social* es que el proceso social funciona como molde y director de nuestras concepciones del bien y de verdad. Esta crítica surge a partir de la preocupación de algunos pensadores por la génesis social del pensamiento científico, fijando su atención en el contexto cultural en el que las ideas toman y dan forma a la práctica científica y cultural. Gergen cita a teóricos tales como Barnes y Bloor para evidenciar que las exposiciones científicas están determinadas por intereses sociales, políticos, económicos, profesionales, etc.

Aunado a las fuentes de crítica de las que se nutre el socioconstruccionismo, Limón (2005b) encuentra que existen varias aportaciones teóricas de las que se vale esta perspectiva para su sustento (**Ver cuadro 1**).

Se trata de una orientación que pone especial énfasis en el lenguaje (Ibáñez, 2003), siendo éste un proceso interactivo y un depósito de significado y experiencia que se preserva a través de .es. Sin embargo, el lenguaje posee una naturaleza cambiante, lo que hace que los significados que alberga sean siempre indeterminados y mutables, que dependen de un contexto socio-histórico irrepetible. Es el lenguaje el que sirve como mediador para realizar las descripciones que dirigen las percepciones que la gente tiene; y que, a su vez, le sirven como base para hacer otras descripciones. Así, cada que la gente habla, se le da fuerza a la realidad y cuando la gente comparte sus descripciones del mundo, la realidad se legitima (Freedman y Combs, 1996).

El socioconstruccionismo considera que la mente no refleja el mundo, las palabras no reflejan el contenido de la mente y las palabras no reflejan la realidad. En cambio, el construccionista considera que la realidad son convenciones culturales, históricamente situadas, mediadas a través del lenguaje; además considera que el significado de las palabras depende de su posición en los “juegos de lenguaje”² (Limón, 2005).

Entonces, es papel del construccionista el estudio de la indeterminada actividad comunicativa entre los seres humanos, bajo el supuesto de un mundo inestable y vago especificado únicamente por el marco social e histórico. Las dimensiones socialmente significativas de interacción poseen su origen y construcción de la acción conjunta, es decir, en las conversaciones cotidianas (Shotter, 1993).

Dentro de sus principales ponentes se encuentran K. Gergen, N. Goodman, R. Harré, J. Shotter, D. Polkinhome, C. Geertz, entre otros (citados en Anderson, 1999), algunos de los cuales tienen su propia versión de esta corriente.

Anderson (1999) hace mención de las versiones de Shotter y Gergen. Por un lado, se encuentra Shotter (citado en Anderson, 1999) preocupado por la manera de ser de las personas en la red de relaciones, en sus distintas formas y en distintos momentos. Gergen (citado en Anderson, 1999) se centra en la indagación de los procesos de descripción y explicación del mundo, así como en la base contextual de dichos procesos.

Dentro de los resultados y efectos que posee esta perspectiva teórica se encuentran la sensibilidad crítica a procedimientos de autolegitimación; el ensanchamiento de los márgenes de investigación y de libertad para producir conocimientos legítimos; permeabilidad en las fronteras disciplinarias, impulsando flujos de intercambio entre ellas; por último, aportaciones sustantivas en el campo de

² Expresión con que Wittgenstein designa una de las tesis fundamentales de Investigaciones filosóficas: la pluralidad de usos y funciones del lenguaje. Tal como se presenta en la forma natural del discurso ordinario, el lenguaje se asemeja a una caja de herramientas con muy diversas aplicaciones; las palabras, como las herramientas, sirven para muchas funciones. El lenguaje puede describirse también como un juego lingüístico; en él sucede lo mismo que con los juegos: todos distintos, pero todos con la característica común de estar sometidos a reglas; reglas que, a veces, se construyen o modifican a medida que se juega. Tal vaguedad necesaria le es esencial al lenguaje, si ha de ser entendido como una «actividad» o una «forma de vida». Por eso afirma Wittgenstein que «el significado de una palabra es su uso en el lenguaje» (Cortés y Martínez, 1999)

la investigación; elevación del grado de sensibilidad hacia la dimensión política de las diversas prácticas sociales (Ibáñez, 2003).

Algunos autores (Anderson, 1999; Gergen, 1996; Limón, 2005) se han encargado de encontrar tanto las diferencias de la corriente conocida como constructivismo y el construccionismo, así como también Gergen (1996) ha encontrado algunas similitudes. Estas comparaciones y relaciones se mencionarán a continuación.

El movimiento constructivista es una escuela de pensamiento que estudia la relación entre conocimiento y realidad dentro de una perspectiva evolutiva. De acuerdo al constructivismo el organismo nunca reconoce, describe o copia la realidad (Limón, 2005); es decir, el individuo nunca establece contacto con el mundo tal como es, “nada hay que decir sobre el mundo que no es construido por la mente” (Gergen, 1996). En cambio el organismo es capaz de construir un mapa que se ajusta a la realidad y que es resultado de la interacción del organismo con el ambiente (Limón, 2005).

Esta orientación toma los principios evolutivos de selección natural, entendida dentro de la teoría darwiniana de la evolución, funcionan como base para la construcción de estos mapas. Esto es, los individuos poseen estructuras biológicas y cognitivas que funcionan en una lógica de ensayo y error que otorgan la experiencia para formular hipótesis y, de esta manera, permitir la acción futura (Piaget en Limón, 2005). Los constructivistas consideran al ser humano como autónomo y productor de sentido (Anderson, 1999). Dentro de sus principales ponentes se encuentran J. Piaget, G. Nelly, H. Foerster, E. Glaserfeld y P. Watzlawick. (citados en Anderson, 1999)

Gergen (1996) enlista las similitudes o compatibilidades que poseen el construccionismo y el constructivismo, dentro de las cuales se señalan: a) el énfasis que ambas realizan de la construcción del conocimiento, b) ambas son escépticas con respecto a la existencia de la fundamentación de una ciencia empírica, c) ponen en tela de juicio tanto el reflejo de una realidad a partir de la observación como la autoridad de la ciencia del comportamiento y los métodos que no toman en cuenta sus consecuencias en la “edificación” del conocimiento.

El mismo autor se encargó de realizar algunas distinciones entre ambas orientaciones. Desde una perspectiva socioconstruccionista, el constructivismo resulta insatisfactorio en lo referente a la interpretación del mundo como una construcción mental. Esto debido a que considera que el constructivismo sigue influenciado por el individualismo occidental, y aunque el constructivismo social posee fundamentos sociales, se encuentran enfocados en un mundo predominante y específicamente individual.

En cambio, el construccionista se basa en conceptos inmersos en el lenguaje y en el discurso, a través de la relación y de las prácticas discursivas. Todas estas socialmente impugnadas y sujetas a negociación. Gergen (1996) afirma que el construccionismo hace hincapié en la base social de la vida mental.

**CUADRO 1. APORTACIONES TEÓRICAS
DE LAS QUE SE VALE
EL SOCIOCONSTRUCCIONISMO**

CORRIENTE O TEORÍA	TEMAS EN LOS QUE SE CENTRA LA TEORÍA
Teoría de la Acción	<ul style="list-style-type: none"> - Intersubjetividad - Naturaleza social de los significados
Corriente etogenética	<ul style="list-style-type: none"> - Vinculada con dimensiones wittgenstianas - Interaccionismo simbólico
Teoría de la atribución	<ul style="list-style-type: none"> - Análisis de las formaciones y prácticas discursivas
Orientación dialéctica marxista y Postmarxista	<ul style="list-style-type: none"> - Naturaleza histórica y relacional de los objetos - Carácter procesual y evolutivo de los objetos
Contextualismo	<ul style="list-style-type: none"> - Carácter organizado de la totalidad contextual en el que transcurren los acontecimientos humanos
Teoría de la Estructuración	<ul style="list-style-type: none"> - Naturaleza Hermenéutica de los significados - Niveles discursivos y prácticos
Modelo transformacional de la actividad social	<ul style="list-style-type: none"> - Carácter abierto de los sistemas sociales - Dimensión crítica de dichos sistemas
Teoría crítica	<ul style="list-style-type: none"> - Distingue entre el interés por el control y la predicción, interés por la comprensión y la emancipación
Orientación Hermenéutica	<ul style="list-style-type: none"> - Presupuestos hermenéuticos en los que descansa el saber - Preinterpretaciones inherentes al lenguaje - Toda interpretación es relativa a sus condiciones socio-históricas de producción y a los anclajes culturales y lingüísticos del sistema de significados que la articulan

2. Hacia una Psicología Postmoderna

2.1 El giro postmoderno en Psicología

El inicio de la Postmodernidad en Psicología viene marcado por la desconfianza y la puesta en duda del fundamentalismo empirista y su consecuente decadencia (Gergen, 1989). Esta desconfianza, representada a través de críticas efectuadas por algunos autores tales como Kuhn y Feyerabend (citados en Gergen, 1991b), tuvo un impacto sobre muchos de los conceptos básicos que conforman a la Psicología, pero también sobre la noción misma de la psicología tradicional (Kvale, 1992).

Se podría decir que, por haber nacido como ciencia en el seno de la Modernidad, la psicología se ha cimentado en presupuestos básicamente modernos, que algunos autores se han encargado de enunciar (Gergen, 1991b; Gergen, 2000; Hoffman, 1996; Kvale, 1992).

Kvale (1992) llevó a cabo una revisión histórica de la psicología, en donde menciona que, durante su camino por los senderos de la ciencia, la psicología tradicional ha buscado legitimación externa a partir de la imitación del lenguaje utilizado en las ciencias naturales; más específicamente, la física. Aunado a esto, se buscó formular leyes teóricas que fueran adecuadas a todo comportamiento y que estuvieran basadas en la observación, así como en un método cuantitativo-experimental. El ideal a alcanzar era una matemática del comportamiento del ser humano, así como la matemática existente de las máquinas. A partir de estos procesos, la psicología logró insertarse en el campo de la ciencia.

En relación con lo anterior, Safranski (2003) menciona que la creencia que supone que la obtención del conocimiento exacto y el dominio técnico de la naturaleza, es el triunfo de la ciencia, se había llevado hasta el terreno de la psicología. Mediante la pregunta “¿cómo funciona?” se llegaría a tener dominio del hombre, siendo él mismo parte de la naturaleza. En consecuencia, se inició un

proyecto de exploración del entendimiento por el mismo método usado en la investigación de la “naturaleza exterior”.

La pretensión de que la psicología tomara en cuenta a las ciencias naturales como modelo a seguir, tuvo sus alcances. Incluso se podría hablar de una “ciencia natural de lo psíquico” conformada, predominantemente, por la psicología experimental, la fisiología y la química cerebral. Su método era el hipotético deductivo, que, en este caso, debía de hacerse como si no se supiera de lo psíquico y como si éste pudiera observarse desde afuera (Safranski, 2003).

Así, la psicología tradicional, como toda ciencia en la Modernidad, tenía su *objeto de estudio básico*, que estaba disponible para la *investigación objetiva*; sea éste la naturaleza de la mente ó el comportamiento humano, el objeto de estudio debía de ser esclarecido. Si se encontraban los secretos que subyacían a la conducta humana, se podría obtener control de ella, y de esta forma, los *investigadores individuales* podrían llegar a hacer uso del control de sus actos para obtener conocimientos objetivos, esenciales y universales (Gergen, 1991b; Gergen, 2000).

El *corpus* de conocimiento de la psicología se había nutrido con ingredientes tales como conocimiento y razón individual, mundo objetivo, lenguaje como poseedor de verdad (Gergen, 2000), un objeto de estudio básico, método empírico y la investigación como algo progresivo (Gergen, 1991b). Las prácticas predominantes en la Modernidad se habían trasminado en materia de psicología.

La influencia de estas prácticas modernas llevó al florecimiento de corrientes tales como el conductismo y el humanismo, consideradas por Kvale (1992) como las dos caras de la moneda moderna en psicología. Gergen (1989) agrega la teoría cognitiva al conjunto de teorías que conformaron la psicología tradicional.

El conductismo es el más claro reflejo del influjo de estas ideas en materia de psicología, ya que, a decir de Gergen (1996), la teoría del aprendizaje es una réplica de la teoría de la ciencia empirista, esto es, operan de manera semejante. Mientras la metateoría suponía un mundo ordenado de entidades que se encuentran relacionadas de manera mecánica, causa y efecto, el conductismo supone que los procesos mentales están relacionados de una manera causal a las consecuencias

conductuales. El ser humano, desde esa perspectiva, era considerado como una máquina universal.

El modelo empirista, junto con la teoría conductista y metodología experimental alcanzaron a obtener un papel dominante en materia de psicología durante la primera mitad del siglo XX; sin embargo, las críticas a éste no tardaron en hacer su aparición. Gergen (1996) indagó sobre este punto, clasificando las críticas en tres tipos: la primera de ellas, la crítica dentro del paradigma, en la que se realizan intentos por revisar determinados presupuestos en la metateoría sin abandonar algunos postulados básicos de la corriente empirista y al mismo tiempo, buscan una base lógica que trasciendan. Este tipo de crítica, de acuerdo con el autor, no conlleva ninguna transformación paradigmática.

A partir del segundo tipo de crítica, la que Gergen (1996) denomina como dual, se argumentan postulados que defienden al racionalismo, es decir, una perspectiva cuyos dogmas son antagonistas a los del empirismo. Mientras que el empirismo sostiene que el conocimiento humano es un depósito de experiencias de acontecimientos medioambientales, el racionalismo afirma que la mente es una fuente originaria del conocimiento, y por lo mismo, es un elemento esencial para el desarrollo del conocimiento.

El movimiento cognitivo toma fuerza en este sentido. Fundamentado por el racionalismo, focaliza su atención en la existencia de esquemas que dirigen el procesamiento de la información, la exploración medioambiental y la memoria, entre otros procesos. No obstante, esta perspectiva carece de apoyo en la filosofía de la ciencia, ya que se vale de una metodología similar a la empirista para garantizar su validez.

El tercer grupo de críticas pertenece a aquellas que, en su realización, surgen modalidades alternativas de conocimiento. Este tipo de críticas distan en su argumentación tanto del racionalismo como del empirismo, ya que encuentran sus raíces en una modalidad alternativa que el autor caracteriza como la crítica ideológica y social, mencionadas en el capítulo anterior. Se trata de críticas que se centran en los sesgos morales y políticos del modelo empirista; argumentan que las concepciones empiristas del conocimiento son contrarias al bienestar humano.

Sumado a lo anterior, estas críticas forman parte del preámbulo y sostén del proyecto alternativo conocido como *construccionismo social*.

Bajo esta misma línea, las críticas sociales e ideológicas localizaron al empirismo y al racionalismo dentro de un marco fundamentalmente individual, es decir, conciben al individuo aislado de todo contexto tanto social como político (Shotter en <http://pubpages.unh.edu/~jds/Arkonac.htm>).

Kvale (1992) hace mención de la dicotomía universal-individual imperante en el conocimiento proveniente de la Modernidad y de sus efectos sobre el ser humano. Las personas se encuentran subordinadas a las leyes generales de la naturaleza, existe una ampliación en la brecha de “lo que es” y “lo que debe ser”.

Por su parte, Shotter (en <http://pubpages.unh.edu/~jds/Arkonac.htm>) argumenta que los modelos asociados al empirismo en psicología, al tener una concepción individualista de las personas, roban su voz; retomando a Kvale (1992), se deja de lado las narrativas locales por exaltar las grandes narrativas. En términos de Gergen (1996, p. 83): “*Cuando suponemos que hay igualdad, perdemos la capacidad de ver las desigualdades*”.

Asimismo, el privilegio que se tenía hacia este tipo de conocimiento (el individual), en simultaneidad con la creencia en una sola realidad, fueron llevadas al extremo tal, que se consideraron como punto absoluto de partida. Por derivación, se llegó a un punto muerto conceptual. Esta concepción dejaba irresueltos algunos problemas filosóficos, entre ellos, la explicación de la manera en que la realidad exterior quedaba representada en el cerebro o la manera en que se llega a producir un lenguaje inteligible (Gergen, 2006). Además, el pensar de esta manera, ignora que actuamos de manera conjunta con un “nosotros” relacionado, que implica que cuando alguien actúa, es en parte moldeado por los actos de los otros que le rodean (Shotter en <http://pubpages.unh.edu/~jds/Arkonac.htm>).

Las críticas literario-retóricas que representaron algunos teóricos pertenecientes al movimiento postestructuralista francés como Derrida o algunos otros, por ejemplo, Rorty (citados en Gergen, 1996), impactaron también en materia de psicología, abriendo paso a nuevas alternativas en sus prácticas y concepciones. De hecho, se ha argumentado a favor de una psicología “deconstructiva” (Parker y

Shotter en Kvale, 1992) en la búsqueda de contradicciones internas en los textos acerca del hombre, cuyo efecto es descubrir y dar fuerza a las voces que no habían sido expresadas.

Comienza a darse un “giro” Postmoderno que, en palabras de Vareyda, Tirado y Domènech (2005), implica una superación de la visión tradicional de muchos de aquellos componentes, temáticas y concepciones que constituyen a la psicología tradicional. Es importante destacar que uno de los rasgos más sobresalientes de la Postmodernidad es su inquietud por los fenómenos del lenguaje (Gergen, 1989). Ello impactaría sobre muchas de las prácticas y elementos no sólo en la metateoría sino también, como se mencionó anteriormente, sobre la psicología como ciencia.

De entrada, uno de los cambios que se dio fue el concepto de lo real que pasó de ser el “mundo objetivo” al *mundo concebido como una construcción social* (Gergen, 2000). Esta concepción comprende que para hablar del mundo se requiere del lenguaje, mismo que concede las preestructuras que apoyan la dirección e interpretación de las observaciones del científico. En este sentido, lo real y verdadero son producto de la construcción comunal, resultado de los acuerdos acerca de lo que constituye una observación.

Luego, el *lenguaje* deja de ser considerado como un *vehículo de verdad*; en cambio, se concibe como una *práctica pragmática* (Gergen, 2000). Se constituye lo que se llama el “giro lingüístico” (Vareyda, Tirado y Domènech, 2005): la superación visión representacionista del lenguaje que implica: a) la suposición que la producción de significado debe ser un proceso sin sujeto, un proceso fuera del espacio y del tiempo, independiente de la historia y ajeno a la sociedad; y b) la creencia que el lenguaje es usado para reportar el contenido de la mente y de las cosas tal cual son.

Ahora bien, este giro implica tomar el lenguaje tanto como acción social, como proceso dialógico y, como lo menciona Kvale (1992), no como una copia de la realidad. Gergen (2000) explica este punto argumentando que el lenguaje es un proceso cultural que se conforma de las relaciones con el otro y con el mundo, es decir, de su uso en acción. Desde esta perspectiva, decir la verdad es participar en el

conjunto de convenciones sociales, interpretativas y prácticas, en una cultura particular.

Otra de las transformaciones que se dieron a partir de la irrupción de la Postmodernidad en psicología fue el que, como ciencia, había que tener un *objeto de estudio básico* que había que ser explicado y descrito cada vez con mayor fidelidad. Dentro del giro Postmoderno este objeto de estudio se torna *evanescente*. La psicología ahora se cuestiona acerca de la naturaleza del lenguaje y concibe las descripciones del mundo como productos de convenciones sociales (Gergen, 1991b).

Se habló acerca de las *propiedades universales* del objeto de estudio en psicología. Esta creencia, según Gergen (1991b), cambia con la Postmodernidad: se invita al investigador a tomar en cuenta las *circunstancias históricas* de su investigación. Además en cuestiones de metodología se *marginan al método*, puesto que pierde su posición envidiable y se considera como un artificio engañoso que coloca al ser humano como autómatas mecánicos. Se emprende la defensa por una investigación hermenéutica en psicología (Shotter, 1992).

Así pues, en la realización de una investigación hermenéutica, se pone interés en los procedimientos y dispositivos que se usan en la construcción social de los elementos a investigar y en la manera en la que se establece y mantiene contacto con éstos. En este tipo de investigación, el científico une la información mediante invenciones imaginativas de entidades teóricas (Shotter, 1992), en palabras de Gergen (1996, p.64) "*las metáforas no se derivan de la observación, sino que más bien sirven como preestructuras retóricas a través de las cuales se construye el mundo observacional*". Shotter (1992) menciona que esta forma de investigación posee una aproximación interpretativa, lo que quiere decir que lo que se considera como verdadero depende de las formas en que se habla del mundo.

Dentro de este mismo marco, aparece la investigación desde el socioconstruccionismo, cuya visión de lenguaje en la ciencia es fungir como dispositivo pragmático al respaldar determinadas formas de actividad, al mismo tiempo en que se dejan de lado otras (Gergen, 1996).

Gergen (1996) menciona que, en vez de ubicar a la objetividad y la neutralidad como promesa a cumplir, el construccionismo social ofrece una base para desafiar

las realidades dominantes y formas de vida asociadas a ellas. El autor explica tres formas de desafío a la investigación empírica a saber:

- a) La crítica cultural: en donde se expone al científico empirista, acusándole de eludir la toma de partido ético o político, ya que, desde la perspectiva construccionista, el científico afecta de manera inevitable la vida social. De esta manera, en lugar de indagar en temas de “deber ser”, el autor propone emplear de manera activa las habilidades del científico para hacer de las cuestiones políticas y morales, del dominio profesional del científico, algo inteligible.
- b) La crítica interna: en la que el autor realiza una invitación a los científicos a hacer uso del control, análisis y clasificación de las dudas correspondientes en el uso de sus propias construcciones de la realidad, así como de las prácticas derivadas de ellas. En lo que a crítica interna de la cultura se refiere, se encuentra basada en el valor particular de compromisos de igualdad, justicia y reducción de conflicto. El autor argumenta que, cuando la realidad se objetiva o se da por sentada, las relaciones quedan estancadas, las opciones obstruidas y las voces desoídas
- c) La erudición de desarraigo: en la que argumenta que el sujeto experimental depende de la circunstancia histórica, se desafía el enfoque de una metodología y un sujeto fijos y universales. A través de esta crítica se relaja el dominio de lo convencional, valiéndose de la deconstrucción para demostrar que las bases fundamentales, claras y convincentes pierden su valía cuando se les examina de cerca.

Con base en lo anteriormente expuesto, se podría decir que se trata de nuevas creencias que han repercutido sobre las nociones que se consideran como básicas en la psicología tradicional, tales como mente (Gergen, 1989), el yo, la psicología del desarrollo (Hoffman, 1996, las emociones (Gergen, 1996; Harré en Hoffman, 1996; Shotter, 1992), entre otras.

La nueva concepción del lenguaje como evento relacional, un subproducto del intercambio humano y de la coordinación comunal, es una muestra de lo anterior, ya que ha influido sobre la concepción tradicional de la mente en varios sentidos. En primera instancia, ya no se considera a la mente como centro del conocimiento; en segundo lugar, cuestiona el supuesto en el que las palabras de una persona transmiten su conocimiento del mundo tal cual es; luego, la mente concebida como algo individual, independiente de todo contexto y de toda relación con los otros, se diluye. Ahora se concibe a la mente como algo relacional, es decir, producto de la construcción social en la relación con los demás seres humanos (Gergen, 2000).

El “Yo” deja de ser una realidad interna irreductible y comienza a verse como algo construido socialmente, mediante la relación con otras personas. De acuerdo con Hoffman (1996), este concepto se orienta más hacia la extensión de la historia en movimiento, como algo que fluye y cambia, y no como algo que se encuentra dentro de la persona ni dentro de otra unidad; sino que está compuesto en la relación con las otras personas dentro del flujo del tiempo.

Una de las nociones en psicología que, si no cambia, sí se pone en duda dentro de los márgenes de la Postmodernidad en psicología, es la de las etapas de desarrollo. Según Gergen (citado en Hoffman, 1996) admitir la existencia de esta noción, es dar por sentadas pautas universales a través de las que se pueda medir el funcionamiento de los seres humanos. La deficiencia de este argumento resulta cada vez más evidente ya que, como lo menciona el autor, durante la trayectoria de la vida de un ser humano pueden intervenir un número incontable de formas de desarrollo, el surgimiento de determinada forma. En síntesis, la forma en la que se desenvuelve una persona puede depender de la conjunción de detalles cuya existencia es básicamente no sistemática.

Por otro lado, un elemento que se ha relacionado íntimamente con el concepto del “Yo”, ha sido el de las *emociones*. Desde la perspectiva tradicional, han sido consideradas como entes dentro de la gente, siendo las mismas en todo el mundo; en cambio, a partir de la postmodernidad se piensan como un componente de la red de comunicación de las personas. Un cambio similar ocurre con los *motivos o intenciones* de las personas (Hoffman, 1996; Shotter, 1992).

A manera de resumen, la psicología en la Postmodernidad toma en cuenta la realidad como una construcción lingüística y social, y el lenguaje como instrumento mediante el cual la gente construye la realidad. Desde este punto de vista, la atención se centra en la interpretación y negociación del significado del mundo vivido, esto implica la focalización hacia los juegos de lenguaje, actos de habla, interpretación hermenéutica y los análisis lingüísticos y textuales (Kvale, 1992).

Shotter (1992) menciona que en la Postmodernidad se traslada de la teorización a la provisión de “informes instructivos”; del interés en las cosas al interés en las actividades y usos; de la preocupación por lo que está sucediendo en la mente de los individuos al interés en la naturaleza social de los alrededores; de la inquietud por los procedimientos conducidos por uno mismo, a la negociación de éstos; de la reflexión como punto de partida, al flujo histórico de la actividad social en la vida diaria como punto de partida; del lenguaje como representación de la realidad a su existencia en la coordinación de la acción social de las relaciones sociales, construidas lingüísticamente; de la confianza en las experiencias del individuo para entender el mundo, al cuestionamiento de los procesos sociales de la construcción de experiencias; de las investigaciones basadas en cimientos, aceptados y dados por sentado, hacia los modos de investigación que encuentra sus garantías en situaciones localmente construidas a través de diversas circunstancias.

En pocas palabras, la psicología postmoderna invita a una evaluación autorreflexiva de las tradiciones, a una indagación en los beneficios y creencias y prácticas, así como una búsqueda de posibilidades alternativas. Se trata de favorecer un proceso de investigación que puede realzar la posibilidad de recuperar y absorber selectivamente: de determinar aquello que retendríamos de estas tradiciones y de qué forma suavizar los márgenes de nuestros compromisos de manera que otros puedan ser oídos de un modo más completo (Gergen, 1996).

2.2 La incursión de la Postmodernidad en psicoterapia

Se ha hablado, en el presente capítulo, acerca de los cambios y deslizamientos en los conceptos en psicología a partir de la filtración de ideas de la Postmodernidad a este campo particular. Dichos cambios han tenido implicaciones terapéuticas que han derivado en el surgimiento de nuevas alternativas de práctica en el trabajo con los consultantes, a saber, las terapias Narrativas ó Postmodernas.

Para comprender la manera en que las prácticas pertenecientes a la Postmodernidad se fueron trasminando en la actividad de la psicoterapia, es importante explicar el proceso por el cual se fueron abriendo brechas en el camino para que esta filtración ocurriera.

De los mecanismos a los que se ha recurrido, a lo largo de la historia, para dar forma al pensamiento ha sido el uso de analogías. De ellas han surgido ideas y puntos de vista que han sido derivadas de diferentes áreas de conocimiento y que nos llevan a interactuar de una manera determinada con nuestro entorno. Se trata de la transferencia y adaptación del ámbito original o precedente, sea que éste se encuentre en el momento actual o pasado, para auxiliarnos en la elaboración de nuevas explicaciones acerca de la naturaleza (Limón, 2005b).

En la Modernidad, las emigraciones de esquemas de pensamiento acoplados al campo de la terapia y la salud mental, habían sido tomadas primordialmente del modelo médico (Limón, 2005b). Términos tales como tratamiento psicológico, enfermedad mental, anomalías y desarrollo normal surgen a partir de estas ideas.

McNamee (1996) menciona que, en la práctica terapéutica, se había extendido el discurso moderno que ensalzaba los conceptos de razón, progreso e individuo. La salud psicológica comprendía la posesión de habilidades de razonamiento y se tenía una visión individualista del ser humano. De este modo, la finalidad de la psicoterapia era ajustar la identidad del individuo al estándar cultural, es decir, a una racionalidad común, a través del esclarecimiento de los procesos internos de las personas (por ejemplo el psicoanálisis).

Uno de los primeros intentos por desafiar al discurso moderno de conocimiento lineal (causa y efecto) y de visión individualista de conocimiento fue la aparición de la

terapia familiar sistémica, una perspectiva en la práctica terapéutica que había resultado novedosa hacia los años 50 y 60 (Anderson, 2001; McNamee, 1995).

Este enfoque retoma los conceptos de varias teorías que en un principio nada tenían que ver con la actividad terapéutica en psicología, como es el caso de la teoría cibernética, la teoría de los sistemas, teoría de la comunicación, entre otras (Anderson, 2001). Dichas ideas, en su emigración al campo de la terapia, tuvieron un gran alcance, de tal manera que modificaron el análisis y abordaje de los problemas en este campo, e incluso llegaron a representar toda una revolución en el paradigma de conocimiento que se manejaba hasta ese entonces. En este sentido, de acuerdo con Limón (2005b), la terapia familiar sistémica representa un movimiento conceptual y epistemológico que alteró los planteamientos u orientaciones tradicionales en psicoterapia.

Ahora el marco conceptual influyente sería lo que Anderson (2001) llama “paradigma de los sistemas contextuales”, siendo el contexto una parte fundamental a considerar en todo fenómeno mental y de comportamiento, ya que le confiere sentido y significado (Bateson en Jutoran, 1994).

Desde esta perspectiva, los problemas ya no son concebidos como un producto individual, sino como parte de un sistema: la familia. Esto es, el síntoma posee sentido dentro del contexto familiar; su desarrollo se origina a partir de la confabulación de fronteras generacionales; su existencia dentro de un sistema familiar resulta incompatible con el crecimiento natural y transiciones de una familia, puesto que limita la comunicación y fuerza a los miembros a roles repetitivos.

Ser un terapeuta familiar sistémico, entonces, implica dejar de lado la idea determinista de corte lineal, para dar entrada a un pensamiento circular o relacional, sustentado en todo un marco de conocimiento que se le conocería como “epistemología cibernética”. Los personajes que destacan en esta línea de pensamiento son Bateson, Jackson ó Sullivan (citados en Anderson, 2001) y la escuela de Palo Alto con sus trabajos enfocados a las familias, la comunicación y esquizofrenia. Estos investigadores concluyeron, según Anderson (1999), que las familias son sistemas de información cerrados, homeostáticos, gobernados por reglas que se realimentan con su propia información.

Es a partir de estas ideas que surge la cibernética de primer orden o “cibernética de los sistemas observados”. Como su nombre lo indica, esta cibernética centra su foco de conocimiento en el sistema familiar, siendo éste parte de la “realidad” que existe de manera independiente al terapeuta. Dentro de este marco, el terapeuta funge como observador externo. Desde una posición privilegiada, éste tiene acceso a la realidad que vive la familia, para intervenir sobre sus estilos relacionales (Limón, 2005b) y, así, poder ayudar a los pacientes a deshacerse de la red en que se encuentran capturados (Elkaim, 1996).

De las primeras escuelas que se integraron a estos conceptos fueron la estratégica, la estructural y la de Milán. Los términos en los que se basaban sus intervenciones son la homeostasis, la retroalimentación negativa, la medición de información y la relación de ésta con el concepto de entropía, tal como lo menciona Vargas (2004).

Pese a que la terapia familiar sistémica resultó toda una revolución en los marcos explicativos en psicoterapia, y comenzaban a darse algunos atisbos de la postmodernidad, aún mantenía algunas de las ideas tradicionales o modernas. La cibernética de primer orden no sólo conserva la creencia de una observación objetiva sobre un problema identificado (Anderson, 2001), sino que promueven una relación jerárquica en terapia, en la que el cliente inexperto confía de manera plena en el terapeuta experto. Desde esta perspectiva, prevalece aún el concepto de normalidad, pero aplicado a las familias. Lo apropiado y lo esperado existe en términos de comunicación, límites, jerarquías y subsistemas (McNamee, 1996)

Algunos de los conceptos aplicados en la cibernética de primer orden presentaron ciertas discrepancias para varios investigadores. Tal es el ejemplo del término *homeostasis*, que representaba la ausencia de cambio y, sin embargo, no explicaba el cambio. Se llegó a cuestionar también la idea de que una parte del sistema pudiera controlar a otra sin cambiar ella misma (Anderson, 1999). En pocas palabras, el marco de explicación que brindaba este tipo de cibernética comenzaba a ser insuficiente.

Asimismo, la cibernética de segundo orden representó una alternativa a estas objeciones. A través de ella se concluye que las familias crecen y cambian, y que la

base de la formulación y el mantenimiento de los problemas era la retroalimentación positiva. Ésta era amplificadora de desviación, y no la negativa, que promovía la homeostasis (Anderson, 1999).

Lo innovador de esta alternativa fue la inclusión del papel del observador, o terapeuta, como un participante más dentro del sistema, además de favorecer una perspectiva que incluía unidades de interacción más complejas (Limón, 2005b). Mientras que la cibernética de primer orden se preocupaba por estudiar la realidad externa, la cibernética de segundo orden se centra en el papel del observador para construir la realidad (Feixas, 1995). Se trata de la emergencia de una perspectiva que incluía los “fundamentos para una teoría del observador”, de ahí que también se le llame “cibernética de los sistemas observantes” o “cibernética de la cibernética” (Pakman, 1991).

Pakman (1991) menciona que el asumir la inclusión del terapeuta en el sistema, implica promover un ejercicio de autorreferencia en el que el terapeuta se cuestiona acerca de sus propios procesos que generaron las definiciones, descripciones u observaciones surgidas durante la práctica terapéutica. De este modo, la práctica básica de una terapia de segundo orden implica verse a sí mismo como un modo de trascender las limitaciones del propio mirar.

Las nociones que brinda este enfoque comienzan a alejarse del conocimiento objetivo y de la idea de que lo observado existe de forma independiente del observador. En cambio, surgen diferentes concepciones acerca de los problemas en familia; algunos autores incluso plantean la idea de patología como un error epistemológico (Bateson, citado en Anderson, 2001), proponiendo al terapeuta el manejo de las creencias de la familia en terapia, en vez de ocuparse de conductas problemáticas y síntomas.

Un cambio en las modalidades terapéuticas comenzaba a anunciarse con la expansión de la cibernética de segundo orden. Es a partir de este punto que comienzan a desprenderse escuelas de pensamiento que derivan en nuevas metáforas para su aplicación en la terapia. Dentro de los casos más representativos se encuentra la escuela de pensamiento conocida como constructivismo, perspectiva que no solo se halla emparentada con la cibernética de segundo orden, sino que

incluso algunos autores (Feixas, 1995) mencionan que la cibernética de segundo orden y el constructivismo podrían ser términos intercambiables o equivalentes.

Así pues, diversos investigadores y escuelas pertenecientes a la terapia familiar de corte sistémico se unieron a esta corriente de pensamiento, dejando de lado la cibernética de primer orden, para introducirse en una nueva y enriquecedora cosmovisión. En efecto, como menciona Limón (2005a), el constructivismo es una tradición relacionada con la filosofía, la biología, con la psicología cognoscitivista, cuyos resultados ofrecen la posibilidad para derivar mecanismos de intervención novedosos y efectivos en el ámbito de la terapia familiar.

El comienzo de la evolución del paradigma en terapia familiar se desplegaba paulatinamente y trabajos de investigadores como von Glasersfeld, Maturana y Varela (citados en Hoffman, 1993) servían como punto de partida a este cambio. La visión del sistema se aleja de la homeostasis y empieza a concebirse como una estructura evolutiva, autoorganizada y llevada hacia estados de no-equilibrio. El sistema, según Hoffman (en Anderson, 2001), se encuentra en un estado constante y discontinuo de cambio, es decir, los cambios a los que se encuentra sujeto un sistema son aleatorios e impredecibles; razón por la cual el observador es guiado a niveles de complejidad más altos.

Hoffman (1993) encontró que, en la práctica terapéutica, asumir las nuevas concepciones del sistema sería útil en varios sentidos. Ya no se tendría la noción del sistema familiar como una máquina susceptible de ser manipulada; también ayudaría a los terapeutas a permanecer atentos, en primera instancia, a los efectos que poseen dentro de los fenómenos que observan y, en segunda, a sus propios esquemas de organización en la interpretación de dichos fenómenos.

No fue sino en la década de los 80 que, de la fructífera perspectiva constructivista, empezaron a darse ciertas inquietudes por la ambigüedad que representaba con respecto de la orientación socioconstruccionista que se estaba dando en el campo de la psicología social (Limón, 2005b).

Tomando como referencia el constructivismo, matices, diferencias, nuevas metáforas, emigraciones, tendencias y modelos emergentes se hacían cada vez más evidentes en la construcción del conocimiento científico y en la práctica

psicoterapéutica. Se trascendió el discurso científico que restringía tanto a los terapeutas como a los consultantes, y se importaron ideas tomadas de diferentes disciplinas y escuelas de pensamiento, dentro de las que Limón (2005b) menciona, la hermenéutica, el postestructuralismo, la Postmodernidad y la orientación socioconstruccionista.

Las consecuencias de ello se observaron primero en las universidades con el surgimiento de una nueva conciencia en terapia familiar, éstas desataron en nuevas tendencias conceptuales y pragmáticas. La gran apertura que había surgido entre los terapeutas familiares de corte sistémico y la cercanía conceptual que a simple vista existía con el constructivismo, derivaron en la filtración del socioconstruccionismo en la psicoterapia (Limón, 2005b).

Numerosos terapeutas familiares emprendieron una traslación, dejando atrás al movimiento constructivista y a la cibernética de segundo orden, al conocimiento como producto de una actividad adaptativa individual, para entrar al mundo del intercambio social lingüístico, de la construcción social de la realidad.

Nace una nueva perspectiva en terapia en la que se invita a los terapeutas a abandonar las concepciones modernas acerca de la verdad, del conocimiento y del lenguaje (Anderson, 2005; Gergen y Kaye, 1996), para adoptar no sólo una filosofía de vida, sino también una forma distinta de pensar y estar con la gente en terapia (Anderson, 2001), formas que resulten más liberadoras para el consultante e incluso para el terapeuta mismo. Consecuentemente, el terapeuta es invitado a sustituir las emigraciones mecanicistas influyentes (la cibernética, por ejemplo), aquellas metáforas patologizantes y restrictivas, por metáforas provenientes de la teoría literaria o la antropología (Gergen en Elkaim, 1996).

Limón (1997) refiere esta nueva perspectiva en terapia como un diálogo transformador con nuevos significados negociados y un nuevo cuerpo de premisas que incitan a los terapeutas a trascender las narrativas disfuncionales y buscar otras narrativas que resulten más adaptativas para los contextos en los que se desenvuelve la persona, pareja o familia. En este sentido, Hoffman (1996) hace mención de los “relatos” que poseen los terapeutas y que sirven a manera de

herramienta en la concepción de cómo los problemas se desarrollan y luego se disuelven.

Parafraseando a estos dos autores, el enfoque postmoderno en terapia invita a los terapeutas a adquirir una postura de curiosidad, apoyada por la idea que las verdades sociales son únicamente relatos acerca del mundo, que son contados a uno mismo y a los demás. Toda verdad social es susceptible de ser puesta en tela de juicio, y así, ir más allá de los confines de los “juegos de lenguaje” que les han sido heredados a las personas sin algún cuestionamiento (Hoffman, 1996; Limón, 1997)

El énfasis que han puesto algunos autores (Anderson, 1999; Gergen, 1996; Gergen y Kaye, 1996; Hoffman, 1993; Limón, 1997) en el cuestionamiento y abandono de las prácticas y concepciones tradicionales en la terapia, trae consigo la asunción que los marcos explicativos de los que se servían para explicar los problemas humanos han perdido su utilidad y relevancia (Anderson, 2005).

Ya no se aboga por las narrativas estáticas y universales que promueven la relación experto-consultante, no se buscan esencias y fundamentos, ni tampoco se fomenta en el terapeuta una posición neutral, en la que puede ser capaz de disociarse de sus juicios personales para obtener una perspectiva objetiva del problema del consultante. En cambio, se otorga privilegio al pensamiento narrativo y a un pensamiento que se enriquece de la orientación construccionista.

A este respecto Freedman y Combs (1996) hablan de la visión postmoderna de la realidad de la cual se auxilia el terapeuta en su trabajo con los consultantes. Cuatro son las ideas principales que constituyen esta visión: 1) la creencia que las realidades están socialmente construidas; 2) la creencia que las realidades se constituyen a través del lenguaje; 3) la creencia que las realidades están organizadas y mantenidas a través de las narrativas; y por último, 4) la creencia que no hay verdades esenciales. Todos estos vectores convergen en una de las partes medulares del pensamiento postmoderno en terapia según la cual las ideas de poder, conocimiento y verdad no son sino producto de una negociación constante al interior de un núcleo primario como la familia, y también en contextos culturales determinados.

Un punto básico a considerar, dentro de la práctica terapéutica de muchos terapeutas, ha sido la asunción de la realidad como construcción social; de ella se han derivado muchas de las concepciones del proceso terapéutico, incluyendo la postura colaborativa, del no saber, la flexibilidad ante los marcos de inteligibilidad que el terapeuta ha de usar en su práctica (Gergen y Warhus, 2001), así como también se ha encargado de favorecer la posibilidad de coexistencia de múltiples perspectivas o versiones de la realidad, la pluralidad, el respeto y la cooperación entre las distintas formas de ver el mundo (Limón, 1997).

Por otro lado, hay que destacar que uno de los cambios importantes que se dan a partir de esta visión en el trabajo psicoterapéutico es la idea que se deriva del pensamiento narrativo: el uso de las narraciones o historias que se desencadenan de la conversación terapéutica (Anderson y Goolishian, citados en Freedman y Combs, 1996)

Esta nueva visión concibe a las personas como relatores de historias que se dan a la tarea de arreglar los eventos que experimentan en sus vidas en secuencias a lo largo del tiempo, de tal manera que se obtiene un relato coherente de ellos mismos y del mundo a su alrededor. A este relato puede referírsele como una historia o una auto-narración, y su función es la de proveer sentido de continuidad y significado a sus vidas, al mismo tiempo que otorgará orden y elementos para la interpretación de experiencias futuras.

Dados los conceptos anteriores, los conflictos de las personas son vistos como construcciones concurrentes y como parte de sus relatos; Anderson (1999) los define como narrativas limitantes que restringen la libertad e inspiran a las personas una sensación de empobrecimiento. El terapeuta cobra importancia en la generación de oportunidades de diálogo, a fin de que se construyan relatos y significados distintos que resulten en la disolución del problema que lleva a las personas a terapia (Anderson, 1999; Gergen y Warhus, 2001)

Así pues, el proceso terapéutico se caracterizará por la adopción de una postura colaborativa por parte del terapeuta, misma que reniega del papel que se le confiere de experto y de representación de ejemplo inapelable de vida buena, de poseer el conocimiento que lo lleva a estar en una posición superior al consultante

(Gergen y Kaye, 1996). El terapeuta se opone también a la neutralidad como base de una relación terapéutica, ya que se comprobó que aún siendo un terapeuta bien intencionado, se puede contribuir a la opresión de las personas (Gergen y Warhus, 2001)

El terapeuta que adopta una postura postmoderna se encuentra en una relación de horizontalidad con el consultante. De esta manera, se generan alternativas de conversación para negociar y generar nuevas historias y nuevos significados en acción conjunta con el consultante (Gergen y Warhus, 2001). Anderson (1999) pone énfasis en la participación activa del consultante y del terapeuta como parte primordial de la relación terapéutica entre ambos.

La voz del consultante se convierte en el “centro del escenario”; el consultante se convierte en el maestro de su propia vida, sus preocupaciones, puntos de vista y expectativas, así como los significados de sus experiencias. Mientras tanto, el terapeuta es el aprendiz de estas cuestiones, asumiendo su papel de no-saber y de curiosidad por aprender acerca de todo lo que el consultante tenga que decir (Anderson, 1999).

Anderson (2005) enumera los valores que el terapeuta procura en la práctica desde una postura postmoderna:

- a) Valora la voz de cada consultante, incluyendo lo que cada uno tiene que ofrecer y las áreas en las que son “expertos”.
- b) Considera valioso no perder o diluir la riqueza de las distintas voces tratando de llegar a un consenso.
- c) No calla o tapa la experiencia de los consultantes privilegiando la voz del profesional.
- d) Apertura, es decir, el estar abierto para hablar de lo que el consultante considera importante.
- e) La confianza en que el consultante llevará a donde haya que llegar.
- f) Incertidumbre de no conocer a priori la situación ni tampoco su desenlace.

Se advierte que, en la conservación de estos valores, ha de tomarse en cuenta que el terapeuta, el consultante y el sistema terapéutico en general, se encuentran inscritos en un contexto cultural que no se puede evadir. Por ello, aunque esta nueva perspectiva amplía los márgenes de lo que es considerado como bueno, el terapeuta se encuentra limitado por las demarcaciones de la cultura. Participar en los procesos sociales es contribuir en acciones políticas, sociales y éticas, se admita o no. Dado que esta situación es ineludible, el construccionismo social realiza una invitación a los terapeutas a cuestionar su propia posición dentro del proceso y las consecuencias políticas y sociales que devienen de esa posición. El terapeuta postmoderno y socioconstruccionista promueve la conciencia del activismo político en terapia a fin de buscar junto con el consultante las consecuencias más deseables dentro de su contexto inmediato (Gergen, 2006).

Esta conciencia de formar parte de las prácticas políticas en un contexto determinado fue uno de los puntos de partida para el cuestionamiento de la “verdad” en los trabajos realizados por White y Epston (1993), quienes retoman de Foucault la idea en la que el conocimiento se encuentra intrínsecamente ligado a las prácticas de poder en una sociedad. De esta manera, al encontrarnos inmersos en una red de conocimiento-poder, resulta imposible quedar exentos tanto de los efectos como del ejercicio del poder en las relaciones cotidianas de las personas. La práctica terapéutica forma parte de esta red constitutiva del poder.

En lo que al proceso terapéutico se refiere, Gergen y Warhus (2001) y Gergen (2006) hacen mención de los valores que caracterizan el pensamiento de un terapeuta construccionista, así como sus implicaciones en la posición del terapeuta en relación con el consultante. Del mismo modo, explican los cambios que se presentan en algunas dimensiones de la práctica terapéutica desde las terapias tradicionales en general y su transformación en la práctica en las terapias postmodernas (**véase cuadro 2**).

Cuadro 2. Cambios en los Valores del terapeuta y en las Dimensiones de la

práctica terapéutica de las terapias Tradicionales a las Terapias Postmodernas

	<p style="text-align: center;">TERAPIAS TRADICIONALES O MODERNAS</p>	<p style="text-align: center;">TERAPIAS POSTMODERNAS</p>
<p style="text-align: center;">Valores del terapeuta</p>	<p><u>Fundamentos:</u> Las orientaciones terapéuticas tradicionales se basan en una concepción empírica del saber. Ello conlleva a la creencia que a través de la observación continua y rigurosa se llega al conocimiento objetivo y verdadero del comportamiento normal o anormal.</p>	<p><u>Flexibilidad:</u> Los construccionistas se basan en las teorías sobre acción humana. Dichas teorías nacen de los intentos colectivos que hacen las personas para interpretar el mundo. Los construccionistas abandonan la investigación de los fundamentos. Invitan a renunciar, entre otras cosas, a la visión única del saber y a la competencia entre las diferentes escuelas de terapia. Por otro lado, promueven al terapeuta que saque partido de todo campo terapéutico y utilice todo cuanto pueda servirle en el contexto inmediato.</p>
	<p><u>Esencialismo:</u> Las terapias tradicionales se encuentran marcadas por el sello de la verdad. En consecuencia, la terapia se dedica a localizar “el verdadero problema”, “la causa de las dificultades”, “las fuerzas que actúan” etc.</p>	<p><u>Conciencia de la Construcción:</u> Para el construccionista, todo problema, toda causa, todo poder, sólo adquiere un estatuto propio a partir de interpretaciones mutuamente compartidas. Ello implica que, cuando se intenta describir lo que existe y situarlo en el lenguaje, se entra en el mundo de los significados compartidos socialmente. El construccionista reconoce la verdad contextual. Esta conciencia de la construcción invita a limitar la verdad esencializada por el consultante, cuando ésta le resulta problemática.</p>

cuadro 2. Cambios en los Valores del terapeuta y en las Dimensiones de la práctica terapéutica de las Terapias Tradicionales a las Terapias Postmodernas (Continuación)

	TERAPIAS TRADICIONALES O MODERNAS	TERAPIAS POSTMODERNAS
Valores del terapeuta	<p><u>Creencia de ser experto:</u> La creencia que el terapeuta posee conocimientos especializados y de relevancia capital acerca de la disfuncionalidad, anormalidad y cura, que por no ser compartidos con el cliente, lo pone en una posición de autoridad y superioridad con relación a éste.</p>	<p><u>Colaboración:</u> La teoría construccionista invita a que el terapeuta se imagine otras posibles posiciones además de la habitual de autoridad y adopte una actitud de colaboración con el consultante. El construccionismo propone, entonces, una asociación colaborativa con el consultante con una actitud de “no saber”. En conclusión, la interpretación es siempre un diálogo entre el terapeuta y el consultante, y no el resultado de narraciones teóricas predeterminadas que van en el sentido del terapeuta y de su competencia como experto.</p>
	<p><u>Neutralidad:</u> El terapeuta realiza un trabajo de observación sistemática, dejando de lado sus juicios de valor. Desde esta posición, el terapeuta evita los problemas políticos, ideológicos o éticos.</p>	<p><u>Relevancia de Valores:</u> Los terapeutas socioconstruccionistas son conscientes de la interdependencia que existe entre el contexto social y cualquier acción que se haga en éste. Dicha perspectiva invita a realizar de manera constante una reflexión crítica que enfatice los significados y valores que se encuentran inmersos en el contexto sociocultural en que se vive; así como, a través de una práctica de co-creación, se expresen opiniones múltiples con miras a fortalecer las voces o lenguajes ignorados.</p>

Cuadro 2. Cambios en los Valores del terapeuta y en las Dimensiones de la práctica terapéutica de las terapias Tradicionales o Modernas a las Terapias Postmodernas (Continuación)

	TERAPIAS TRADICIONALES O MODERNAS	TERAPIAS POSTMODERNAS
Dimensiones de cambio en la práctica terapéutica	<p><u>Mente:</u> Los estados mentales de los individuos han sido el centro de atención de numerosas terapias tradicionales. El proceso terapéutico consiste en explorar, comprender e incitar un cambio en la mente del individuo.</p>	<p><u>Discurso:</u> Las terapias con orientación socioconstruccionista se centran en los procesos lingüísticos de las personas y en la manera en que éstos construyen el yo y el mundo a través de la relación con los otros, así como también en las consecuencias que estas construcciones tienen para el bienestar de los consultantes.</p>
	<p><u>Yo:</u> El foco puesto en los estados mentales se encuentra entrañablemente relacionado con la concepción de las personas como “actores individuales” o como “átomos” del mundo social. De esta premisa se deriva la creencia que los actos individuales son producto de los estados internos de la mente.</p>	<p><u>Relación:</u> Uno de los puntos medulares en las terapias postmodernas es la consideración central que hace al discurso y al lenguaje como un proceso relacional. Esto conlleva a la creencia que el sentido se transforma en el interior de la matriz relacional que forma el dúo terapeuta-consultante.</p>
	<p><u>Singularidad:</u> La tendencia a valorar lo unitario y lo singular, con el objetivo de llegar a obtener el ideal: toma como base una “verdad única y verdadera”, lucha por descubrir la terapia más eficaz, la persona ideal, coherente en su mente y actos.</p>	<p><u>Plurivocalidad:</u> La tendencia a valorar la multiplicidad de versiones de la realidad y la creencia que el concebir la verdad como única, puede tener consecuencias opresivas sobre las personas. En pocas palabras, el construccionismo privilegia las interpretaciones múltiples de la realidad.</p>

Cuadro 2. Cambios en los Valores del terapeuta y en las Dimensiones de la práctica terapéutica de las terapias Tradicionales o Modernas a las Terapias Postmodernas (Continuación)

	TERAPIAS TRADICIONALES O MODERNAS	TERAPIAS POSTMODERNAS
Dimensiones de cambio en la práctica terapéutica	<p><u>Problemas:</u> el tomar como fundamento el modelo médico de enfermedad y cura. Consideran los problemas que enfrentan las personas como patologías, dificultades de adaptación, relaciones disfuncionales. Desde este punto de vista, el terapeuta se dedica a diagnosticar y a “curar” a los pacientes.</p>	<p><u>Posibilidades:</u> El término “problema” es una entidad lingüística que puede utilizarse, o no, para definir una situación o un estado de hecho. La naturaleza del problema se encuentra prefijado por las convenciones lingüísticas. En lugar de abandonar la terminología convencional, el construccionismo invita a detenerse en las consecuencias de su uso. Invita a evitar la reificación del discurso problemático y aplicar prácticas que se centren en un discurso de perspectivas positivas con la finalidad de que contribuya a mejorar la situación que el consultante vive.</p>
	<p><u>Introspección:</u> El énfasis en la psique del individuo como lugar en que se lleva a cabo el cambio producido en la terapia. El éxito de una terapia reside en el cambio de mentalidad del individuo y se espera que el cambio que tuvo lugar dentro de la terapia, se lleve a cabo también fuera de ella; el individuo saldrá libre del peso con que había entrado. A esto se le llama “introspección individual”.</p>	<p><u>Acción:</u> El construccionista parte de la asunción que el sentido es creado a través de la conversación en su uso social, por lo que puede variar de una conversación a otra. Las personas acogen capacidades discursivas múltiples. Así, la “introspección” es compartida por el terapeuta y el consultante se obtiene a través de la creación de sentido, de la conversación terapéutica, pero puede ser extraída en otra conversación distante en el tiempo y en el espacio. Entonces, el terapeuta toma en cuenta si un discurso puede ser puesto en práctica fuera de la terapia y si las consecuencias pragmáticas de ella son deseables.</p>

A manera de conclusión, podría decirse que las nuevas propuestas terapéuticas conocidas como terapias narrativas o postmodernas proponen al terapeuta extender el marco explicativo e interpretativo en la práctica, centrando su atención en los fenómenos de las relaciones sociales, del lenguaje, en los sistemas de significado y en el discurso. Al mismo tiempo incita a los terapeutas a adoptar una postura filosófica que promueva valores como la flexibilidad, el respeto, la tolerancia ante formas distintas de vida, así como favorece la creación de múltiples alternativas y posibilidades, y las maneras en que éstas se llevan a cabo en la acción social.

Los terapeutas que trabajan desde este marco reconocen los procesos mediante los que se llevan a cabo sus construcciones acerca de aquello que están observando y de las relaciones que éstos entablan con lo observado. La toma de decisiones que el terapeuta haga, se llevará a cabo en función de los significados que atribuye de lo que observa en la co-construcción con los otros. Esta práctica tiene en cuenta que toda interacción social posee consecuencias, incluyendo la que se lleva a cabo en el proceso terapéutico; bajo este supuesto, la responsabilidad del terapeuta gira en torno a sus propias construcciones (Shotter en Fruggeri, 1996).

3. Terapias Narrativas o Postmodernas

3.1 Una nueva perspectiva en terapia familiar

A lo largo de la historia, las prácticas clínicas que se han utilizado, para llevar a cabo el ejercicio de la psicoterapia, surgieron de cuerpos de conocimiento que proveen al terapeuta de elementos para la explicación de los problemas de las personas. Estos cuerpos de conocimiento han sido producto de la emigración de conceptos y perspectivas, tomados de otras áreas de conocimiento, al campo de la terapia. Al mecanismo a través del cual las ideas, conceptos o perspectivas se trasladan de un campo de actividad humana a otro, Limón (2005a) lo menciona como “emigración de analogías”.

De las primeras y las más claras muestras del uso de analogías para su trasposición al ámbito de la terapia ha sido el psicoanálisis y su recurrencia al

campo de la física. En general podría concluirse que la jerga psicológica de corte psicoanalítico posee, de manera casi inherente, una influencia de esta ciencia; por mencionar algunos términos, se habla de equilibrio energético, de tensiones, de cargas afectivas, de descargas emocionales, de impulsos, etc. Como bien lo menciona Montserrat (1980), Freud se ve influido por las nociones de termodinámica en la explicación de los procesos mentales de un individuo; habla de *energía libre* para referirse a los procesos primarios y secundarios de pensamiento; la pulsión como *carga energética* que tiende a descargarse dirigida hacia un fin.

Otro ejemplo sobresaliente de la tendencia a tomar conceptos de otras ciencias como la matemática o la física, para emigrarlos al campo de la psicoterapia, son las nociones de la terapia familiar de corte sistémico. Éstas retomaron, mayoritariamente de la cibernética, ideas para el marco explicativo de los problemas que llevaba a las familias a terapia. Los conceptos de información, retroalimentación, regulación, entre otros, destacan en este sentido.

Bajo el contexto de la postmodernidad y desde una perspectiva socioconstruccionista, uno de los cambios más preeminentes que se da en terapia es el abandono de las analogías provenientes de las ciencias exactas, en específico el de la cibernética que se estaba dando en terapia familiar, para adoptar analogías procedentes de las ciencias del hombre como de la filosofía hermenéutica o la sociología. Tal es el uso de la narrativa (Lax, 1996) y del lenguaje (Anderson, 2003) como metáforas para explicar la experiencia de las personas.

Dentro de los autores más destacados en materia de narrativa podría mencionarse a Bruner (1991), quien fue de los primeros autores en utilizar esta metáfora y explicar la manera en que los seres humanos se construyen a sí mismos y a su alrededor a través del uso de narrativas. De esta manera, el autor subraya la concepción de las personas como “contadoras de historias”, como seres que relatan su vida y le otorgan a ésta un sentido a partir de la interacción con los otros. Para Bruner, las historias que los protagonistas construyen influyen en la

manera en cómo interpretan el mundo, así como también se encuentra asociado al significado que ellos le otorgan a los acontecimientos de su vida.

Podría decirse, entonces, que las historias o narrativas dan cuenta de la manera en que los humanos organizan, explican, dan sentido y comprenden los eventos o sucesos que ocurren en su vida, a través de un proceso de “ida y vuelta”, como lo llama Anderson (1999). Dicho proceso proporciona las bases para la construcción de experiencias de las personas y para la comprensión de estas experiencias.

Ha de tomarse en cuenta que el proceso de construcción de historias se lleva a cabo en conjunción con otras personas en la vida cotidiana, a través de la interacción, de la conversación y del lenguaje. Así, cuando una persona comparte su historia, se generan y negocian nuevos significados, se van construyendo nuevas historias que se adhieren a las antiguas. El proceso de construcción de narración se encuentra sujeto a cambios, de manera continua, en la medida en que las personas se interrelacionan.

Podría decirse que las personas van adquiriendo un sistema de significados que se verá en constante cambio debido, entre otras cosas, a la gran gama de relaciones en la que se encuentran inmersas. Por esta razón, las historias y los significados que éstas conllevan, se encontrarán siempre sujetos a una renegociación que provocará un cambio en la interpretación y percepción, no sólo de la historia misma, sino también del protagonista (Bruner, 1991). Desde esta perspectiva, contar historias acerca de la propia vida es, al mismo tiempo, definir y negociar la propia identidad (Lax, 1996).

Gergen (1996) habla de las autonarraciones como un discurso público en el que las personas dan cuenta de sí mismas y dan continuidad a sus vidas. De acuerdo al autor, en ese “dar cuenta de uno mismo”, a través de las narrativas, se muestra que se ha sido y seguirá siendo el mismo aunque siga cambiando.

Por otro lado, autores como Bruner (1991) y Gergen (1996) han puesto especial énfasis en la consideración del contexto tanto cultural e histórico, como político, social y económico, ya que éste es el que limita, a través del lenguaje, el decurso de las narraciones que las personas realizan.

Esta nueva analogía en la terapia ha desencadenado nuevas concepciones en la práctica terapéutica, algunas de las cuales valdría la pena mencionar.

Una de las nuevas concepciones, es la de considerar el relato de la persona sobre su comprensión acerca del mundo como punto de partida (Lax, 1996) puesto que, como lo mencionan Trujano y Limón (en prensa), el desarrollo de los problemas de las personas se origina en sus narrativas. El papel del terapeuta en este sentido, es el de favorecer una conversación terapéutica con la finalidad última de incidir en el significado problemático y, así, co-construir versiones de un relato más apropiado al contexto inmediato de la persona.

Para ello, Gergen (2006) realiza un examen de la comunicación terapéutica a partir de la perspectiva socioconstruccionista. El autor expone la manera en que se co-generan, en co-participación, nuevas narrativas con el consultante, argumentando que las enunciaciones de las personas obtienen sentido a partir de la coordinación entre la acción y lo que el autor llama suplemento, una acción de cualquier índole, coordinada por otros.

Gergen (2006) afirma, a partir de lo anterior, que la creación de sentido surge de la relación con los otros y que la comunicación es, en sí, una práctica colaborativa. Así, ninguna narración, enunciación o relato posee sentido por sí solo, es necesario que entre en coordinación con otras personas para que el sentido comience a surgir.

La coordinación, a la que hacer referencia el autor, surge a partir de la conjunción de una acción con un suplemento, siendo éste último también una acción. El suplemento funge como eslabón de una cadena de coordinaciones, entre palabras y acciones (acción-suplemento-acción etc...). Es importante mencionar que el suplemento otorga significado al enunciado o acción que le antecede y constituye una acción que a su vez requiere de un suplemento. Si una acción se lleva a cabo sin obtener un suplemento, entonces carece de sentido (Gergen, 2006).

Dentro de esta cadena de acciones y suplementos, los límites de los actos de una persona estarán demarcados por las acciones de las otras personas; no obstante, el sentido no se determina a partir de dichos límites puesto que las

palabras poseen un sentido polisémico que las hace susceptibles de interpretaciones múltiples contingentes al tiempo y al contexto. El sentido posee vigencia en el aquí y ahora, dentro del contexto en el que se desarrolle y como efecto secundario del pasado. De esta manera, el sentido es susceptible a redefiniciones ya que se altera con el número creciente de acciones y suplementos de las relaciones en las que las personas se ven sumergidas. Dicho en palabras de Gergen (2006, p. 74): *“la capacidad fundamental que tenemos para coordinarnos depende en gran medida de la red de relaciones pasadas en las cuales hemos estado inmersos”*.

Al tomar en cuenta estas consideraciones en la comunicación y en la creación de sentido, la terapia se concibe ahora como una acción colaborativa y de coordinación. Asimismo, la práctica terapéutica como acción colaborativa comprende nueve puntos a exponer de acuerdo a Gergen (2006):

1. *El sufrimiento o la enfermedad mental no existen.*- El autor sugiere la disolución de la preconcepción de la existencia del sufrimiento o enfermedad mental en las personas, ya que cualquier término a tratar con el consultante tiene sentido sólo a partir de un proceso de colaboración con el terapeuta. Al mismo tiempo, Gergen (2006) propone al terapeuta tomar un papel activo en la generación de sentido que depende de la colaboración permanente en el proceso terapéutico.
2. *El tratamiento terapéutico en sí mismo no existe.*- se refiere a la participación del terapeuta en el proceso terapéutico con la aportación de suplementos que, a su vez, funcionan como acciones que carecen de sentido sin el suplemento de los consultantes. Esta noción obliga a reconsiderar el “buen tratamiento” y concebirlo desde una manera colaborativa, es decir, los resultados positivos de un proceso terapéutico se evaluarán tomando en cuenta la perspectiva del consultante y no solamente a los ojos del terapeuta.

3. *El acuerdo terapéutico es una forma de acción colaborativa.*-la perspectiva colaborativa concibe a la comprensión como una acción coordinada de acto y suplemento entre el terapeuta y el consultante. En la comprensión no se trata de explorar la “realidad interna” del otro, sino entrar en coordinación con él.
4. *El cambio terapéutico ha surgido de la acción colaborativa.*- el autor se pregunta la manera en que se dan los cambios en terapia. El centro de este cambio, sustenta el autor, ya no se visualiza desde la condición psicológica interna sino la “existencia relacional” de las personas que consultan en terapia. Las personas poseen una matriz de relaciones, dentro de la cual se desarrolla el “problema” que lo lleva a terapia. Para el proceso terapéutico de colaboración, el gran reto se encuentra en llegar a transformar esa matriz de manera que se llegue a disolver el problema a través de su principal herramienta: la conversación. No existen reglas para que la conversación se lleve a cabo en el encuentro terapéutico, debido a que cada persona llega con su propia matriz relacional. La coordinación será la base para la conversación en el proceso colaborativo y la meta a seguir será el bienestar del consultante.
5. *Tal vez la resistencia al cambio no exista.*- La tendencia a centrarse en el aquí y ahora, producto de concebir la colaboración como acción coordinada, posee algunos riesgos. Las personas se acostumbran a actuar y hablar de determinadas maneras que les resultan seguras y tranquilas. Resulta difícil que el consultante renuncie a estas formas de actuar si no posee nuevas capacidades y maneras de relacionarse con los demás. Desde este punto de vista, la historia relacional del consultante puede llegar a obstaculizar la visión de los recursos de las personas y, por lo tanto, dificultar el cambio.

6. *La revelación terapéutica es un movimiento en espacio horizontal.*- El autor propone dejar de lado la visión de la conversación como un acto superficial a través del cual ha de revelar lo oculto de las personas. La tarea del terapeuta es invitar al consultante a participar en una relación colaborativa, cuyas características serán definidas dentro de la propia conversación. Así, si se ha creado una forma particular de considerar a las personas, por ejemplo lo profundo contra lo superficial, es porque ha surgido de la colaboración, y por ende, será una perspectiva opcional.
7. *Cualquier enunciado acerca del sentido lo transforma.*- Parte del supuesto que cada movimiento de la conversación otorga sentido a lo que le antecede y viceversa, el sentido de las acciones depende de aquellos que responden. De esta manera, el sentido se encuentra abierto siempre al último movimiento de una conversación y nunca se consume. La comunicación como una coordinación invita a reconsiderar las prácticas de diagnóstico y evaluación en terapia.
8. *La terapia puede obrar maravillas pero lo importante es la puesta en práctica.*- Si bien la terapia es una conversación que se alimenta de las relaciones exteriores a ella, también sienta las bases para una nueva y única realidad. Esto es, pueden crearse modalidades de discurso entre terapeuta y consultante que se lleven a cabo únicamente en el contexto terapéutico. El medio que, a perspectiva del autor, resulta más evidente para demostrar la manera en que el discurso del consultante se traslada a su vida cotidiana es el trabajo con las relaciones, en lugar de trabajar con los individuos aislados.
9. *Las prácticas terapéuticas deben transformarse continuamente.*- La concepción colaborativa de la comunicación parte de la idea que cada escuela terapéutica crea recursos discursivos en la

cultura. Para este enfoque, la finalidad de las escuelas existentes en terapia es la de preservar la cultura. El autor invita a dejar de pensar en términos de “una conversación modelo”, y darle bienvenida a la multiplicidad en que estamos inmersos cada vez más a nivel cultural. La práctica colaborativa apoya, por tanto, toda evolución en el lenguaje y en las prácticas terapéuticas a fin de entrar en sintonía con la cultura.

Tal como se ha tratado de explicar en el presente apartado, la nueva perspectiva en terapia familiar, es decir, la narrativa, trae consigo nuevas asunciones, prácticas y cuerpos de conocimiento que dan por resultado modalidades terapéuticas innovadoras. Si bien éstas no despliegan un esquema predeterminado en su metodología y formas de aplicación, sí presentan una mayor flexibilidad y diversidad que promueven propuestas valiosas y efectivas en la práctica (Trujano y Limón, en prensa)

El nombre que han recibido estas modalidades, en conjunto, ha sido el de Terapias Narrativas ó Postmodernas (Limón, 2005a). Se trata de una designación que hace referencia a dos ideas: la primera tiene que ver con la conciencia colectiva identificada como Postmodernidad y la segunda se refiere al vínculo que existe entre estas prácticas con el diálogo, el lenguaje y las narraciones (Trujano y Limón, en prensa).

Es importante mencionar que, aunque dichas propuestas comparten muchas de sus asunciones, todas poseen particularidades que las hacen distintivas unas de otras (Anderson, 2003; Trujano y Limón, en prensa). Los presupuestos que estas propuestas comparten son el construccionismo social y su alejamiento de las concepciones positivistas en psicología, así como la adopción de la orientación hermenéutica, en donde destacan autores como Wittgenstein, Gadamer y Derrida (citados en Trujano y Limón, en prensa). Tanto los presupuestos como los rasgos particulares de algunas de las modalidades que han surgido se expondrán con mayor profundidad a continuación.

3.2 Algunas propuestas y formas de trabajar narrativas o postmodernas

3.2.1 Harlene Anderson y Harold Goolishian

Antecedentes

El modelo creado por Harlene Anderson y Harold Goolishian se remonta a los años 70' con su participación en la terapia de impacto múltiple (MIT por sus siglas en inglés *Multiple Impact Therapy*) en la University of Texas Medical Branch, en Galveston, Texas. La terapia trabajaba con ayuda de un equipo multidisciplinario, como una forma de terapia breve con familias con hijos adolescentes. Su objetivo era el de ayudar a las familias a crear un proceso que les facilitara el enfrentamiento de crisis del miembro adolescente a través de la autorehabilitación (Beltrán, 2004).

El trabajo que respaldaba al MIT aún se encontraba influenciado por la teoría cibernética. Ejemplo de ello es la referencia que hacen los representantes de este grupo (Anderson, 2000) a las investigaciones en el área de comunicación efectuadas por Jackson, Bateson y sus colegas en Palo Alto, para la práctica terapéutica.

No obstante a las influencias cibernéticas y constructivistas en el trabajo clínico, el MIT representó, una perspectiva innovadora en la práctica terapéutica (Anderson, 2000). Según menciona Anderson (2000), comenzaron a preocuparse, en primera estancia, por la relación existente entre los miembros del equipo que trabajaba con las familias en terapia. Se empezaron a focalizar en la importancia del individuo y sus sistemas relacionales, promovían los recursos de la familia y de la comunidad a través de la utilización de la creatividad y el ingenio humano, valoraba la diversidad y multiplicidad de voces, y procuraba su entendimiento, en lugar de descartarlas o enjuiciarlas.

El equipo del MIT estaba siendo testigo de la emergencia de nuevas formas de comprensión en el trabajo con las familias: una revolución en el paradigma que provocaría nuevos marcos explicativos, analogías y conceptualizaciones.

Surge el Galveston Family Institute (Beltrán, 2004), siguiendo el formato que se trabajaba en el MIT, pero considerando la perspectiva hermenéutica y la teoría construccionista como sustento de la práctica terapéutica.

Ahora, las principales preocupaciones de este grupo estaban centradas en la naturaleza del conocimiento y del lenguaje. Los autores que destacan en este sentido son Bakhtin, Bruner, Geertz, Gergen, Lyotard, Rorty, Schon, Shotter, Vygotsky (citados en Anderson, 2003b) entre otros.

Para el año 1988 se anunciaba un cambio ideológico en terapia. Anderson y Goolishian (citados en Anderson, 2005a) darían a conocer, a través de su artículo, una nueva forma de concebir el trabajo terapéutico. En dicho artículo, los autores trataban conceptos tales como conversación, postura de no-saber, significado, entendimiento, entre otros, todos ellos englobando lo que llamarían el “método dialógico” (Limón, 2005b).

La propuesta principal que realizan Anderson y Goolishian, en este artículo, es la invitación al terapeuta a una postura de no-saber, a promover la conversación dialógica para la exploración de los sistemas de significado existentes en las personas y la creación de sistemas nuevos. En consecuencia, los autores proponen la generación de nuevas formas de entendimiento acerca de las situaciones de vida de las personas (Anderson, 2005a).

Dentro de los conceptos fundamentales en esta propuesta, se encuentran la consideración de los sistemas humanos como sistemas creadores de significado y el énfasis en las implicaciones del lenguaje en terapia. Tomando en cuenta lo anterior, no es de sorprender que este enfoque se haya dado a conocer como “aproximación de los sistemas colaborativos de lenguaje” para, posteriormente, simplificarse a lo que hoy se conoce como “terapia colaborativa” (Anderson, 2005a, Beltrán, 2004).

Es importante mencionar que, a la muerte de Goolishian, Anderson continuó ampliando y aportando nuevas concepciones a la propuesta original. Anderson (1999) hace referencia de esta propuesta como parte de las tendencias narrativas postmodernas y como una filosofía de vida más que una escuela de terapia (Beltrán, 2004).

Constructos teóricos

Las principales influencias del enfoque colaborativo tienen lugar en el pensamiento socioconstruccionista y hermenéutico. Partiendo de estas dos orientaciones, Anderson y Goolishian (citados en Anderson, 2003b) toman a consideración cuatro supuestos de los que se deriva gran parte de esta nueva forma de dar terapia: el primero es la concepción del mundo como producto de la construcción social y, más específicamente, del intercambio lingüístico de los individuos en conversación. El segundo supuesto es la asunción del lenguaje como vehículo y producto de intercambio humano, supuesto que se encuentra intrínsecamente relacionado con el tercer supuesto que es la concepción del lenguaje como generativo de experiencia y significado. Y, por último, se encuentra el cuarto supuesto en el que se considera el entendimiento como producto de un proceso interpretativo (Anderson y Goolishian, 1996; Anderson, 1999; Anderson, 2003b).

Dado que este enfoque pone un especial énfasis en el lenguaje, resulta importante ahondar en la explicación que se hace de éste en la perspectiva colaborativa de terapia. En principio, Anderson (1999) concibe al lenguaje como el vehículo primario a través del cual las personas construyen y crean sentido, tanto del mundo que les rodea como de sí mismos. El lenguaje permite la descripción de lo que sucede en la vida de las personas y les atribuye un significado que, a su vez, influyen en la manera en que las personas se relacionan unas con otras.

La creatividad y fluidez son algunas de las características que Anderson (1999) menciona del lenguaje. Esto es, la fluidez del lenguaje viene determinada por los cambios que le suceden a través del tiempo. La autora cita a Heidegger para argumentar lo anterior: *“Los cambios en el mundo requieren cambios en el lenguaje, y los cambios en el lenguaje afectan lo que somos capaces de comprender acerca del mundo (...) El lenguaje se desarrolla a través de la búsqueda de formas nuevas de hablar sobre nuevas situaciones y experiencias”* (en Anderson, 1999; p. 269). Asimismo, la creatividad del lenguaje se hace

evidente cuando se toma en cuenta que el lenguaje es creador de la realidad social. La forma de estas realidades es otorgada también por el lenguaje (Anderson, 1999; Anderson, 2003b).

Por lo que se refiere al conocimiento, Anderson (2003a) explica que está construido lingüísticamente. Su desarrollo y transformación es un proceso comunal. Asimismo, el conocimiento no es estático sino que se encuentra en constante cambio: es fluido y creado.

Las nuevas presuposiciones de lenguaje y del conocimiento dan como resultado concepciones distintas a las que se trabajaban en terapia familiar. Éstas hacen de el enfoque colaborativo una oportunidad para el diálogo con la finalidad de crear oportunidades de autodeterminación, libertad y posibilidades que son únicas para cada persona y su situación (Anderson, 1999). En seguida se explicarán aquellas acepciones y conceptos que caracterizan al enfoque colaborativo.

Por un lado, se encuentra la premisa que indica que los sistemas humanos son considerados como generadores de lenguaje y de sentido. La terapia, que incluye terapeuta y familia o persona, no es la excepción (Anderson y Goolishian, 1996), ya que se considera como un tipo de lenguaje, un sistema creador de significado (Anderson, 2003b). En este sentido, explican Anderson y Goolishian (1996), la comunicación cobra una importancia preponderante para el intercambio dialogal. De ella depende la construcción social del significado y la comprensión en terapia.

Por otro lado, Anderson (1999) se refiere al enfoque colaborativo en terapia más que como una técnica o escuela, una filosofía de vida y una forma de relacionarse con la gente en terapia. Las características de esta forma de ser comprende, entre otras cosas, la visión del terapeuta y la familia o persona como compañeros conversacionales. Ambos se comprometen en una indagación compartida de los problemas y de desarrollo de posibilidades que clarifica, expande y cambia la perspectiva de las personas que consultan la terapia. Mientras tanto, el terapeuta intenta aprender la perspectiva de la familia o persona,

se convierte en un aprendiz del lenguaje del otro (Anderson, 1999; Anderson; 2005a)

La postura de aprendiz del lenguaje del otro que propone Anderson (1999), resulta en una conversación que genera un sentimiento de pertenencia, existe un ambiente de participación y responsabilidad compartida entre el terapeuta y las personas que lo consultan. Además, promueve una postura de “genuina curiosidad” por las personas, que se contagia al llevarla a la práctica y se ve reflejada en el respeto y valoración al escuchar las narrativas de otros dentro de la misma familia.

Ahora bien, considerando que terapeuta colaborativo se da a la tarea de aprender la perspectiva de quien lo consulta, entonces la persona que consulta la terapia es quien enseña acerca de su vida. Él es el experto en su propia historia de vida, sus experiencias, creencias, opiniones acerca de acontecimientos vitales etc. El terapeuta, de entrada, ignora esta información. Durante el proceso terapéutico escuchará lo que es importante para las personas y se lo tomará en serio, honrando así la historia del consultante (Anderson y Goolishian, 1996; Anderson, 1999; Anderson, 2003).

La tarea del terapeuta estará encaminada a la lucha por entender los marcos de comprensión de las perspectivas de cada miembro de la familia, ya que considera que la riqueza de estas diferencias mantienen infinitas posibilidades. El terapeuta se caracterizará por apreciar, respetar y valorar cada voz perteneciente a cada miembro de la familia (Anderson, 2003). La postura del terapeuta se engloba en una denominación propuesta por Anderson y Goolishian (citados en Anderson, 2005a): el *no-saber*.

Anderson (2005) define esta postura como una actitud y creencia acerca de su propio conocimiento acerca de las personas. El terapeuta siempre necesita aprender más acerca de lo que ha sido dicho. La autora propone que, al adoptar una actitud de no-saber, escuchar de manera respetuosa, activa y responsiva a los que consultan la terapia. Se trata de asumir que las contribuciones del terapeuta, sean éstas preguntas, opiniones, especulaciones o sugerencias, serán presentadas de manera tentativa. De esta manera, se muestra una actitud

respetuosa, de compromiso y de apertura hacia la otra persona y a lo nuevo. En pocas palabras, el no-saber es una posición con respecto a los intentos en los que el conocimiento es introducido (Anderson, 1999, Anderson, 2005a).

Esta postura ha provocado polémica y se ha malentendido. El no-saber no significa que el terapeuta no sepa nada o haga nada, que finja ignorancia. Tampoco significa que el terapeuta, durante la sesión, no hará nada. Es importante hacer énfasis que se trata de una posición de “humildad” como la llama Anderson (1999) respecto al propio conocimiento como terapeuta y la forma en la que éste se muestra frente a las personas que consultan la terapia (Anderson, 1999; Anderson, 2003b; Anderson, 2005a).

Para poder mantener la postura del no-saber y seguir aprendiendo de las personas de una manera constante, Anderson (1999) propone que el terapeuta atienda el desarrollo natural de la historia que cuentan las personas, tratando de entender sus preocupaciones, puntos de vista y expectativas. El conocimiento del terapeuta acerca de las intenciones de cualquier conversación dependerá de la explicación de las personas. En este sentido, el terapeuta es un experto en facilitar el diálogo, esto es, en el proceso terapéutico y las personas serán expertas en las experiencias vitales que lo llevaron a terapia, es decir, en el contenido (Anderson, 1999)

Otro de los elementos de que consta la postura filosófica es el *ser público*. Esta idea rompe con la manera de trabajar de los terapeutas tradicionales, en la que operan desde pensamientos invisibles y privados que funcionan como guía. Los pensamientos que vaya teniendo el terapeuta servirán como base para el diagnóstico, los juicios y las hipótesis que, a su vez, servirán como guía para la realización de preguntas (Anderson, 2003b).

En cambio el terapeuta colaborativo utiliza esos pensamientos para abrirlos y hacerlos visibles ante la persona. Para ello, debe tomarse en cuenta la actitud, la manera y la pertinencia en que se ofrecen estos pensamientos u opiniones. Anderson (2003a) destaca que se debe evitar el monólogo que lleva al terapeuta a realizar descripciones de las personas tales como “resistencia” y “negación”.

La postura colaborativa considera que el terapeuta es un experto en la creación de espacios y la facilitación de los procesos de conversaciones dialógicas: el terapeuta es un experto en relaciones colaborativas (Anderson, 1999; Anderson, 2003a; Anderson 2003b). Se trata de una postura que invita a las personas a asociarse en un proceso de transformación mutua.

Cabe señalar que una de las características en que se llevará a cabo este proceso de conversación dialógica será la incertidumbre y estará basada en conversaciones de la vida cotidiana.

La incertidumbre se refiere a que el terapeuta no sabrá el rumbo que tomará la historia de la persona (Anderson, 2003a). La base de la relación terapéutica será la voluntad de dudar, la capacidad de no entender demasiado rápido la historia del otro, de abandonar los supuestos y estereotipos prematuros y de no apreciar el conocimiento del terapeuta más que el del cliente. La incertidumbre requiere una posición de apertura a los cuestionamientos, al cambio y a lo inesperado (Anderson, 1999).

Problemas, Formas de Intervención y Cambio

La terapia colaborativa no cree en los problemas como patologías. En cambio, los problemas se conciben como dilemas que parten de la vida cotidiana. Se originan y mantienen a través de los significados de las personas y de la comunicación de los otros y consigo mismos (Anderson, 2003b). Los problemas son acontecimientos o posiciones lingüísticas que suelen interpretarse y describirse de manera conflictiva. Podrían considerarse como “rupturas conversacionales”, es decir, una falla por mantener conversaciones generativas que, en consecuencia, las personas pierden su sentido de autonomía y libertad (Anderson y Goolishian, 1996; Anderson, 1999).

Esta nueva concepción de los problemas lleva a asumir que éstos, en lugar de resolverse, se disuelven dentro de la conversación (Anderson, 1999). Es en este punto donde entra el papel del terapeuta y su herramienta principal en el quehacer terapéutico: la conversación (Anderson y Goolishian, 1996).

Anderson (2003b) menciona que en la terapia no hay intervenciones ni técnicas sino una postura filosófica que se refleja en la relación que el terapeuta tiene con las familias o personas. Lo que podría considerarse como intervenciones, son ideas y acciones que emergen de las conversaciones terapéuticas locales.

De esta manera, la familia o persona y el terapeuta se ven envueltos en una conversación para promover el intercambio, diálogo, entrecruzamiento de ideas, opiniones y preguntas. Aquí el papel de la pregunta terapéutica o conversacional posee una importancia especial. Es un instrumento para facilitar el desarrollo del proceso dialogal. Las preguntas desde una posición del no-saber, según argumentan Anderson y Goolishian (1996) abren paso a la conversación y no se formulan con base en un método que exijan respuestas específicas.

El reto del terapeuta estriba en respetar, estar en conversación con y navegar en múltiples realidades con las personas. Nuevamente, la conversación resulta de una importancia capital, ya que a través de ella se cambian descripciones, definiciones, significados y formas que ayudan a la disolución del problema. Por lo tanto, la conversación dialógica en sí, es un proceso de transformación (Anderson, 2003b).

Es pertinente definir la conversación terapéutica. De acuerdo con Anderson y Goolishian (1996) es una empresa que pone en juego una búsqueda mutua de comprensión y exploración a través del diálogo acerca de los problemas. Anderson (2003b), por su parte, agrega que se trata de un proceso mutuo en que los participantes están, en un modo fluido, hablando el uno con el otro, buscan entendimientos y generan significados. Este tipo de conversación comienza con el terapeuta como aprendiz, su interés y curiosidad invitan a las personas a la investigación compartida.

Por otra parte, el cambio en terapia emerge en y a través de las re-descripciones generadas por el contar y re-contar de las historias de las personas o las familias. El objetivo del terapeuta será la creación de un espacio en el que se facilite la conversación dialogal de la búsqueda de nueva narración. Como dicen Anderson y Goolishian (1996, p. 48) refiriéndose al cambio: *“El poder*

transformador de la narración descansa en su capacidad para relatar o re-relacionar los hechos de nuestras vidas en el contexto de un significado nuevo y diferente”.

3.2.2 Tom Andersen

Antecedentes

Tom Andersen ha sido considerado por algunos autores, entre ellos, Anderson, Hoffman, Lax y White (citados en Beltrán, 2004), como el padre del equipo reflexivo. Esta forma de trabajar en terapia data de los años 80', cuando Andersen aún era médico de cabecera (Andersen, 1996) y se preguntaba acerca del efecto social de la enfermedad y acerca del entendimiento de los sufrimientos y dolores de las partes móviles de los pacientes.

Andersen (1996) menciona que fue en busca de alternativas y se reunió con algunos terapeutas familiares para trabajar juntos. El proceso terapéutico se llevaba a cabo a través de la dirección de un “equipo de expertos” (Beltrán, 2004) que daban directrices a las personas basadas en el entendimiento de los problemas que las llevan a terapia.

El centro de este tipo de trabajo era al estilo Milán, en el que un grupo se reúne con la familia y otras personas siguen la conversación detrás del espejo de una sola dirección (Andersen, 1994). El procedimiento que seguía este grupo de terapeutas, de acuerdo con Andersen (1996), era el siguiente: 1) La persona que hablaba con la familia, o entrevistador, tenía una idea preliminar de cómo entender el problema. El terapeuta formulaba una hipótesis 2) El entrevistador se aparta de la familia para pasar con el equipo detrás del espejo y discutir interpretaciones posibles acerca de la problemática de la familia 3) El entrevistador se reúne nuevamente con la familia para transmitirles la comprensión discutida con el equipo detrás del espejo. En pocas palabras, la entrevista se caracterizaba por que los terapeutas decían a los consultantes qué debían hacer y cómo hacerlo, en simultaneidad con la manera en que debían comprender el problema (Beltrán, 2004)

Surgió en Andersen una sensación de incomodidad con esta forma de trabajo que, como él mismo menciona (Andersen, 1996), lo llevó a evitar el tipo de procedimientos al estilo Milán y seguir intentando hasta llegar a una postura de “*además de lo que ustedes ven, nosotros vemos esto...*” (Andersen, 1996, p. 80). La propuesta de Andersen pondría en duda la postura “o...o” y promovería una postura del tipo “ambos...y”.

Los intentos de Andersen por realizar algo distinto a las prácticas terapéuticas que realizaba, lo guiaron a la creación de una forma distinta de trabajo: los equipos de reflexión. Resulta importante mencionar que la palabra reflexión hace alusión a su uso en el francés *réflexion* que, a su vez, posee el mismo significado que la palabra noruega *refleksjon*: algo que es oído, aprehendido y pensado antes de dar una respuesta (Andersen, 1994). Por lo que la palabra reflexión se refiere al acto de reflexionar y no de reflejar (Andersen, 1996).

Las ideas de los equipos de reflexión se ven influenciadas por varias corrientes de pensamiento y varias propuestas teóricas hechas por otros autores dentro de los cuales se mencionan a continuación (Andersen, 1994; Beltrán, 2004):

- las teorías cibernética y constructivista representadas por von Foerster y von Glasersfeld
- La idea de las diferencias y la diferencia que hace la diferencia propuesta por Bateson
- La biología del conocimiento y la idea del multiverso propuestas por Maturana y Varela
- La concepción del habla como proceso de constitución del ser propuesta por Goolishian
- El construccionismo y la comprensión relacional del significado representada por Gergen y Shotter

La manera en que se conjuntan esta familia de ideas y conceptos, para derivar en nuevas asunciones en la terapia, se mencionan a continuación.

Constructos teóricos

Uno de los conceptos básicos a revisar dentro de los procesos de reflexión es el de *multiverso*. Se refiere a que cuando una persona observa hace distinciones que dejan afuera todas las demás posibles. De esta manera, cada persona que describa la misma situación tendrá su propia versión (Anderson, 1991). Es importante resaltar que esta noción se encuentra identificada con la filosofía de la Postmodernidad, ya que, además de promover múltiples versiones de una situación, cada una de ellas será igualmente válida y equiparable a las otras (posición “ambos...y”) (Andersen, 1994; Andersen, 1996). En este sentido *multiverso* quiere decir que un fenómeno, por ejemplo un problema, puede describirse y comprenderse de diferentes maneras (Andersen, 1994).

Dentro de los conceptos básicos de los equipos de reflexión se encuentra también la *conversación*. Es a través de las conversaciones que surgen alternativas y visiones nuevas para la explicación y comprensión de situaciones que la gente vive. Además, Andersen (1995) incluye el término conversación para definir a los procesos de reflexión, refiere que trata de una serie de conversaciones que tratan el mismo tema pero de manera diferente.

De hecho, el autor argumenta que los procesos reflexivos surgen de una alternancia entre conversar con otros sobre temas significativos y escuchar las conversaciones sobre estos temas. Mientras tanto, las personas que escuchan poseen una conversación consigo mismos que, al conversar con otros, derivan en nuevos significados.

La explicación de Andersen (1995) a este hecho es que la conversación externa sirve como perspectiva para la conversación interna y viceversa. La idea se encuentra sustentada en la propuesta de Bateson (citado en Andersen, 1995) quien afirma que al ver un mismo hecho de diferentes ángulos se generan nuevas ideas y nuevos significados.

Problemas, Formas de Intervención y Cambio

Al igual que Goolishian y otros autores postmodernos en el campo de la psicoterapia, Andersen (1994) considera que los problemas se encuentran inscritos en el sistema de significados de las personas. Refiere que los problemas son algo que las personas “no pueden dejar pero que piensan que hay que cambiar”.

La manera en que los terapeutas pueden intervenir o ayudar ante esta situación es a través de la pregunta y de la conversación, ambas incluidas en el proceso de reflexión (Andersen, 1994; Andersen, 1995; Andersen, 1996).

Para explicar el proceso reflexivo es necesario señalar que existen dos sistemas a tomar en cuenta: el sistema de entrevista que incluye al entrevistador (o terapeuta), a la familiar y el equipo reflexivo (Andersen, 1994).

El sistema de entrevista se puede definir como un sistema autónomo en el que se define, por sí mismo, de qué y cómo se habla. El equipo reflexivo nunca da instrucciones sobre lo que el equipo de entrevista va a decir o la manera en que sus miembros han de hablar. En cambio, su tarea es la de escuchar en silencio la conversación que se da en el sistema de entrevista (Andersen, 1994).

Los miembros no se hablan sino que cada uno de ellos conversa consigo mismo. Esta conversación estará basada en la búsqueda de descripciones distintas a las presentadas en la conversación del sistema de entrevista. Si el sistema de entrevista se los pide, los miembros del equipo presentan sus ideas y preguntas hablando entre sí sobre el tema presentado, mientras que los miembros del sistema de entrevista los escuchan. Cada miembro da su versión sobre los temas definidos como problemáticos (Andersen, 1994, Andersen, 1996).

Es importante señalar que el proceso de reflexión brinda la posibilidad de que el sistema de entrevista posea un diálogo interno mientras escuchan las versiones que les expone el equipo (Andersen, 1994, Andersen, 1996).

El proceso continúa cuando los miembros pertenecientes al sistema de entrevista conversan entre sí acerca de las ideas que surgieron mientras escuchaban las reflexiones.

Asimismo, para llevar a cabo un proceso de reflexión existe una serie de “normas de acción” (Andersen, 1996). Una de ellas es que se ponga énfasis en la

autonomía de la familia para tomar decisiones. Anterior a la exposición de las reflexiones del equipo, el entrevistador aclarará que los miembros de la familia se encuentran en libertad de escuchar las reflexiones del equipo.

Las reflexiones del equipo deberán de estar basadas en algo expresado durante la conversación, además que los miembros del equipo evitarán transmitir connotaciones negativas.

La tercera y última “norma de acción” se refiere a la manera en que han de realizar sus reflexiones y conversaciones los miembros del equipo reflexivo. De acuerdo con Andersen (1996), el equipo reflexivo, si se encontrara en la misma habitación que el sistema de entrevista, ha de conversar entre sí para que los miembros de la familia se sientan en libertad de no escuchar.

El cambio, desde el punto de vista del equipo reflexivo, se da a partir de “intercambios conversacionales”. Las conversaciones son una fuente importante para el intercambio de descripciones y explicaciones, definiciones y significados diferentes. Tales intercambios podrían hacer ver bajo una nueva perspectiva viejas descripciones y explicaciones e incluso podrían llevar a que emergieran otras nuevas. Así, esta sería la base más amplia para que una persona pueda elegir cómo manejar situaciones estancadas de manera diferente o cómo responder a los acontecimientos nuevos (Andersen, 1994).

El papel de la pregunta, realizada de tal forma que da la posibilidad de más de dos respuestas (sí o no), es primordial. La mejor manera de ayudar es haciendo preguntas que aquellos con los que hablamos no se hacen muy a menudo a sí mismos, y que pueden responderse de muchas maneras, lo que a su vez crea nuevas preguntas. Desde un enfoque de equipo de reflexión, la mejor contribución que el entrevistador puede hacer al sistema estancado es la realización de preguntas apropiadamente inusuales (Andersen, 1994; Andersen, 1996).

En pocas palabras, para que se produzca un cambio, las conversaciones que se realizan en terapia tienen que ser diferentes a lo habitual, pero no

demasiado para que resulten ajenas al lenguaje de la familia o persona (Andersen, en Beltran, 2004).

3.2.3 Michael White y David Epston

Antecedentes

El trabajo de Michael White y David Epston (citados en Anderson, 2003) se remonta a principios de los años ochenta en lugares concernientes a dos países de Oceanía: el Dulwich Center, localizado en Adelaida, Australia y Auckland en Nueva Zelanda. Alrededor de esos años, White se preocupaba por los métodos interpretativos basados en las investigaciones de Bateson, mientras que Epston estaba centrado en la antropología y su aplicación en el estudio de la narración de historias. Ambos autores comenzaron a interesarse por el trabajo del otro y, posteriormente, se unieron para combinar sus perspectivas teóricas y crear lo que se conocería como la terapia narrativa (Anderson, 2003; Suárez, 2004).

Este modelo surgió en un contexto geográfico y cultural en el que la opresión sobre los grupos indígenas y el compromiso por su restitución eran el centro de atención. White y Epston (en Anderson, 2003), como parte de este contexto, se identificaron con el movimiento postestructuralista europeo, en especial con la teoría de Foucault con respecto del poder y la verdad. Por tanto, la influencia del postestructuralismo se hace presente en el modelo de la terapia narrativa. Sobre todo si se toma en cuenta que muchos de los conceptos básicos en el modelo, se basan principalmente en la teorías de Foucault y Derrida (citados en Suárez, 2004).

White y Epston (1993) mencionan que dentro de las influencias más significativas en su propuesta terapéutica se encuentran: las ideas de Foucault referentes al conocimiento, la verdad y el poder; el pensamiento de Derrida y la deconstrucción; la teoría de Bateson concerniente a la manera en que

comprendemos y desciframos al mundo; Geertz y sus aportaciones al análisis del texto como proceso de interpretación; Bruner y sus estudios en como la gente entiende y otorga significado a sus experiencias a través de historias.

Constructos teóricos

Los constructos teóricos de mayor relevancia en la terapia narrativa se inscriben en tres conceptos mayores, a saber, el relato, el conocimiento y el poder (White y Epston, 1993)

Por su parte, la noción de relato cobra importancia, en el modelo narrativo, a partir de que son considerados como un marco explicativo para el comportamiento y la interacción de las personas (Anderson, 2003). Esta noción se basa en la creencia que las personas organizan, crean y dan sentido a sus vidas por medio de narrativas o relatos. La perspectiva narrativa sostiene que, en el proceso de contar historias, las personas se enfrentan con la tarea de organizar su experiencia de los acontecimientos en secuencias temporales, con el objetivo de obtener un relato coherente de sí mismas y de lo que les rodea (White y Epston, 1993).

Tanto las vidas como las narraciones de la gente se encuentran influenciadas por narrativas dominantes provenientes del discurso de la cultura en que se vive. Este discurso, de acuerdo a Foucault (en Law y Madigan, 1998), se refiere no sólo a las palabras y afirmaciones, sino también a su vínculo con las complejas relaciones sociales y de poder. Los significados no son el resultado del lenguaje en sí, sino que se derivan de las prácticas discursivas institucionalizadas. En otras palabras, el discurso es el reflejo de las estructuras sociales y de poder que se encuentran vigentes y constituyen las relaciones de las personas (Madigan y Law , 1998).

White (en White y Epston, 1993) hace mención de los efectos del poder en la vida de las personas. Éste las determina y las construye a partir de lo que se considera en una sociedad como “verdades”. De ahí que se otorgue énfasis en las verdades como normalizadoras: establecen normas en torno a las cuales se incita

a las personas a moldear sus vidas. Forjan y someten a las personas a convertirse en “cuerpos dóciles” a fin de que participen en prácticas que sustenten la proliferación de conocimientos que sustenten las técnicas de poder. Las verdades narrativas dominantes se convierten en verdades internalizadas (Anderson, 2003)

De esta forma, el conocimiento hace que las personas sean juzgadas, condenadas, clasificadas, determinadas en sus decisiones y destinadas a un cierto modo de vivir, en función de los discursos de “verdad”, agentes de los efectos específicos del poder (Foucault en White y Epston, 1993).

En el modelo narrativo, se toma en cuenta lo que Foucault (Madigan y Law, 1998; White y Epston, 1993) denomina como conocimientos o relatos alternativos. Se trata de conocimientos locales que, con frecuencia, son silenciados debido a que contrastan con los conocimientos culturales vigentes. Cuando los relatos alternativos son descalificados, en simultaneidad, se descalifica y marginaliza a los grupos de personas que forman parte de estos relatos porque son concebidos como distintos de la cultura.

Los terapeutas narrativos, no exentos a los discursos de la cultura, se encuentran sujetos a formar parte de las prácticas de poder y a imponer verdades a los consultantes. La manera de evitar este tipo de situaciones será estando conscientes de la carga político-social que implica el trabajo terapéutico. La tarea del terapeuta será ser transparentes con respecto a los efectos del poder impuestos por los discursos culturales y examinar la influencia que éstos han tenido en la vida de los consultantes. Lo anterior ayudará a liberar a las personas de sus problemas dominados por la cultura y a construir historias, acerca de sí mismos, que les brinde mayores posibilidades (Anderson, 2003).

White (en White y Epston, 1993) menciona que un constructo importante y de utilidad a considerar en el modelo narrativo es la analogía del texto, que se relaciona con el concepto de relato o narración. Dicha analogía permite, entre otras cosas, concebir la evolución de las vidas y relaciones en términos de lectura y escritura de textos. White refiere que la interpretación de un relato de vida es comparable a la realización de la lectura de un texto. En la medida en que se “lee” un relato, nuevas formas de “escribirlo” surgen, ya que cada lectura es una nueva

interpretación. En pocas palabras, la analogía del texto permite concebir la organización de la vida de las personas como derivado de la interacción de “lectores” y “escritores” en torno a ciertos relatos o narraciones (White citado en White y Espton, 1993).

Es importante mencionar, que la analogía del texto permite tener en cuenta el contexto socio-político y estudiar las acciones y los efectos de poder sobre las vidas y las relaciones de las personas (White y Epston, 1993). Asunto que resulta de fundamental importancia para White y su trabajo en la narrativa.

Problemas, Formas de Intervención y Cambio

Al realizar narraciones acerca de sus vidas, las personas pasan por alto algunas experiencias vividas. Por ende, una narración no puede abarcar toda la riqueza la vida de las personas, de tal manera que gran parte del bagaje de experiencias queda sin relatar y nunca es contado o expresado (White y Epston, 1993).

Las personas consultan una terapia cuando los relatos dentro de las que narran su vida, no representan lo suficiente sus experiencias vividas. Esto es, una situación vivida se vuelve problemática para una persona, debido a que la ubica y se apodera de relatos que otros tienen acerca de ella y de sus relaciones. Dichos relatos no dejan el espacio como para que las personas representen sus relatos preferidos y, por ello, se convierten en relatos dominantes (Morgan, 2000; White y Epston, 1993).

No obstante, existirán aspectos que contradigan las narraciones dominantes, gracias a los cuales se podrán generar relatos alternativos que le brinden la posibilidad a los consultantes de vivir y relacionarse como ellos prefieran (White y Epston, 1993).

El terapeuta narrativo trabajará con el consultante en un contexto que, según Mandigan y Law (1998):

- a) Otorgue privilegio a la experiencia vivida de la persona.

- b) Promueva la posibilidad del cambio a través de la vinculación de la experiencia vivida con la dimensión temporal del presente, pasado y futuro.
- c) Fomente perspectivas múltiples e intervenga de tal manera que deconstruya los relatos del “conocimiento experto”.
- d) Promueva un repertorio de futuros posibles a través de la reconstrucción y re-membranza de historias alternativas.
- e) Invita a una postura reflexiva y demanda la responsabilidad de los terapeutas de su restringida interpretación de los eventos del problema.
- f) Reconoce que las historias son co-producidas y procura hacer de las personas las principales autoras de su propia experiencia.

Asimismo, la terapia narrativa propone la utilización de una serie de prácticas y herramientas con la finalidad de co-construir relatos alternativos con las personas. Morgan (2000) enumera las siguientes: las conversaciones externalizadoras que incluyen la externalización del problema, la deconstrucción, las conversaciones de re-autoría, conversaciones re-membranza y la documentación terapéutica.

Quizá una de las principales prácticas utilizadas en la terapia narrativa sea la *externalización del problema*. A través de ella, se tiene por objetivo distinguir y separar a la persona y sus relaciones del problema. Los terapeutas narrativos consideran que “el problema no es la persona, el problema es el problema” y llevan a cabo conversaciones externalizadoras dirigidas hacia la recuperación de aspectos ignorados que, bajo la lectura del relato dominante, no podrían haber sido identificados (White y Epston, 1993).

Morgan (2000) menciona que la práctica de externalización, más que ser una técnica, es una orientación en las conversaciones y requiere un cambio en el lenguaje por parte del terapeuta. Dentro de una conversación externalizadora, los problemas son hablados como fuera de la persona. Incluso se puede llegar a

invitar al consultante a personificar al problema, es decir, se le pide que se imagine al problema como un objeto o cosa. De esta manera, el terapeuta pide al consultante que haga una descripción del problema como cosa, con el objetivo de que tenga claro que el problema se encuentra separado de su identidad.

Las preguntas del terapeuta irán encaminadas hacia el conocimiento y la influencia que el problema ha tenido sobre la vida de la persona. Se investiga acerca de los trucos, tácticas, modos de operar, intenciones, creencias e ideas, planes, reglas, gustos, propuestas, motivos, técnicas, aliados del problema (Morgan, 2000). Todo ello con la finalidad de trazar una historia del problema a través del tiempo y, así, encontrar los acontecimientos extraordinarios que contradigan la historia saturada del problema (Carey y Russell, 2002a).

White y Epston (1993) mencionan que las consecuencias de la externalización en las personas son: la disminución de los conflictos personales incluyendo los que se originan por saber quién es el responsable del problema; combate la sensación de fracaso que aparece en personas ante la permanencia del problema, a pesar de los intentos que éstas realizan para resolverlo; promueve un ambiente en el que las personas cooperan entre sí, se unan en una lucha común contra el problema y logren despojarse de su influencia; abre nuevas posibilidades de acción para que las personas alejen el impacto que el problema tiene sobre sus vidas y relaciones; permite a las personas afrontar con más desenfado, de una manera más eficaz y menos tensa, problemas que parecían colosalmente serios; ofrece opciones de diálogo, y no de monólogo, sobre el problema.

Otra manera de co-crear relatos alternativos al problema es la *deconstrucción* de las creencias, ideas y prácticas que pertenecen a la cultura y que influyen en la persistencia del problema sobre la vida de las personas (Morgan, 2000). De acuerdo con White (1994), la deconstrucción se encuentra relacionada con procedimientos que subvierten prácticas y realidades que se dan por sentadas. Son verdades que se encuentran alejadas de las condiciones y el contexto en que se produjeron, y que derivan en maneras desencarnadas de hablar por parte de los miembros del consultante. El autor afirma que esta práctica

vuelve extrañas las prácticas que se dan por sentadas, argumentando que la deconstrucción “vuelve exótico lo doméstico” (Bordieu en White, 1994).

La práctica deconstructiva, según Morgan (2000), involucra la exploración de las consideraciones culturales de género, clase, raza y/o sexualidad. Estas conversaciones cambian el centro de los procesos internalizados del individuo a la focalización de las ideas y creencias, las historias de estas ideas y creencias, sus efectos y la consideración de posibilidades distintas. Las “conversaciones deconstructivas”, como las llama la autora, ayudan a la gente a “desempacar” las historias dominantes y percibir las desde una perspectiva distinta.

Por su parte, las *conversaciones de re-autoría* tienen lugar cuando el terapeuta y el consultante se involucran en la co-creación de una historia alternativa de identidad (Carey y Russell, 2003; Morgan, 2000). Basada en la asunción que no existe relato que contenga la totalidad de la experiencia de las personas, el terapeuta buscará aquellos eventos que contradigan la historia dominante: *los eventos extraordinarios*.

Las conversaciones de re-autoría comienzan cuando se han identificado dichos eventos (Carey y Russell, 2003). El terapeuta recaba información acerca de este evento e intenta obtener una amplia descripción de él. Una vez que se ha descrito de manera rica el evento extraordinario, el terapeuta buscará vincularlo con otro evento que haya ocurrido en la vida del consultante. De esta vinculación dependerá la historia alternativa, ya que, como lo mencionan Carey y Russell (2003), la relevancia y significancia del evento extraordinario se verán amenazadas en caso de no vincularlo con otro evento. Un solo evento, por sí solo, es vulnerable en contraste con toda una historia que posee el problema.

Las preguntas que realice el terapeuta para llevar a cabo las conversaciones de re-autoría estarán relacionadas con las creencias, valores, sueños, compromisos a fin de que impacte en la identidad de las personas. Las conversaciones de re-autoría son la base para la re-narración de la vida de las personas, la narración de una historia preferida por ellos (Carey y Russell, 2003).

Existen varias formas de “engrosar” o hacer esta historia más fuerte y significativa para las personas. Dentro de estas formas, se encuentran las conversaciones de re-membranza y la documentación terapéutica (Morgan, 2000).

White (en Carey y Russell, 2002b) introduce el término de re-membranza a partir de la idea de que las identidades de las personas se construyen y toman forma a partir de lo que puede ser referido como “club de vida”. Esta metáfora hace alusión a la creencia que todas las personas poseen miembros en su “club de vida” que constituyen una parte particular en la manera en como se experimentan a sí mismas. Los miembros del “club de vida” poseen un estatus. Lo anterior implica que las personas otorgan mayor significancia y credibilidad a unos miembros que a otros. Así, el pensar la vida de las personas como un club con miembros ofrece nuevas posibilidades para conversaciones terapéuticas.

Las prácticas de remembranza proveen un contexto para que las personas revisen o reorganicen la pertenencia de los miembros de su “club de vida”. Con la ayuda del terapeuta, el consultante puede dar de alta y honrar la relación con una persona que contribuyó en un sentido positivo sobre su identidad. En este sentido, las prácticas de re-membranza no sólo incluyen una recolección sino también una reorganización deliberada de los miembros del “club de vida” de las personas (Carey y Russell, 2002b).

En lo referente a los documentos terapéuticos, son una forma innovadora de fortalecer o engrosar la historia preferida y de disminuir la influencia de la historia dominante sobre la vida de las personas. La documentación terapéutica registra estas preferencias que comprenden conocimientos y compromisos para que estén disponibles al acceso libre de los consultantes (Morgan, 2000).

Los terapeutas narrativos realizan documentos bajo la consulta de las personas que acuden a ellos. Por tanto, el contenido de estos documentos dependerá de los consultantes y de lo que ellos mismos juzgan como importante. El terapeuta preguntará a la familia o persona acerca de la manera en que le gustaría que el documento estuviese escrito (Morgan, 2000).

Existen diversos tipos de documentos terapéuticos. Si bien todos ellos poseen la finalidad de engrosar la historia alternativa, según el tipo de documento

se cumple con determinado objetivo. White y Epston (1993) especifican algunos de estos documentos:

- a) *Cartas de invitación.*- Se utilizan cuando el terapeuta o el consultante, o ambos, consideran que es importante incluir en el espacio terapéutico a personas reticentes a éste.
- b) *Cartas de despido.*- Cumplen con la finalidad de demostrar la característica prescindible de algunas funciones que los miembros de la familia desempeñan. Por ejemplo, ser “padre del hermano” o “consejero matrimonial de los padres”.
- c) *Cartas de predicción.*- Estas cartas poseen un doble propósito: por un lado, proponer un seguimiento o revisión al tiempo en que fue acordada con el consultante la predicción. Dado que las cartas de predicción suelen entregarse cerradas y con indicación de fecha de apertura, se espera que las personas hagan caso omiso de esta fecha y la abran antes. La predicción brinda la posibilidad de convertirse en una “profecía autocumplidora”.
- d) *Cartas breves.*- Se basan en la premisa que una sola carta, que sea muy extensa, puede ayudar a los consultantes a disminuir la influencia del problema en sus relaciones. Pueden tratarse de reflexiones hechas durante o posteriormente a la sesión, aclarar la forma en que los consultantes han contradicho al problema, etc.

Además de las cartas terapéuticas, Morgan (2000) hace referencia a otro tipo de documentos tales como los certificados, diplomas, manuales, declaraciones, entre otras. La finalidad de este tipo de documentos, además de fortalecer la historia alternativa, reconoce y legitima los conocimientos, habilidades y recursos que los consultantes desarrollaron para contrarrestar la presencia del problema en sus vidas.

Se ha llevado a cabo una revisión de las diversas técnicas y prácticas de que se vale el modelo de la terapia narrativa en su quehacer terapéutico. Podrá notarse que en todas ellas existe un punto de partida y una meta común: la

separación del problema y de la persona, y la generación de relatos alternativos a la narración del problema.

El cambio en terapia se dará por la construcción de relatos alternativos que le permitan a los consultantes relatar nuevos significados, que, al mismo tiempo, permitan la generación de nuevos significados y la apertura de nuevas posibilidades más deseables, útiles y satisfactorias en sus vidas. Es importante mencionar que los relatos alternativos producirán nuevas descripciones de la identidad de las personas (White y Epston, 1993).

3.2.4 William O'Hanlon y Michele Weiner-Davis

Antecedentes

El modelo representado por William O'Hanlon y Michele Weiner-Davis, ha sido testigo y producto de una transición que abarca desde los inicios de las terapias de corte sistémico y fue tomando forma en la década de los ochenta hasta convertirse en lo que se conoce ahora como terapia centrada en soluciones (TCS) (Lipchick, 2004).

Las raíces de la TCS lo constituye el enfoque desarrollado en el Mental Research Institute de Palo Alto, California. El trabajo sobre la paradoja y la comunicación humana protagonizado por Bateson (citado en Lipchick, 2004) y las aportaciones a la hipnoterapia de Erickson (citado en Lipchick, 2004; O'Hanlon y Weiner-Davis, 1990), eran la base fundamental de la práctica terapéutica en dicho lugar. Sus intervenciones se encontraban dirigidas a la resolución del problema presentado por los consultantes, así como a interrumpir las pautas relacionales que los terapeutas detectaban como intentos no consumados de solución.

Esta perspectiva se identificó como "enfoque centrado en los problemas", ya que el quehacer de los terapeutas estaba enfocado a la resolución de las quejas particulares que los consultantes llevaban a la sesión. No se hacía ningún intento por buscar la patología detrás del problema. Por el contrario, los problemas eran considerados de naturaleza interaccional, producto de un mal

manejo de las dificultades de la vida cotidiana. Su constitución constaba de los intentos ineficaces de solución por parte de los consultantes a estas dificultades (O'Hanlon y Wiener-Davis, 1990).

Más tarde, en el Brief Family Therapy Center, en Milwaukee, Wisconsin, se formaría un grupo encabezado por Steve de Shazer, compuesto por Marvin Weiner, Elam Nunnally, Eve Lipchick, Alex Molnar e Insoo Kim Berg. Poco después se incorporarían Wally Gingerich, John Walter y Michele Weiner-Davis (Espinosa, 2004). El equipo evolucionó la perspectiva que se centraba en la resolución de problemas y comenzó a focalizar su atención en las soluciones de los consultantes y en la manera en que éstas funcionaban (O'Hanlon y Weiner-Davis, 1990).

Los terapeutas se dirigían, ahora, a la identificación de aquello que funcionaba para realizar intervenciones que ampliaran estas secuencias de solución. Este enfoque sostiene la creencia que la familia posee la solución a los problemas que le llevan a terapia. Por esta razón, no se necesita tener conocimiento de los problemas. Tiene más relevancia saber acerca de la naturaleza de las soluciones. Para ese entonces ya se había consolidado el modelo de la terapia centrada en soluciones (de Shazer en O'Hanlon y Weiner-Davis, 1990).

Lipchick (2004) afirma que este nuevo enfoque considera que los terapeutas, en conjunto con la familia, componen un sistema terapéutico que genera nuevas pautas de interacción, excluyentes de los problemas que los lleva a terapia. Esta manera de pensar, según la autora, se halla en armonía con las tendencias postmodernas que se están dando en la terapia.

Constructos teóricos

Una de las premisas principales de las que parte la terapia centrada en soluciones es que los consultantes poseen recursos, capacidades y aptitudes para

resolver sus propios problemas. La tarea del terapeuta será “recordarle” al consultante que posee los conocimientos y habilidades suficientes como para la resolución de la queja que lo lleva a terapia (Lipchick, 2004; O’Hanlon y Wiener-Davis, 1990). En pocas palabras, como lo mencionan Rodríguez y Beyebach (1994), el terapeuta tendrá una actitud de confianza en los recursos de las personas.

Esta manera de estar con los consultantes, deriva en un desprendimiento de la autoridad que tradicionalmente posee el terapeuta. En lugar de ser un estratega de la intervención, que tiene preconcebido lo que es normal y anormal, se convierte en un facilitador de la conversación cuya finalidad es la de ampliar los recursos y potenciales en las personas (Rodríguez y Beyebach, 1997).

El terapeuta tendrá una serie de consideraciones para llevar a cabo su tarea en la ampliación de recursos de las personas. O’Hanlon y Weiner-Davis (1990) se han encargado de enumerarlas. En primera estancia, los autores refieren que las personas se encuentran, invariablemente, en un estado de cambio constante en sus vidas. Cuando la gente permanece en un estado de estancamiento, es debido a la manera en que interpretan los hechos en ellas.

El lenguaje juega un papel central en este sentido. Es el vehículo a través del cual se transmiten las creencias, significados y puntos de vista (Rodríguez y Beyebach, 1997). De ahí que O’Hanlon y Weiner-Davis (1990) estimen la importancia de ser cuidadosos con el lenguaje que se utiliza en terapia, ya que por medio de éste se puede influir sobre las construcciones del consultante (valores, creencias, significados, etc).

Partiendo de lo anterior, las conversaciones en la terapia se focalizarán en los recursos, cambios, soluciones que han tenido éxito en la disminución de la presencia del problema. No es necesario que se ahonde en la narración del problema ni en las causas que lo provoca. Incluso las conversaciones orientadas al problema podrían obstaculizar el trabajo terapéutico (Rodríguez y Beyebach, 1997; O’Hanlon y Weiner-Davis, 1990). En contraste, el terapeuta realizará preguntas que fomenten las conversaciones orientadas hacia las soluciones con la

finalidad de identificar y extender el cambio y, de esta manera, ayudar a las personas a crear nuevas historias, significados y recursos.

Otra de las tareas del terapeuta centrado en soluciones será la de adoptar una actitud de colaboración (Rodríguez y Beyebach, 1997) para unirse con el consultante en la co-creación de problemas más resolubles. El terapeuta colaborará en la negociación de los problemas para que éstos le parezcan manejables al consultante y, de esta manera, volverlos más pequeños a su perspectiva. Cabe señalar, que esta negociación estará fundada en la creencia, por parte del terapeuta, de que no existe una manera “correcta” o “válida” de ver las cosas (O’Hanlon y Weiner-Davis, 1990).

Problemas, Formas de Intervención y Cambio

De acuerdo a Espinosa (2004), dentro del marco de la terapia centrada en soluciones, los problemas se conciben como patrones de habla, pensamiento y acción que se encuentran sujetos a cambio de manera constante. La terapia se centrará en aquellos procesos que conformen las excepciones a la norma problemática, con el propósito de abrir posibilidades al desarrollo de nuevos patrones.

Este enfoque cuenta con una serie de técnicas que le sirven al terapeuta como una guía en la conversación y permiten que las personas descubran sus recursos, adopten nuevos puntos de vista o se decidan por nuevas formas de acción (Rodríguez y Beyebach, 1997). Existen dos alternativas para el cambio en la terapia centrada en soluciones (Rodríguez y Beyebach, 1994). La primera consiste en la identificación de aquello que las personas ya están realizando para resolver sus problemas. En esta línea, el terapeuta trabaja con el consultante para ampliar estas soluciones.

La segunda alternativa puede surgir cuando las conversaciones con los consultantes giran en torno al problema y no a las soluciones. Se trata de una línea de acción en la que se explora la secuencia de hechos asociados al problema con el objetivo de introducir cambios en ella. El bloqueo de patrones de

acción ineficaces que representan las soluciones fallidas, resultan una técnica útil en ésta línea de trabajo.

Tomando en cuenta las alternativas que se pueden presentar para el cambio, O'Hanlon y Weiner-Davis (1990) hacen mención de varias clases de preguntas que facilitan la conversación orientada a las soluciones: se encuentran las preguntas diseñadas para generar información, las que se hallan orientadas hacia el futuro, otras funcionan para construir soluciones y crear expectativa de cambio, también se encuentran las preguntas reflexivas y, por último, las preguntas presuposicionales. Todas estas preguntas están orientadas hacia la localización y ampliación de excepciones.

Las *preguntas para obtener información* son realizadas con la finalidad de obtener una descripción corta del problema que lleva a las personas a terapia: “¿qué le trae por aquí? ¿en qué podemos ayudarle?” Posteriormente, el terapeuta introduce preguntas en busca de las excepciones a la queja de los consultantes. Este tipo de preguntas permiten obtener información acerca de lo que es necesario para resolver el problema, indagando acerca de las diferencias existentes entre las situaciones en las que éste persiste y en las que no (O'Hanlon y Weiner-Davis, 1990).

Autores como O'Hanlon y Weiner-Davis (1990), Rodríguez y Beyebach (1997) mencionan algunas opciones para indagar sobre este tipo de información:

- a) Realizar preguntas en donde la variable a considerar sea el tiempo. Por ejemplo: “¿en qué momentos el problema no se ha presentado?”
- b) Preguntar sobre los objetivos negociados con anterioridad: “¿cuál fue la vez que estuviste más cerca de contárselo a tus padres?”
- c) Realizar preguntas a los diferentes consultantes presentes, con el propósito de incluir nuevas perspectivas acerca de las mejorías que se presentan con respecto al problema.

- d) La pregunta escala es otra alternativa útil que los autores mencionan dentro de esta línea. Por ejemplo: “Si te pidiera, en valores de una escala del 1 al 10, ¿en que lugar ubicarías tu situación antes de venir a terapia? En la misma escala ¿en que lugar ubicarías tu situación esta semana?”

Las *preguntas orientadas hacia el futuro* (de Shazer citado en O’Hanlon y Weiner-Davis, 1990) se realizan con el propósito de negociar objetivos en la terapia y promover la disposición de los consultantes en conseguir dichos objetivos. Estas preguntas consisten en imaginar con las personas un futuro en el que el problema haya desaparecido. Las preguntas orientadas hacia el futuro incluyen la conocida “pregunta milagro” (de Shazer, 1988; citado en O’Hanlon y Weiner-Davis, 1990).

Por su parte, Tomm (1987) distingue las *preguntas reflexivas* por el objetivo que poseen de facilitar la auto-mejoría en una persona o familia, activando la reflexión acerca de los significados dentro de los sistemas de creencias existentes que permiten que las personas generen ciertos patrones de pensamiento y comportamiento. Incluyen las preguntas orientadas hacia el futuro, preguntas de cambio de contexto inesperado, preguntas de distinción o clarificación, entre otras.

O’Hanlon y Weiner-Davis (1990) han puesto especial énfasis en las *preguntas presuposicionales*, que radican en el uso de un “lenguaje presuposicional” a través del cual se da por sentado que los cambios van a ocurrir. Además, su propósito es el de encauzar a los consultantes hacia respuestas que facilitan el surgimiento y enriquecimiento de sus recursos. De acuerdo a estos autores, estas preguntas no requieren de respuesta para que ejerzan influencia sobre los consultantes. Su foco de atención se encuentra en las situaciones en las que las excepciones se hacen presentes.

Por otro lado, de Shazer y Berg (citados en Anderson, 2003) hacen mención de las *preguntas de afrontamiento* que funcionan para ayudar a las personas a poner la mira en las excepciones y moverse hacia adelante, cuando han perdido la perspectiva de las soluciones. Algunos ejemplos podrían ser:

“entiendo que las cosas han ido mal y me pregunto ¿cómo es que no han estado peor?” o bien “¿cómo le has hecho para resistir a semejante situación?”.

El proceso terapéutico de la terapia centrada en soluciones incluye una serie de pasos que algunos autores (O’Hanlon y Weiner-Davis, 1990; Rodríguez y Beyebach, 1994) han intentado resumir como sigue:

- a) Elicitar.- Se refiere a introducir en la conversación el tema de las excepciones al problema. Se le pide a la persona que describa las situaciones en las que no se presenta la queja.
- b) Marcar la excepción.- El terapeuta evitará que la excepción pase desapercibida dentro de la conversación. Para ello, recabará información detallada acerca de esta situación y, al mismo tiempo, atribuirá a los consultantes el éxito obtenido en tales sucesos.
- c) Ampliar.- Consiste en reunir los esfuerzos posibles para que la conversación gire en torno a las excepciones. Se pregunta por los detalles, el impacto, los significados etc. de las excepciones en la vida de la persona o familia.
- d) Atribuir el control.- Consiste en ayudar a los consultantes a darse cuenta de que las excepciones ocurridas, fueron a causa de algo que ellos, de manera deliberada o espontánea, llevaron a cabo.
- e) Seguir.- Consiste en continuar sobre la indagación de las excepciones y soluciones alternativas a la problemática que ellos presentan en terapia.

En caso de que las personas dirijan la conversación hacia el relato de la problemática, los pasos a seguir consisten en la introducción de cambios en la secuencia que provoca el problema y en el bloqueo de soluciones que no han tenido éxito en la resolución del problema (O’Hanlon y Weiner-Davis, 1990).

El cambio, desde la perspectiva de la terapia centrada en soluciones, lo constituye la narración de relatos alternativos en donde se consideran nuevos significados y nuevas posibilidades de acción en las personas (Rodríguez y Beyebach, 1994).

3.2.5 La terapia como diálogo hermenéutico y construccionista

Constructos teóricos

La terapia como diálogo hermenéutico y construccionista es una propuesta ligada a las tendencias que engloban las terapias narrativas ó postmodernas. Su principal sustento se encuentra en el pensamiento postmoderno y en la orientación construccionista. No obstante, las particularidades de este enfoque se hallan respaldados en un nuevo cuerpo de metáforas constituido, primordialmente, por la filosofía hermenéutica y el énfasis que se le confiere a los juegos relacionales de lenguaje y significado (Limón, 2005; Trujano y Limón, en prensa).

Cabe mencionar que una de las ideas de las que se alimenta este enfoque se basa en la creencia que la realidad, las formas de ser y de pensar son el producto de una construcción social mediada por el intercambio lingüístico. Se trata de una creencia que lleva consigo el interés por el contexto histórico y cultural en que se encuentran inscritas las formas de vida de las personas. Por tanto, en conjunción con el pensamiento postmoderno y el construccionismo social, la perspectiva de la terapia como diálogo hermenéutico y construccionista afirma que no existen formas de ser, creencias o valores universales ni absolutos, sino que se encuentran intrínsecamente vinculadas a un contexto cultural (Limón, 2005).

Este enfoque sostiene que la conversación y el lenguaje con los otros es el proceso más significativo a través del cual dichas formas de ser o creencias son moldeadas y, por ello, alude a una práctica que promueve la producción, el mantenimiento y modificación de la realidad social en que vive la gente. De ahí que para esta propuesta sea sustancial la filosofía hermenéutica representada tanto por Gadamer como por Wittgenstein.

Se retoma el planteamiento del “diálogo hermenéutico como experiencia del mundo” (Gadamer citado en Limón, 2005), cuyo foco de atención se torna sobre el diálogo, el lenguaje y la manera en que éste moldea la forma de interpretar el

mundo en las personas. Los “juegos de lenguaje” (Wittgenstein citado en Limón,2005) también es una noción básicas a considerar en la práctica de la terapia como diálogo hermenéutico y constructorista, en los que se considera la multiplicidad del uso del lenguaje y las consecuentes interacciones de las personas en las que se encuentra entretejido.

La constitución de este nuevo cuerpo de metáforas facilita la posibilidad de generar cambios con los consultantes, que les resulten pertinentes de acuerdo con las características de sus propios contextos, a la vez que se genera un sentido de pluralidad de realidades. Ello implica tener en cuenta que no es necesario incorporarse a una historia inamovible, en cambio, el terapeuta trabaja con el consultante la emergencia y coexistencia de múltiples versiones de la realidad y del deslizamiento de su sistema de significados.

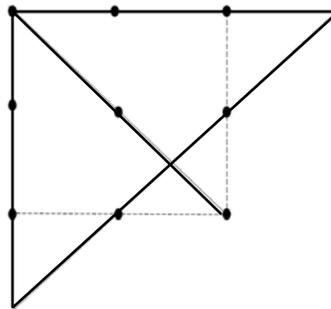
Cabe señalar que los sistemas de significado, Limón (inédito) los define como:

*“... el conjunto de creencias y valores que gobierna la vida de una persona, mismo que, evidentemente, puede ser parcial o ampliamente compartido por otras, y que le imprime cierta inercia a las particulares formas de ser y de pensar manifiestas, aunque se desconozcan los orígenes y condiciones sociales de su configuración y adopción [...] El sistema de significados es, por tanto, ese conjunto amplio y complejo que abarca la multiplicidad de significados que contempla la vida de las personas, ‘las múltiples voces que hemos venido coleccionando’, el sistema de donde se nutren nuestras creencias y valores, nuestras preferencias y desavenencias, nuestras verdades y desconciertos, **que, en una suerte de deslizamiento,** se pueden ir asentando, alterando o desvaneciendo a través de la relación con los otros en la vida cotidiana o, también, a través de la terapia”*

Así, la propuesta de Limón fomenta el surgimiento de nuevas prácticas terapéuticas conversacionales que se sumergen en aquello que afirma Feyerabend (citado en Limón, 1997) cuando hace referencia a su propuesta para una teoría anarquista del conocimiento: “todo sirve” y “todo vale”. Resulta importante aclarar que estas afirmaciones se harán vigentes siempre y cuando se tomen en consideración los límites culturales, legales, morales y éticos, es decir,

límites que se encuentran socialmente consensuados, y que resultan “en ocasiones imposibles de rebasar” (Limón, 2005). Estas consideraciones se encuentran en simultaneidad con la noción de que los límites son contingentes a la historia y, por lo mismo, son susceptibles de relativizarse, cuestionarse y modificarse.

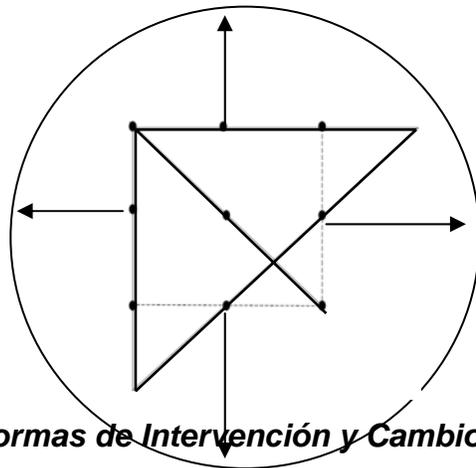
Con referencia a lo anterior, Limón (2005) realiza una analogía de un juego matemático, denominado *el dilema de los nueve puntos*, en comparación con los límites culturales y márgenes de libertad para llevar a cabo la práctica terapéutica. El dilema consta de nueve puntos que deben ser unidos entre sí mediante cuatro líneas rectas, sin levantar el lápiz del papel, y que resuelto queda de la siguiente manera:



Las personas que intentan resolver el juego introducen, como parte de la solución, el supuesto en el cual los puntos constituyen un cuadrado y la solución debe hallarse dentro de éste. Dicha condición es autoimpuesta, pues no se encuentra aclarada dentro de las instrucciones. Limón refiere a Watzlawick (citado en Limón, 2005) para explicar la analogía que puede ser aplicada a una gran variedad de situaciones de la vida real. Argumenta que, en los intentos por la resolución del dilema, las personas abordan los nueve puntos desde una serie de premisas dentro del ámbito que se piensa ha de encontrarse la solución.

Otra serie de premisas son las que llevan a la resolución del problema implica el examen de los supuestos acerca de los puntos y no los puntos en sí. La resolución de este problema comprende la consideración de las reglas del juego como “reales en la medida en que las hemos creado o las hemos aceptado y que podemos cambiarlas” (Watzlawick, 1974; citado en Limón, 2005).

Limón (2005) afirma que esta analogía se puede aplicar en el contexto terapéutico, en la posibilidad de ayudar a los consultantes a cambiar las reglas del juego que atrapan a una persona a través de algún problema y que le impiden ver una “solución” o “salida”. Para lograrlo, el autor invita a adquirir conciencia de la existencia de aquellos presupuestos que demarcan los márgenes de libertad en un momento histórico determinado y que, además, se tratan de convenciones construidas y heredadas de manera cultural. En esta técnica, consultante y terapeuta analizan con cuidado que las alternativas y soluciones emergentes no transgredan los valores sustantivos del particular contexto en donde se desenvuelve la persona o, en su caso (que el autor piensa que es excepcional), ponderar las consecuencias de su trastocamiento. Con todo, y sin llegar a rebasar los límites culturales, éticos y legales presentes en los escenarios sociales contemporáneos. Este autor considera que es más que suficiente la ampliación de los restringidos márgenes de libertad (ilustrado en el círculo que engloba dicha “ampliación”) para encontrar alternativas de vida en las personas:



Problemas, Formas de Intervención y Cambio

Desde el enfoque de la terapia como diálogo hermenéutico y construccionista, las personas que van a terapia se encuentran “atrapadas” en una manera de pensar y en un contexto relacional las cuales les resultan limitantes y restrictivas (Limón, 2005). Estas maneras de pensar engloban formas de vida, ambas producto de una construcción social acorde con las características del entorno y de la herencia cultural.

Limón (2005a) considera que el papel del terapeuta es similar al papel que Foucault atribuye a los intelectuales (Limón, 2005; Trujano y Limón, en prensa): “cambiar algo en el espíritu de la gente”, enseñarles que son más libres de lo que se sienten, de lo que ellos aceptan como verdad o evidencia, y que, además, puede ser alterada o construida por las personas mismas.

En esta tarea, el terapeuta se involucrará con los consultantes en un diálogo interpretativo, representado por la conversación terapéutica. Ésta, a su vez, permitirá la indagación y el escrutinio de los juegos de lenguaje propios de las personas, evidenciar los sistemas de significado implicados y, facilita el análisis de las consecuencias personales, familiares y sociales que conlleva “montarse” en determinados sistemas de creencia o, como menciona Limón (2005), “jugar esos juegos” de lenguaje y de significado, poniendo un especial énfasis en los efectos que ello pudiera tener en largo plazo.

El diálogo hermenéutico brinda la posibilidad de ayudar a analizar los sistemas de significado explícitos e implícitos, contiguos, compatibles o suplementarios al predominante para, de esta manera, considerar distintas alternativas de vida que se encuentren cercanas o disponibles dentro del contexto de las personas (Limón, 1997; Limón, 2005; Trujano y Limón, en prensa).

Dentro de los mecanismos que se utilizan en la terapia como diálogo hermenéutico y constructor se encuentra la relativización de la experiencia dominante, la deconstrucción del bagaje conceptual del sistema de significados preponderante, la exploración y análisis de los recursos disponibles en la persona o familia, el vislumbrar un proyecto de vida alternativo a mediano y largo plazo (Limón, 1997; Limón, 2005). La base de estos mecanismos es una conversación orientada hacia la solución de problemas en conjunción con las tendencias narrativas (Limón, 1997).

Existen dos posibilidades a desarrollar en la conversación dentro de la práctica de la terapia como diálogo hermenéutico y constructor (Limón, 2005; Trujano y Limón, en prensa):

- a) La primera se encuentra asociada al derecho de mantener el comportamiento y/o el sistema de significados predominante, se relaciona con el “derecho a ser como somos”. Asimismo, habla de la convivencia de los diferentes puntos de vista, así como del respeto y tolerancia a la diferencia, y a la pluralidad. Se trata de ejercer el derecho a la diferencia, el derecho al *no-cambio*.
- b) La segunda corresponde al ejercicio del derecho de los consultantes a modificar el comportamiento y/o sistema de significados. Se vincula con la noción que los puntos de vista son una construcción social, histórica y culturalmente heredada, y, por lo mismo, que son susceptibles de modificación, ampliación o abandono, para pensar de manera distinta.

Limón (2005) refiere estas dos vertientes conversacionales como una alternativa que promueve el derecho de los consultantes a pensar de una manera distinta (*penser autrement*), tanto hacia sí mismos como hacia los demás. De ahí la importancia de involucrarse en un diálogo interpretativo, es decir, en un contexto relacional que ayude a dilucidar sus propias experiencias de vida de una manera diferente para poder favorecer la emergencia de nuevas formas de subjetivación (Foucault, 1988; citado en Trujano y Limón, en prensa) y de relación (Gergen, 1996; citado en Trujano y Limón, en prensa).

Dado lo anterior, podría decirse que la propuesta de Limón se encuentra asociada a las “prácticas de libertad” o al “cultivo de sí mismo” que se ejercía en la antigua Grecia (Foucault, 1994; citado en Trujano y Limón, en prensa). Este autor retoma las prácticas de la libertad individual implicadas en una ética relacionada con la manera de conducirse en sociedad. Limón retoma a Foucault para explicar lo anterior:

“Foucault señala que la libertad individual contenía un importante contenido ético, pero de una ética que tenía que ver con la manera de conducirse en sociedad. Y para que esta práctica de la libertad pudiera adoptar la forma de un ethos bueno, bello, honorable, estimable, memorable, y que pudiera servir de ejemplo, era necesario todo un trabajo sobre uno mismo. Por ello, para conducirse bien y practicar la libertad como era debido, para los griegos de la antigüedad era indispensable ocuparse y cuidar de sí para conocerse, formarse y superarse a sí mismos, así como para controlar los apetitos que podían dominarlos [...] ser libre significaba no ser esclavo de sí mismo ni de los propios apetitos, esto al mismo tiempo implicaba establecer una cierta relación de dominio con uno mismo”.

El cambio es, en este sentido, la adquisición y generación de nuevos sistemas de significado, nuevas formas de pensar y la generación de proyectos de vida alternativos, mismos que les evitan a los consultantes el sufrimiento y les proporcionan opciones de vida más satisfactorias que, por lo mismo, tendrían que ser congruentes con sus propias expectativas, deseos y necesidades (Limón, 1997; Limón, 2005).

Los planteamientos de Kuhn (citado en Limón, 2005) con referencia a las estructuras lógicas de los paradigmas científicos, resultan una interesante analogía para el cambio que se producen en los consultantes en terapia. Limón (2005) trata esta analogía a partir de la concepción kuhniana del cambio revolucionario como un ordenamiento repentino, por sí mismo, de aquellos fragmentos que constituyen el nuevo paradigma. Este proceso, según lo resalta Limón (2005) de Kuhn, implica un “trabajo de limpieza” que conlleva tiempo, sin que éste tenga una medida especial, pues se parte de la idea del respeto a los “tiempos” y “ritmos” de cada persona.

4. El problema de la violencia intrafamiliar

4.1 Violencia, Género y Sociedad

Tratar el fenómeno de la violencia familiar en un momento histórico como el actual es, al mismo tiempo, hablar acerca de todo un sistema de valores, creencias y estereotipos íntimamente adheridos a la cultura occidental. De hecho, los análisis históricos manifiestan que no había sido considerada como un problema de salud pública y social, sino hasta comienzos de los años 60, debido a que era una práctica familiar tolerada y aceptada en la cultura (Corsi³, 1994; Trujano, Gómez y Mercado, 2004; Trujano y Limón, 2005).

El término violencia hace alusión a una forma de ejercicio de la fuerza y del poder. De acuerdo con Corsi (1994), la violencia implica siempre el uso de la fuerza a manera de método para la resolución de conflictos interpersonales, sometiendo, así, la voluntad del otro y obteniendo el control de la relación.

Una condición es necesaria para que el ejercicio de la violencia se haga factible: la presencia de un desequilibrio en la relación de poder, siendo ésta una materia definida a nivel cultural y, en última instancia, por la relación interpersonal. Esto es, la violencia se caracteriza por el abuso de poder en una relación en la que se adoptan roles de fuerza-subordinación, y cuya definición se encuentra establecida por normas culturales, institucionales, etc. (Corsi, 1994; Trujano y Limón, 2005). Sin embargo ¿Qué es lo que influye o define las relaciones de poder de fuerza-subordinación entre las personas? ¿Cómo es que se encuentran configuradas? ¿Qué es lo que las mantiene vigentes?

Algunos autores (Corsi, 1994; Corsi y Bonino; 2003; Trujano y Limón, 2005) han hecho mención de la denominada sociedad patriarcal como un sistema de significados, creencias y valores que enfatiza la existencia de jerarquías y discriminación de lo diferente. En ella, el papel de lo masculino resulta fundamental, pues es al hombre a quien se le concede la legitimidad para ejercer

³ En julio del 2008 se emprendió un proceso judicial en contra de J. Corsi. Como se sabe, Corsi llevaba algunos años trabajando sobre el tema de la violencia. Considero que las herramientas conceptuales que he utilizado a favor de mi trabajo están totalmente desligadas de los sucesos de orden personal que Corsi ha tenido que afrontar en la provincia argentina. Es por ello que pienso que tanto la validez como la fiabilidad de dichos conceptos han nutrido el marco teórico de la presente investigación.

el poder de manera unilateral, y la violencia para resolver conflictos. De ahí que el grupo de mayor vulnerabilidad al sometimiento del ejercicio del poder por medio de la violencia sean las mujeres, los niños y niñas, y las personas mayores, y que los crímenes violentos realizados por hombres sea un hecho generalizable (Corsi, 1994; Corsi, 2003).

Es importante destacar que las creencias englobadas en la cultura patriarcal cubren ciertas funciones que, a su vez, refuerzan la presencia del problema de la violencia. Una de ellas es conceder culpa a la persona que ha sido víctima de violencia: se cree que es la provocadora de la situación, se le adjudican etiquetas tales como masoquismo, naturalizan la violencia, haciéndola parecer como algo normal ante la sociedad. Se dice que “el matrimonio es así”, “los hombres son así”, “los celos son parte del amor” entre otras, y, por último, se trata de un sistema de creencias que impiden a la víctima salir de la situación a causa de las concepciones de la familia, el amor, la maternidad, entre otras (Corsi, 2003).

La sociedad patriarcal promueve un correlato entre violencia y género. Corsi y Bonino (2003) argumentan la presencia de tres procesos en el sostenimiento cultural de ésta interrelación: el concerniente a la naturalización de la violencia masculina como modo legitimado de resolver conflictos interpersonales, el proceso de construcción de la identidad masculina en la cultura, y el vinculado con la construcción de poder en las relaciones de género.

La naturalización de la violencia masculina se apoya en la construcción cultural de significados alrededor de las concepciones de la infancia y del poder adulto, de los estereotipos de género y de la homofobia cultural. Algunas ideas que se difunden en torno a estos ejes son las siguientes (Corsi, 1994; Corsi, 2003):

- La noción de que las mujeres son inferiores a los hombres
- El hombre es el que impone la ley
- El creer que el hombre es el jefe y debe mantener el hogar
- El hombre tiene derechos de propiedad sobre la mujer y los hijos

- La privacidad del hogar debe ser defendida de las regulaciones externas
- Los hijos deben respeto a los mayores
- Las faltas a la obediencia y al respeto deben ser castigadas

Como bien lo mencionan Corsi y Bonino (2003), los preceptos culturales suelen ser transmitidos y reforzados por la estructura de las instituciones educativas, religiosas, etc. La contribución por parte de éstas en la perpetuación de dichos significados ha sido casi determinante. Un ejemplo de ello son las escuelas que, como parte de la disciplina, habían utilizado métodos en los que se incluía el castigo físico.

La construcción de género opera de una manera similar en la persistencia de la ideología patriarcal. Este proceso de diferenciación e identificación entre el género masculino ó femenino implica un acto discriminatorio, ya que el ser hombre significa alejarse de todo aquello que es femenino: se es más hombre cuanto más se aparte éste de las características propias lo femenino, para ser hombre hay que demostrarlo (Castañeda, 2007). Se define a los hombres y mujeres a partir de la identificación del sexo de las personas, sirviéndose de la premisa en la que se le confiere a lo femenino características de inferioridad, sometimiento, obediencia y pasividad. En cambio, lo masculino hace referencia a lo superior, a lo activo y al predominio del poder, características que no sólo favorecen sino legitiman las relaciones con las mujeres en las que impera la desigualdad y el desequilibrio (Canales, 2005).

Las premisas que sostienen a un sistema de creencias como el que se acaba de explicar, tienen como consecuencia la idea del hombre como poseedor del derecho y la obligación de imponer medidas disciplinarias, con la finalidad de controlar el comportamiento de quienes se encuentran a su cargo. Así, las conductas violentas tienden a ser regulados por la normativa cultural, legitimadora del uso de la fuerza a manera de método coercitivo y como instrumento de poder dentro de las relaciones privadas (Corsi, 2003; Corsi y Bonino, 2003).

Con referencia a lo anterior, Corsi (2003) sostiene que la violencia es un problema social que puede adquirir varias formas. Entre las más comunes se encuentra la violencia hacia las mujeres, siendo éste un término que engloba diversas formas de violencia. El autor menciona a la violencia de género, la violencia doméstica y la violencia familiar o intrafamiliar dentro esas formas.

La Violencia de Género se encuentra asociada a todas las formas mediante las cuales se intenta perpetuar el sistema de jerarquías impuesto por la cultura patriarcal. Se trata de una violencia dirigida hacia las mujeres cuya finalidad es la de mantener o incrementar su subordinación al género masculino hegemónico. Esta violencia se expresa a través de conductas y actitudes basadas en un sistema de creencias sexista, que tienden a acentuar las diferencias apoyadas en los estereotipos de género, conservando las estructuras de dominio que se derivan de ellos. La violencia de género puede ser expresada o ejercida tanto en el ámbito de lo público, como en los contextos privados. Por mencionar algunos ejemplos de ella son, entre otras, todas las formas de discriminación hacia la mujer en distintos niveles (político, institucional, laboral), el acoso sexual, la violación, el tráfico de mujeres para prostitución, la utilización del cuerpo femenino como objeto de consumo, la segregación basada en ideas religiosas y, por supuesto, todas las formas de maltrato físico, psicológico, social, sexual que sufren las mujeres en cualquier contexto, y que ocasionan una escala de daños que pueden culminar en la muerte.

La Violencia Doméstica es una de las formas de Violencia de Género. Su origen se encuentra en el espacio doméstico, entendiendo por éste el marco de las interacciones en contextos privados. Por ello la violencia doméstica no alude exclusivamente al espacio físico de la casa o el hogar. Incluye la relación en el noviazgo, la relación de pareja o los vínculos con ex parejas. Los objetivos en el ejercicio de ésta básicamente son los mismos, esto es, ejercer control y dominio sobre la mujer para conservar o aumentar el poder del hombre en la relación. Las manifestaciones en conductas y actitudes abarcan desde el maltrato físico, el abuso sexual, el abuso económico, el abuso ambiental, hasta el maltrato verbal y psicológico, el chantaje emocional, etc. Las consecuencias son siempre un daño

en la salud física, psicológica y social de la mujer, un quebranto de sus derechos humanos y un riesgo para su vida (Corsi, 2003).

Por su parte, Corsi (2003) refiere que la Violencia Familiar o Violencia Intrafamiliar puede definirse como el abuso de poder, desarrollado en el contexto de las relaciones familiares y ocasionan distintos niveles de daño a sus víctimas. En este caso, los grupos vulnerables identificados por la investigación en este campo, son las mujeres, los niños y niñas, y las personas mayores. Así como la violencia doméstica es una forma de violencia basada en el género, la violencia familiar tiene dos vertientes: una de ellas basada en el género y la otra basada en la generación. Los tipos de violencia a considerar dentro de la violencia familiar son, además del maltrato hacia la mujer, el maltrato infantil y el maltrato hacia las personas adultas mayores.

Corsi (2003) menciona que la violencia basada en el género (y todas las formas de violencia que ésta engloba) puede ejercerse por medio de diversas prácticas. Se pueden mencionar la violencia física, el aislamiento y abuso social, el abuso ambiental, el abuso económico, conductas de control y dominio, el control por medio de amenazas, el abuso verbal y psicológico, la violencia sexual y el chantaje emocional. Por su parte, la violencia basada en la generación adopta formas tales como el maltrato y el abandono físico y emocional, el abuso sexual y el económico y la explotación.

Para dar cuenta de las particularidades en que puede ejercerse la violencia, se definirán las prácticas o maneras en que ésta puede manifestarse (Ramos, 2005; Trujano *et al.*, 2004):

- **Violencia Física.**- El objetivo de esta práctica es causar daño al cuerpo. Implica, entre otras, el producir quemaduras, dar bofetadas, patadas, mutilar e incluso originar la muerte. Se trata del tipo de violencia más evidente y la que, con frecuencia, moviliza con mayor facilidad los recursos de apoyo a las víctimas, sean estos sociales, psicológicos, médicos, legales, etc.

- **Violencia Sexual.**- La sexualidad, entendida como un conjunto de sentimientos en torno a la pertenencia de un sexo, se transgrede en este tipo de violencia. Comprende aquellas actitudes cuya finalidad está dirigida al menoscabo de la sexualidad. Algunos ejemplos de ésta son hostigamiento, tocamientos, caricias indeseadas y en general la imposición de actos eróticos y la violación.
- **Violencia psicológica o emocional.**- El propósito del ejercicio de este tipo de violencia va dirigida hacia el debilitamiento del autoestima. Comprende actitudes de indiferencia, silencios, negligencia, devaluación, crítica negativa, retirada de afecto, amenazas, humillaciones, etc.
- **Violencia económica o financiera.**- Se encuentra asociada al control de recursos materiales o económicos, ya sea por medio de la restricción, la negación o el escondite de ellos.
- **Violencia social.**- Va orientada a causar la pérdida de la red de apoyo de la víctima, es decir, de los familiares, amigos, compañeros de trabajo, etc. Restringe y limita el desarrollo de la persona por medio de la vigilancia, el debilitamiento de sus habilidades, el espionaje.
- **Violencia objetal o ambiental.**- Cuando el victimario oculta, restringe, daña o retira propiedades o mascotas de la víctima.

En relación a lo anterior, Corsi y Bonino (2003) explican que el modo en que las personas, en una relación de abuso de poder, llegan a obtener el dominio es a través de técnicas de manipulación emocional. Se pueden enunciar la generación de culpa, de confusión, de depresión, de vergüenza y de sometimiento.

Asimismo, la generación de culpa se consigue por medio de la adopción permanente de una actitud demandante, además del uso constante de la atribución causal externa mediante. A través de esta técnica, la persona nunca

asume la parte de responsabilidad que le corresponde en la generación de los conflictos.

La generación de confusión se logra mediante manipulaciones en la comunicación en las cuales se ponen en duda las percepciones de la mujer y conducen a que la mujer misma acabe por dudar de ellas.

Los mensajes descalificadores que conllevan al socavamiento progresivo de la autoestima tienen como consecuencia la generación de depresión en las personas que son víctimas de este tipo de técnica.

Se encuentran, también, la realización constante de críticas, humillaciones ante terceras personas y el uso del conocimiento de los puntos débiles de las personas. Estas técnicas contribuyen en la generación de vergüenza.

El originar temor se logra por medio de amenazas, ya sea que éstas se lleven a cabo de manera directa o encubierta.

Por último, la técnica de sometimiento se lleva a cabo mediante la manipulación tanto de los tiempos, como de los espacios, el cuerpo y las conductas de la víctima.

Estas técnicas, según argumentan Corsi y Bonino (2003), se ejercen sobre la base de una premisa principal: el establecimiento de un desequilibrio de poder en la relación y la adquisición del control y el sometimiento de la víctima. Agregan que se trata de la práctica del dominio de poder que conlleva a la capacidad de control sobre la vida de otras personas, para lograr, en última instancia, la obediencia y disponibilidad de otros.

Y no se pueden pasar por alto las repercusiones que tienen las conductas violentas sobre las víctimas e incluso sobre la sociedad misma. En principio, cabe mencionar que las consecuencias a nivel individual abarcan consecuencias físicas, psicológicas y sociales (Corsi, 2003; Tenreyra, 2003). En el caso de los efectos físicos de la violencia sobre la víctima, se pueden mencionar lesiones, embarazos no deseados, cefaleas, problemas ginecológicos, discapacidad, abortos, fracturas, adicciones, entre otras.

También se encuentran las repercusiones a nivel psicológico, entre las que se encuentran la autonomía y la libertad de la víctima (Corsi y Bonino, 2003;

Tenrreyra, 2003). Asimismo, se alude a la presencia de depresión, sentimiento de soledad, vulnerabilidad, impotencia, incapacidad para concentrarse, insomnio, pesadillas, llanto incontrolado, mayor consumo de fármacos, sentimientos de minusvalía, autodevaluación, afectación en las relaciones interpersonales (Corsi, 2003).

Las consecuencias psicológicas en mujeres que han sido víctimas de violencia familiar han sido especificadas por Walker (1988). Se trata de una serie de síntomas constituyentes de un síndrome al que la autora denominó Síndrome de la Mujer Maltratada y conforma una subdivisión del conocido Desorden por Estrés Postraumático. Los síntomas de que consta son: el experimentar los eventos traumáticos sin pensar propositivamente en ellos, pesadillas, *flashbacks*, pensamientos intrusivos, y una sensación de falta de control. Igualmente incluye el entumecimiento emocional y la evitación de recuerdos del abuso, lo que con frecuencia lleva a perturbaciones en las relaciones interpersonales, incluyendo la disminución del interés en personas y actividades. Se presentan, a su vez, síntomas de excitabilidad incrementada, tales como la hipervigilancia a señales de futura violencia, suspicacia, insomnio e irritabilidad.

De acuerdo con Trujano *et al.* (2004), ha habido investigaciones que sustentan el desarrollo de conductas poco adaptativas en las personas que han sufrido de violencia, y que derivan en una incapacidad para disfrutar de la vida. No obstante, estos autores argumentan el surgimiento de perspectivas menos patologizantes y más liberadoras que, conjuntamente, facilitan la transformación de las experiencias y recuerdos infelices en “sentimientos controlados que lleven a la gente a otorgarles nuevos significados”. Se trata de las perspectivas postmodernas en terapia y su aplicación a los diversos problemas de la vida cotidiana, incluyendo entre estos, la violencia intrafamiliar.

4.2 Abordajes postmodernos al problema de la violencia intrafamiliar

De acuerdo con algunos autores (Durrant y Kowalski, 1993; Jenkins, 1990; Trujano *et al.*, 2004; Wade, 1997), y tal como se mencionó con anterioridad, las

terapias narrativas o postmodernas proponen una alternativa innovadora y despatologizante con respecto de las perspectivas tradicionales de intervención en casos de violencia. Cabe ahondar en las diferencias existentes entre las concepciones de algunas propuestas asociadas a las terapias tradicionales, así como sus consecuencias en el trabajo clínico, y aquellas pertenecientes a las terapias narrativas o postmodernas al problema de la violencia intrafamiliar.

Kamsler (1993), y Durrant y Kowalski (1993) se han encargado de realizar un análisis de las concepciones en las terapias tradicionales para el tratamiento de abuso, aunque, según White (2004), puede ser también aplicado a los casos de violencia. Estos autores afirman que las concepciones tradicionales para tratar a las personas que buscan ayuda en terapia debido a un problema de violencia no sólo menguan la responsabilidad de los perpetradores, sino que, incluso, promueven a las víctimas un autoconcepto comandado por la victimización. En otras palabras, las terapias tradicionales sitúan al terapeuta en una posición de experto a cuyos conocimientos debe someterse la persona que acude en su ayuda. Se da por sentado que el consultante se encuentra dañado o quebrantado por su experiencia de violencia o abuso. Además, existe una tendencia a “inmovilizar” al consultante debido al uso del discurso de déficit como base para su tratamiento. Los objetivos que deben cubrir este tipo de terapias son la de comprender las dinámicas de la violencia o abuso y la de producir un cambio por medio de una experiencia catártica o correctora (Durrant y Kowalski, 1993).

Respecto a lo anterior, Jenkins (1990) expone algunas de las teorías causales acerca de la violencia y el abuso que derivan en un esfuerzo mínimo por que el perpetrador tome responsabilidad de sus acciones violentas y abusivas hacia otras personas. El autor clasifica dichas teorías de acuerdo al nivel contextual: aquellas teorías que se encuentran relacionadas con causas que se localizan dentro del individuo perpetrador, las teorías asociadas a las interacciones del individuo con otras personas, las teorías vinculadas al desarrollo histórico del individuo y, por último, las teorías cuyas causas se localizan dentro de la cultura occidental y la sociedad.

Las teorías individuales describen la causa del abuso o violencia como una disfunción en la personalidad, o una psicopatología dentro del individuo. Un ejemplo de esta clase de teorías se encuentra en la asunción que los ofensores sexuales tuvieron experiencias sexuales aberrantes durante su infancia. Desde esta teoría, la tarea de los terapeutas es la de modificar aquellas conductas aberrantes por parte del perpetrador. Jenkins (1990) argumenta que asumir estas teorías suele ser un medio por el cual la distinción entre la experiencia del ofensor y sus conductas abusivas se vuelva difusa.

Asimismo, para el autor existen otras teorías que se engloban dentro de esta misma categorización. Se encuentran las explicaciones de déficit de control de impulsos, de enfermedad biológica o psiquiátrica, y las explicaciones que conceden la causalidad de las conductas violentas y abusivas a un perfil de personalidad determinado. Las consecuencias de adoptar estas teorías son la de limitar y obstaculizar el surgimiento de soluciones por parte del perpetrador. En lugar de ello, se perciben las actitudes violentas y abusivas como algo incontrolable, y, por ende, como algo que tanto la víctima como el perpetrador han de tolerar o aceptar.

Jenkins menciona a las teorías asociadas a los motivos y procesos psicológicos en tanto maneras de difuminar la responsabilidad de los perpetradores. Incluye dentro de éstas, a la teoría en la que se sostiene que los perpetradores acumulan emociones, frustraciones, tensiones, excitaciones sexuales, en respuesta a estímulos estresores ambientales, hasta alcanzar cierto umbral y es cuando ocurre una explosión de violencia o abuso. Desde esta perspectiva, el ofensor tiene un papel pasivo ante los estímulos ambientales, los cuales son responsables de la violencia o el abuso.

La teoría de la desinhibición por alcohol o drogas y la teoría del bloqueo están incluidas en esta clasificación. La responsabilidad, en lugar de otorgársela al perpetrador, es atribuida a la sustancia desinhibidora. En la teoría del bloqueo, por su parte, se concibe al ofensor como una persona con dificultades en las habilidades sociales y en el manejo de conflictos, concepción que, de acuerdo a

Jenkins (1990), no necesariamente invita al perpetrador a tomar responsabilidad de sus acciones.

El siguiente grupo de teorías propuesto por Jenkins (1990) pertenece a las explicaciones interaccionales. Desde ellas, se concibe al abuso o violencia como un mecanismo homeostático o como producto de relaciones disfuncionales dentro de la familia. En este tipo de preconcepciones y prácticas, según Kamsler (1993), la responsabilidad se le otorga a todos los miembros del sistema familiar. Según argumenta la autora, estos esquemas producen una “ceguera” ante la responsabilidad concerniente al perpetrador. Adicional a lo anterior, Jenkins (1990) menciona que, desde esta perspectiva, la víctima se concibe como provocadora de las actitudes violentas o abusivas.

Las explicaciones concernientes al desarrollo del perpetrador incluye la teoría de aprendizaje social. En lugar de describir las conductas violentas o abusivas como producto de una psicopatología o un defecto de carácter, esta explicación describe a la violencia en términos de comportamiento aprendido a través de mecanismos de reforzamiento. Las explicaciones asociadas a la historia del ofensor pueden convertirse en excusas y justificaciones para evadir la responsabilidad.

Finalmente, el autor se refiere a las teorías socio-culturales como aquellas explicaciones que ubican, dentro de las estructuras sociales, tradiciones, normas e ideologías de la cultura, la causa de la violencia y el abuso. La teoría feminista es uno de los ejemplos que el autor ubica dentro de este rubro, a causa del interés que ésta centra sobre las inequidades del poder basadas en el género. Las teorías socio-culturales del abuso y violencia apuntan a la necesidad de cambio en las estructuras sociales, normas culturales e ideologías para detener el comportamiento abusivo. Según Jenkins (1990), algunos teóricos identificados con las explicaciones sociales y culturales consideran irrelevante el tema de la responsabilidad del hombre, dada la influencia casi omnipresente de los factores socio-culturales.

Los argumentos de Jenkins (1990) señalan que las teorías revisadas con anterioridad se encuentran asociadas a explicaciones causales que limitan al

individuo, ya que las causas del abuso son concebidas desde las limitaciones existentes dentro del individuo, la familia o sociedad. Estas teorías invitan a los individuos a considerarse a sí mismos como víctimas pasivas de las circunstancias.

Desde las terapias narrativas o postmodernas, en contraste, la manera de trabajar implica toda una nueva concepción del proceso terapéutico. Ello da por resultado la promoción del surgimiento de soluciones alternativas a la victimización y a las actitudes violentas y abusivas. Durrant y Kowalski (1990) mencionan que el cambio ofrecido por estas nuevas propuestas consiste en la asunción de la persona que ha sido víctima de la violencia o del abuso como una persona competente, es decir, se le concibe con la capacidad de determinar qué es lo mejor para él o ella: el consultante es experto en su propia vida. En otras palabras, como lo menciona Wade (1997), estos enfoques suponen que las víctimas poseen una habilidad para resistir a la violencia y a otras formas de opresión. Su objetivo estará encaminado hacia el desarrollo y descubrimiento de las fortalezas del consultante, que han sido opacadas por la experiencia del abuso o de la violencia (Durrant y Kowalski, 1990; Wade, 1997).

La terapia llevada a cabo con el perpetrador se encuentra orientada hacia la búsqueda de la aceptación de responsabilidad por la violencia o el abuso, y la invitación para generar alternativas que no impliquen las relaciones violentas o abusivas con los otros miembros de la familia (Milner y Singleton, 2008; White, 2002).

Los enfoques narrativos o postmodernos que se han destacado por el desarrollo del trabajo con violencia y abuso, incluyendo víctimas y ofensores, son la perspectiva centrada en soluciones y la narrativa. Por su parte, el trabajo de la terapia centrada en soluciones con víctimas va dirigido hacia la co-construcción de las fortalezas, competencias y recursos que se encuentran escondidos debido a la experiencia de abuso o violencia sobre la persona (Lee, 2007).

La base de la terapia centrada en soluciones es la conversación orientada hacia aquellas alternativas que faciliten la visibilidad de los potenciales en las

víctimas. Para lograr esto, Lee (2007) y Wade (1997) se han encargado de explicitar algunas de las intervenciones en terapia para este tipo de casos.

Las intervenciones de la terapia centrada en soluciones se basan en un diálogo entre el terapeuta y el consultante a través del cual el terapeuta realiza preguntas que le ayuden al consultante, a pensar de manera diferente acerca de su situación y compromiso en un proceso de construcción de soluciones (de Shazer citado en Lee, 2007). En el caso de personas que han sobrevivido a la violencia, el terapeuta usa diferentes preguntas para asistir a los consultantes en la generación de pautas de solución que no los haga susceptibles a la violencia y al abuso.

De entre las preguntas a realizar por el terapeuta se encuentran las preguntas de excepciones. Lee (2007) menciona que, en el tratamiento con mujeres que han sobrevivido a la violencia, estas preguntas pueden centrarse en las veces en las que la consultante ha sido capaz de protegerse a sí misma o a resistir, evitar, escapar y luchar en contra de la violencia. Puede tratarse de cualquier acto mental o de comportamiento en el cual la persona intenta exponer, parar, prevenir, impedir, luchar en contra, rehusarse u oponerse a cualquier atentado violento o de abuso. Wade (1997) refiere el tipo de preguntas que se le hacen al consultante: le pide describir la manera en que respondieron a la violencia en lugar de preguntar la manera en la que han sido afectados por ella. La realización de las preguntas encaminadas a la conversación de las respuestas que las víctimas tienen ante la violencia o abuso, de acuerdo al autor, resultan de utilidad en este enfoque.

Resulta importante, también, hacer preguntas orientadas hacia el futuro, con la finalidad de que las víctimas se establezcan a sí mismas metas y piensen en términos de cambios pequeños, observables y concretos en pos de que puedan notarlos (de Shazer, 1985; citado en Lee, 2007). El formato más comúnmente usado de este tipo de pregunta es la pregunta milagro.

Las preguntas de afrontamiento son otra forma de intervención con víctimas de violencia, y resultan de utilidad en el reconocimiento de recursos en momentos de confusión. Estas preguntas ayudan a los consultantes a conversar acerca de la

manera en como consiguen sobrevivir y lidiar con los problemas. Es importante señalar que el terapeuta tiene que ser cuidadoso en centrarse en preguntas de afrontamiento con el abuso, ya que se corre el riesgo de reforzar el abuso de manera implícita (Lee, 2007).

Dentro de los recursos que utilizan los terapeutas centrados en la solución, se encuentran las preguntas escala, en la que se les pide a los consultantes ubicar en un rango del 1 al 10 su situación o su meta. Este tipo de intervención ayuda a los consultantes a estimar la intensidad de los problemas, de sus metas, su confianza y motivación al cambio, y su progreso.

Asimismo, desde el enfoque de la terapia centrada en soluciones, se le pregunta a los consultantes la manera en que las personas con las que se relacionan están reaccionando a la situación problemática y al progreso de encontrar soluciones. Ello con el objetivo de ampliar los cambios y contextualizarlos (Berg y De Jong, 1996; Lee, 2007).

El papel del terapeuta centrado en la solución será el de explorar y definir qué es lo que quieren distinto en sus vidas los consultantes, y cuáles son las fortalezas y recursos que harán que se lleven a cabo estas diferencias. Se trata de un enfoque que promueve una versión competente de sí mismo en el consultante, dado que apunta a señalar los recursos (Berg y De Jong, 1996; Durrant y Kowalski, 1990).

La terapia narrativa, por su parte, trabaja con la violencia de una manera distinta. Para este enfoque resulta de una importancia primordial el analizar el problema de la violencia o el abuso en el contexto de la ideología patriarcal. A partir de este tipo de análisis, se encarga de enfatizar la responsabilidad que tiene el hombre por los actos violentos, y contrarrestar las ideas que apoyan la culpabilidad en la mujer, esto es, aquellas en las que se cree que la mujer es quien provoca la violencia. De esta manera, las obligaciones provocadas por los estereotipos sexuales e identidad femeninas se ven socavadas (White, 2004a)

El abordaje narrativo al problema de la violencia utiliza el tema de resistencia, protesta y contra-acción en las conversaciones en terapia como una parte importante de su trabajo. Y, al igual que la terapia centrada en soluciones,

esta perspectiva resalta la importancia de ayudar a las personas a reconocer la existencia de sus recursos y fortalezas (Wade, 1997).

White (2002) enuncia algunas de las maneras de trabajar en terapia narrativa con mujeres que han sobrevivido al abuso y a la violencia. Se interesa por el nombramiento de este problema y de la liberación de sus efectos sobre las personas. El autor parte de la idea que las personas que han sido víctimas de algún tipo de abuso sienten culpabilidad y falta de mérito personal. Esto es debido a que el marco de interpretación de las víctimas se encuentra circunscrito a significados otorgados por éstas, mismos que derivan en conclusiones negativas de sí, e incluso que les llevan a conductas autodestructivas, como intentos de suicidio, adicciones o automutilaciones.

El papel del terapeuta narrativo será, entonces, el de deducir significados alternativos de las experiencias de abuso, y establecer las condiciones necesarias para que éstas sean reinterpretadas por los consultantes. De esta manera, las personas cambiarán la forma de expresión de los significados conferidos al abuso y, por lo tanto, cambian la manera en que viven sus vidas (White, 2002).

En la terapia narrativa, de acuerdo a White (2002), se utilizan herramientas como las conversaciones externalizadoras y deconstructivas para facilitar la emergencia de relatos diferentes y más positivos de las víctimas. Primeramente, se ayuda a los consultantes a realizar una descripción de las relaciones de poder participantes de su experiencia, con la finalidad de socavar la autoculpabilización y la vergüenza. Se externalizan todos aquellos sentimientos negativos de sí tal como el odio, el aborrecimiento, etc. Por medio de estas herramientas se establecen los saberes y prácticas de abuso que, según el autor, poseen tres objetivos principales: primero, facilitan la preparación de un testimonio cercano a la experiencia de la persona; segundo, ayuda a las personas a desarrollar un grado de discernimiento para distinguir acciones hacia ellos que expresan explotación, abuso o descuido, de las acciones que expresan apoyo, amor y cuidado; y, finalmente, expande posibilidades para la disposición de las personas a tomar medidas de resistencia y desafío contra estos saberes y prácticas en sus vidas cotidianas.

Otra de las prácticas llevadas a cabo en el enfoque narrativo se trata de la conocida “ceremonia de definición”, en la que se invita a testigos externos a escuchar la historia contada por la víctima, y sus respuestas a los episodios violentos o abusivos: los momentos en los que se cuidaba a sí misma. Dicha práctica White la retoma de la antropóloga Barbara Myerhoff (1982, citada en White, 2004b), y, a decir del autor, es una práctica usada para crear resonancia sobre el consultante, que derive en una historia alternativa y más positiva de sí mismo.

La ceremonia de definición se lleva a cabo bajo un procedimiento particular. Mientras el terapeuta y el o la consultante tienen su conversación en la sesión, los testigos externos observan y escuchan. Posteriormente, los testigos externos conversan entre sí acerca de los valores observados en la víctima, mientras el terapeuta los entrevista bajo cuatro categorías, como las apunta White (2004b):

- a) Las expresiones particulares.- Se les pregunta a los testigos externos qué es lo que escucharon durante la sesión con el consultante que llamó su atención, capturó su imaginación, que les provea un sentido de lo que el consultante valora en la vida. Es importante que, mientras los testigos externos conversan entre sí, el o la consultante no entre en la conversación, sino que se convierta él mismo en un testigo externo de la conversación entre los testigos externos.
- b) Imágenes de identidad.- Después, se les pregunta a los testigos externos aquello que la historia del o de la consultante les sugirió, la manera en que les afectó la imagen que tienen de éste o ésta como persona, cómo impactó en la concepción que tenían de él o ella, y qué es lo que dice acerca de lo que cree, de lo que es significativo para él o ella en la vida. A través de este tipo de preguntas se evoca a describir imágenes de la identidad del o la consultante. Conforme los testigos externos conversan acerca de estas imágenes de identidad, el terapeuta los invita a especular acerca de las creencias,

esperanzas, sueños, deseos, etc., de la víctima. Este proceso tiene la finalidad de autentificar y ampliar aquello que la víctima valora.

- c) Encarnar su interés.- Según el autor, es imposible escuchar las vidas de otras personas sin sentir algún tipo de afectación personal, sin que, quienes la escuchan, se sientan tocados de alguna manera, sin que le trastoque a su persona. Mientras los testigos externos escuchan la historia de la o el consultante, pueden llegar a sentir una serie de reverberaciones en sus historias personales. El terapeuta pregunta la razón por la cual esas expresiones en particular captaron la atención de los testigos externos y las imágenes que éstas despiertan en sus propias vidas. Este punto se convierte en otra forma de autentificar la historia y los valores de la víctima.
- d) Reconocer catarsis.- Las resonancias que las historias de otros provocan en las propias historias de los testigos externos derivan en un movimiento de éstos hacia otro lugar. Se trata de un movimiento no sólo emocional, sino también en la manera de pensar, de reflexionar acerca de su propia existencia, en términos de la manera de entender sus propias vidas, incluso de la manera en que se va a actuar posteriormente a la experiencia de haber escuchado la historia de la víctima. Al escuchar esto, el consultante siente que ha contribuido de manera significativa a la vida de otros. Cabe destacar que el autor hace una distinción acerca del término “catarsis”. Este término tiene que ver más con el sentido que le otorgaban los antiguos griegos, cuyo significado estaba asociado a la tragedia griega, según apunta el autor. En la ejecución de una tragedia griega, era catártico para la audiencia si los movía a otros lugares en sus vidas, si proveía de ímpetus en la vida de los miembros de la audiencia para convertirse en otros, para pensar distinto acerca de sus propias vidas, si tenían una nueva perspectiva acerca de su historia personal.

Después de llevar a cabo esta entrevista con los testigos externos, se realiza la misma entrevista, pero ahora con el consultante, acerca de lo escuchado en la conversación con los testigos externos. La finalidad es involucrar al consultante en conversaciones de reautoría, que lo lleven a una vida multihistoriada de tal manera que reconozcan sus propios valores, fortalezas y recursos. Es decir, una narración más positiva acerca de ellos mismos que no se vea oscurecida o socavada por la experiencia de abuso o violencia (White, 2004b).

En el trabajo terapéutico narrativo o postmoderno con las personas que ejercen la violencia se opera de una manera distinta. La terapia centrada en soluciones, por su parte, se ocupa de ayudar a los ofensores a identificar cualquier signo de seguridad que sea medible, y, así, desarrollarlo y expandirlo con la finalidad de que se aplique un plan de cuidado y seguridad. Según Turnell y Edwards (citados en Milner y Singleton, 2008) se trata de un abordaje que fija su atención en aquellos signos y señales de seguridad que surgen por parte del perpetrador para amplificarlos y llevarlos a cabo con la familia.

Este abordaje, a decir de Turnell y Edwards (citados en Milner y Singleton, 2008), se desarrolla bajo seis principios básicos a exponer. El primer principio consiste en mantener una posición de escucha y tratar de entender a cada miembro de la familia, incluyendo al ofensor. Milner y Singleton (2008) advierten que no se trata de una posición de complicidad en cuestión de la mitigación de la responsabilidad del perpetrador, sino que implica una escucha respetuosa de las historias de injusticia percibida, alentándolos a explorar el significado que su comportamiento tiene para ellos, así como la indagación conjunta de las creencias que sustentan estas conductas. De esta manera, se invita a los ofensores a tomar responsabilidad por el cambio de las creencias y su comportamiento en el futuro.

El segundo principio es lo que Milner y Singleton (2008) describen como el descubrimiento de excepciones a la violencia. Se refieren al examen detallado de aquellas ocasiones en las cuales el ofensor se sintió frustrado y enojado pero no hizo ejercicio de la violencia, de tal modo que las habilidades del perpetrador, utilizadas en esa ocasión (u ocasiones), puedan ser utilizadas en otro momento.

Pedirles a las personas que conversen acerca de las veces en que ellos pudieron haber ejercido la violencia pero no lo hicieron, ayuda a aquellos que están siendo abrumados por sentimientos violentos a reconocer la posesión de control sobre sus propias conductas violentas. Cabe mencionar que las excepciones son los primeros signos de seguridad. En caso que existe una falta total de excepciones, los autores recomiendan dejar una tarea: pedirle al ofensor que pretenda no estar enojado o frustrado una mitad de la semana y note cuáles son las diferencias. Ello con la finalidad de encontrar posibles excepciones.

El tercer principio consiste en el descubrimiento de las fortalezas y recursos que pueden ser usados en la situación problemática. La búsqueda de las fortalezas existentes en las personas, valida la totalidad de sus experiencias, y sitúa a los problemas en el contexto en el que se encuentra. Además, de acuerdo a Milner y Singleton (2008) esta búsqueda ayuda a los ofensores en el desarrollo de una identidad más competente.

La cuarta premisa radica en focalizar la atención en metas que involucren a todos los miembros de la familia, para afirmar la seguridad de aquellos más vulnerables. Las metas deberán ser medibles, asequibles y éticas. Además, deberán ser establecidas a través de la negociación con todos los miembros, poniendo énfasis en la seguridad de los miembros vulnerables de la familia (Milner y Singleton, 2008).

El quinto postulado de la terapia centrada en soluciones con personas violentas trata del uso de escalas para medir la seguridad y el progreso. Un ejemplo que utilizan Milner y Singleton (2008) es el uso de escalas de la violencia en pareja: se les pregunta a los ofensores el nivel en que ellos ubican la seguridad de sus compañeros, en una escala del 1 al 10. Este estimado se compara con el percibido por el compañero. El uso de escalas, a decir de los autores, permite a las personas reconocer cuándo no están llevando a cabo el progreso suficiente, sin hacerles sentir como si fuesen fracasados. Aunado a ello, las escalas pueden ser utilizadas para facilitar la conversación de aquello que los ofensores necesitan hacer distinto para subir el estimado en la escala.

Por último, se evalúa la voluntad, confianza y la capacidad de cambio. Turnell y Edwards (citados en Milner y Singleton, 2008) enfatizan la responsabilidad de los terapeutas para entablar un ambiente en el que la motivación pueda ser mejorada. Estos autores mencionan que las relaciones adversarias con los profesionales reducen la posibilidad de motivación, causando una frustración innecesaria, al mismo tiempo que se aumentan los sentimientos de impotencia. La voluntad de cambio se puede ampliar mediante la evaluación de la ayuda que necesita la persona con la motivación o la habilidad al cambio. Ello se puede lograr con la creación de escalas separadas para cada conducta.

Los terapeutas centrados en la solución, por tanto, se enfocarán a la realización de preguntas en los que “genuinamente” no sepan la respuesta y, mediante una posición flexible y creativa, se comprometan al descubrimiento conjunto de las oportunidades al cambio (Milner y Singleton, 2008).

Las tareas de un terapeuta narrativo, en el trabajo con gente que ha ejercido violencia, se orientan hacia otra dirección. Se trata de un enfoque a través del cual el terapeuta establecerá el contexto para que el ofensor se comprometa en un proceso de responsabilidad y transparencia. White (2002) hace mención de las tareas en las que se ha de implicar el perpetrador durante el proceso terapéutico:

- a) Asumir su responsabilidad por haber perpetrado el maltrato
- b) Desarrollar una comprensión de las experiencias de quienes fueron víctimas del maltrato
- c) Establecer una completa apreciación de los efectos del maltrato –en corto y largo plazo- sobre las vidas de las personas que fueron víctimas de él, si no hubiese una reparación.

Para White (2002) resulta de sustancial importancia que las personas que han ejercido violencia elaboren un discurso de disculpa en congruencia con la responsabilidad asumida por ellos y con la comprensión de los efectos que las conductas abusivas tuvieron sobre la vida de las víctimas.

Aunado a lo anterior, es importante mencionar que la violencia no es un problema que se externaliza en este enfoque. Los elementos a externalizar, en las conversaciones terapéuticas con los perpetradores, serán todas aquellas actitudes y creencias usadas para justificar la dominación y el abuso, así como también las técnicas de poder y control propiciatorias. El contexto cultural en el que se desarrollan estas actitudes y creencias, serán un tema a tratar en este tipo de conversaciones.

Los relatos alternativos se desarrollarán una vez explorados los efectos del abuso y establecido un contexto de comprensión hacia las víctimas. El inicio de este tipo de conversación se da cuando se identifican algunos aspectos de sus relaciones, deseos y propósitos que contradigan sus maneras dominantes y opresivas de ser y de pensar. Posterior a ello, se realiza una exploración de los efectos que tendrían estos propósitos, deseos y relaciones alternativas sobre sus vidas y sobre las que los rodean. Los ofensores recibirán una retroalimentación por parte de su familia, en las propuestas que éste haga al relato alternativo (White, op. cit.)

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

A) CONSIDERACIONES PREVIAS:

La investigación cualitativa consiste en descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos que son observables. Se puede definir de acuerdo a sus notas más significativas. Dentro de éstas, cabe destacar, según Taylor y Bogdam (citados en Pérez, 1994):

1. La investigación cualitativa es inductiva. En los estudios cualitativos los investigadores siguen un diseño de investigación flexible.
2. En la metodología cualitativa se aborda a las personas desde una perspectiva holística, es decir, son considerados como un todo.
3. Los investigadores cualitativos son sensibles a los efectos que ellos mismos causan sobre su objeto de estudio.
4. El investigador cualitativo busca una comprensión detallada de las perspectivas de otras personas.

Otros autores, entre ellos Merriam (2002) enfatizan la importancia de la noción del significado como una construcción social por medio de los individuos en interacción. Para la investigación cualitativa, las construcciones e interpretaciones de la realidad se encuentran en constante flujo y cambian en el tiempo. Este tipo de investigadores se interesarán en entender aquellas interpretaciones en un momento y contexto particular. En pocas palabras, el propósito de la investigación cualitativa es describir y explicar eventos y experiencias, pero nunca predecir (Willig, 2001).

El diseño de un estudio cualitativo dependerá, en gran medida, de la pregunta de investigación y el objetivo de dicho estudio. No obstante, se tomará en cuenta que tanto la recolección de datos como su análisis, tendrán la finalidad de crear y explicar las palabras y acciones de los participantes (Willig, 2001).

Willig (2001) menciona que no existen métodos de recolección y análisis de datos correctos o erróneos en investigación cualitativa. El autor argumenta que los métodos son, en mayor o menor medida, apropiados para una pregunta de investigación. Dicho de otra manera, la pregunta de investigación, la técnica de recolección de datos y el método de análisis son interdependientes. El diseño de una “buena” investigación cualitativa es aquel en el que la recolección y el análisis de datos es apropiado a la pregunta de investigación.

Existen varias maneras de realizar análisis de datos en investigación cualitativa. Merriam (2002) menciona el estudio de caso, el estudio etnográfico, el análisis de la narrativa, investigación cualitativa crítica, e investigación posmoderna. Dado que, en la presente investigación, las historias o narrativas cobran una importancia sustancial, se desarrollará con mayor detalle el análisis de la narrativa para dar cuenta del tipo de análisis que se llevará a cabo.

El análisis de las narrativas utiliza las historias de las personas como datos. Otros términos para este tipo de investigación incluye la autobiografía, la historia de vida, y las narrativas de vida. En ellas, el contexto es un elemento importante a considerar (Merriam, 2002).

Para llevar a cabo el análisis del discurso es importante tener en cuenta algunas asunciones acerca del lenguaje. La primera se refiere a la manera en que el investigador dará sentido a lo que la gente dice, esto es, a través de la contemplación del contexto social en el que las personas hablan. De esta manera, cuando una persona posee una creencia o expresa una opinión, está formando parte de una conversación y está jugando un papel en ella (Willig, 2001).

La segunda consideración es que el mundo puede ser “leído” en un número ilimitado de maneras y que los objetos y eventos son, en efecto, construidos a través del lenguaje mismo. Como resultado, *el análisis del discurso se centrará en*

el discurso y la conversación, debido a que en ellos se agrupan los significados y a través de ellos el significado es creado y negociado (Willig, 2001).

En tercer lugar, los analistas del discurso conciben al lenguaje como el medio por el que se construye la realidad, siendo ésta susceptible a múltiples interpretaciones. El énfasis en este tipo de investigación, se asigna a la manera en que las categorías sociales son construidas y con qué consecuencias éstas se despliegan en la conversación (Willig, 2001).

En el análisis del discurso, las diferencias entre las personas no se dan a partir de sus actitudes o atribuciones a los objetos sociales o a los eventos, sino en la forma en que ellos construyen el objeto o evento por medio del lenguaje (Willig, 2001).

La quinta y última asunción toma como base la noción de que el lenguaje es productivo y performativo. El argumento que sustenta dicha afirmación, es la concepción de que los relatos de la gente, las perspectivas que expresan y las explicaciones que proveen, dependen del contexto discursivo en el que son producidos (Willig, 2001).

El foco de atención de los analistas del discurso se encuentra en la manera en que los participantes usan recursos discursivos y en los efectos que tienen con ellos. Se trata de una aproximación orientada a la acción del hablar (Willig, 2001).

El *análisis de la conversación* se encuentra implicado en este tipo de análisis. De acuerdo a Pomerantz y Fehr (2000), su objeto de estudio se encuentra centrado en la manera en que los individuos de una sociedad realizan sus actividades y le dan sentido al mundo que los rodea. Así, el objetivo de análisis será esclarecer cómo se producen y se comprenden las acciones, los acontecimientos, objetos, etc., antes que explicar cómo se organizan el lenguaje y el habla como fenómenos separados. Estos autores definen el análisis de la conversación como una manera de explicar los métodos compartidos que utilizan los interactuantes para producir y reconocer su propia conducta y la de los demás. El significado que posean estas conductas dependerá del contexto en que se produzcan.

Pomerantz y Fehr (2000) destacan dos acepciones en las que ha de tomarse en cuenta el contexto para el análisis de una conversación. Por un lado, se hace referencia al contexto como la organización temporal de las acciones y la

interacción. La conducta se produce y se concibe como una respuesta a las contingencias inmediatas y locales de la interacción. El aporte de cada interactuante estará determinado, entonces, por lo que acaba de decirse o hacerse, y es entendido a partir de su relación con lo anterior. Estos autores concluyen que el contexto cambia en tanto se desarrolla la interacción. Cada aporte provee un nuevo contexto para el siguiente.

Por otro lado, la comprensión de una conducta se encuentra en función del contexto, se debe tener conocimiento de la ocasión, de las personas participantes, el lugar y el momento (Pomerantz y Fehr, 2000).

Estos autores desarrollaron algunas propuestas y herramientas para la realización del análisis de la conversación. Dado que dichas propuestas se tomaran en cuenta para la elaboración del análisis de esta investigación, se explicarán más adelante detalladamente.

Un problema importante a tratar en la investigación cualitativa es el de la validez. La validez es un término que González Rey (2000) propone sustituir por el de legitimidad del conocimiento. Ello a causa de la asociación del término validez con definiciones cuantitativas. Según lo menciona este autor, usar el término validez a la investigación cualitativa posee varias limitaciones:

- Que se ha definido a partir de los instrumentos a usar en la investigación. Un instrumento es válido si evalúa lo que se desea evaluar.
- La validez se define de forma directa por la relación entre un constructo teórico y las manifestaciones empíricas del objeto en estudio. Es decir, la validez se define esencialmente por el valor empírico del concepto.
- La validez supone una relación de linealidad entre cualquier construcción teórica y su definición empírica. Uno de los recursos definidos para facilitar la determinación de la validez en las investigaciones experimentales e hipotético-deductivas es la operalización.

González Rey (2000) menciona que en la literatura sobre investigación cualitativa se ha pretendido desarrollar métodos que están esencialmente comprometidos con una *representación positivista de validez*, con vistas a legitimar el conocimiento producido en este tipo de investigación. Un ejemplo: los llamados métodos de triangulación, en los cuales se pretende legitimar el conocimiento producido por un criterio de comparación entre diferentes fuentes, lo cual sigue privilegiando la comparación como criterio externo de validación sobre la consistencia, continuidad y congruencia de la propia producción, que sería un atributo referido a la cualidad de aquella.

Esta pretensión, de llegar a la legitimidad por relaciones de comparación, es seguir legitimando las fuentes externas que serían comparables a jueces que se colocarían frente a ella como una realidad única, equivalente para todos, con relación en la cual se podrían colocar sobre la base de juicios “objetivos” apoyados en los atributos evidentes del fenómeno comparado.

La definición de la legitimidad del conocimiento en investigación cualitativa, no puede estar asociada a definiciones cuantitativas, dado que se trata de una producción de conocimiento con pretensiones de alejarse de lo cuantitativo; por tanto, debemos buscar otras vías para evaluar la legitimidad.

González Rey (2000, p.89), por su parte, expone una definición de legitimidad de conocimiento que puede ser aplicable a la investigación cualitativa:

“[...] la legitimidad del conocimiento se da cuando una teoría puede avanzar en la construcción teórica de lo que estudia, conservando su continuidad y congruencia. Entendemos por continuidad la capacidad de la teoría para integrar dentro de sus términos actuales nuevas zonas de sentido sobre lo estudiado, y como congruencia, la posibilidad de enfrentar momentos de ruptura conservando su integridad como teoría, es decir, su capacidad para asimilar construcciones nuevas sin perder su integridad”.

En otras palabras, y retomando lo expuesto por González Rey (2000), se puede decir que *el valor del conocimiento no puede ser juzgado por la pretendida correspondencia entre sus formas y la realidad estudiada, sino por su capacidad de construcción sobre lo estudiado*. La legitimidad del conocimiento no puede definirse por un acto de validez, sino en el complejo proceso de continuidad que caracteriza a la producción teórica.

Las nociones anteriormente mencionadas acerca de la legitimidad se encuentran en pertinencia con el sustento teórico de este trabajo, por lo que considero que su *legitimidad* está delimitada en la capacidad que tiene esta investigación para producir conocimiento que se encuentra en congruencia con la teoría que le respalda.

B) Objetivos a cubrir en la investigación:

Los objetivos que la presente investigación pretende cubrir son:

- Explicar el proceso mediante el cual la *terapia como diálogo hermenéutico y constructorista*, promueve la emergencia de nuevas y más satisfactorias narrativas, reflejadas en el surgimiento de un nuevo *sistema de significados* en la vida del (de la) consultante.
- Proponer la forma de trabajo de la *terapia como diálogo hermenéutico y constructorista* en tanto una alternativa adicional a las propuestas existentes que engloban las terapias Narrativas o Postmodernas.
- Presentar dicha propuesta como una manera eficaz de abordar, en psicoterapia y dentro de las terapias Narrativas o Postmodernas, el problema de la violencia intrafamiliar.

C) Dimensiones de análisis:

El análisis que se lleva a cabo en la presente investigación se basa en una *conversación terapéutica* con una mujer víctima de violencia familiar. Las dimensiones que se toman en cuenta para el análisis son la narración o relato de la persona que consultó la terapia, así como las intervenciones realizadas por las

terapeutas y por el equipo terapéutico y su coordinación para la aparición de relatos alternativos en la consultante.

Es importante aclarar que el tipo de investigación que realicé en el presente trabajo es un estudio de caso, a través del cual, de acuerdo Merriam (2002) y a Willig (2001), se realiza un análisis extensivo y a profundidad acerca de un acontecimiento en particular, ya sea un individuo, un grupo, una institución o un fenómeno. En este caso, el acontecimiento estudiado es el proceso terapéutico con la mujer que ha sido maltratada, y que se mencionó con anterioridad.

Sandín (2003) se ha encargado de enumerar las características principales del estudio de caso:

- Particularista: Al realizar un estudio de caso, se centra en una situación, evento o fenómeno en particular. El caso en sí resulta importante por lo que revela acerca del fenómeno y por lo que pueda representar.
- Descriptivo: El producto final de un estudio de caso es una descripción rica y magra del fenómeno de objeto de estudio. Se pueden incluir distintas variables y pueden ser estudios de corte longitudinal. Esta descripción suele ser de tipo cualitativo.
- Heurístico: Los estudios de casos dilucidan la comprensión del lector del fenómeno objeto de estudio. Puede dar lugar a descubrimiento de nuevos significados, ampliar la experiencia del lector, confirmar lo que ya se sabe o promover nuevos insights.
- Inductivo: Se refiere a que las generalizaciones, los conceptos o las hipótesis surgen de un examen de los datos fundados en el contexto mismo. El descubrimiento de nuevas relaciones y conceptos, más que la verificación de hipótesis predeterminadas, caracteriza al estudio de casos cualitativos.

Dado que la presente investigación se basó en un proceso inductivo, cabe señalar las particularidades que posee dicho proceso. González (1998) la caracteriza como un proceso a través del que se parte de lo particular a lo general. El autor explica las operaciones que implica este proceso: conceptualización, categorización, organización y estructuración.

La *conceptualización* implica ordenar ideas y/o pensamientos. En investigación cualitativa idea es lo que se conoce como unidad de análisis. El texto analizado debe dividirse en unidades de análisis.

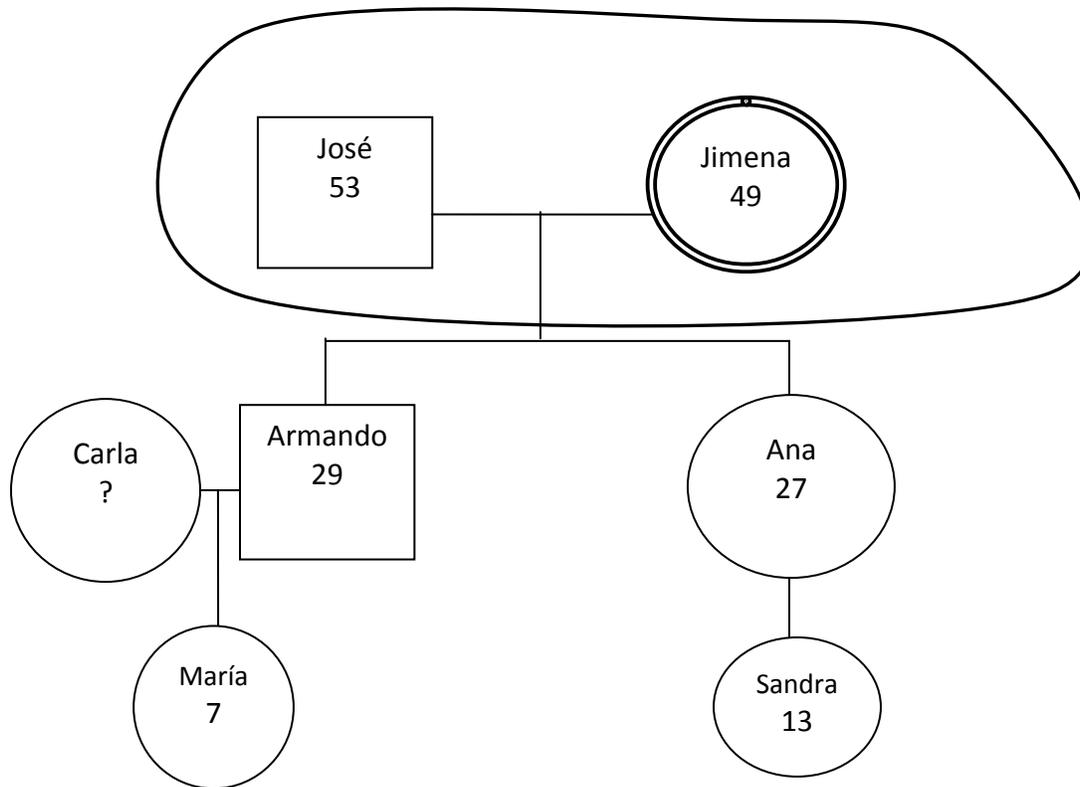
La *categorización* al final del proceso todas las unidades de análisis deben estar incluidas en alguna categoría. Esta operación facilita el trabajo de organizar permitiendo hacerlo de manera más precisa y clara. En todo momento se requiere respetar el texto escrito o discursivo del sujeto estudiado. Cabe señalar que todas las unidades de análisis deben conjuntarse en alguna categoría.

La *organización* se intenta conocer la organización lógica de las categorías y subcategorías. Por último, la *estructuración* implica elaborar un esquema en el que se incluyan de manera gráfica las categorías organizadas.

D) Presentación del caso:

El caso aquí presentado se basa en un proceso terapéutico que tuvo lugar en el Centro de Servicios Psicológicos “Dr. Guillermo Dávila” de la Facultad de Psicología de la UNAM. Se trata de una mujer de 49 años que acude a dicho Centro debido a que posee un déficit de control de emociones y se enoja fácilmente. Su familia se encontraba afectada ante esta situación, ya que, aunque vivían separados, las formas de relacionarse del uno con el otro eran predominantemente agresivas, según lo refiere su expediente¹. Jimena fue víctima de violencia y abandono por parte de su esposo. Ella relataba sentir dolor y enojo y que, como intento de solución, asistió a un taller de autoestima por parte del trabajo. No obstante, el dolor y el enojo aún persistían. Su familiograma queda como sigue:

¹ Es importante señalar que cuando las personas acuden al Centro de Servicios Psicológicos de la Facultad de Psicología de la UNAM, se les realiza una preconsulta. Se trata de una entrevista en la que llevan a cabo una evaluación, y, así, sacar una determinación acerca del tipo de terapia al que serán canalizadas.



El abordaje terapéutico para el tratamiento de este caso estuvo anclado dentro de las coordenadas de la *terapia como diálogo hermenéutico y constructorista*, planteamiento que se pretende proponer en la presente investigación como una alternativa terapéutica dentro de las terapias narrativas o postmodernas.

E) Consideraciones a tomar del análisis realizado:

Según Pomerantz y Fehr (2000), el análisis de la conversación debe ilustrar las interpretaciones que son relevantes para los participantes y las prácticas en las que se concretan esas interpretaciones. Analizar una práctica implica describir el conocimiento del que hacen uso los participantes, y explicar cuándo y cómo lo usan. Así, los elementos que los analistas consideren digno de atención se encontrará en función de su propia perspectiva, conocimiento, expectativas e intereses tácitos.

Los analistas de la conversación emplean diferentes enfoques para llevar a cabo sus análisis, *no hay un único método correcto*.

En la búsqueda por encontrar una guía en la realización de un análisis de conversación, estos autores proponen cinco aspectos a considerar para emprender un análisis de esta índole:

1. Seleccionar una secuencia: Identificar una secuencia en la que ocurre lo que al investigador le interesa. A los efectos de identificar una secuencia, buscar límites identificables. Para determinar el principio de la secuencia, ubicar el turno en el que uno de los participantes inició una acción Y/o tema que fue tomado y respondido por los co-participantes. Para determinar el final de la secuencia, seguir la interacción hasta ubicar el punto en el que los participantes ya no están respondiendo específicamente a la acción y/o tema anterior.
2. Caracterizar las acciones dentro de la secuencia: Las acciones determinan el modo como los participantes producen y comprenden la conducta; son una parte fundamental de la significación de la conducta.
3. Considerar de qué modo el empaquetamiento de las acciones por parte de los hablantes, incluyendo sus elecciones de los términos de referencia, facilitan ciertas interpretaciones de las acciones realizadas y de los temas de los que se habla. Considerar las opciones presentadas al receptor mediante ese empaquetamiento. Llamamos empaquetamiento a los modos en que los hablantes configuran y transmiten sus acciones. Para cualquier acción dada, existen múltiples modos de empaquetarla.
4. Considerar de qué manera los tiempos y la toma de turnos facilitan ciertas interpretaciones de las acciones y los temas de los que se habla.
5. Considerar de qué forma el modo de realizar las acciones implica determinadas identidades y roles y/o relaciones para los interactuantes.

F) Estrategia o procedimiento:

Los pasos que guiaron el análisis de la conversación en esta investigación se basan principalmente en la propuesta de Pomerantz y Fehr (2002) y cuya adaptación se explicará a continuación.

En la tarea de realizar el análisis de la conversación, llevé a cabo la transcripción textual de las conversaciones terapéuticas (por cada sesión) efectuadas con el caso anteriormente mencionado.

Realicé una lectura del texto resultante y estudié las estrategias y elementos discursivos que utilizan los participantes en la conversación terapéutica, a fin de identificar la coordinación existente entre los procesos mediante los cuales las intervenciones hechas por los terapeutas promueven el surgimiento de una nueva narración en la consultante y, por otro lado, los significados explícitos e implícitos dentro de la narración de la persona que consulta la terapia.

Una vez identificados estos elementos, resalté aquellos elementos de sentido (oraciones, frases, etc.) que se consideraron relevantes como objeto de análisis en el relato de la consultante, de acuerdo al objetivo de esta investigación. Hice una división temática en las conversaciones. Esto es, dividí el texto de acuerdo a ejes temáticos en los que oscilaba la conversación con la consultante. Después asigné números a cada turno de habla, con la finalidad de que pudieran ser identificados para su interpretación.

Posteriormente, llevé a cabo una interpretación detallada por cada turno de habla de los elementos mencionados con anterioridad (las intervenciones hechas por los terapeutas y los significados tanto explícitos como implícitos de la narración de la consultante) desde el marco de *la terapia como diálogo hermenéutico y construccionista*.

Siguiendo a Sandín (2003) en su propuesta para realizar el proceso inductivo realicé, por sesión, un esquema (o tabla) representativo de la forma de trabajo propuesta en esta investigación. En este esquema se retomaron los elementos del análisis de la conversación anteriormente mencionados. Hice una categorización de las intervenciones realizadas por sesión, y los significados subsecuentes a estas intervenciones en el relato de la consultante.

A continuación, efectué una entrevista de seguimiento con Jimena y se llevó a cabo un análisis de su relato. Hice un esquema el análisis obtenido.

RESULTADOS⁵

TABLA 1. SIGNIFICADOS EMERGENTES⁶ EN EL RELATO DE LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA PRIMERA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES EN EL RELATO DE LA CONSULTANTE		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
<p>Preguntas para obtener información acerca del contexto (p.e.: ¿qué la trae por aquí? ¿cuántos años han pasado de que se fue su esposo? ¿actualmente tiene problemas con sus hijos? ¿vive con sus hijos? ¿cuándo convive con sus hijos?)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - La consultante posee formas de relación violentas con su ex esposo. Con quien vive en la actualidad. - Jimena no asume la relación existente con su ex esposo. - A su regreso, José y Jimena han encontrado nuevas formas de relacionarse sin incluir la violencia. Sin embargo, Jimena no le otorga importancia. - Jimena se siente culpable por no “haber sabido poner límites” con José en un pasado, se auto reprocha por tolerar la violencia de la que fue víctima. . - Los errores se encuentran focalizados al regreso de Jimena con José. - Jimena se siente limitada a un lado de José. - Jimena se siente afectada por el pasado que vivió con José y por las situaciones que pasaron cuando él la dejó. - Alcohol como factor detonador de eventos violentos con José. - La gente que le rodea la responsabiliza por las 	<ul style="list-style-type: none"> - Creencia que ser insuficiente en su papel de madre - Sentimiento de culpabilidad por los problemas actuales entre sus hijos. - El alcohol es un factor que detona eventos violentos entre sus hijos y de la consultante para con sus hijos. - Jimena cree que se encuentra en un círculo vicioso que no se puede romper y del cual ella es causa: los hijos cometen los mismos errores. - Jimena otorga un valor significativo a su familia. - El bienestar se encuentra asociado a la comunicación, que vivieron en un pasado. - El diálogo es un recurso para resolver y aclarar conflictos con los demás. - Jimena se siente marginada por sus hijos a partir de su regreso con José. - Jimena cree haber defraudado a sus hijos por permitir violencia y por haberse separado de José. 	<ul style="list-style-type: none"> - Formas violentas de relación arraigadas desde la infancia. - Actualmente, no percibe la violencia como algo normal⁷. - Jimena percibe su pasado con violencia como algo irremediable y angustiante. - Jimena se ve a sí misma como co-dependiente y angustiada por la soledad. - Jimena valora en sí misma un proyecto de vida que tiene planeado - Jimena posee deseos de superación. - Jimena se siente juzgada por la gente que le rodea a partir de su regreso con José.

⁵ Para mayor detalle del análisis realizado, véase Anexo 1.

⁶ Para mayor detalle del análisis realizado, véase Anexo 1

⁷ Los significados resaltados en negritas constituyen los elementos pertenecientes al relato alternativo.

	<p>posibles consecuencias negativas que puedan suceder en la relación con José.</p>		
--	---	--	--

TABLA 1. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN EL RELATO DE LA CONSULTANTE POR INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA PRIMERA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
<p>Preguntas para negociar objetivos en la terapia y/o preguntas orientadas hacia el futuro (p.e.: imagínese que usted ya terminó la terapia ¿cómo se va a dar cuenta que la terapia funcionó? ¿en qué lo va a notar? ¿Cómo va a notar que su autoestima ha mejorado?)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena busca trabajar con su autoestima. - Jimena cree que haber regresado con José alude a una falta de respeto y valor a sí misma. - Jimena pide un respeto hacia sí misma en la relación con José. Esta forma de relación no incluye la violencia. - Jimena refiere encontrarse en un estado de pasividad a causa de querer "enterrar lo que pasó". - La pasividad que Jimena relata la remite a un estado de tranquilidad. - El pasado implica un problema, reacciones agresivas con José. - Jimena quiere tener herramientas que le den seguridad en la decisión que tome con José. - Jimena siente que no se merece una vida al lado de José. 		<ul style="list-style-type: none"> - Jimena sale y convive con su familia extensa independientemente de la presencia de José. - Jimena identifica claramente lo que quiere del proceso terapéutico: ella desea tener formas de relación no violentas con su familia. A estas formas de relación las llama "inteligentes". - La capacidad para salir adelante y superarse tienen resonancia en los demás, los demás le reconocen este tipo de recursos.
<p>Preguntas de afrontamiento (p.e. ¿cómo ha logrado estar tranquila? ¿cómo ha logrado permanecer tranquila este tiempo?)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Ante la necesidad de descargar sentimientos negativos, Jimena reacciona de manera violenta con su hijo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena se siente afectada por el pasado que vivió con José. Refiere un resentimiento que le provoca reacciones negativas con los demás.
<p>Comentarios orientados a enfatizar la excepción (p.e.: Es un paso muy grande este que está haciendo, es de reconocerse;)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Jimena se siente culpable por tener reacciones violentas con su hijo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena afirma que ha ido creciendo en su vida. Ha terminado la secundaria, la preparatoria y ha sabido mantener un trabajo durante varios años.

TABLA 1. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA PRIMERA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Intervenciones orientadas hacia la ampliación de la excepción (p.e.: ¿por qué es bueno?)	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena otorga una connotación positiva al divorcio con José. - Jimena se siente insegura con respecto de la decisión a tomar con José. 		<ul style="list-style-type: none"> - Jimena habla de su proyecto de vida personal en el que terminó la preparatoria, luego de haberse separado de José. Habla de dejar inconclusa su carrera profesional a causa de haber regresado con José. - Jimena cree que al lado de José no puede continuar con su proyecto de vida.
EQUIPO REFLEXIVO:			
TpA.- El terapeuta retoma los eventos que mencionó Jimena durante sesión y resalta la superación personal de la consultante. El terapeuta habla acerca de los términos “masoquista” y “débil” que mencionó la consultante acerca de sí misma durante la sesión. El terapeuta resalta los recursos por sobre estos últimos términos.			
TpB.- El terapeuta hace notar los cambios que ha tenido Jimena en relación a José. Retrotrae lo dicho por Jimena durante la sesión, para demostrar esos cambios. Introduce la idea que Jimena mencionó de “poner límites” con José para hacerle notar que es algo que está sucediendo. Esta idea se contrapone a la creencia de Jimena de caer en lo mismo.			
TpA.- Retoma el tema del cambio introducido por el TpB y menciona la toma de decisiones que la consultante ha tomado para superarse y para apoyar a su familia.			
TpC.- La terapeuta habla acerca de las posibles consecuencias que puede tener la vida de Jimena a partir de la decisión que tome con respecto a José. Ambas posibilidades son valiosas. Enfatiza las nuevas pautas de relación con José, con establecimiento de límites. Retoma también los proyectos de vida personales de Jimena.			
TAREA.- Encaminada hacia la búsqueda de un proyecto de vida en Jimena se le hace pensar ¿qué es lo que se merece? Haciendo alusión a una frase que la consultante mencionó durante sesión.			

TABLA 2. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN EL RELATO DE LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA SEGUNDA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES EN EL RELATO DE LA CONSULTANTE		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas para obtener información (p.e.: ¿cómo le ha ido estas semanas? ¿Hace cuánto fue ese incidente?)	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena agrade verbalmente a José y le reprocha el pasado violento. - Jimena entabla un diálogo con José. - Jimena teme las consecuencias que le puede causar sobre su estado de ánimo el finalizar la relación con José en malos términos. También teme un evento violento en el que se puedan lastimar. - Ella se siente incapaz para dar por terminada la relación con José. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena carece del control de sus reacciones y emociones cuando aparece un referente con el pasado violento en un solo evento. - Jimena se siente marginada y rechazada por sus hijos debido a la carencia del control de sus emociones. - Su hija tiene un intento de suicidio y Jimena intenta mantenerse al margen sin tener conocimiento pleno de la situación. Cuando se entera, Jimena pierde el control de sus emociones y retoma el pasado y reacciona agresivamente con su hija. Posterior a esto, Jimena se culpa. 	<ul style="list-style-type: none"> - La consultante se percibe a sí misma agresiva debido a una situación que le refiere a un pasado que le afecta. - Ella cree que es una persona que promueve la repetición de historia de violencia en sus hijos y en sus nietos. - Jimena entabla diálogos consigo misma analizando el pasado en el que fue víctima de violencia y las posibles consecuencias de haber regresado con José.
Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción (p.e.: Y lo está logrando, está poniendo sus reglas; La inteligencia la tiene, de eso estamos convencidos; ¿cómo es cuando está arriba? ¿le ha funcionado?)	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena pone límites con José. Esto tiene efectos positivos sobre la autoestima de Jimena. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena asume responsabilidad por los errores de sus hijos. - Jimena cree que suscita un círculo vicioso en el que sus hijos cometen los mismos errores que ella. - Jimena repara en la edad de sus hijos y se deslinda de la responsabilidad de los errores que puedan cometer. - Ella sigue culpabilizándose por los problemas de sus hijos pero ahora busca alternativas distintas para solucionar estos problemas. - Jimena se siente insuficiente en su papel 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena lucha entre formas de relación sumisa, que le hacen sentir con autoestima baja; y formas de relación en donde pone límites. - Jimena percibe en sí misma que comienza a controlar sus emociones. - Ella refiere una fortaleza que aprendió de su madre, pero que trastocó el motivo: ya no es por sus hijos sino ahora lo hace por sí misma. - Refiere haber superado los dolores que le causaron los

como madre.

momentos difíciles.

TABLA 2. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN EL RELATO DE LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA SEGUNDA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES EN EL RELATO DE CONSULTATES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción (p.e.: Y lo está logrando, está poniendo sus reglas; La inteligencia la tiene, de eso estamos convencidos; ¿cómo es cuando está arriba? ¿le ha funcionado?)			- <i>Jimena relata los aspectos positivos de la separación con José, menciona la paz que percibía en ella y en la relación con sus hijos.</i>
Preguntas orientadas hacia la ampliación de la excepción o solución (p.e.: ¿qué dice la Jimena fuerte? ¿platicó ud. Con José? ¿Cómo es cuando está arriba? ¿eso también fue en el transcurso de la semana?	<ul style="list-style-type: none">- <i>Jimena dialoga con José sin la presencia de reacciones violentas y deja claro lo que siente con respecto a lo vivido en el pasado.</i>- <i>Jimena pone límites a José.</i>- <i>El control de sus emociones se ve reflejado en sus reacciones con José en situaciones que podrían causar conflicto.</i>- Jimena da una connotación negativa a los comportamientos amables que tiene con José. Lo califica como baja autoestima.- Se percibe a sí misma dentro de una oscilación entre autoestima alta y baja a partir de sus reacciones con José.- Jimena habla de la separación con José y deseos de lograrlo. Esto la hace sentir fuerte.		- <i>Jimena dialoga consigo misma y controla sus emociones, se tranquiliza a sí misma.</i>

TABLA 2. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA SEGUNDA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Intervenciones encaminadas a elicitare o introducir el tema de las excepciones al problema (p.e.: lo que me está diciendo me parece interesante pero ¿pensó acerca de la tarea del equipo terapéutico de pensar acerca de lo que usted se merecía?, La sesión pasada hablaba de la tranquilidad que había sentido ¿cómo notaba que estaba tranquila?¿cómo se llevaba con José?)	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena repara en que puede poner límites en su relación con José. Ella otorga una connotación negativa por “aceptar” a José en una nueva relación. - Jimena encuentra formas de relación más amables con José. 		<ul style="list-style-type: none"> - Pensar en un proyecto de vida personal le otorga una tranquilidad a Jimena.
Preguntas orientadas hacia el futuro (p.e.: ¿cómo van a notar los demás que ud. está siendo cautelosa? ¿Cómo va a ver José que usted está siendo cautelosa?)	<ul style="list-style-type: none"> - La cautela se encuentra asociada al cuidado de sus actitudes y al control de sus emociones. - Las formas de relación amables o “cautelosas” poseen una connotación negativa para Jimena 		
Preguntas orientadas hacia la construcción de soluciones (p.e.: ¿Cómo le hace Jimena con el ego fuerte para ganar las batallas? ¿qué pasa cuando gana esas batallas?)	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena se siente limitada a un lado de José. Oscila entre la sensación de encontrarse limitada y de libertad. 		<ul style="list-style-type: none"> - Jimena refiere su valía personal y del sentido de competencia con los problemas

TABLA 2. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE

INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA SEGUNDA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTE		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
<p>Preguntas de afrontamiento (p.e.: ¿Cómo le hace para permanecer con la Jimena en alto, la Jimena que gana las batallas?)</p>			<p>- <i>Jimena percibe recursos en sí misma. Se siente llena de energía. Establece un diálogo consigo misma y se cuestiona aquellas cosas negativas tales como la angustia.</i></p>
<p>Proyecto de vida (p.e.: le dejamos que usted visualizara su vida en unos cinco años con José y sin José ¿cómo se ve usted con él? ¿cómo se ve sin él?)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena se siente sometida en la relación con José. - Jimena le hace saber a José que ahora ella ya no es una mujer sumisa sino una mujer diferente. - <i>Jimena se percibe a sí misma diferente y considera la posibilidad de una relación con José y de negociación de nuevas formas de relacionarse con él.</i> - Jimena siente la necesidad de controlar sus emociones de continuar una relación con José. - En ausencia de José, Jimena se percibe a sí misma “poderosa” y con un sentido de competencia acerca de metas que ella se plantea. - Jimena planea el diálogo con José para darle a saber sus deseos de separación. Jimena refiere a la inteligencia que engloba el control de sus emociones para lograr esta meta. 		<p>- <i>Jimena posee la capacidad de planeación y de análisis de metas a futuro. Esto se ve reflejado en el planteamiento de metas en su proyecto personal tal como comprarse un automóvil y la separación con José.</i></p>
EQUIPO REFLEXIVO	SIGNIFICADOS EMERGENTES		

<p>TpA.- El terapeuta habla acerca de los recursos observados en Jimena durante la sesión. Resalta la claridad, inteligencia, independencia y fortaleza. Estos recursos contradicen las conclusiones negativas de que la consultante hizo de sí: dependiente y confundida. Retoma el recurso de la responsabilidad para hacerlo extensivo a ambas posibilidades en la decisión que tome Jimena con José. Resalta el establecimiento de límites en la relación con José.</p>	<p>-Jimena otorga una connotación positiva al efecto de escuchar el equipo reflexivo sobre su bienestar. - Jimena enfatiza los cambios que percibe en sí misma y contrasta la “Jimena del pasado” con la “Jimena del presente” - Jimena afirma que sabe poner límites y darse a respetar. - Jimena contrasta las formas de relación pasadas, en las que incluía la violencia, con las formas presentes. - Jimena admite tener el control sobre el respeto hacia sí misma en la relación con José.</p>
<p>TpB.- El terapeuta resalta los cambios que ha tenido Jimena. Habla del control de sus emociones. Le hace notar que, a raíz de estos cambios, la relación con José no es la misma que en el pasado. Indaga las consecuencias de una posible relación con José a futuro, con los recursos de Jimena. Resalta la capacidad de Jimena para identificar las cosas que le causan problema y las que no.</p>	
<p>TpC.- Refuerza lo dicho por los terapeutas anteriores. Habla de aquellas cosas que Jimena está haciendo que contradicen el problema: asertividad, independencia, firmeza, claridad. Trae a la conversación la proyección a futuro con los recursos mencionados y lo extiende a otras relaciones adicionales a José. El terapeuta indaga posibles soluciones en torno al sentimiento de culpa que Jimena relata.</p>	

TABLA 3. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA TERCERA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena percibe las consecuencias de los cambios positivos de sus actitudes en las actitudes de José para con ella.</i> - <i>Jimena evalúa la posibilidad de una vida junto a José y las cosas que le gustaría hacer a su lado. A través de esto, llega a la conclusión que son totalmente diferentes.</i> - <i>Ella se deslinda de las actitudes negativas de José y concluye su deseo de separación.</i> - Jimena se siente incapaz de olvidar el pasado en el que fue víctima de violencia de José. - Jimena identifica en el recuerdo del pasado un problema que le provoca reacciones agresivas con José. - Jimena se otorga a sí misma un papel pasivo con respecto de José. Esa pasividad está relacionada con la separación y regreso de ella con José. Esto, Jimena no se lo perdona a sí misma. 		
Preguntas de afrontamiento (p.e.: ¿Cómo logra usted esto?)	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena percibe in cambio consigo misma que tiene consecuencias positivas en las formas de relación con José.</i> - <i>Jimena ha cambiado la manera de hablar con José a una más amable.</i> 		
<i>TABLA 3. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA TERCERA SESIÓN</i>			
TIPO DE	SIGNIFICADOS EMERGENTES		

INTERVENCION TERAPÉUTICA			
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
<p>Preguntas para obtener información (p.e.: ¿cómo se ha sentido esta semana?¿qué cree que sea diferente la situación de ahorita a como era hace un mes?¿qué cree que esté haciendo usted que provoque que José ya no esté de grosero con usted?¿cómo sería sentirse plena?)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena percibe un estado de tranquilidad inestable a causa de su convivencia con José. Por un lado se percibe tranquila pero, por otro, existen reacciones negativas con José. - Jimena percibe un cambio de actitud en José. Él muestra una iniciativa en los quehaceres de la casa y en la manera que él reacciona cuando ella le informa acerca de lo que le molesta en él. - Aún con los cambios percibidos, Jimena se encuentra oscilante entre tranquilidad en la convivencia con José pero con un sentimiento de malestar. - Jimena retoma las actitudes que tenía José en un pasado anterior al cambio de actitud que ella relata. - Jimena asocia un estado de plenitud al reconocimiento de José como pareja. El impedimento para ello es el recuerdo del pasado por parte de Jimena. - Jimena controla sus actitudes y emociones a través del diálogo consigo misma. - El estado de bienestar y seguridad se ve debilitado por la ausencia de control de reacciones y la ausencia de límites con José. 	<ul style="list-style-type: none"> - El segundo elemento que atenta contra la seguridad de Jimena son los problemas de sus hijos. Ella asume la responsabilidad y se autocolpabiliza. - Jimena repara en la edad adulta de sus hijos y se deslinda de la responsabilidad de sus problemas. - Jimena desea dejar de sentir culpa por los problemas de sus hijos y dialoga consigo misma para lograrlo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena se percibe a sí misma tranquila. - Ella percibe un cambio de relación consigo misma. - Jimena ve en el espacio terapéutico una oportunidad para desahogarse y hablar de su vida personal. - Jimena percibe un cambio positivo sobre su autoestima después de escuchar al equipo reflexivo y un estado de bienestar después de salir de sesión en terapia. - Jimena refiere un sentimiento de inseguridad. - Jimena logra su tranquilidad a través de pensar en su proyecto de vida. - Jimena afirma tener un cambio del que ella posee control.

TABLA 3. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA TERCERA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas para obtener información (continuación)	- Jimena encuentra un estado de malestar y confusión al relacionarse y convivir con José.		
Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción (p.e.: Entonces esta forma de actuar con José le está funcionando; y ya está cambiando ¿no cree?; Es una Jimena que sabe poner límites y le está funcionando con José.	<p>- <i>Poner límites a José funciona para la relación y provoca cambios positivos en José.</i></p> <p>- Jimena retoma el pasado que vivió con José a manera de arrepentimiento.</p> <p>- Ella se encuentra en desacuerdo con los cambios que ha tenido José a causa de la afectación que le produce recordar el pasado.</p> <p>- Jimena se culpa a sí misma por lo ocurrido en un pasado con José.</p> <p>- Se autoreprocha la tolerancia hacia las actitudes negativas de José.</p> <p>- A raíz de las actitudes negativas de José, Jimena desacredita los cambios que ha tenido ella.</p> <p>- Ella nota un cambio en sí misma, sin embargo, afirma encontrarse en un estado de incertidumbre con respecto a la decisión que tome con José, debido a que nota los cambios pero le angustia pensar en el pasado que vivió con él.</p> <p>- <i>Jimena nota un cambio positivo en las formas de relacionarse con José. Su actitud es de cortesía para con él.</i></p>		
<i>TABLA 3. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA TERCERA SESIÓN</i>			
TIPO DE	SIGNIFICADOS EMERGENTES		

INTERVENCION TERAPÉUTICA			
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas encaminadas a construir soluciones (p.e.: ¿cómo podría lograr enterrar todo esto? ¿qué podría hacer para sentirse bien?)	<ul style="list-style-type: none"> - Continuar con José y la realización del proyecto de vida son dos rubros incompatibles. - Jimena nota los cambios de actitud que ha tenido José y le resultan significativos, haciendo a un lado la idea de encontrarse en la misma situación violenta del pasado. - Hablar del pasado “remueve” a Jimena y le hace actuar a la defensiva. - Jimena considera la posibilidad de tomarse un espacio para ella misma y analizar ambas alternativas, continuar su relación con José o romper su relación con él. 		
Preguntas para ampliar la solución p.e.: ¿cómo es sentirse bien? ¿Cómo podría usted enterrar todo esto y dejar que siga surgiendo esta nueva Jimena? ¿Qué otros cambios han ocurrido?)	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena reconoce los cambios positivos en José y retoma el pasado a manera de arrepentimiento. 		<ul style="list-style-type: none"> - Jimena establece límites con su hermano. - Jimena se siente marginada por su hermano a causa de haber regresado con José. - Jimena construye culpa por haber regresado con José a partir de las opiniones de los demás, entre ellos, su hermano. - Jimena refiere tomar las riendas de su propia vida que implica, para ella, un crecimiento personal que cuestiona las ideas enseñadas por su madre.

TABLA 3. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA TERCERA SESIÓN

EQUIPO REFLEXIVO.-		
<p>TpA.- Toca el tema del pasado en la conversación con el equipo reflexivo. Refiere su punto de vista acerca de las opciones que se podrían utilizar en el manejo del pasado doloroso que relató Jimena durante sesión. Hace la analogía del pasado con una herida, y a través de ésta, utiliza la palabra “remedio” para indagar posibles soluciones a los sentimientos negativos que le causan dolor a Jimena. Hace notar a Jimena las consecuencias de retomar este pasado doloroso. Retoma efectos positivos de obtener un “remedio” a esos sentimientos que le causan el pasado.</p>	<p>TpB.- La terapeuta retoma la excepción a retomar ese pasado, mencionado por Jimena en sesiones anteriores. Habla acerca de “enterrar” todo lo que había pasado, y de las consecuencias de retomarlos nuevamente. Otorga control a Jimena sobre la situación del pasado. La terapeuta también enfatiza los logros que ha tenido Jimena con relación a su convivencia con José. Plantea las dos posibilidades de su decisión con respecto a él, continuar su relación ó separarse de él y sus consecuencias. Realiza un énfasis en la existencia de los recursos en Jimena, independientemente de su decisión.</p>	<p>TpC.-</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enfatiza y refuerza los recursos de Jimena: seguridad y toma de decisiones. Trae a la conversación el tema del pasado. Intenta indagar posibles soluciones a éste y le hace saber a Jimena las consecuencias negativas que le ha traído retomarlos. - Retoma el proyecto de vida de la consultante y vuelve a tocar la toma de decisiones y las nuevas formas de relacionarse que ha encontrado efectivas Jimena en referencia a José y a sí misma.

TABLA 4. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA QUINTA SESIÓN⁸

TIPO DE	SIGNIFICADOS EMERGENTES
---------	-------------------------

⁸ Es importante señalar que, debido a fallas técnicas con los materiales audiovisuales utilizados en el Centro de Servicios Psicológicos de la Facultad de Psicología de la UNAM, fue imposible recuperar la cuarta sesión del proceso terapéutico aquí expuesto. Por esta razón, tanto la presentación de los resultados como su interpretación incluyen todas excepto la cuarta sesión de dicho proceso.

INTERVENCION TERAPÉUTICA			
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas para obtener información (p.e.: ¿cómo le ha ido esta semana?)		- Desde la perspectiva de Jimena, el cambio que ha tenido con ella misma tendrá efectos positivos en las relaciones con sus hijos.	- Jimena percibe en sí misma un cambio en su vida, en su manera de ser y en su proyecto de vida.
Preguntas o comentarios Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción (p.e.: Resurge la Jimena inteligente; Ya están comenzando a ser diferentes)		- Su hijo posee problemas de alcohol y se comporta de manera violenta para con su nuera. La consultante toma el papel de mediadora con los problemas de su hijo. - El cambio de actitud que va hacia las soluciones de los problemas los trasmite a su hijo y a su nuera. - Jimena busca dialogar con su hijo para encontrar alternativas hacia la solución. - Jimena da cuenta de las formas de relación negativas de su hijo, y ella busca alternativas distintas que lleven a la solución de los problemas para con su hijo. Busca apoyarlo. - Jimena transmite a la gente que le rodea el establecimiento de límites, la actitud y disposición para el diálogo, dimensiones que percibe en sí misma de cambio.	- Jimena recobra el pasado, intentando encontrar solución a todo aquello que signifique agresión y violencia a su alrededor. - Jimena percibe el apoyo de la gente que le rodea ante su cambio y eso le trae consecuencias sobre su bienestar. - Jimena afirma estar trabajando sobre sí misma, aludiendo a un sentido de autocompetencia.

TABLA 4. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA QUINTA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCION TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas o	- Aunque Jimena le	- Jimena contrasta el	- Jimena logra el

<p>comentarios Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción</p>	<p><i>da una connotación negativa a la relación con José, ella percibe un cambio de actitud con respecto a él.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Este cambio de actitud es notado por José.</i> - <i>Ante eventos que en un pasado le pudieron haber causado conflicto a Jimena, los afronta de manera diferente a las formas agresivas que tenía antes que notara su cambio.</i> - <i>Jimena se deslinda del problema que tiene José con el alcohol.</i> - <i>Jimena refiere amarse y quererse a sí misma deslindándose de los sentimientos negativos que le provocaban las actitudes negativas de José hacia ella.</i> 	<p><i>pasado y sus actitudes violentas así como las consecuencias de éstas sobre la relación con su familia. Jimena reafirma su cambio haciendo mención del control que tiene de sus emociones y reacciones.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena refiere una armonía en la relación con sus hijos.</i> - <i>La consultante se deslinda de la culpa y responsabilidad por los problemas de sus hijos que sentía en un pasado.</i> - <i>Jimena tiene un sentido de autocompetencia que se ve reflejado en la actitud de búsqueda de alternativas ante la presencia de conflictos suyos y de su familia.</i> - <i>Jimena se deslinda de la culpa y responsabilidad por problemas futuros de sus hijos.</i> 	<p><i>control de sus emociones a través del diálogo consigo misma.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena se percibe a sí misma como una mujer inteligente, dados sus cambios.</i> - <i>Jimena asocia su cambio con un sentimiento de fortaleza y bienestar consigo misma.</i> - <i>Jimena refiere el pasado como un punto de partida para la toma de iniciativas de solución y ya no como algo irremediable y angustiante.</i> - <i>Jimena hace explícitos sus deseos por permanecer en estado de cambio.</i> - <i>Refiere a los conflictos como algo superable y resoluble aludiendo a su sentido de autocompetencia.</i> - <i>Jimena refiere los dos extremos en que oscilaba la forma de relacionarse con los demás y consigo misma y el daño que se autoinflingía en consecuencia: la Jimena agresiva y la sumisa.</i> - <i>Jimena afirma haber abandonado la forma agresiva y la sumisa y concluye que ese abandono le viene bien.</i>
--	--	--	---

TABLA 4. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA QUINTA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA

<p>Preguntas o comentarios Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena evita tener actitudes con José que le provoquen sentimientos de malestar. Al mismo tiempo, Jimena mantiene su bienestar.</i> - <i>Jimena percibe que José nota su cambio, englobado principalmente por el establecimiento de límites.</i> 		<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena hace referencia a los “pensamientos negativos” como “basura” como algo desechable y susceptible de ser manejado.</i> - <i>Jimena habla de hacerse valer a sí misma a partir de un trabajo que ella ha realizado sobre sí misma, denotando autocompetencia.</i>
<p>Preguntas de afrontamiento (p.e: ¿y ahora cómo lo hace?)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena contrasta la manera en que trataba de “llamarles la atención” a sus hijos. En un pasado usaba la violencia y ahora, según lo relata, habla en términos afectuosos tales como “mi cielo”.</i> - <i>Jimena retoma las consecuencias negativas del pasado como punto de origen para un cambio.</i> - <i>La invitación del diálogo con sus hijos en la solución de conflictos.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Realiza un examen de sus propias actitudes, refiere al pasado y lo percibe como una oportunidad para cambiar.</i> - <i>Jimena identifica aquellas actitudes, reacciones y formas de relacionarse que no le han funcionado y las cambia.</i>

TABLA 4. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA QUINTA SESIÓN

<p align="center">TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA</p>	<p align="center">SIGNIFICADOS EMERGENTES</p>		
<p>Preguntas para ampliar las soluciones (p.e.: la nueva Jimena ¿cómo se</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena hace una diferencia con respecto del pasado y relata no sentir nada por José. Esto alude</i> 		<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena se percibe a sí misma “mas fortalecida”, englobando las posibilidades de</i>

relaciona con José, por ejemplo?)	<p><i>a que Jimena hizo a un lado los sentimientos negativos con respecto de él.</i></p> <p>- <i>Jimena da cuenta de José como pareja y de las actitudes de éste con ella. La consultante toma su distancia con José sin que, por ello, le afecte de manera negativa.</i></p>		<p><i>nuevos recursos para la resolución de conflictos futuros. Habla del análisis de situaciones de vida para dar paso a nuevos recursos.</i></p> <p>- <i>Jimena habla del logro del control de sus emociones.</i></p> <p>- <i>Habla de una posición de búsqueda de soluciones para posibles conflictos futuros.</i></p>
<p>Documento terapéutico.-</p> <p>Se enfatizan los cambios observados a lo largo del proceso terapéutico. Se refuerzan enviando una felicitación. Se habla de los recursos y de su mantenimiento en un futuro a largo plazo.</p>			

TABLA 5. SIGNIFICADOS EMERGENTES EN LA CONSULTANTE POR TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DURANTE LA ÚLTIMA SESIÓN

TIPO DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	SIGNIFICADOS EMERGENTES		
	EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
Preguntas para obtener información	<p>- <i>Jimena descarta la posibilidad de una reacción agresiva para hacerle saber a José el desacuerdo respecto de sus actitudes para con ella.</i></p> <p>- <i>Jimena analiza la situación para poder llegar</i></p>		<p>- <i>Jimena afirma encontrarse mejor y se adjudica a sí misma el cambio. Denota de su propio bienestar.</i></p> <p>- <i>Jimena refiere problemas en su vida y afirma mantener un</i></p>

	<p><i>a un diálogo con José y hacerle saber su deseo de separación.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>La consultante refiere el control de sus emociones para el diálogo con José y evitar reacciones agresivas con él.</i> 		<p><i>bienestar a pesar de éstos.</i></p>
<p>Preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena relata la iniciativa que ha tenido José para terminar la relación en un pasado. Relata un cambio en la toma de decisiones significativas para la relación: pone límites y tomó iniciativa para la separación.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena se deslinda de los problemas que hay con sus hijos y se refuerza a sí misma su bienestar.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena percibe un cambio de actitud en sí misma con respecto los problemas del pasado.</i> - <i>Jimena refiere el control de sus emociones en situaciones problemáticas. Para ello, Jimena establece un diálogo consigo misma</i> - <i>Jimena afirma su estado de bienestar independientemente de los problemas que tengan sus hijos.</i> - <i>La consultante realiza un énfasis en el documento terapéutico que se le dio la sesión pasada para resaltar las consecuencias sobre su autoestima.</i>

TABLA 6. SISTEMA DE SIGNIFICADOS EN LA ENTREVISTA DE SEGUIMIENTO

EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena afirma haber alcanzado metas personales en las que incluye la relación con José.</i> - <i>Jimena vive separada de José.</i> - <i>La consultante continúa conviviendo con él y le da una connotación negativa a ello.</i> - <i>Jimena se culpa a sí misma por la convivencia que tiene con José en la actualidad.</i> - <i>Refiere la relación con José sin la presencia de sentimientos negativos tales como resentimientos.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>La consultante otorga una connotación negativa a la situación actual que vive con su hija y su nieta: esta última se embarazó a los quince años.</i> - <i>Se siente insuficiente en su papel como madre y abuela, a partir del embarazo de su nieta.</i> - <i>Da consejos a sus nietas a partir de su propia experiencia personal. Transmite recursos y estrategias de solución.</i> - <i>Jimena tiene deseos de representar el ejemplo en su familia a partir de la consecución de sus metas.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Jimena alcanza sus metas dentro de su proyecto de vida.</i> - <i>Ella posee deseos de superación personal.</i> - <i>Jimena percibe en sí misma la consecución de sus propias metas en un pasado.</i> - <i>Argumenta su sentido de competencia con las metas que se ha establecido en un pasado. Este sentido de competencia la motiva para la consecución de las metas presentes.</i> - <i>Jimena lucha por lo que quiere y supera conflictos.</i> - <i>La consultante pone límites a</i>

<ul style="list-style-type: none"> - Jimena se negó a aceptar el papel de mediadora entre su hermano y José. - Jimena tomó los aprendizajes que le dejó la experiencia a la que acudió en alcohólicos anónimos. Esto le dio valor para separarse de José. - Jimena pone límites a José y toma la iniciativa de separarse de él. Le hace saber las cosas que no le parecen. - Toma una actitud firme ante la decisión de separación con José. - Jimena afirma sentirse bien a partir de su decisión y la forma en que le hizo saber a José la separación. - Sigue en convivencia con José, y ella le da importancia al hecho que cada quien viva en su casa. - Jimena se comporta respetuosa con respecto a la vida personal de José y se centra en su propia vida. - Ella se concibe a sí misma en una nueva relación con José que no posee connotación negativa, debido a que no poseen responsabilidades el uno con el otro. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se siente apoyada por su familia, en especial por su hija y nieta. - Jimena se siente preocupada a partir de la percepción que tiene de sus hijos acerca de la “lucha” por conseguir metas: ella los concibe conformistas. - A Jimena le viene extraño que sus hijos no luchen por sus metas, debido a que ella se concibe como una persona muy “luchona”. - Jimena asocia la inteligencia de su bisnieta con la de ella. - Ella refiere un cambio en su hijo y en las formas de relacionarse con él. - Tomó una actitud de apoyo con su hijo y lo acompañó a alcohólicos anónimos. - Jimena afirma que su familia ha cambiado. - Jimena saca conclusiones positivas acerca de sí misma en su papel como madre, dado el cambio de su hijo. - Refiere un respeto mutuo entre su hijo y ella en las decisiones que toman en sus vidas. - Identifica en su hijo la inteligencia que ella misma posee y refiere el pasado como punto de partida para la búsqueda de soluciones. 	<p><i>su jefe, cuando ésta nota que lo trata mal.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>A través del diálogo, tranquiliza a su jefe y le establece límites.</i> - <i>Jimena se informa acerca de sus derechos para conseguir lo que quiere.</i> - <i>Jimena da cuenta de su propio cambio. Contrasta las actitudes sumisas del pasado con las actitudes presentes de establecimiento de límites y diálogo.</i> - <i>Jimena dialoga con los demás para conseguir sus metas y superar conflictos.</i> - <i>Jimena afirma encontrarse en un estado de bienestar.</i> - <i>La consultante ha sido una empleada destacada en su trabajo durante doce años.</i> - <i>Jimena planea la superación de los conflictos con los demás en su trabajo para conseguir su propio proyecto de vida.</i> - <i>Concibe el recurso del diálogo como parte de la inteligencia que ella posee.</i> - <i>Para la consultante, el afán de superación personal tiene consecuencias positivas sobre sí misma.</i>
--	--	---

TABLA 6. SISTEMA DE SIGNIFICADOS EN LA ENTREVISTA DE SEGUIMIENTO

EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
<ul style="list-style-type: none"> - Le otorga una connotación positiva al estado de la relación con José debido a que la remite a un estado de libertad y de no sujeción a las disposiciones de José. - Jimena percibe a José como un compañero de vida a largo plazo, un “compañero de vejez”. - Ella afirma que en la relación con José no tiene sentimientos negativos. Refiere valorarlo a partir de su papel de 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena identifica las consecuencias positivas del cambio que ha tenido su hijo. Refiere un estado de bienestar en la familia. - Jimena culpa a su hija y cuestiona el cumplimiento de su papel como madre a raíz del embarazo de su nieta. Ella la culpabiliza por lo sucedido. - También se culpa a sí misma y retoma el pasado. Jimena siente que la historia que le sucedió a su hija, se repitió con su nieta y que ella no supo cumplir con su papel de madre. 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Percibe los conflictos como algo manejable, aludiendo sentido de competencia.</i> - <i>Cuando se siente tentada a declinar en sus metas, busca aliados para alcanzarlas.</i> - <i>Jimena hace alusión al control de sus propias acciones, a partir su crecimiento personal.</i> - <i>Jimena se motiva a partir de las opiniones de los demás sobre sus propias metas.</i> - <i>Jimena se siente motivada con sus estudios en la actualidad.</i>

<p>padre que tiene dentro de la familia.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Refiere tener una nueva relación con otra persona. Esta nueva relación, según la perspectiva de Jimena, la relación es distinta a como se presentó con José. - Jimena refiere haber aprendido del pasado que vivió con José. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jimena reflexiona acerca de la culpa y refiere estar “lastimándose o pegándose”. A partir de ello, se deslinda de la responsabilidad del papel de madre de su hija. - Ella se siente bien a partir de las acciones de apoyo que su hija ha tenido con su nieta. - Reafirma el valor que tiene su familia en su vida y afirma encontrarse en un estado de bienestar a partir de la unión que hay en ellos. - Jimena transmite su perspectiva a sus hijas, de búsqueda de soluciones a partir de la identificación de aquello “que falla” - Jimena confirma el cumplimiento en su papel como madre en la situación en que José la abandonó junto con sus hijos. - Jimena percibe en sí misma un estado de felicidad y valora el sacrificio que ha realizado para conseguir que su familia se encuentre bien. 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Identifica los elementos que la tientan a declinar, analiza las situaciones problemáticas y las consecuencias de sus propias actitudes ante dichas situaciones.</i> - <i>Jimena encuentra motivación en los conocimientos que ha ido adquiriendo en sus estudios.</i> - <i>La consultante afirma sus deseos de superación personal y “lucha” y las argumenta con situaciones de un pasado que se remonta hasta su nacimiento.</i> - <i>Jimena posee un miedo a la soledad. Se anticipa ante el posible distanciamiento con sus hijos.</i> - <i>La consultante busca su propio bienestar de manera constante y da cuenta de ello. Esto lo refiere como un cambio en ella.</i> - <i>Identifica aquello que le “sirve” para su propio bienestar y lo toma. Aquello que no le ayuda, lo desecha.</i> - <i>Se cuestiona a sí misma y busca soluciones.</i> - <i>Jimena percibe que causa admiración en los demás a partir de las metas que ha alcanzado.</i> - <i>Valora el crecimiento “espiritual” por sobre el económico.</i>
--	---	--

TABLA 6. SISTEMA DE SIGNIFICADOS EN LA ENTREVISTA DE SEGUIMIENTO

EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
		<ul style="list-style-type: none">- Se considera una persona especial a partir de las metas que se propone.- Jimena se siente motivada a partir de la opinión positiva de otros sobre sus metas.- Jimena se visualiza a futuro, alcanzando sus metas y refiere sentimiento de triunfo.- La consultante otorga un valor especial al hecho que a su edad siga estudiando.- Considera un valor el sacrificio para la consecución de metas.- Se concibe a sí misma como una persona inteligente.- Jimena refiere el control de los sentimientos negativos que le causan los dos momentos más dolorosos de su vida: el abandono de José y la violación que sufrió en su niñez.- Jimena refiere que el dolor que le provoca esos momentos ha ido cambiando para bien. Ella posee el control sobre ese sentimiento y sobre las reacciones que le provoca.- Ella incluye este control dentro de la inteligencia. De acuerdo a su perspectiva, esta inteligencia es parte del crecimiento personal que narra y percibe en sí misma.- Jimena afirma encontrarse en otra etapa en su vida, haciendo referencia al cambio que incluye el crecimiento personal.- Refiere el diálogo que emprendió consigo misma como estrategia con su soledad, después de la separación con José. Ella se quedó sola y aprendió a convivir consigo misma.

TABLA 6. SISTEMA DE SIGNIFICADOS EN LA ENTREVISTA DE SEGUIMIENTO

EN RELACIÓN CON SU PAREJA	EN RELACIÓN CON SUS HIJOS	EN RELACIÓN CONSIGO MISMA
		<ul style="list-style-type: none"> - A Jimena le resultó significativo el documento terapéutico y hace referencia a las maneras en que se concebía a sí misma y al cambio que tuvo: la niña abandonada, la mujer golpeada y la mujer inteligente. - Afirma encontrarse en un estado de equilibrio. - Refiere la transformación que le dio al dolor que le causó la situación de abandono con José. Describe sus deseos de salir adelante como recurso para superar esa situación. - Hace referencia del amor por sí misma para salir delante de la situación por la que pasó con José. - Jimena se visualiza a sí misma a futuro y se describe independiente.

A lo largo de la **primera sesión** (véase **tabla 1**) pueden observarse cinco principales tipos de preguntas y formas de intervención: las preguntas para

obtener información acerca del contexto, las preguntas para negociar objetivos en la terapia y/o preguntas orientadas hacia el futuro, las preguntas de afrontamiento, los comentarios orientados a enfatizar la excepción y las intervenciones orientadas hacia la ampliación de la excepción.

A través de las preguntas encaminadas hacia la obtención de información acerca del contexto, se obtuvieron dos elementos importantes para la dirección que tomaría la conversación terapéutica en esta sesión. El primer elemento tiene que ver con la descripción de la consultante de las formas de relación que implican un problema para ella. El segundo elemento se asocia al relato de aquellas ocasiones en que las formas de relación que le son problemáticas *no* se presentan, es decir, las excepciones o contradicciones de lo que representa un problema de acuerdo a la perspectiva de Jimena.

Puede notarse que el problema se encuentra asociado a los significados que giran en torno a lo que Jimena nombra como “la convivencia con el padre de sus hijos”. Estos significados limitan las posibilidades de acción de la consultante debido a que, por un lado, vive con “el padre de sus hijos” con la creencia de tener angustia a la soledad y [buscar en la interpretación], y, por otro lado, esta “convivencia” la lleva a tener conclusiones negativas acerca de ella misma y acerca de su papel como madre. De la convivencia con su ex esposo también se derivan formas violentas de relación de Jimena con el resto de los integrantes de su familia y sentimientos de culpa por eventos que sucedieron mientras la consultante estaba casada con José, el “padre de sus hijos”.

Por otro lado, se encuentran las excepciones al problema que relata Jimena: el hecho que la consultante valore a su familia, la descripción que hace Jimena acerca del bienestar que vivió su familia en un pasado, el hecho que la consultante posea deseos de superación o que actualmente no perciba la violencia como algo normal son algunas de esas excepciones que Jimena relata como resultado de las preguntas para obtener información.

Las preguntas encaminadas a negociar objetivos en la terapia y/ó las preguntas orientadas hacia el futuro derivaron en la identificación de las metas a conseguir durante el proceso terapéutico. Se puede observar que Jimena busca

trabajar con su autoestima y desea tener formas de relación no violentas con su familia. Asimismo, Jimena relata aquellos eventos que ya están sucediendo y que no implican el problema que relató en momentos anteriores de la sesión, refiere encontrarse en un estado de pasividad con respecto a su relación con José y también relata convivir con su familia extensa de manera independiente a la presencia de José. Estos eventos contradicen lo que Jimena narra de sí misma de ser una persona co-dependiente y angustiada por la soledad. Este tipo de relato se convertirá en la guía para encontrar, de manera conjunta, las excepciones y los relatos alternativos que de acuerdo a la consultante sean más satisfactorias y no incluyan al problema.

Por su parte, las preguntas de afrontamiento ayudaron a encontrar elementos adicionales al relato problemático en la consultante así como intentos de solución al problema. Jimena percibe en el pasado un resentimiento que le provoca reacciones negativas con los demás. Dentro de las alternativas que la consultante dio se encuentran reacciones violentas con su hijo que le hicieron “descargar” sentimientos negativos y ya no tener recuerdos del pasado violento que vivió con José.

Los comentarios orientados a enfatizar la excepción ayudaron al surgimiento de aquellas excepciones que giraban en torno al proyecto personal de vida de la consultante. Menciona haber conseguido varias metas en su vida tales como haber terminado la secundaria, la preparatoria y haber sabido mantener un trabajo durante varios años. Sin embargo, también aparecen elementos pertenecientes al relato que resulta problemático para la consultante. Ella se siente culpable por tener reacciones violentas con su hijo.

Las intervenciones encaminadas hacia la ampliación de las excepciones se obtuvieron los significados implicados dentro de las excepciones exploradas anteriormente en la sesión. Cabe mencionar que, dentro de estos significados, se encuentra también la creencia que las excepciones no se pueden presentar estando en convivencia con José. Jimena refiere que no puede continuar con su proyecto de vida personal estando al lado de su ex esposo. Podría interpretarse

que Jimena siente el apremio por separarse de José, sin embargo, se siente insegura con respecto a esta decisión.

Es importante señalar que el relato que Jimena realiza en torno al problema tiene creencias que ella percibe como inamovibles, como verdades absolutas y que no le permiten percibir las excepciones a ese problema y los recursos que ella misma tiene. Esto es, aún cuando comienzan a explorarse las excepciones, la consultante retoma nuevamente el problema.

La conversación terapéutica concluye y algunos miembros del equipo terapéutico, que se encuentran detrás del espejo, pasan del otro lado a conversar acerca de los puntos de vista que cada uno tiene en lo referente a lo que escucharon durante la conversación terapéutica. En este caso pasan cuatro miembros a exponer su punto de vista.

El primer miembro resaltó los recursos observados en Jimena, a partir de las excepciones narradas durante la sesión. Habla de la superación personal que mencionó la consultante.

El segundo miembro habló acerca de los cambios que ha tenido Jimena en las formas de relacionarse con José, contrastándolas con el pasado violento que ella narra. Enfatiza una nueva excepción que no había sido resaltada por la terapeuta durante la sesión.

El primer miembro vuelve a formar parte de la conversación y menciona las decisiones que ha tomado la consultante para superarse y para apoyar a su familia. Esto como un argumento para confirmar la idea del cambio propuesta por el segundo miembro.

El tercer miembro introduce las posibles alternativas que tiene Jimena en cuanto a su decisión con José. Habla de las consecuencias de continuar con José a partir de esta nueva relación que no incluye formas violentas de relación y habla también de las consecuencias de separarse de José a partir de los recursos que Jimena tiene. Con esta intervención, el miembro busca ampliar las posibilidades de Jimena haciéndole saber que ambas alternativas son posibles, ninguna es más correcta que otra. Ambas alternativas son válidas.

Una vez concluida la conversación entre los miembros del equipo terapéutico, éstos regresan detrás del espejo y se le deja una tarea a la consultante. Esta tarea fue retomada de lo narrado por ella durante la sesión. La tarea se convierte en una forma de intervención, en este caso, para obtener la narración de un proyecto de vida de la consultante.

En la **segunda sesión (véase tabla 2)** se advierten ocho tipos de preguntas, las que se encuentran orientadas hacia la obtención de la información, las preguntas y/o comentarios cuyo objetivo está encaminado a enfatizar la excepción, las preguntas orientadas hacia la ampliación de la excepción o solución, las intervenciones encaminadas a elicitación o introducir el tema de las excepciones al problema, las preguntas orientadas hacia el futuro, las preguntas orientadas hacia la construcción de soluciones, las preguntas de afrontamiento y las intervenciones cuya finalidad es la de obtener un relato del proyecto de vida de la consultante.

El relato obtenido a partir de las preguntas para obtener información se relaciona con la perspectiva de Jimena en torno al problema y al relato alternativo. A través de estas preguntas, se indaga acerca de los eventos que continúan siendo problemáticos para la consultante, así como aquellos que contradicen al problema. Dentro de los eventos problemáticos, Jimena refiere dos episodios en los que tuvo una reacción agresiva” a partir de la aparición de un referente que le recuerda el pasado violento que vivió con José. Esta reacción implica agredir verbalmente a José. Jimena se siente marginada y rechazada por sus hijos debido a la carencia del control de sus emociones. Aunado a esto, Jimena se culpa por los errores que cometen sus hijos y cree que es una persona que promueve la repetición de historia de violencia en sus hijos y en sus nietos. Se puede observar que estas creencias se encuentran en semejanza con las relatadas en la primera sesión.

Aparece el diálogo como un recurso que posee Jimena en la resolución de conflictos. Este diálogo lo entabló con José y consigo misma, siendo este último un medio por el que la consultante analice el pasado que vivió con su ex esposo y

las consecuencias de haber regresado con él. Puede notarse una actitud de mayor flexibilidad en la relación con José y con sus hijos.

Las preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción ayudaron a la obtención de narraciones centradas principalmente en la descripción de recursos y de soluciones al problema que le aqueja a Jimena. La consultante da cuenta que pone límites con José, teniendo efectos positivos sobre su propia autoestima. Además, Jimena busca deslindarse de la responsabilidad de los errores que sus hijos puedan cometer en un futuro. En el mismo relato se encuentra la descripción que hace Jimena de la culpa que asume por los problemas de sus hijos, pero ahora buscando alternativas para solucionar estos problemas. Jimena percibe en sí misma que comienza a controlar sus emociones y refiere una fortaleza que mantiene para su propio bienestar. Otro de los elementos narrados a partir de este tipo de intervención es la superación de los dolores que le causaron momentos difíciles a Jimena. También narra algunos elementos problemáticos tales como sentirse culpable por los errores que cometen sus hijos, y la creencia de suscitar un círculo vicioso del que ella es causa. Puede notarse que a lo largo de esta sesión el relato de Jimena oscila entre la referencia al problema y la descripción de soluciones y recursos en torno al problema.

Con las preguntas orientadas hacia la ampliación de la excepción o solución narradas, Jimena relató con detalle y reafirmó los recursos narrados a partir de las preguntas y/o comentarios que enfatizan la excepción. Dentro de estos recursos y soluciones se pueden mencionar el diálogo como parte de las formas de relacionarse con José, el ponerle límites a éste, y el control de sus emociones a partir del diálogo consigo misma.

No obstante, Jimena se percibe a sí misma oscilando entre una alta y una baja autoestima a partir de sus reacciones con José. Jimena da una connotación negativa a los comportamientos amables que tiene con José. Se trata de creencias rígidas, percibidas como inamovibles que giran en torno al problema, es decir, la incapacidad que Jimena siente por dejar a José y la creencia que *debe* separarse de él.

Las intervenciones encaminadas a elicitar o introducir el tema de las excepciones al problema las llevé a cabo en los momentos en que Jimena se centraba en la narración del problema. Con este tipo de intervenciones la consultante describe las consecuencias de pensar en su proyecto de vida personal y además narra las nuevas formas de relación más amables con José. Jimena otorga una connotación negativa a estas nuevas formas de relación, debido a que posee la creencia que no es correcto “aceptar” a un hombre que le hizo daño en un pasado, aún a pesar que en el presente haya cambiado. Puede notarse que, incluso con la presencia de formas de relación más amables y no violentas con José, la creencia rígida acerca de que no es correcto aceptar a José en una nueva relación impide que Jimena perciba los cambios positivos que se están dando en ésta.

Dentro de las preguntas orientadas hacia el futuro se observa nuevamente que existen cambios positivos en la relación de Jimena con José, pero ella los descalifica debido a la creencia que convivir con José no es correcto.

Por su parte, las preguntas orientadas hacia la construcción de soluciones ayudaron al surgimiento de una narrativa alternativa en el que Jimena refiere su valía personal y el sentido de competencia con los problemas. Reaparece la oscilación entre un cambio positivo y un estado negativo para la consultante asociando a su relación con José. Puede notarse que Jimena se describe a sí misma en una forma más positiva que en las descripciones obtenidas en la primera sesión. Ello representa un cambio.

Las preguntas de afrontamiento ayudaron a la obtención de una narración más positiva en la consultante. Ella comienza a percibir sus propios recursos y refiere sentirse llena de energía. Emprende un cuestionamiento acerca de las cosas negativas que percibe en sí misma tales como la angustia. Puede notarse un cambio de actitud con respecto a sus propios sentimientos. Jimena es capaz ahora de ponerlos en tela de juicio y no verlos como algo inamovible.

Por último, dentro de la sesión se encuentran las intervenciones que buscaban obtener una descripción del proyecto de vida personal de Jimena. Puede apreciarse que en este tipo de intervención también surgen recursos que

pueden darse a notar en momentos posteriores del proceso terapéutico. Aunado a lo anterior, aparecieron elementos en el relato que proporcionaron argumentos para la toma de decisión de Jimena con respecto de José. Con este tipo de intervención Jimena se flexibilizó y narra la manera en que se percibe a sí misma diferente y considera la posibilidad de una relación con José y de negociación de nuevas formas de relacionarse con él.

Nuevamente, los tres miembros del equipo terapéutico que acudieron la sesión pasada como equipo reflexivo, se pasan al otro lado del espejo para conversar acerca de lo que observaron durante la conversación entre las terapeutas y Jimena.

El primer terapeuta resalta los recursos observados en Jimena. Otorga un privilegio a los recursos tales como inteligencia, independencia y fortaleza. Argumenta la manera en que estos recursos contradicen las conclusiones que la consultante saca de sí misma. Resalta aquello que Jimena está haciendo en la relación con José acerca del establecimiento de límites. Esto último fue algo que había sido conversado y explorado por Jimena y yo, lo cual indica que este terapeuta reforzó el establecimiento de límites tratado como tema de conversación durante la sesión.

El segundo terapeuta resalta los cambios en Jimena observados en sesión. Habla acerca del control de emociones de la consultante. Le hace notar que a raíz de estos cambios la relación con José ya no es la misma que en un pasado. A través de una pregunta, el terapeuta indaga acerca de las consecuencias de una posible relación con José a futuro, con los recursos observados en Jimena. Resalta el recurso de identificar las cosas que le causan problema y las que no que tiene la consultante. Éste último recurso no se había tratado como tema durante la sesión, por lo que resulta una interpretación nueva introducida en el proceso.

El tercer terapeuta refuerza lo dicho por los terapeutas anteriores y hace mención de otros recursos observados durante la sesión, pero que no habían sido mencionados por los dos terapeutas anteriores. Lleva a cabo la proyección a futuro con los recursos que mencionó y los extiende a otras relaciones adicionales

a José. El terapeuta habla acerca del sentimiento de culpa que relata Jimena y realiza preguntas acerca de la construcción de soluciones contra este sentimiento.

Posterior a la conversación surgida del equipo reflexivo, se hace una pregunta a Jimena acerca de lo que le llamó la atención de dicha conversación. Jimena relata efectos positivos sobre su bienestar al escuchar al equipo reflexivo. La consultante retoma los cambios mencionados por el primer terapeuta y los contrasta con el pasado. Retoma también el tema del establecimiento de límites y percibe esta nueva forma de comportarse en sí misma. Aunado a lo anterior, la consultante retoma el pasado para referirse a la violencia de que fue víctima y las contrasta con las relaciones presentes. Jimena admite tener el control sobre el respeto hacia sí misma en la relación con José. Puede advertirse que a partir del equipo reflexivo, Jimena reafirma los recursos que posee en ella misma y crea un sentido de competencia con los posibles conflictos. En pocas palabras, la consultante narra aspectos positivos de sí misma que no narraba en la sesión pasada.

Ya en la **tercera sesión (véase tabla 3)** las intervenciones que realizamos la coterapeuta y yo fueron preguntas para obtener información, las preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción, las preguntas de afrontamiento, las preguntas encaminadas a construir soluciones y las intervenciones orientadas hacia la ampliación de la solución.

Dentro del primer tipo de preguntas se obtiene la perspectiva de Jimena con respecto al problema y a sus soluciones y recursos. Jimena continúa percibiendo problemática la relación que existe con José, aunque en menor medida, dado que la tranquilidad también aparece en el relato de Jimena al referirse a la relación con José.

Puede notarse que Jimena percibe en sí misma cambios así como también en las relaciones con su familia. No obstante, el estado de tranquilidad que le producen esos cambios los percibe inestables debido a que se culpa y responsabiliza por los errores de sus hijos y por la valoración que otorga a las reacciones negativas con José.

Jimena narra los cambios percibidos en las formas de relacionarse de José con ella. La consultante otorga una connotación negativa a estos cambios de actitud debido a que recuerda el pasado que vivió con él y se siente afectada por éste. El recuerdo del pasado le impide a Jimena sentirse en plenitud y reconocer a José como su pareja. Puede advertirse que Jimena aún con todos los cambios que ella percibe en sí y en los demás, sigue describiendo el pasado como algo irreparable.

Se observa que el relato que surge a partir de las preguntas para obtener información también posee elementos de cambio que la consultante percibe en sí misma. Dichos elementos se encuentran asociados con recursos, soluciones y finalmente, al relato alternativo.

La consultante afirma sus propios recursos y estrategias de solución: controla sus actitudes y emociones, se deslinda de la culpa por los problemas de sus hijos, todo ello a través del diálogo consigo misma. Puede notarse también, que la mayor parte del surgimiento de elementos de relato alternativo se centran en aquello que Jimena concluye de sí misma. Estos elementos incluyen la percepción de la propia tranquilidad de la consultante, la percepción de un cambio de relación consigo misma, el desahogo, percepción de una autoestima alta surgida a partir del equipo reflexivo, y la planeación del proyecto de vida personal. Resulta importante destacar que Jimena percibe en sí misma el control de estos cambios.

Las preguntas orientadas hacia el énfasis de la excepción se centraron en el relato de Jimena hacia las formas de relación con José y los significados implicados en éstas. Puede observarse que aún con el énfasis realizado en las excepciones que se presentan al problema, Jimena percibe como problemáticos los cambios positivos ocurridos en torno a la relación con José, debido a que ella retoma el pasado que le sigue afectando. Jimena continúa relatando el pasado como algo irremediable.

La intervención en la que se enfatiza la excepción también facilitó el surgimiento de relatos en los que Jimena da cuenta de los cambios que percibe en sí misma y en su relación con José. No obstante, puede notarse cómo el

pasado le sigue resultando problemático y provoca la descalificación de estos cambios.

Puede observarse que, conforme avanza el relato, el relato de la consultante se encuentra cada vez más centrado en los cambios positivos que percibe de la relación con José. Incluso llega a notarse una flexibilización en el relato de la consultante al considerar la continuación de la “convivencia” con José y sus consecuencias a futuro a partir de las cosas que a ella le gusta hacer a su lado.

Jimena vuelve a retomar el pasado que le resulta problemático y que la lleva no solo a pasar desapercibidos los cambios que ha tenido en torno a la relación con José, sino a culpabilizarse por lo ocurrido. Jimena sigue percibiendo el pasado como algo imposible de ser reparado.

En las preguntas de afrontamiento se advierte el surgimiento de un relato que describe las soluciones que ha dado Jimena al problema en torno a la relación con José. Jimena da cuenta que los cambios positivos en ella conllevan a cambios positivos en las relaciones con los demás.

En esta sesión también se encuentran las intervenciones encaminadas a construir soluciones. Estas conllevan a la aparición de nuevos elementos para la construcción de un relato alternativo al problemático. Se advierte que Jimena logra un avance con respecto al resto de la sesión y de lo observado en las sesiones anteriores en lo referente a la relación con su ex esposo. Hay que recordar que uno de los principales objetivos que la consultante planteo para el proceso terapéutico fue la de tener herramientas para tomar una decisión con respecto a esta relación. El avance consiste en la flexibilización de Jimena al tomar en cuenta los cambios que ha tenido José para con la relación y considerar la posibilidad de continuar con él. Plantea como una opción tomarse un espacio para sí misma y, así, analizar ambas posibilidades de decisión, continuar con José o separarse de él.

Las preguntas para ampliar la solución tienen por objetivo obtener una descripción más detallada acerca de las soluciones planteadas por la consultante. Por lo mismo, los recursos narrados en otros momentos de la conversación se

retoman con este tipo de intervención, pero aplicado hacia otros ámbitos o relaciones de la vida de la consultante. Por ejemplo, aparece el establecimiento de límites extendido hacia la relación con el hermano de Jimena. Además, la consultante refiere tomar las riendas de su vida y afirma percibir un crecimiento personal. Esto viene a cuenta de los cambios que ha venido narrando a lo largo de la sesión acerca de sí misma y el control que percibe sobre ellos.

El equipo de reflexión hace su aparición del otro lado del espejo para comentar acerca de lo observado durante la sesión. El primer terapeuta habla acerca del pasado que le resulta problemático a Jimena. Habla acerca de las posibles soluciones para ese pasado y de sus consecuencias. Para indagar estas soluciones, el terapeuta hace uso de una analogía con una herida, haciendo referencia al pasado doloroso de Jimena.

El segundo terapeuta retoma excepciones al problema del pasado doloroso de Jimena, narrado en sesiones anteriores. Habla acerca del término literal que utilizó la consultante para referirse a la relegación u olvido del pasado doloroso: “entierro” y de las consecuencias de retomarlo nuevamente. La terapeuta otorga el control a Jimena sobre la situación del pasado problemático. Realiza un énfasis en los cambios y logros en torno a la relación con José relatados en sesión. Retoma el tema de la decisión que Jimena desea tomar con respecto a su ex esposo e indaga dos posibilidades a futuro asociadas a dicha decisión. La primera es la posibilidad de continuar la relación con José y sus consecuencias y, la segunda es la posibilidad de separarse de José y sus consecuencias. El terapeuta resalta los recursos observados en Jimena y de su existencia independientemente de la decisión que tome la consultante.

Por último, el tercer terapeuta enfatiza recursos que observó en Jimena. Trae a la conversación el tema problemático para Jimena, es decir, el pasado violento con José. Intenta indagar posibles soluciones, realizando preguntas acerca de la construcción de solución para este pasado. Le hace saber las consecuencias negativas que le ha traído retomarlo. Habla también acerca del proyecto de vida que la consultante ha descrito y destaca las formas de relación

con José y consigo misma que le han hecho sentir “tranquilidad” y que, por lo mismo, le han resultado efectivas.

Puede notarse que en la **quinta sesión (véase tabla 4)** Jimena describe los cambios positivos que ha observado en sí misma y las consecuencias positivas en las formas de relacionarse con sus hijos y con José. Se advierte que en las preguntas para obtener información Jimena relata la perspectiva que tiene con respecto a los cambios ocurridos y ya no con respecto al problema que la llevó a terapia. El relato de Jimena se encuentra más centrado en la descripción de la relación con sus hijos y la relación consigo misma. Es notable la percepción que la consultante tiene acerca de su propio cambio, y el énfasis que realiza en su proyecto de vida personal.

En esta sesión predominaron aquellas intervenciones encaminadas a enfatizar la excepción. Esto podría ser indicio de que el relato de Jimena estuvo enfocado a los cambios positivos principalmente, por lo que yo, como terapeuta, me centré en resaltar esos cambios descritos por la consultante.

Se advierte que existe un cambio de actitud para con los problemas que se le presentan a los hijos de Jimena. Ya no se perciben como algo irresoluble o irremediable sino como punto de partida para la búsqueda de solución. En este caso, Jimena busca apoyar a su hijo en la exploración conjunta de soluciones al problema que éste posee con el alcohol y con las formas violentas de relación. La confirmación del cambio de perspectiva en la consultante se hace notoria cuando transmite sus propios recursos y estrategias de solución a la gente que le rodea. Es a partir de esta actitud que Jimena deja el sentimiento de culpa y deslizarse a un sentimiento de competencia con los problemas que pudieran surgir con sus hijos.

Además, existe un cambio importante con respecto al significado del pasado para la consultante. Ya no se percibe a modo de arrepentimiento y de algo irreparable sino que se ve como punto de partida para buscar soluciones, en especial con todo aquello que a Jimena le resulte violencia. No sólo se observa ya un control sobre sus propias emociones sino que también existen otras formas de relación con los demás que no incluyen la violencia, aún cuando se encuentre ante

situaciones que le refieran al pasado en el que fue víctima de violencia. Puede observarse que Jimena ya no posee formas de relación violentas con sus hijos sino que predomina el diálogo, el apoyo y la búsqueda de soluciones.

Otro cambio a resaltar en el relato de Jimena son las actitudes que toma con respecto de las formas de relacionarse con José. Éstas dejan de representar un problema para la consultante, deslindándose de cualquier actitud de culpa que pudiera surgir a partir de las reacciones negativas de José. Además, se anticipa ante las situaciones potencialmente problemáticas y las evita, conservando así, su estado de bienestar con respecto a la relación con José. Predomina el establecimiento de límites como forma de relacionarse con José.

Jimena nota los cambios en sí misma y describe conclusiones positivas de sí. Se advierte que se denomina a sí misma como una mujer inteligente, englobando cambios tales como: sentido de competencia con los problemas, actitud de búsqueda de soluciones, control de emociones, sentimiento de valía personal y bienestar, diálogo consigo misma y abandono de formas “sumisas” y “agresivas” de relación.

Las preguntas de afrontamiento traen consigo el relato de la consultante de estrategias de solución. Estas estrategias son detalladas con actitudes. Se observa que Jimena cambia la manera de “llamarles la atención a sus hijos” de una manera “agresiva” a una manera de diálogo amable, en el que incluye términos afectuosos para referirse a ellos. Jimena retoma el tema del pasado como punto de partida para las soluciones y lo hace extensivo en la relación con sus hijos. También retoma el tema de la transmisión de sus propias estrategias de solución con sus hijos.

Jimena describe con mayor detalle la manera en que ha cambiado la relación consigo misma. Ella realiza un examen de sus propias actitudes e identifica aquellas formas de relacionarse que no le han funcionado, de esta manera, cambia dichas formas de relación. Cabe destacar que esta actitud resulta contrastante con aquella que la consultante había presentado en las primeras sesiones acerca de sí misma. En las primeras conversaciones terapéuticas Jimena relataba su “forma de ser” con un sentimiento de culpa y de conclusiones

negativas de sí que implicaban la percepción de encontrarse ante algo irreparable y patológico. Jimena se veía a sí misma como co dependiente y masoquista.

En las preguntas para ampliar soluciones, se obtuvo un relato extendido y detallado acerca de las estrategias de solución que la consultante narraba. Jimena se refiere a la relación con José, deslindándose de cualquier sentimiento negativo que pudiera tener a partir de ciertas actitudes de José. Se advierte que la consultante se flexibiliza y considera la posibilidad de percibir a José como pareja y sus consecuencias. La consultante toma su distancia con José y deja de verse afectada por ello.

Lo anterior representa un cambio en el siguiente sentido: Jimena deja de centrar su relato en la relación con José y sentirse afectada de manera negativa por las actitudes de éste. En contraste, se deslinda de sus actitudes, y procura su bienestar personal.

Asimismo, Jimena se percibe a sí misma más fortalecida y reflexiona acerca del surgimiento de nuevos recursos para la resolución de conflictos futuros, además reafirma tener control de sus emociones. Puede notarse un cambio de actitud con respecto a los conflictos y con respecto a la percepción de sí misma. Jimena ya no se otorga etiquetas rígidas, sino que percibe elementos más positivos en ella, dándole bienestar, autoestima y un sentido de competencia con los conflictos.

Al final de la sesión se le entrega un documento terapéutico a la consultante. Dicho documento enfatiza los cambios y recursos observados durante la sesión y los refuerza con una felicitación por parte del equipo terapéutico. Se realiza una proyección a futuro resaltando los recursos, anticipando su mantenimiento a largo plazo.

La **última sesión** posee principalmente dos tipos de preguntas, las preguntas encaminadas hacia la obtención de información y las preguntas y/o comentarios orientados hacia el énfasis de la excepción, tal como puede observarse en la **tabla 5**. Puede advertirse la presencia de significados alternativos, más positivos y no problemáticos, como resultado de ambos tipos de preguntas. Lo anterior confirma los cambios obtenidos en la sesión anterior.

En el primer tipo de preguntas, las preguntas para obtener información, aparece la planeación de la consultante de la separación de José. Los recursos que se hacen notorios en la consultante son el diálogo y el control de sus emociones. Jimena descarta las reacciones violentas dentro de las posibilidades que puedan presentarse en la separación con José. Puede notarse un cambio de perspectiva respecto de las primeras sesiones en las que Jimena poseía reacciones violentas con José y le reprochaba el pasado, posterior a esto tenía sentimientos de culpa por dichas reacciones. Aunado a ello, Jimena afirma encontrarse en un estado de bienestar del que ella tiene control. Puede notarse otro cambio en lo referente a la presencia de conflictos, ya que Jimena procura su propio bienestar a pesar de estos. Estos cambios ya habían sido relatados en la sesión anterior, lo que conlleva a la confirmación de su cambio.

En las preguntas y/o comentarios para enfatizar la excepción se observa el establecimiento de límites como recurso y la determinación en la separación con José. Este cambio resulta significativo debido a que en las primeras sesiones Jimena relata estar confundida con respecto de José, ahora se muestra con mayor claridad y determinación en sus decisiones.

Los significados en torno a sus hijos son el deslinde de los problemas con sus hijos, eliminando el sentimiento de culpa a causa de éstos, que la consultante relataba en las primeras sesiones.

Jimena relata un cambio de actitud con respecto del pasado que anteriormente le causaba conflicto. Se advierte la presencia del control de sus emociones en situaciones problemáticas y el diálogo consigo misma. Estos significados habían sido relatados en la sesión anterior lo que confirma el cambio de perspectiva en la consultante. La consultante resalta el documento terapéutico que se le entregó la sesión pasada y las consecuencias positivas sobre su autoestima. Puede notarse que Jimena afirma encontrarse con una autoestima alta, siendo éste uno de los objetivos negociados para el proceso terapéutico.

En la **entrevista de seguimiento (véase tabla 6)** se puede advertir que en la mayor parte de los rubros que ella misma relató en el proceso terapéutico describe formas de relacionarse predominantemente satisfactorias. En general,

Jimena afirma haber alcanzado sus metas en lo referente a la relación con José, al bienestar con su familia y a su proyecto de vida personal. Puede notarse un sentido de competencia y una actitud de búsqueda de soluciones para con los conflictos que se le presentan en su vida.

Asimismo, los recursos que preponderan en el relato de Jimena, y que fueron trabajados durante el proceso terapéutico, son el diálogo y el establecimiento de límites. Cabe destacar que el recurso que con mayor frecuencia aparece en el relato de Jimena es el de la “lucha” por conseguir sus metas. Éste es un recurso que había aparecido en el relato de Jimena durante el proceso terapéutico, sin embargo, no se desarrolló en sesiones.

Todos los recursos en Jimena se hacen extensivos en todos los rubros de su vida. Puede notarse, entonces, que el establecimiento de límites fue aplicado al jefe de la consultante, cuando ella notó que éste la trataba mal. Jimena continuó aplicando estos límites con José hasta su separación.

La consultante deja detrás el relato en el que se concebía a sí misma como co dependiente y toma una actitud de respeto para con la vida personal de José y de sus hijos, ella relata valerse por sí sola. Puede advertirse que se centra en sí misma y en su propio proyecto de vida. Jimena da cuenta de sus propios cambios y los engloba dentro de lo que ella llama inteligencia.

Los significados en torno a la relación con José también resultan más positivos. Aunque Jimena decidió separarse de él y ya no viven juntos, siguen conviviendo. Esto posee una connotación negativa y una positiva. Por un lado, Jimena retoma el pasado doloroso y se culpa a sí misma por la situación de convivencia en la que actualmente se encuentran, ello posee una connotación negativa. Por otro lado, la consultante otorga una connotación positiva a la relación debido a que la remite a un estado de libertad, aunado a esto, la consultante relata no poseer sentimientos negativos hacia José (“rencores”) y lo concibe a partir de su papel como padre de sus hijos y ya no como pareja. Jimena vuelve a retomar el pasado, pero ahora como punto de partida para emprender la búsqueda de soluciones y no como algo irreparable, tal como se vio durante las últimas sesiones. Este relato puede ser indicio de la confirmación del

deslizamiento del sistema de significados en Jimena con referencia a José. Cabe resaltar que en la actualidad posee otra pareja y que, según ella relata, se encuentra en un estado de bienestar porque aprendió del pasado que vivió con José.

Los cambios también se hacen notorios en la relación con sus hijos. Jimena cambió la percepción que tenía de sí, de madre insuficiente, a una madre que apoya a sus hijos. Relata el apoyo que brindó a su hijo para que cambiara y dejara el alcohol. Ello le hace sacar conclusiones positivas acerca de su papel como madre. No obstante, Jimena refiere un hecho que le hizo sentir insuficiente en su papel como madre en el embarazo de su nieta. Puede notarse que, aunque este hecho representó un conflicto para ella, su reacción no incluyó actitudes violentas ni agresivas. En cambio, apoyó a su hija y a su nieta, que en la actualidad viven en su casa, y les transmite sus propias estrategias de solución de conflictos a partir de la identificación de aquello “que falla”.

A pesar de los conflictos narrados, Jimena refiere encontrarse en un estado de bienestar a partir de la unión existente entre los miembros de su familia. Esto contrasta con lo relatado al inicio del proceso terapéutico, en donde refiere que su familia se encuentra en un ambiente de constante agresividad y violencia y del que ella es responsable.

En lo referente a la relación consigo misma, Jimena refiere encontrarse en una nueva etapa en su vida, que incluye bienestar y lucha por conseguir las metas de su proyecto de vida personal. Describe la manera en que ha tenido que superar conflictos en el trabajo y en la escuela para continuar con sus estudios. Relata también la forma en que transformó los sentimientos negativos que le causaba el pasado que vivió con José. Jimena se percibe a sí misma inteligente, con el control de sus emociones y de sus propios recursos. Ya no se ve como la niña abandonada o la mujer golpeada. Asocia el surgimiento de esta nueva etapa al amor que se tiene a sí misma. Este relato contrasta con el expuesto en las primeras sesiones del proceso terapéutico. En este se advertía la concepción que tenía de sí misma como una mujer masoquista, con poco amor a sí misma, falta de autoestima, co dependiente, como una mujer que repetía los errores una y otra

vez. Puede notarse que esta visión más positiva que tiene de sí, se había relatado en las últimas sesiones. Se confirma entonces, el deslizamiento del sistema de significados en el relato de la consultante. (**véase tabla 4 y 5**).

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES

Esta investigación pretendió cubrir tres objetivos generales, el **primero** de los cuales es explicar el proceso por el cual la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* promueve la emergencia de nuevas y más satisfactorias narrativas, reflejadas en el surgimiento de un nuevo *sistema de significados* en la vida del (la) consultante.

Se puede decir que la forma de trabajo que explico y propongo aquí toma como base las formas de intervención expuestas por O'Hanlon y Wiener-Davis (1990) y por Rodríguez y Beyebach (1997) centradas en la solución de problemas. Estos autores proponen una guía en la realización de preguntas y maneras de intervención para facilitar el surgimiento de relatos alternativos.

Por un lado, se encuentran las preguntas realizadas para obtener información. Estas tienen la finalidad de obtener una descripción del problema y acerca de lo que es necesario para resolver el problema. En el caso de Jimena, cuando se realizaban preguntas para obtener información, se obtuvo un relato de aquellos elementos que le significaban un problema a la consultante, pero también se adquirieron elementos que contradecían estos significados problemáticos. Las preguntas para obtener información resultaron de fundamental importancia al inicio de cada sesión, para dar cuenta de los cambios de perspectiva que había tenido Jimena con respecto al problema.

A Jimena le significaba un problema el retorno a la convivencia con su ex esposo, José, después de haber sido víctima de formas de relación violentas por parte de éste y de las consecuencias que la violencia tuvo sobre sus hijos. Jimena tenía la creencia de *tener* que separarse de José, ya que vivir a un lado de él le provocaba reacciones agresivas con sus hijos y con el mismo José. No obstante, la consultante se sentía incapaz de separarse de él, debido a que tenía angustia por la soledad. Este conjunto de creencias limitaban a la consultante para tomar una

decisión con respecto de la relación con José. Ello concuerda con la definición de problema propuesta por Limón (2005), que sostiene que los problemas surgen cuando las personas se encuentran “atrapadas” en una manera de pensar y en un contexto relacional que les resultan limitantes y restrictivas.

Por otro lado, la obtención de información ayudaba a indagar aquellos significados no-problemáticos, excepciones y contradicciones del relato problemático, en la narración de Jimena y que servirían como base para el surgimiento posterior del relato alternativo.

Las preguntas para negociar objetivos y/o preguntas orientadas hacia el futuro son una propuesta surgida a partir del trabajo de De Shazer (citado en O’Hanlon y Wiener-Davis, 1990) y su propósito principal es el de negociar objetivos concretos y alcanzables, así como promover la disposición de los consultantes para alcanzar dichos objetivos. En el caso de Jimena, fue a partir de este tipo de preguntas que se estableció como meta del proceso terapéutico el trabajo con la autoestima de la consultante y formas no violentas de relación con el resto de los integrantes de su familia. Las preguntas de proyección a futuro también fueron utilizadas para analizar las consecuencias de la utilización de recursos y estrategias de solución en la vida de la consultante, ello facilitó el surgimiento de descripciones más positivas, tanto de ella misma como de las formas de relación con su familia.

Asimismo, las preguntas de afrontamiento descritas por O’Hanlon y Wiener-Davis (1990), tienen la función de ayudar a las personas a poner la mira sobre las excepciones y desplazarse hacia la búsqueda de soluciones cuando han perdido la perspectiva de las soluciones. Este tipo de preguntas no sólo facilitaron el surgimiento de elementos adicionales al relato problemático e intentos de solución al problema que aquejaba a Jimena, sino que permitieron una descripción más positiva de ella misma, orientada hacia la percepción de sus propios recursos. En las últimas sesiones, estas preguntas ayudaron a dar cuenta de los cambios que ha tenido y del relato de estrategias de solución eficaces, así como las consecuencias positivas que éstas tienen en su vida. La consultante habla de formas más amables de relación con sus hijos y con José y el diálogo para la solución de conflictos.

Con los comentarios y/o preguntas orientados a enfatizar la excepción (O'Hanlon y Wiener Davis 1990; Rodríguez y Beyebach, 1997) es un intento de los terapeutas por que la excepción, o aquel significado que contradiga al problema, no pase desapercibida dentro de la conversación. Consiste en recabar información detallada acerca de ese significado o situación y atribuir el éxito a los consultantes. Este tipo de intervenciones ayudaron al surgimiento de narraciones centradas en la descripción de recursos y estrategias de solución en Jimena, y de exploración de las consecuencias de éstas sobre su vida. Cabe señalar que en las últimas sesiones este tipo de intervenciones facilitaron la descripción detallada del cambio que la consultante iba percibiendo en sí misma. Relata la manera en que transmite sus estrategias de solución y recursos tales como el diálogo, el establecimiento de límites y actitud de búsqueda de solución a los demás integrantes de su familia.

Por su parte, la ampliación de la excepción O'Hanlon y Wiener-Davis (1990), y Rodríguez y Beyebach (1997) la describen como la reunión de esfuerzos por parte del terapeuta para que la conversación gire en torno a las excepciones, preguntando por los detalles, el impacto, los significados en la vida del/la consultante. En congruencia con estos autores, Jimena describía los significados implicados dentro de las excepciones exploradas entre ella y yo (como terapeuta) a partir de la realización de estas preguntas. Aparecieron temas como la toma de decisiones que ha tenido Jimena, el diálogo y establecimiento de límites como nuevas formas de relación con José, el control de sus emociones. Todos estos recursos y estrategias de solución que Jimena describía aplicar con algún miembro de su familia, se hacía extensivo al resto de los integrantes. La consultante retomaba recursos narrados en otros momentos y analizaba las consecuencias que éstos tenían sobre su vida.

Otra forma de intervención utilizada en el proceso terapéutico explicado aquí son las preguntas orientadas hacia la construcción de soluciones mencionadas por O'Hanlon y Wiener-Davis (1990). A través de este tipo de preguntas, Jimena describió nuevos elementos para la construcción de un relato alternativo. Habla de su autoestima, de valía personal así como de un sentido de competencia con los conflictos que se le presentan.

En este proceso terapéutico se le pidió a la consultante que vislumbrara un proyecto de vida a futuro. Este proyecto de vida tendría dos direcciones en este caso, uno en el que Jimena tomara en cuenta la presencia de José en su vida y, el otro, en el que no se encontrara presente. Esta propuesta se encuentra en congruencia con lo descrito por Limón (1997; 2005) acerca del proyecto de vida alternativo. Esta intervención posee varias finalidades. Una de ellas es la de ayudar al surgimiento de narrativas más satisfactorias en la vida de los consultantes y la otra, se encuentra asociada al establecimiento de metas que puedan alcanzar los consultantes para co-crear un sentido de competencia y de mantenimiento de los recursos. No obstante, se abre también posibilidad al surgimiento de nuevos recursos en un futuro. Ha de advertirse que se relatan varias realidades alternativas las posibles consecuencias de adoptarlas. Con ello, se favorecen las múltiples versiones de la realidad, ampliando los márgenes de libertad de los consultantes.

En el caso de Jimena, la co-construcción de un proyecto de vida a futuro ayudó a la ampliación del sentido de competencia y de ampliación de recursos como el de deseo de superación que poseía la consultante, así como la flexibilización ante la posibilidad de continuar una relación a un lado de José, con la presencia de nuevos recursos y estrategias de solución.

Una manera de trabajar que se encuentra incluida en la “terapia como diálogo hermenéutico y constructorista” es la del uso del equipo reflexivo. Esta manera de trabajo se encuentra asociada a la propuesta de Andersen (1994) en la que describe dos sistemas a considerarse: el sistema de entrevista que incluye al terapeuta (s) y al (los) consultante (s) y el equipo reflexivo.

Hay que recordar que el sistema de entrevista es un sistema autónomo en el que se define de qué y cómo se habla. El equipo reflexivo nunca da instrucciones sobre lo que el equipo de entrevista va a decir o la manera en que sus miembros han de hablar. La tarea del equipo es la de escuchar la conversación que se lleva a cabo en el sistema de entrevista. Si el sistema de entrevista se los pide, los miembros del equipo presentan sus ideas y preguntas hablando entre sí acerca del tema presentado. Cada miembro otorga su propia

versión acerca de los temas definidos como problemáticos. Se buscará, de acuerdo con Andersen (1996), descripciones distintas a las que se relataron en el sistema de entrevista. Este último elemento representa una diferencia con respecto a la forma de trabajar en la propuesta que se expone en la presente investigación. Los miembros del equipo reflexivo se dedican a ampliar y enfatizar los recursos observados y a explorar recursos observados en la sesión. No obstante, ambas formas de trabajar el equipo reflexivo se basan en la existencia de múltiples versiones de la realidad. Andersen lo representa de la siguiente manera: “además de lo que ustedes perciben, nosotros vemos esto”, lo que implica tener una postura tipo: “ambos...y” que favorezca el “multiverso” y que no limiten la perspectiva de las personas que acuden a terapia.

Otro elemento utilizado en esta forma de trabajo fueron los documentos terapéuticos. En el caso de Jimena se utilizó un documento a manera de despedida para resaltar los significados alternativos. Esto se encuentra asociado a lo descrito por White y Epston (1993) y por Morgan (2000), entre otros autores, referidos como una forma de fortalecer el relato alternativo. De acuerdo con estos autores, los documentos poseen la característica de reconocer y legitimar los conocimientos, habilidades y recursos que los consultantes desarrollaron para contrarrestar la presencia del problema en sus vidas.

Puede notarse que todos los recursos terapéuticos de los que se hizo uso en la forma de trabajo aquí expuesta, se encuentran asociadas con las tendencias narrativas en terapia. Entonces, la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* como práctica terapéutica se encuentra asociada a las terapias postmodernas en varios sentidos. Parte de la asunción que las realidades son construidas y mantenidas socialmente a través de la conversación y, consecuentemente, los conflictos de las personas se entienden como construcciones concurrentes que forman parte de su relato.

Por otra parte, se tiene la creencia que no existen verdades esenciales e inamovibles, sino sistema de creencias que se mantiene a través de las narrativas y que son negociadas constantemente a través del intercambio lingüístico, según lo refieren Freedman y Combs (1996).

En el caso de Jimena se puede identificar que se le realizaron preguntas que hacen referencia constante a una negociación del relato alternativo y preferido por ella. Es aquí donde entra el *diálogo hermenéutico* en la forma de trabajo que se propone en esta investigación. El terapeuta hace “públicas” como refiere Anderson (1999) las interpretaciones que realiza acerca del relato de la consultante. Le hace saber a la persona los sistemas de significado que percibe en su narración y a partir de ello emprender la negociación de nuevos significados. La relación terapéutica con el consultante es horizontal en consecuencia de ello.

Podría concluirse, entonces, con respecto del primer objetivo a cubrir, que la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* resulta una práctica terapéutica que cuestiona todas aquellas realidades que se presentan como verdades inamovibles para posibilitar el surgimiento de nuevos relatos que le resulten más satisfactorios a los consultantes y que se encuentren inscritos al contexto en el que se desenvuelven (Limón, 2005) y que, por lo mismo, se encuentra apegada al marco teórico postmoderno y construccionista.

Se trata de una forma de trabajo que hace uso de la conversación orientada hacia la solución de problemas en conjunto con las tendencias narrativas, tal como dice Limón (1997) y que facilita el análisis de los sistemas de significado alternativos al que predomina, para considerar opciones distintas de vida que se encuentren cercanas o disponibles de acuerdo al contexto en que se desarrollan las personas (Limón, 1997; Limón, 2005; Trujano y Limón, en prensa).

El **segundo objetivo** a cubrir en esta investigación es proponer la forma de trabajo de la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* en tanto una alternativa adicional a las propuestas existentes que engloban las terapias Narrativas o Postmodernas.

Para ello, es importante identificar los elementos del proceso de *la terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* que se encuentran en comunión con las terapias Narrativas o Postmodernas.

La relación de horizontalidad entre el terapeuta y el consultante fue uno de los componentes que se hizo evidente durante todo el proceso terapéutico llevado a cabo con Jimena. Esta relación se vio reflejada en la manera en que se efectuó

la conversación. Yo, como terapeuta, me enfocaba a todo aquello que relataba la consultante y realizaba preguntas con la finalidad de comprender la perspectiva de la consultante, así como entender los sistemas de significado implicados dentro del problema que la llevó a terapia. Dentro del proceso terapéutico, lo más importante para mí fue el relato de la consultante.

Lo anterior se encuentra en concordancia con la nueva perspectiva en terapia que se centra en las narrativas o relatos de los consultantes como marcos explicativos de su experiencia, según lo refiere Lax (1996). Así, se dejó de lado la concepción de “enfermedad mental” y la búsqueda de “lo que hay detrás del problema” para encontrar una “realidad interna y verdadera” de la consultante. La *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* tomó en consideración los problemas de Jimena dentro de su entramado relacional, dentro de su propio sistema de significados, en su historia de vida, en los juegos de lenguaje de los que es partícipe, etc. Ello sin dejar pasar desapercibido la realidad social en la que se encontraba ubicada. Ya Trujano y Limón (en prensa) habrían explicado esta nueva manera de percibir la experiencia de los consultantes, que se encuentra vinculada al marco socioconstruccionista, siendo éste la “lente teórica” o marco de inteligibilidad constitutivo de las terapias Narrativas o Postmodernas.

Gergen (2006) reafirma esta perspectiva y refiere la “consciencia de la construcción” como parte de los valores que guían a los terapeutas postmodernos. Destaca la flexibilidad como parte imprescindible dentro de las terapias postmodernas, e invita a los terapeutas a hacer uso de todo cuanto le sirva en el contexto inmediato en el que se encuentra el consultante y saque partido de todo campo terapéutico. En el caso de Jimena, se hizo uso de documento terapéutico, como lo propone White (1990) y del equipo reflexivo propuesto por Andersen (1994), reflejando flexibilidad y riqueza del campo terapéutico desde el que se trabajó en este proceso.

Asimismo, resulta pertinente retomar lo dicho por Gergen (2006) acerca de la comunicación terapéutica como un proceso de colaboración en una terapia de corte construccionista.

El sufrimiento o la enfermedad mental no existen en las terapias de este tipo. Se invita a los terapeutas a diluir la preconcepción de estos términos ya que los temas a tratar con los consultantes poseen sentido a partir del *proceso de colaboración con el terapeuta*. El proceso llevado a cabo con Jimena fue un claro ejemplo de ello. La consultante concluía acerca de su “masoquismo” y de su “angustia por la soledad”, pero dado que me centré en indagar mayoritariamente en los recursos que poseía la consultante, estos temas carecieron de sentido durante el proceso terapéutico: Jimena relató esto acerca de sí misma en la conversación pero careció de una “acción suplementaria”, como la llama el autor, que le otorgara un sentido a estos temas en la historia de la consultante. En cambio, el sentido se centralizó primordialmente en la indagación conjunta de los recursos de la consultante, mediante un proceso de colaboración que permitió una nueva narración y el deslizamiento de su sistema de significados en consecuencia. Pudo observarse durante el proceso terapéutico con Jimena el deslizamiento del sistema de significados y el surgimiento de una nueva narración se dio en un proceso coordinado entre la consultante y yo (terapeuta): una vez que se consideró junto con el equipo que el deslizamiento de los significados de Jimena había tenido lugar, se le consultó a ella acerca de su perspectiva acerca de esto. Ello coincide con lo dicho por Gergen (2006) acerca de los resultados positivos de la terapia. De acuerdo con este autor, los resultados positivos se evaluarán tomando en cuenta la perspectiva de los consultantes y no únicamente el punto de vista del terapeuta.

El cambio implicado en el deslizamiento del sistema de significados de Jimena, incluyó cambios en las formas de relacionarse con las personas que le rodeaban y cambios por parte de las personas que le rodean en la forma de relacionarse con ella. Ya Gergen había mencionado que el cambio se encuentra asociado a la transformación de la matriz relacional en la que se encuentra inmerso el (la) consultante.

El foco de atención de la *terapia como diálogo hermenéutico y constructorista* se torna sobre el lenguaje, el diálogo y la forma en que a través de éstos se forja la manera de interpretar el mundo de las personas. Esta

propuesta se apega más a una orientación hermenéutica que a las concepciones positivistas en psicología.

Por todo lo anteriormente dicho, se puede decir que la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* se encuentra circunscrita a las prácticas postmodernas y podría considerarse como una propuesta adicional a las terapias narrativas o postmodernas que han surgido hasta ahora.

Igualmente a las otras formas de trabajar inscritas a las terapias Narrativas y Postmodernas, la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* posee particularidades que la hacen distintiva de las otras propuestas. Estas características se encuentran relacionadas con el proceso que se explicó con anterioridad en el presente apartado. En primer lugar, se trata de una forma de trabajo que otorga importancia al surgimiento e indagación de proyectos de vida alternativos. El terapeuta que trabaja desde esta perspectiva, se preocupará por vislumbrar junto con el consultante un futuro a mediano y a largo plazo en el que se indaguen de manera conjunta varios proyectos de vida o “realidades” y se converse acerca las posibles consecuencias de apropiarse estos proyectos de vida (Limón, 1997; Limón, 2005)

El segundo punto a considerar como un rasgo distintivo es la manera en que la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* concibe las posibilidades de conversación en terapia. Dichas posibilidades se encuentran asociadas al derecho que los consultantes poseen a pensar de una manera distinta, con respecto a sí mismos y con relación a los demás, ya sea que se trate de ejercer el derecho al no-cambio o al derecho de modificar el sistema de significados que los consultantes poseen.

El caso que se presenta en esta investigación es un ejemplo de ello. Jimena ejerce su derecho al no-cambio al decidir continuar su convivencia con José, pero ahora lo hace con una manera de pensar distinta, puesto que esta convivencia no representa un problema para ella, y, por lo tanto, los significados implicados en esta convivencia son distintos a los que poseía cuando Jimena llegó a terapia.

El **tercer objetivo** a cubrir en este trabajo fue presentar la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* en tanto una manera eficaz de abordar, en

psicoterapia y dentro de las terapias Narrativas o Postmodernas, el problema de la violencia intrafamiliar.

En esta forma de trabajo las conversaciones se centraron hacia la solución de problemas y hacia la indagación compartida de los recursos de Jimena sin la preconcepción de alguna patología o “enfermedad mental”. Tal como mencionan Durrant y Kowalski (1990) al referirse al trabajo con personas que han sido víctimas de violencia, se trata de una forma de trabajo que concibe a las personas con la capacidad de determinar qué es lo mejor para ellas, se le concibe como personas competentes y expertas en su propia vida.

El proceso con Jimena demostró que la *terapia como diálogo hermenéutico y constructorista* concibe a los consultantes como personas capaces de resolver sus propios conflictos y con recursos suficientes como para alcanzar sus propios objetivos y proyectos de vida.

Puede notarse que las preguntas que realicé, como terapeuta del proceso aquí expuesto, se orientaron hacia la co-construcción de una versión más competente de sí misma. Se pudo notar el deslizamiento de significados relatados desde la primer sesión, en el que Jimena acarreaba en su relato un sistema de significados que no solamente la limitaba, sino que la autoculpabilizaba en la relación con sus hijos y en la relación consigo misma. Este relato contrastó de una manera significativa con las últimas sesiones, ya que presentó un relato más positivo de sí misma, un sentido de competencia y empoderamiento que facilitó el deslizamiento de significados en torno al pasado violento del que había sido víctima.

Ha de advertirse que tanto las preguntas de afrontamiento como las preguntas de proyección a futuro y de construcción de proyecto de vida fueron de una importancia capital para el proceso efectuado con Jimena. Por su parte, las preguntas de afrontamiento facilitaron el surgimiento de recursos en Jimena que estaban siendo opacados por la presencia del problema. Las intervenciones de proyección a futuro ayudaron a la clarificación de Jimena en momentos en que se percibía a sí misma confundida, además que facilitaron el sentido de competencia en el establecimiento de metas.

La co-construcción del proyecto de vida permitió tanto el mantenimiento de los recursos en la consultante, como del sentido de competencia y empoderamiento. Cabe destacar que el proyecto de vida que se co-construyó con Jimena durante el proceso terapéutico, es el que está realizando en la actualidad, y que le hace “ser feliz”. Se advierte el deslizamiento de sistema de significados orientados hacia un relato más positivo de sí misma, a causa de encontrarse realizando las metas que ella misma se propuso: su realidad preferida.

El papel del equipo de reflexión fue primordial ayudó a Jimena a legitimar y a ampliar los cambios conversados durante las sesiones, facilitando el sentido y el deslizamiento de sistema de significados en el relato de la consultante. Incluso ella misma relató la importancia que tuvo el equipo de reflexión para su proceso, puesto que le ayudaba a identificar los aquellos elementos en su vida que no estaban funcionando, y le impactaba de una manera positiva sobre su autoestima. Podría concluirse que en su conjunto, las formas de intervención y de conversación de la *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* resultan una manera eficaz de abordar problemas tales como la violencia intrafamiliar. Esta eficacia se ve reflejada no solo en el deslizamiento de significados que tuvo Jimena durante el proceso terapéutico, sino en su mantenimiento y ampliación hacia formas más positivas de relación para consigo misma y para quienes le rodean, aún después de dos años de haberse efectuado el proceso.

REFLEXIÓN FINAL

La *terapia como diálogo hermenéutico y construccionista* resulta una propuesta innovadora con respecto de las terapias tradicionales y además como una forma de trabajo adicional a las propuestas narrativas o postmodernas que se han desarrollado a lo largo de las últimas décadas en psicoterapia.

Dicha propuesta se encuentra vinculada con el marco construccionista y posee varias implicaciones que impactan no solo sobre la vida de las personas que

consultan la terapia sino también sobre la vida de los terapeutas que ponen en práctica este tipo de trabajo.

Como terapeuta, me gustaría poner especial énfasis en las implicaciones que ha tenido en mí la adopción del marco de inteligibilidad socioconstruccionista como perspectiva en el trabajo terapéutico y de vida.

Por un lado invita a poner en cuestionamiento todo aquello que es considerado como verdad universal, absoluta e inamovible. Esta primera implicación significa poner en duda la formación educativa de que formé parte durante toda mi vida. Por esta razón, la “conversión” hacia el construccionismo social requirió un proceso de “limpieza” y de transición hacia un cambio paradigmático, como lo llamara Kuhn (en Limón, 2005b). Dicho cambio implicó un proceso autorreflexivo con miras hacia una transformación en los paradigmas que configuran las formas de interpretación de los problemas de las personas en terapia y, reitero, de la vida misma, hacia formas de ser mayormente flexibles y tolerantes hacia los diferentes puntos de vista existentes en el campo de la psicología y en el campo de las relaciones humanas. Y digo de la vida misma, porque una vez que se han adoptado las perspectivas postmodernas y socioconstruccionistas, se adquieren como una filosofía de vida que, en mi caso personal, fueron trasfigurando y trastocando otros rubros de mi vida personal.

Considero importante mencionar también que esta forma de trabajo me ha puesto en una postura de colaboración, de escucha y, sobre todo, de una postura crítica ante aquellas perspectivas que se presentan como la única verdad. En lugar de abogar como “la mejor teoría”, ahora abogo por la “coexistencia pacífica de puntos de vista”.

Y no puede pasarse por alto, que, al poner en cuestionamiento los conocimientos, se pone en cuestionamiento también la postura del terapeuta. Ahora el terapeuta se encuentra en una situación ya no de autoridad ante el consultante, sino en una relación de horizontalidad. A esto Gergen (1996) lo llamaría como la democratización del proceso terapéutico.

Esta democratización conllevó a concebirme a mí misma como persona (con sus propias creencias, actitudes, sistemas de significado) ante otra persona que

posee problemas y no como el experto que “tiene que resolver” e indagar las patologías de las personas. Ello tiene un resultado por demás liberador, puesto que ya no está el foco de atención a la “mejor intervención” sino a formas de intervención alternativas, todas válidas por diferentes que sean.

Pero, si el terapeuta deja de ser experto y ya no se compromete para tener el “mejor proceso terapéutico” ¿cuál es el compromiso del terapeuta? Desde mi perspectiva, el terapeuta anclado en el marco postmoderno y construccionista se comprometerá con la adquisición de un pensamiento divergente, esto es, la adopción de múltiples puntos de vista y alternativas distintas a un mismo problema. Además, se comprometerá con la generación de un espacio colaborativo y de escucha atenta para con los consultantes.

He sido testigo de este cambio paradigmático dentro de los miembros del equipo terapéutico y lo que puedo afirmar es que, dentro de las principales transformaciones que se dieron con respecto a la formación académica que tuve, es que dentro de las formas de relacionarse entre sí, se perciben mayormente amigables y, menos competitivas.

Por todo lo anterior, considero que las nuevas formas de dar terapia que están surgiendo y que retoman las ramas pertenecientes a las ciencias sociales, están promoviendo el abandono de una concepción de las personas como máquinas para adoptar un punto de vista mayormente humano.

R E F E R E N C I A S

- Andersen, T. (1994), *El equipo reflexivo. Diálogos y diálogos sobre los diálogos*, Barcelona: Gedisa.
- Andersen, T. (1995), El lenguaje no es inocente, *Psicoterapia y Familia*, 8, 1, 3-7.
- Andersen, T. (1996), Reflexiones sobre la reflexión con familias. En S. Mcnamee y K. Gergen (comps.), *La terapia como construcción social*. Barcelona, Paidós.
- Anderson, H. (1999), *Conversación, lenguaje y posibilidades*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Anderson, H. (2000) Becoming a postmodern collaborative therapist: A clinical and theoretical journey, Part I. *Journal of the Texas Association for Marriage and Family Therapy*, 5,1, 5-12. Extraído el 1 de abril de 2008 desde <http://www.harleneanderson.org/writings/Becomingparti.htm>
- Anderson, H. (2001), Becoming a postmodern collaborative therapist: A clinical and theoretical journey. Part II, *Journal of the Texas Association form Marriage and Family Therapy*, 6, 1, 4-22. Extraído el 20 de enero de 2008 desde <http://www.harleneanderson.org/becomingpartii.htm>
- Anderson, H. (2003a) A postmodern collaborative approach to therapy: Broadening the possibilities of clients and therapists. En Y. Bates y R. House (Eds.), *Ethically Challenged Professions: Enabling Innovation and Diversity in Psychotherapy and Counseling*. In PCCS Books: Herefordshisre, UK. Extraído el 10 de abril de 2008 desde <http://www.harleneanderson.org/writings/postmoderncollaborativeapproach.htm>
- Anderson, H. (2003b), Postmodern social construction therapies. En G. Weeks, T. L. Sexton y M. Robbins (Eds.), *Handbook of family therapy*, Nueva York: Brunner-Routledge. Extraído el 27 de febrero de 2008 desde <http://www.harleneanderson.org/writings/postmoderntherapieschapter.htm>
- Anderson, H. (2005a), Myths about “not knowing”, *Family Process*, 44, 497-504.
- Ayer, A. (1959), *El positivismo lógico*. México: Fondo de Cultura Económica.

- Beltrán, L. (2004), El enfoque colaborativo y los equipos reflexivos. En L. Eguiluz (comp.), *Terapia Familiar, su uso hoy en día*. México: Pax.
- Bell, D. (2007) Epílogo de 1996 a Las contradicciones culturales del capitalismo. En J. Beriain y M. Aguiluz (ed.), *Las contradicciones culturales de la modernidad*, (43-113), Barcelona: Anthropos.
- Berg, I. K. y De Jong, P. (1996), Solution-building conversations: Co-constructing a sense of competence with clients, *Families in Society*, 77, 6, 376- 391.
- Cahoone, L. (1996), *From Modernism to Postmodernism*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Canales, H. (2005), Agresión sexual infantil: signos, síntomas y propuestas de trabajo. En M. Jiménez (coord.), *Caras de la violencia familiar*. México: Eduardo Mosches.
- Carey, M. y Russell, Sh. (2002a), Externalizing commonly asked questions, *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, No. 2
- Carey, M. y Russell, Sh. (2002b), Re-membering: responding to commonly asked questions. *The international Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 3, 23-32.
- Carey, M. y Russell, Sh. (2003), Re-authoring: Some answers to commonly asked questions. *The international Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 3, 60-71.
- Castañeda, M. (2007), *El machismo invisible regresa*. México: Taurus.
- Cortés, J. y Martínez A. (1999) *Diccionario de filosofía en CD-ROM*. Barcelona: Herder
- Corsi, J. (1994), "Una mirada abarcativa sobre el problema de la violencia familiar", en J. Corsi (comp.), *Violencia familiar. Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*, 15-63, Buenos Aires: Paidós.
- Corsi, J. (2003), La violencia en el contexto familiar como problema social. En J. Corsi (comp.), *Maltrato y abuso en el ámbito doméstico: Fundamentos teóricos para el estudio de la violencia en las relaciones familiares*. Buenos Aires: Paidós.

- Corsi, J. y Bonino, L. (2003), *Violencia y Género: la construcción de la masculinidad como factor de riesgo*. En J. Corsi y G. Peyrú (coord.), *Violencias Sociales*, 117-138, Barcelona: Ariel.
- Durrant, M. y Kowalski, K. (1990), *Superar los efectos del abuso sexual: desarrollar la percepción de la propia capacidad*. En M. Durrant y Ch. White (comps.), *Terapia del abuso sexual*. Barcelona: Gedisa.
- Elkaim, M. (1996), *Ecología de las ideas: constructivismo, construccionismo social y narraciones ¿en los límites de la sistémica?*, *Perspectivas sistémicas*, Año 9, 42. Extraído el 25 de septiembre de 2007 desde <http://www.redsistemica.com.ar/articulo42-1.htm>
- Eguiluz, L. (2004), *La terapia familiar: su uso hoy en día*. México: Pax.
- Espinosa, M. (2004), *El modelo de la terapia breve: con enfoque en problemas y soluciones*. En L. Eguiluz (comp.), *La terapia familiar: su uso hoy en día*. México: Pax.
- Ferraris, M. (2002), *Historia de la hermenéutica*. México: Siglo XXI.
- Feyerabend, P. (1974), *Contra el método: esquema de una teoría anarquista del conocimiento*. Barcelona: Ariel.
- Feyerabend, P. (1982), *La ciencia en una sociedad libre*. México: Siglo XXI.
- Foucault, M. (1970), *La arqueología del saber*. México: Siglo XXI.
- Foucault, M. (1976), *Vigilar y Castigar*. México: Siglo XXI.
- Foucault, M. (1999a), *Estrategias de poder*, Obras esenciales II. Barcelona: Paidós Básica, 42-55.
- Foucault, M. (1999b), *Estética, ética y hermenéutica*. Obras esenciales III. Barcelona: Paidós Básica, 59-72.
- Fraile, G. (1991), *Historia de la Filosofía*, Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.
- Freedman, J. y Combs, G. (1996), *Narrative Therapy: The social construction of preferred realities*. New York: W.W. Norton & Company.
- Fullat, O. (2002), *El siglo postmoderno*. Barcelona: Crítica.
- Gergen, K. (1985), *The social constructionist movement in Modern Psychology*, *American Psychologist*, 40, 3, 266-275 extraído el 7 de Julio de 2007 desde

http://www.swarthmore.edu/SocSci/kgergen1/web/const_modern.pdf

- Gergen, K. (1989), La psicología posmoderna y la retórica de la realidad. En T. Ibáñez (ed.), *El conocimiento de la realidad social*, (157-185), Barcelona: Sedai.
- Gergen, K. (1991a), *El Yo saturado*. México: Paidós.
- Gergen, K. (1991b), Hacia una Psicología Postmoderna, *Investigación Psicológica*, 1, 97-109.
- Gergen, K. (1996), *Realidades y Relaciones: Aproximaciones a la construcción social*. Barcelona: Paidós.
- Gergen, K. (2000), *Psychological Science in a Postmodern context*. Extraído el 2 de Febrero de 2007 desde <http://www.swarthmore.edu/SocSci/kgergen1/web/page.phtml?id=manu25&st=manuscripts&hf=1>
- Gergen, K. (2006), *Construir la realidad: el futuro de la psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- Gergen, K. y Kaye, J. (1996), Más allá de la narración en la negociación del significado terapéutico. En En K. Gergen y S. McNamee, (comp.), *La terapia como construcción social*, 199-218, Barcelona: Paidós.
- González, L. (1998), La sistematización y análisis de los datos cualitativos. En R. Mejía Arauz, y S. A. Sandoval (coords.): *Tras las vetas de la investigación cualitativa*. Tlaquepaque: ITESO.
- González, F. (2000), *Investigación Cualitativa en Psicología: Rumbos y Desafíos*. México: International Thompson.
- Gutting, G. (2001), *French Philosophy in the twentieth century*, United Kingdom: University Press
- Hoffman, L. (1993), *Exchanging Voices: A Collaborative Approach to Family Therapy*. London: Kamac
- Hoffman, L. (1996), Una postura reflexiva para la terapia familiar. En Gergen, K. y McNamee, S. (comp.), *La terapia como construcción social*, 25-43, Barcelona: Paidós.

- Ibáñez, T. (1993), La psicología social y la retórica de la verdad. *La revista de Cultura Psicológica*, 2, 50-59.
- Ibáñez, T. (2003), La construcción social del socioconstruccionismo: retrospectiva y perspectivas, *Política y Sociedad*, 40, 1, 155-160.
- Jameson, F. (1991), *Ensayos sobre el posmodernismo*. Buenos Aires: Imago Mundi.
- Jutoran, B. (1994), El proceso de las ideas sistémico-cibernéticas, *Sistemas Familiares*, Año 10, 10. Extraído el 4 de febrero de 2008 desde <http://www.click.vi.it/sistemiculture/Jutoran.html>
- Kamsler, A. (1990), La formación de la imagen de sí misma: terapia con mujeres que sufrieron abuso sexual durante la infancia. En M. Durrant y Ch. White (comps.), *Terapia del abuso sexual*. Barcelona: Gedisa.
- Kuhn, T. (1971), *La estructura de las revoluciones científicas*. México: FCE.
- Kvale, S. (1992), Postmodern Psychology: A contradiction in Terms? En S. Kvale (ed.), *Psychology and Postmodernism*. London: Sage, pp.31-57.
- Lax, W. (1996), El pensamiento postmoderno en una práctica clínica. En S. McNamee y K. Gergen (comp.), *La terapia como construcción social*, (93-110), México: Paidós.
- Ledezma, N. (2005), Modernidad y Psicología: Una Disyuntiva y una Paradoja, *Athenea Digital*, 8. Extraído el 26 de Junio de 2007 desde <http://antalya.uab.es/athenea/num8/Ledezma.pdf>
- Lee, M. (2007), Discovering strengths and Competencies in Female Domestic Violence Survivors: An Application of Roberts' Continuum of the Duration and Severity of Woman Battering, *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 7, 2, 102-114.
- Limón, G. (1997), Psicoterapia y Posmodernidad, Perspectivas y Reflexiones, *Redes*, II, no. 1, 53-69.
- Limón, G. (2005), Del constructivismo al construccionismo; una nueva perspectiva para la terapia familiar. En G. Limón (2005), *Terapias postmodernas: aportaciones construccionistas*. México: Pax.

- Limón, G. (2005a), *Terapias postmodernas: aportaciones construccionistas*. México: Pax.
- Limón, G. (2005b), *El giro interpretativo en Psicoterapia*. México: Pax.
- Lipchick, E. (2004), *Terapia centrada en la solución: más allá de la técnica*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Lipovetsky, G. (1983), *La era del vacío*. Barcelona: Anagrama.
- López Gil, M. (1993), *Filosofía, modernidad y posmodernidad*. Buenos Aires: Biblos.
- Lyon, D. (1996), *Postmodernidad*. Madrid: Alianza Editorial
- Liotard, J. (1984), *La condición Postmoderna*. México: Altaya.
- Maceiras M. y Trebolle J. (1990), *La Hermenéutica contemporánea*. Bogotá: Cincel Kapelusz.
- Mandigan, S. y Law, I. (1998), *Praxis: Situating discourse, feminism and politics in narrative therapies*. Vancouver: The Cardigan Press.
- Merriam, S. (2002), *Qualitative research in practice*. San Francisco: Jossey-Bass.
- McNamee, S. (1996), The Social Construction of Psychotherapy en Rosen H. y Kuehlwein, K. (Eds.), *Constructing Realities: Meaning-Making Perspectives for Psychotherapists*. San Francisco: Jossey-Bass. Extraído el 16 de febrero de 2008 desde http://pubpages.unh.edu/~smcnamee/publications/psychotherapy_as_sc.pdf
- Milner, J. y Singleton, T. (2008), Domestic violence: solution-focused practice with men and women who are violent, *Journal of Family Therapy*, 30, 29-53.
- Montserrat, S. (1980), *Psicología y Física, contribución al psicoanálisis del conocimiento científico*. Barcelona: Herder.
- Morgan, A. (2000), *What is narrative therapy? An easy-to-read introduction*. Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- Nouss, A. (1989), *La Modernidad*. México: Publicaciones Cruz.
- O'Hanlon, W. y Wiener-Davis M. (1990), *En busca de soluciones. Un nuevo enfoque en psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- Ortiz-Osés, A. (1986), *La Nueva filosofía Hermenéutica*. Barcelona: Anthropos.
- Pakman, M. (1991), *La semilla de la cibernética*. Barcelona: Gedisa.

- Pérez, G. (1994), *Investigación cualitativa. Retos e interrogante*. Madrid: La Muralla.
- Pomerantz, A. y Fehr, B. (2000), Análisis de la conversación: enfoque del estudio de la acción social como prácticas de producción de sentido. En T. van Dijk (comp.), *El discurso como interacción social*. Barcelona: Gedisa.
- Roa, A. (1995) *Modernidad Y Postmodernidad: Coincidencias Y Diferencias Fundamentales*. Santiago de Chile: Andrés Bello
- Rodríguez, A. y Beyebach, M. (1994), Terapia sistémica breve: Trabajando con los recursos de las personas. En M. Garrido y J. García (comps.), *Psicoterapia: Modelos contemporáneos y aplicaciones* (241-290), Valencia: Promolibro.
- Extraído el 6 de febrero de 2007 desde <http://campusvirtual.uma.es/sistemica/recursos.pdf>
- Rodríguez, A. y Beyebach, M. (1997), Reflexiones sobre el trabajo con soluciones en terapia familiar sistémica, *Cuadernos de Terapia Familiar*, 34, 34-56.
- Safranski, R. (2003), *Un Maestro de Alemania: Martin Heidegger y su tiempo*. Barcelona: Tusquets
- Sandín M. (2003), *Investigación cualitativa en educación. Fundamentos y Tradición*. Madrid: McGraw Hill.
- Sanguineti, J. (1988), *Ciencia y Modernidad*. Buenos Aires: Lohlé.
- Shotter, J. (1992), "Getting in touch": The Meta-Methodology of a Postmodern Science of Mental Life. En Kvale, S. (ed.) *Psychology and Postmodernism*. Londres: Sage, 58-73.
- Shotter, J. (1993), *Realidades conversacionales: La construcción de la vida a través del lenguaje*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Suárez, M. (2004), El enfoque narrativo en la terapia. En L. Eguiluz (comp.), *Terapia Familiar: su uso hoy en día*, (139-160), México: Pax
- Tomm, K. (1987), Interventive Interviewing: Part II. Reflexive questioning as a means to enable self-healing, *Family Process*, 26, 167-183.
- Tenreyra, S. (2003), Análisis del marco conceptual actual de la violencia familiar en el Distrito Federal. En M. Jiménez (coord.), *Violencia Familiar en el Distrito Federal*. México: Publicaciones UCM.

- Trujano, P. y Limón, G. (En prensa) Modelos narrativos y postmodernos. En M. L. Rodríguez y P. Landa (comps.), *Modelos de psicología clínica y su aplicación*. México: Pax.
- Trujano, P. y Limón, G. (2005), Reflexiones sobre la violencia, el género y la posibilidad de escuchar nuevas voces en psicoterapia. En G. Limón (comp.), *Terapias postmodernas: aportaciones socioconstruccionistas*. México: Pax.
- Trujano, P., Gómez, M. y Mercado, J. (2004). Violencia intrafamiliar: las terapias narrativas y su aplicación en el maltrato infantil psicológico. Historia de caso. *Revista Electrónica de Psicología Clínica*. 7, 1, 50-67. En <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psicclin>
- Urdanibia, I. (1990), Lo Narrativo en la Postmodernidad. En G. Vattimo (ed.), *En torno a la postmodernidad*, (41-75), México: Anthropos.
- Vareyda, A., Tirado, F., Doménech, M. (2005), Construccionismo social, narratividad y simetría. En, G. Limón (comp.), *Terapias postmodernas: aportaciones construccionistas*, (141-165), México: Pax,
- Vargas, P. (2004), Antecedentes de la terapia sistémica. Una aproximación a su tradición de investigación científica. En L. Eguiluz (comp.), *Terapia Familiar, su uso hoy en día*, (1-27), México: Pax.
- Vattimo, G. (2001). La postmodernidad. En Ortiz-Osés y Lanceros, P. (Eds.), *Diccionario Interdisciplinar de Hermenéutica*. (640-646). Bilbao: Universidad de Deusto.
- Wade, A. (1997), Small acts of living: every resistance to violence and other forms of oppression, *Contemporary Family Therapy*, 19 (1), 23-39.
- White, M. y Epston, D. (1993), *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós.
- White, M. (2002), *Reescribir la vida: entrevistas y ensayos*. Barcelona: Gedisa.
- White, M. (2004a), *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona: Gedisa.
- White, M. (2004b), Working with people who are suffering the consequences of multiple trauma, *The international Journal of Narrative Therapy and Community work*, 1, 47-76.

Willig, C. (2001), *Introducing qualitative research in psychology*. Buckingham:
Open University Press.

A N E X O 1

ANÁLISIS DE LA CONVERSACIÓN DEL PROCESO TERAPÉUTICO LLEVADO A CABO CON UN CASO DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

SESIÓN 1

(1) Tp.1.- ¿Qué la trae por aquí?
(2) J.- Ahh bueno. Este... Lo que pasa es que he tenido problemas, tuve problemas con el padre de mis hijos , entonces yo cuando vine a solicitar terapia ya estábamos a punto de salir de vacaciones de aquí, porque soy trabajadora de la UNAM. Desgraciadamente así fue, pues realmente sí me sentí muy mal . Ahorita pues más o menos así entre comillas, porque no he sacado nada de lo que tengo . El problema es este, que me casé muy joven, de 17 años, tuve 2 hijos. El padre de mis hijos siempre me golpeó, pero como yo viví en un ambiente, yo no tuve papá, o sea mi papá falleció, yo me quedaba con mis tías, yo veía que las tocaba. Yo cuando me casé, pensé que era así la vida, se me hizo normal , entonces yo estuve con él 17 años. Desde un principio golpes, insultos, mucho abuso hacia mí. No supe poner límites . Pasaron 17 años, mi hijo tenía 16 años, mi hija 13; fue una etapa mucho muy difícil, económica, emocional, yo siento que cometí un error en no meternos en una terapia familiar los 3 en esa etapa . Porque los dañé mucho a ellos también, nos dañamos mucho los tres . Mucha pobreza, emocionalmente totalmente tronados. Yo veía que no les faltara que comer ¿no? , entonces yo me puse a trabajar, y fue lo que a mí me interesó. Y ahora veo que más hubiese hecho lo más esencial para mí, es la palabra, pienso yo para reforzarnos más los tres.

(1) La terapeuta abre la conversación con una pregunta cuya finalidad es la de contextualizar y conocer el problema que lleva a la consultante a terapia.

(2) La consultante comienza su relato identificando de una manera clara el elemento problemático al decir “**tuve problemas con el padre de mis hijos**”. Sin embargo, no pone en claro la relación que existe entre “el padre de sus hijos” y ella, dado que el término que utiliza para referirse a esta persona hace alusión a la identificación del papel como padre y no en relación a ella.

Posteriormente, la consultante hace mención del significado que tiene para ella el tener problemas con esa persona: “**me sentí muy mal**”.

Jimena relata la violencia de la que fue víctima desde su infancia. Se trata de una persona cuyas formas de relación basadas en la violencia se encuentran

arraigadas desde muchos años atrás. Pese a ello, la consultante habla en pasado; lo que hace pensar que posee una perspectiva diferente, ya no percibe la violencia como algo “normal”.

Se puede notar una clara división entre lo económico y emocional dentro de las funciones que Jimena ubica dentro del papel de una madre. Asimismo, Jimena se culpa a sí misma por no haber cumplido con esos roles de madre al decir: **“siento que cometí un error en no meternos en una terapia familiar [...] Mucha pobreza, emocionalmente totalmente tronados”**.

Por un lado, menciona lo económico, en lo que a “ella le interesó”, y no fue suficiente ya que sufrieron **“mucho pobreza”** y en lo emocional **“totalmente tronados”**

Jimena se siente culpable por haber dañado a sus hijos, y afirma que ellos también la han dañado: **“nos dañamos mucho los tres”**

En esta parte del relato, se advierte que Jimena posee la creencia de la madre que debe cumplir con todos los papeles (que ella menciona): el económico y el emocional. Jimena hace notar que ha luchado por sus hijos: **veía que no les faltara que comer ¿no?**. A pesar de lo anterior, la consultante se siente insuficiente en su papel como madre al no haber satisfecho todos los rubros.

(3) Tp. 1.- No me queda claro que es lo que hubiera hecho, ponerse a trabajar o...

(4) J.- No, esto, o sea, a parte de lo del trabajo, **hubiese dedicado un tiempo a ellos**, hubiésemos tomado una terapia familiar **y ahora están bien tronados**.

En el aspecto en que por ejemplo, mi hijo ya tiene un niño de 8 años y mi hija tiene una jovencita de 13 años. En cuanto pasó todo esto ella se embarazó, ella es madre soltera. Pero, o sea dentro de lo que cabe ella tiene una familia pero vuelven a cometer los mismos errores. Por ejemplo yo a mi hija la golpee mucho, y ella me lo reclama. Y yo tampoco lo digo, pues sí a veces le digo, o sea, entiéndeme, o sea, **tu padre borracho**, mi suegra que era muy autoritaria, muy grosera, **muchas cosas que no le han caído a la mente**. Y mi hijo por ejemplo, bueno ya independiente ya después de tantos años...

(3) La terapeuta retoma aquello que Jimena menciona acerca de lo que hubiera hecho, y externa las dudas que tiene y aclarar, tratando de entender la perspectiva de la consultante. En esta aclaración se da por sentado que quien sabe su propia historia es Jimena y únicamente es ésta última quien puede aclarar las dudas que la terapeuta tenga acerca de lo que se diga en sesión. El relato de Jimena es lo más importante durante la sesión.

(4) Jimena aclara que “dedicarle tiempo a sus hijos” era lo más esencial para ella. Se puede notar la culpa que la consultante siente por no cubrir el aspecto emocional: **“y ahora están bien tronados”**. Jimena se adjudica los errores que han cometido sus hijos.

Se puede observar en el relato que Jimena se siente incomprendida por su hija, ya que le justifica los golpes que le dio en un pasado pero que existen **“muchas cosas que no le han caído a la mente”** a la hija de Jimena. Es importante mencionar que dentro de las justificaciones que Jimena le da a su hija, la consultante otorga importancia al alcohol dentro de las características violentas de su esposo: **“tu padre borracho”**.

(5) Tp. 1.- ¿Cuántos años han pasado de que se fue su esposo?
(6) J.- Tiene como 3 años, pero déjame te digo porque ahorita viene lo más duro. Porque vuelvo a regresar con él.
(7) Tp. 1.- O sea ¿se separaron un tiempo y después regresaron?
(8) J.- Aja
(9) Tp. 1.-¿Cuánto tiene de eso?
(10) J.- 3 años. Y Lo peor es que cuando regresé, bueno tengo una de errores pero tache, tache, tache. Porque cuando regresó, tuve la estupidez, porque esa es la palabra, de escucharle todo lo que había ido con la señora esta, y yo escuchándole todas sus idioteces, ¿dónde estaba yo, no? ¿A dónde estaba mi cabeza? Yo creo que mi autoestima está... por los suelos, para empezar. Y fijate que.... Perdón ya me estoy yendo...
(11) Tp. 1.- No, no, no adelante, para eso estamos, para escuchar...
(12) J.- Entonces cuando a un principio empezamos a convivir, él lo único a lo que se dedicó fue a decirme todo lo que le había hecho la otra persona, o sea que yo fui viceversa, todo lo que a mí me hizo se lo hicieron a él. Me empezó a llenar aquí de piedritas y yo escuchándolo y sigo escuchándolo. Y eso a mí me dañó, me dañó mucho porque como en cuatro ocasiones en que tomábamos unas copas casi lo mataba yo. O sea de reacción de todo lo que me había hecho le dije hasta de lo que se iba a morir ¿no? Y lo llegué a golpear. Afortunadamente digo, él no me contestó de la misma forma. Inclusive yo lo insulté y le dije muchas cosas. A final de cuentas llego a concluir que la que estoy mal soy yo. Y... he tenido problemas con mis hijos. Por lo mismo.

- (5) La terapeuta trata de ubicar temporalmente la relación con su esposo, ubicando los momentos de ruptura con él.
- (6) La consultante menciona el extremo de la historia, ubicando que, después de todo lo que ha dicho: “...**lo más duro**” es que “**vuelvo a regresar con él**”.
- (7) (9) La terapeuta intenta ubicar, nuevamente, la relación con el esposo de la consultante en una línea temporal. Para ello, realiza una pregunta desde la postura de curiosidad.
- (10) Jimena contesta el tiempo que llevan de haber regresado y radicaliza la culpa que ella siente: “**tengo una de errores pero tache, tache, tache**”, al presentar tolerancia con su esposo y “**escucharle todo lo que había ido con la señora esta**”. Esta tolerancia Jimena la ubica dentro de una **autoestima baja**, o de poca valía personal.
- (11) La terapeuta alienta a Jimena para que siga con su relato.
- (12) En esta parte de la historia de Jimena, se puede observar que se trata de una persona que se autoreprocha la tolerancia que tiene hacia su esposo por escucharle lo que había pasado con otra persona. El alcohol aparece como factor de la convivencia entre Jimena y “el padre de sus hijos”. Dicho factor es también detonador de reacciones violentas de parte de Jimena con su esposo. Por otro lado, se puede notar en el relato de Jimena que ella misma no se asume dentro del rol de una mujer que reacciona en contra de los abusos que ha vivido. Reivindica a su esposo por “**no contestar de la misma forma**”, y se autodevalúa y autoculpa. Jimena se culpa a sí misma por los problemas que tiene con su esposo y con sus hijos.

(13) Tp. 1.- ¿Actualmente tiene problemas con sus hijos?
(14) J.- Ajá. Por que el que yo haya llegado aquí, así... Estábamos conviviendo, o sea nosotros, el padre de mis hijos, yo y ellos, y mis niñas. Nos fuimos a tomar unas copas y a final de cuentas, mi hija estaba muy enojada con su hermano , por que le decía “es que tu abandonas mucho a la niña, que te vas, según tú dices que te vas a trabajar, le dejas la niña a mi mamá”, y yo le decía “ahorita no es momento, sí está bien lo que digas, pero no es el momento para que estemos, ahorita estamos bien, conviviendo y lo que tú digas”. La otra se sacó de onda, mi hija, el otro le contestó igual y se fueron a golpes .
(15) Tp. 1.-¿Cuánto tiene de eso?
En julio
(16) Tp. 1.- O sea hace poco...

(17) Aja. Se fueron a golpes, y yo tuve que intervenir. Mis nietas llorando y yo estaba tronadísima. Me sentía la peor de las madres y la peor abuela. O sea me sentía totalmente mal. Porque digo, Dios mío hasta donde he arrastrado a la familia, hasta donde la he arrastrado yo? Ya no nada más eran mis hijos sino mis nietas y la esposa de mi hijo porque es parte de la familia....
(18) Tp. 1.- Y ¿viven todos ellos con usted?
(19) No, nadie vive conmigo, vivo sola... Con este señor.
(20) Tp. 1.- Con este señor...
(21) Aja. Con el padre de mis hijos. Déjame decirte, no no, no sé, por eso..., estoy mal. Después de esta batalla tan fea, ya le pegué mucho a mi hijo , porque le intentó de pegar a mi hija, entonces yo le pegué, “no pues que te pasa, lo mismo que tu padre” , y bueno... toda una serie de cosas. Y mis hijas gritando llorando, las chiquitas. No, no una cosa horrible, me sentí la peor. Esto me trajo acá.

- (13) La terapeuta acota en el tiempo los problemas que Jimena menciona con sus hijos.
- (14) Jimena asume responsabilidad por los problemas que tiene con sus hijos. Ella se siente la causa de los problemas en su familia: **“porque el que yo haya llegado aquí, así...”**
Existen, además, indicadores de violencia entre los hijos de Jimena: **se fueron a golpes.** El alcohol aparece de cuenta nueva como un factor importante para la detonación de reacciones violentas entre la familia.
- (15) Dado que Jimena ha hablado en términos de pasado, la terapeuta indaga si el evento relatado sucedió en un pasado cercano.
- (16) La terapeuta aclara la cercanía temporal del evento con el presente (el momento en que se dio la conversación terapéutica).
- (17) Jimena adopta papel de mediadora entre los problemas que presentan sus hijos. Y se siente insuficiente en ese papel: **“me sentía la peor de las madres y la peor abuela”.**
- (18) La terapeuta indaga si los hijos de Jimena viven con ella, para saber los juegos relacionales con su familia. Ello, con la finalidad de obtener indicadores de la frecuencia con que se relacionan y la cercanía que existe entre los miembros de la familia.
- (19) En su respuesta, Jimena nulifica por completo a su esposo, deslindándose de cualquier relación que la consultante tiene con él. Posteriormente, ella lo menciona como si se tratase de una persona extraña: **“[...] nadie vive conmigo, vivo sola... Con este señor”.** Jimena no asume relación alguna con “el señor”
- (20) La terapeuta busca aclarar a quién se refiere Jimena cuando dice “con este señor”
- (21) Al identificar a “este señor”, la persona con la que vive, se refiere a él en su papel como padre y no en lo referente a la relación que tiene con Jimena.

Jimena muestra una hipersensibilidad ante eventos de violencia con otras personas, reacciona de manera violenta y se siente culpable por ello. Dentro del relato de la consultante, se puede notar que ella podría poseer la creencia de ser el eje principal de la violencia que su familia vive y de que ésta se repita: **“no pues qué te pasa, lo mismo que tu padre”**. Jimena cree que se encuentra inmersa en un círculo vicioso de violencia que se repite una y otra vez a causa de ella: **“me sentí la peor”**.

(22) Tp. 1.- Bueno es un paso muy grande este que está haciendo, es de reconocerse...
(23) J.- Sí. Y bueno yo digo, pasó eso. Y déjame decirte que este señor fue a la casa. Ah no todavía donde todo esto se suscitó fue en la casa de mi hijo, Entonces él... Y me decía pues ya lárgate, el padre de mis hijos ¿no? Porque yo lo golpeaba mucho a mi hijo, yo creo que descargué toda la furia . El me decía, pégame, pégame pero pégame pero con las manos. No pues Sí terminé totalmente descalabrada de las manos y todo, porque él no me levantó la mano ni nada. Este... pero me sentía yo muy mal, me siento ¿no? estaba yo tronadísima totalmente . Entonces ya este, pasó eso y nos vinimos con mi hija a la casa. Ella vivía independiente se fue para allá conmigo, nos fuimos con mi nieta, mi hija y yo, y yo totalmente tronada. Y yo le decía pues vamos a así con, no que voy a hacer, no quiero ver esto, y yo digo, bueno tengo que buscar yo. Porque yo sí me siento culpable de lo que ha pasado con mi familia, me siento mal . Ah esto se me pasó, pues ya me vine para la casa, yo vivo por San Andrés, por la salida a carretera a Cuernavaca y mi hijo vive por acá por Reino Aventura, entonces regresamos a la casa, y ya él... Era un sábado al día siguiente fue según esto porque esta viviendo conmigo
(24) Tp1.- Perdón ¿cómo se llama el señor?
(25) J.- José, se llama José. Y me dijo ¿sabes qué? yo creo que mejor me voy, y yo le dije, sí es lo mejor para todos. Pero déjame decirte que otra vez fue a la casa. Y ya así, yo estaba sola. O sea mi hija ... Y me dijo ¿no quieres comer? Haz de cuenta que no pasó nada.
(26) Y ¿esto hace cuánto fue?
(27) Mmm... después de que pasó eso, como al mes empezó a ir a la casa otra vez.

(22) La terapeuta introduce en la conversación el paso que ha tomado Jimena de ir a terapia. El comentario hecho por la terapeuta posee dos finalidades: el primero es darle a saber a Jimena que ya está realizando cosas para intentar solucionar el problema que la llevó a terapia; y el segundo tiene que ver con la atribución de control a Jimena de la situación.

- (23) Jimena afirma el reconocimiento que da la terapeuta, sin embargo, continúa narrando la situación problemática. Dentro de esta narración, aparece la aseveración de la presencia de furia y una necesidad para descargarlos: **yo creo que descargué toda la furia**. Aparece otra figura masculina en donde se “descarga” la consultante y tiene reacciones violentas: su hijo. Y posterior al evento violento, en este caso, golpes, se siente culpable y reivindica a la figura masculina: **porque él no me levantó la mano ni nada. Este... pero me sentía yo muy mal, me siento ¿no? estaba yo tronadísima totalmente**.
Jimena en esta parte del relato, asume completamente la culpabilidad de lo que sucede con su familia: **Porque yo sí me siento culpable de lo que ha pasado con mi familia, me siento mal**.
- (24) La terapeuta indaga acerca del nombre del “señor”, otorgándole una identidad en la historia de Jimena.
- (25) Jimena por primera vez menciona el nombre de la persona que narra dentro de la problemática. La iniciativa que se vayan a vivir a lugares distintos surge de José, aunque éste último regresa. Se puede notar que existen formas de convivencia distintas, ya que no se menciona a José como alguien que recurra a la violencia, Jimena menciona: **“Y me dijo ¿no quieres comer? Haz de cuenta que no pasó nada”**.
- (26) La terapeuta indaga la temporalidad en la que se dieron la serie de eventos que relata Jimena, en específico, la separación que tuvieron José y la consultante.

(27) Tp.- ¿Actualmente él está en su casa?
(28) J.- (Asiente con la cabeza), Y me dijo, oye ¿qué piensas o qué vamos a hacer?. ¿Vamos a vivir juntos? ¿Sabes? yo creo que lo que me angustia es la soledad. Yo, o sea yo ya lo ubiqué y no sé, no me justifico, no. Pero son errores, pero errores él ahorita está en la casa. Ahorita no hemos peleado para nada para nada, porque no nos vemos todo el día . Porque él se sale desde temprano, yo estoy trabajando toda la tarde, en la mañana yo estoy en tu casa y si no voy a actividades o qué se yo ¿no? Nos vemos hasta la noche y los fines de semana y nos vamos a comer . Haz de cuenta que no me siento bien conmigo , porque digo bueno ¿yo de qué estoy hecha Dios?, porque tanto daño desde que me fui a vivir con él: humillaciones, malos tratos, si tú quieres pobrezas de todo, infidelidades, pero bueno ¿de qué estoy hecha yo? Ese es mi problema .
(29) Tp.- Eh... Este, nada más unas cositas que no me quedan como muy claras, entonces no vive usted con sus hijos. Pero aún así ha tenido problemas con ellos. Cuando se han visto, o sea se visitan constantemente...
(30) J.- Los fines de semana de seguro convivimos, casi siempre...
(31) Tp.- Y también está el señor José...
(32) J.- Ajá, ajá.

- (27) La terapeuta intenta ubicar si José se encuentra en la casa de Jimena.
- (28) Jimena afirma que en la actualidad vive con José. Cuando José abre la posibilidad de tratar la situación en la que viven él y Jimena, la consultante elude la respuesta. Jimena busca respuestas al porqué de su regreso con José. Y aunque la consultante nota que la convivencia con José ha cambiado, y han logrado una convivencia sin la presencia de formas violentas de relación, Jimena adjudica esas formas de relación a la falta de convivencia durante la semana: **“Ahorita no hemos peleado para nada para nada, porque no nos vemos todo el día”**.
- También existe un indicador de recurso en Jimena, que contradice a la mujer que ha sido sometida bajo el poder de una relación violenta, a la mujer que Jimena asume como “angustiada por la soledad”: **yo estoy trabajando toda la tarde, en la mañana yo estoy en tu casa y si no voy a actividades o qué se yo ¿no?**
- Cuando Jimena menciona la convivencia que tienen los fines de semana ella y José, ésta concluye: **no me siento bien conmigo**. Jimena otorga una connotación negativa al haber regresado con José, aún cuando no existan problemas entre ellos.
- Jimena se cuestiona constantemente y trae al relato todo aquello que sufrió con José en el pasado: **porque tanto daño desde que me fui a vivir con él: humillaciones, malos tratos, si tú quieres pobrezas de todo, infidelidades, pero bueno ¿de qué estoy hecha yo?**. La consultante ubica por primera vez en toda la sesión la problemática en ella: **Ese es mi problema**.
- (29) La terapeuta retoma lo que ha dicho Jimena a lo largo de la sesión e intenta aclarar los patrones de convivencia que la consultante tiene con su familia.
- (30) De acuerdo a la respuesta de Jimena, se trata de una familia que busca una convivencia constante, y podría concluirse que es una familia cercana a pesar de los problemas que pudieran tener: **“Los fines de semana de seguro convivimos, casi siempre...”**
- (31) La terapeuta busca aclarar si el Señor José se encuentra como un elemento más dentro de la convivencia familiar.
- (32) Jimena afirma la presencia de José dentro de esos patrones de convivencia.

(33)	Tp.- También en el expediente aparecía que usted experimentaba dolores en su cuerpo, dolencias...
(34)	J.- Pues ese día venía yo tronadísima, me sentía angustiada, me sentía fatal, me quería morir, la verdad, por todo lo que había visto, por todo lo que había ocasionado, porque pues... mi familia pues es lo máximo, y yo me siento muy culpable de ser así...
(35)	Tp.- De ser así ¿cómo?

(36) J.- O sea actuar así como actúo, como ese día que pasó lo que pasó. A mí sí me dolió mucho, **Porque las niñas, ellas me quieren mucho**, cuando nacieron siempre estuvieron en la casa, porque no tiene mucho que se separaron, quiero decir que, mi hijo tiene como un año, y mi hija tiene como abril de este año. **Entonces siempre estuvieron conmigo.**

Pero **estábamos bien**, a pesar de que había pobrezas, estábamos bien, **había mucha comunicación**, entre mi nuera, las niñas, yo veía yo...

Porque mi hijo trabajaba a veces no le pagaban

Pero aún así, **la armonía era en paz**, y él **me decía, mi hijo: oye mamá piensa bien, porque ve todo lo que pasamos** y no sé yo respeto tus decisiones pero si realmente eres feliz con mi papá, por mí no te preocupes, por mí este... lo importante es que tú estés bien. Pero no sé, y yo siento que a veces él como que decía, no me lo decía a lo mejor así frente a frente porque pues “es mi madre, y ella sabe su vida”, pero **siento que no estuvo muy de acuerdo a los errores que yo he cometido. Volver a regresar con su padre.**

(33) La terapeuta busca obtener más elementos contextuales, preguntando acerca de dolores que había reportado en la entrevista de pre-consulta que lleva a cabo la institución (Centro de Servicios Psicológicos “Dr. Guillermo Dávila” de la Facultad de Psicología de la UNAM)

(34) Jimena asocia esos dolores a la angustia y a la culpa. Dada la respuesta que la consultante da a esta pregunta, se puede notar que se autoculpabiliza de los problemas en los que no ha formado parte de una manera activa: **todo lo que había visto, por todo lo que había ocasionado**. Además, en el relato de Jimena se observa el valor que le otorga hacia su familia, y que ella asume responsabilidad por los problemas: **mi familia pues es lo máximo, y yo me siento muy culpable de ser así...**

(35) La terapeuta indaga el concepto que Jimena tiene de sí que asocia a los problemas de la familia

(36) Jimena continúa adjudicándose la culpa del suceso violento entre sus hijos y en el que intervino ella. Hace mención del cariño de sus nietas hacia la consultante. Aparece, en el relato, una identidad de Jimena que no se encuentra dentro del problema, es decir, su identidad como abuela: **las niñas, ellas me quieren mucho.**

Jimena relaciona el bienestar de la familia con la comunicación y la cercanía. Ese bienestar, según lo relata la consultante, lo vivió en un pasado con su familia: **“estábamos bien [...] había mucha comunicación”**

La “armonía” familiar se rompe, cuando Jimena regresa con José. Su hijo le cuestiona sus decisiones. Jimena, dentro de su papel como madre, se siente sujeta a críticas por parte de su hijo, ya que éste carga también con el pasado y se lo reprocha a Jimena: **“me decía, mi hijo: oye mamá piensa bien, porque ve todo lo que pasamos” “siento que no estuvo muy de acuerdo a los errores**

que yo he cometido. Volver a regresar con su padre.” En esta parte del relato, Jimena focaliza sus errores al regreso de ésta con José.

(37) Tp.- Su hijo no estuvo de acuerdo con que usted regresara con el señor...
(38) J.- Aja, porque fíjate que, antes de que regresáramos como que yo lo sentía como que me apapachaba más , o sea como que se preocupaba más por mí. Y ahora o sea sí me habla y yo le digo oye hijo que esto y que lo otro, pero lo siento diferente . Porque después de todo esto que pasó hablamos. Y yo le dije, oye hijo perdóname, porque no sé, yo creo que estuvimos mal todos, dice: no te sientas culpable. Hablamos, porque sí lo hablamos . Yo le digo: es que yo no quiero que le digas nada a tu hermana, le digo, mira ella ya sabe sus responsabilidades, su vida. Entonces no quiero... mira cuando tú la golpeas, inclusive él ya como dos veces quiso golpear a su mujer allá en la casa y yo no lo permití. Y le digo: tú sabes que eso me enoja mucho, haz de cuenta que me golpeas a mí, que no golpeas a tu hermana, y tú sabes que cuando has querido golpear a Carla, no estoy de acuerdo, porque sabes ya lo viví, y tú lo sabes, dice sí yo lo sé madre. Pero entonces ¿qué haces con este señor?
(39) Tp.- Eso es lo que le responde...
(40) J.- Y le digo pues sí, sabes qué si tú no sabes yo tampoco sé. No sé qué es lo que me ata a él. Porque sí se fue, pues trece años y en ese tiempo él no se preocupó por ellos . Cuando este... yo anduve en lo del divorcio, el me decía que le diera la mitad de la casa, ese terreno me lo regaló mi madre. Ahorita donde esta viviendo mi hijo, él vivía con la otra persona, este José, pero ese terreno lo habíamos comprado entre él y yo. Y entonces Me decía que le diera el cincuenta por ciento de la casa. Cosas muy desgastantes, muy fuertes

(37) La terapeuta retoma lo dicho por Jimena acerca de su hijo, para tratar de obtener más información acerca de su relación con éste.

(38) Jimena da como respuesta algunas pautas relacionales con su hijo. Se puede notar que la consultante se siente rechazada por su hijo a causa del regreso de ésta con José: **“antes de que regresáramos como que yo lo sentía como que me apapachaba más [...] Y ahora [...] lo siento diferente”**

Además, se puede notar que tanto Jimena como su familia hablan los problemas que han tenido. Jimena cuenta un episodio en el que ella abre espacio para el diálogo, cede y reconoce sus errores ante su hijo. Este puede ser un indicador del papel de Jimena como intermediaria de los problemas. También puede notarse la importancia que Jimena otorga a la comunicación con sus hijos en el tratamiento de los problemas de la familia: **Hablamos, porque sí lo hablamos**.

Aparece nuevamente el papel de intermediaria de la consultante, no sólo en problemas entre sus hijos, sino de aquéllos existentes entre la pareja de su hijo y su hijo. Puede observarse cómo interviene cuando existe

La consultante externa la sensibilidad que posee ante eventos de violencia contra la mujer: **tú sabes que eso me enoja mucho, haz de cuenta que me golpeas a mí, que no golpeas a tu hermana, y tú sabes que cuando has querido golpear a Carla, no estoy de acuerdo, porque sabes ya lo viví, y tú lo sabes.**

El hijo de Josefina desacredita ese papel de mediadora y la cuestiona: **sí, yo lo sé madre. Pero entonces ¿qué haces con este señor?**

(39) La terapeuta afirma nuevamente lo que había dicho la consultante, para obtener más información.

(40) Jimena continúa el relato referente a su hijo. Existe un énfasis en el tiempo en que estuvieron separados la consultante y José y en el incumplimiento del papel de padre por parte de José.

Cabe señalar que la consultante usa el término “ata” para mencionar la relación que tiene con José. Se trata de un término limitante y que deja poco espacio de movilidad a Jimena.

En este fragmento del relato, vuelve a mencionar cosas del pasado que vivió con José.

(41)	Tp.- Claro...
(42)	<p>J.- Y Yo le dije ¿sabes qué? no quiero saber nada, ni tengo dinero para estar pagando un abogado, quédate con el terreno de allá. A mí déjame en paz aquí con mis hijos, y déjame, o sea déjame. Ni siquiera preguntó si comían. Mi hijo tenía 13 años, y él decía que ya estaban grandes: “ya están grandes”.</p> <p>Y lo malo que me llegó lo del divorcio me decía que le metiéramos la pensión, Yo le decía yo no quiero nada, yo lo que quiero es vivir en paz. No quiero saber nada, Es más, ni tengo dinero, como yo solicité el divorcio tuve que pagarlo. Entonces eran cosas muy fuertes, muy fuertes. La verdad yo no tengo para andar subiendo, bajando papeleo y esto la verdad no tengo dinero. Yo lo que tengo, lo me preocupa son mis hijos, ellos que coman y no sé. Te digo mi hija tenía 16 años. Se fue con un fulano a vivir, se embarazó de mi niña que ahora ya la tengo. Y este pues no le fue bien, también igual, tenía ocho meses mi nieta cuando se separó de él. Y hasta ahorita no se ha juntado con otra persona, ya vive con la niña y ya...</p>
(43)	Tp.- ¿A parte?
(44)	<p>J.- Sí, aparte. Y eso me angustia, me hace pensar ¿De qué estoy hecha? A parte que desde pequeña siempre carecí de todo. Porque yo no conocí a mi padre. Inclusive andábamos muy mal el... una casita que nos dejó que fuera [no se entiende] de mi papá, se cayó. Y andábamos así</p>

como con sus hermanos de arrimados y ya cuando se emborrachaban nos corrían a la hora que querían. Nos humillaban, o sea muchas cosas. Y luego a mi mamá se le ocurre llevarme con una hermana que vive por Xochimilco, **Igual se casó con un hombre briago, de lo peor**, porque yo estaba muy chiquita. Mi mamá me llevó allá porque se iba a vender. Y este hombre, yo no.... no he sacado esto. Y este hombre me violó, yo tenía como 4 ó 5 años. **Entonces son muchas cosas, que yo tengo dentro ¿no? no sé cómo trabajarlas, cómo sacarlas.** El papá de mis hijos cuando yo me casé con él toda la vida me decía que yo no había llegado señorita con él. Muchas cosas que yo no he sacado y que me duelen mucho. No sé, no sé.

Lo que yo quiero es saber manejar las cosas, qué es lo que quiero yo, porque estoy muy confundida. Qué es lo que quiero, quiero continuar mi vida con este señor o qué. Porque yo le dije **“¿sabes qué? a mí ya no me gritas, ni se te ocurra tocarme un pelo, porque ya no estás con la mujer que dejaste hace 13 ó 14 años”**. Pero a veces y le digo, por ejemplo yo trabajo en la tarde, cuando empezamos a convivir, él me venía a recoger. Y empezaba, “ay es que yo ya me duermo bien tarde tú como te levantas tarde, yo entro a las 7, tu como estás en la tarde” le digo “mira yo estuve tantos años sola, y no hay necesidad de que alguien me recogiera, déjame, déjame. Yo creo que ya estoy bastante grandecita, ni quiero que me cuides. **Mi vida es mi vida, no soy objeto de nadie, y tú a lo tuyo y yo a lo mío.**

Parece que como que medio entendió porque después de la bronca medio fuerte que tuve con mis hijos ya no me dice nada. Tampoco permito que me... ¿cómo te diré? que me vuelva a enfrascar o que diga que yo soy de su propiedad. Porque yo se lo he dicho” sabes qué yo no soy de tu propiedad, yo soy un humano, no soy un objeto, no soy de tu propiedad, ni tu eres mi propiedad. **Respétame y yo te respeto. Y cuando me hablas, háblame bien.** O sea no sé...

(41) La terapeuta afirma los sentimientos de la consultante, legitimando la posición de la consultante acerca de lo que siente.

(42) La consultante muestra en su narración una de las maneras que posee para resolver conflictos. Ella se alejó de la situación problemática y se unió a sus hijos. Nuevamente menciona el incumplimiento de José en su papel de padre que da sustento económico: **“ni siquiera preguntó si comían”**.

Aunado a lo anterior, se puede notar cómo Jimena rechaza la pensión que le ofrece José y saca adelante a su familia sin la ayuda económica de José. Jimena toma la decisión de divorciarse de José y ella es quien paga el divorcio. Esto último podría hablar de una persona con deseos de superarse. Toma decisiones firmes y contundentes y puede ser capaz de mantener a la familia sin ayuda. Se trata de una mujer con independencia.

Este fragmento del relato de Jimena contradice la identidad que tiene de sí como una mujer que “le angustia la soledad”.

Posterior al relato del divorcio, Jimena habla de lo que vivió su hija. Esto podría hacer alusión a la creencia de que no se puede estar bien si no está la figura masculina (el padre) en una familia. Jimena menciona: **“Te digo mi hija tenía 16 años. Se fue con un fulano a vivir, se embarazó de mi niña que ahora ya la tengo. Y este... pues no le fue bien, también igual, tenía ocho meses mi nieta cuando se separó de él. Y hasta ahorita no se ha juntado con otra persona, ya vive con la niña y ya...”**

Se puede notar cómo Jimena hace referencia a la ausencia de una pareja para su hija. Esta situación la consultante la asocia con ella misma, ya que dice: **“también igual [...] se separó de él. [...] Y ahorita no se ha juntado con otra persona”**.

(43) La terapeuta realiza una pregunta para aclarar si la hija de la consultante y su nieta viven en la actualidad con Jimena.

(44) La consultante habla acerca de la angustia que le provoca la situación de su hija, denotando culpa por haber regresado con José. A partir de lo anterior, es posible que la consultante sienta haber defraudado a sus hijos por dos razones, la primera es por “no haber sabido poner límites” y permitir la violencia de la que fue víctima y en segunda, por haberse separado de José y pasar cosas “fuertes y desgastantes” que repercutieron en la vida de sus hijos.

Jimena retoma eventos pasados en los que la ausencia de la figura paterna en su familia toman una parte importante en el relato. La consultante asocia esto a la falta de un hogar y al suceso de su violación cuando era niña. Aparece nuevamente la vinculación del alcohol y su asociación a la violencia.

Jimena cae en la cuenta que trae “dentro” el pasado y se siente incapaz de manejarlo, ella dice: **Entonces son muchas cosas, que yo tengo dentro ¿no? no sé cómo trabajarlas, cómo sacarlas**. Para la consultante, se trata de situaciones que hay que saber sacarlas y trabajarlas.

La consultante se da cuenta de lo que quiere y del estado en el que se encuentra: **Lo que yo quiero es saber manejar las cosas, qué es lo que quiero yo, porque estoy muy confundida. ¿Qué es lo que quiero? ¿Quiero continuar mi vida con este señor o qué?**

Cabe señalar que, inmediatamente después que ella se pregunta si quiere continuar con José, plantea pautas de relación con José inexistentes en un pasado de acuerdo a lo que relata Jimena. Dichas pautas de relación contradicen las descripciones que Jimena hace de sí misma: la mujer con la incapacidad para poner límites en una relación, con angustia a la soledad o la mujer que se encuentra “atada” a una persona: **yo le dije “¿sabes qué? a mí ya no me gritas, ni se te ocurra tocarme un pelo, porque ya no estás con la mujer que dejaste hace 13 ó 14 años” [...] Mi vida es mi vida, no soy objeto de nadie, y tú a lo tuyo y yo a lo mío**.

Se puede notar que estas formas de reaccionar de Jimena en relación con José, le resultan funcionales. La consultante narra la manera en que José, a raíz de su reacción, se tranquilizó y “ya no le dice nada”. Se advierte que Jimena impone límites en estas nuevas pautas de relación con José: **Tampoco permito que me vuelva a enfascar o que diga que yo soy de su propiedad [...]Le he dicho “Respétame y yo te respeto. Y cuando me hablas, háblame bien”.**

(45) Tp.- Déjeme hacerle una pregunta Jimena: ¿en qué podríamos ayudarla?
(46) J.- Ahhhh no sé. ¿En qué? yo creo que de ver a mi autoestima , este....
(47) Tp.- Su autoestima ¿que qué, que mejore?
(48) J.- MMjjm, que me valore más... Que me respete a mí. Porque yo siento que el hecho que yo haya regresado con José, con el padre de mis hijos, no es nada correcto
(49) Tp.- Ud. Siente que no es correcto...
(50) J.- No es nada correcto. A parte de que, fíjate de todo lo que me platicó, todavía tuvo.... No sé, no sé... yo a veces me culpo mucho, me culpo de todo, porque yo permití todas estas cosas . Todavía me dijo que se había... él me dijo que había pasado en su relación. Siento que quiso mucho a la señora esta, porque él me dijo, “yo le dí todo”. Fíjate como me dijo. Le dí todo, no le faltó nada. Ahí cuando yo tuve que luchar para que a mis hijos no les faltara. Tuve que luchar para el techo que ahora tengo. Trabajé mucho, yo vendí ropa, no sé que hacía pero yo siempre lo apoyé . Fíjate como me dijo “no le faltó nada” tenía una niña que no es de él y la otra que es de él, las tenía en escuela particular, cuando mis hijos pues en escuela de gobierno y a veces con el zapato agujerado. Fíjate o sea... Fue esta etapa. Y por último me dice: “y me entregué en cuerpo y alma a ella” Yo regresé... Entonces qué, perdón que diga así: ¿qué chingados haces con este señor?

- (45) La terapeuta intenta captar la atención de la consultante. Posterior a eso le hace una pregunta en la que da por sentado que Jimena sabe expresar lo que quiere trabajar en el proceso terapéutico.
- (46) Jimena titubea, y le da importancia a su autoestima.
- (47) La terapeuta acota lo que se va a trabajar en el proceso terapéutico. Retoma lo que dijo Jimena acerca del autoestima y lo direcciona.
- (48) Jimena tiene la creencia que haber regresado con José alude a una falta de respeto y poco valor hacia sí misma. Concluye en una aseveración rígida acerca de lo que no debe ser: **Porque yo siento que el hecho que yo haya regresado con José, con el padre de mis hijos, no es nada correcto.**

(49) La terapeuta retoma lo que dice la consultante para relacionar lo que es correcto o no a un sentimiento o creencia y no a una verdad absoluta y rígida.

(50) Jimena asevera nuevamente como si se tratara de una verdad absoluta y no una creencia. Posteriormente, hace referencia de eventos pasados que vivió con José. Jimena afirma que se siente culpable por tolerar todas aquellas cosas que le hacían daño.

La consultante hace referencia a la lucha que tuvo para conseguir la casa que posee en la actualidad. Se trata de un recurso en la consultante, el deseo de superarse a sí misma y conseguir lo que se propone.

En este fragmento del relato Jimena hace alusión a su papel como pareja de José. Este papel aparece de manera implícita cuando Jimena menciona a la otra pareja que tuvo José. De cuenta nueva hace referencia al sustento económico de José y el incumplimiento de éste dentro de la familia de Jimena, resaltando el sustento económico que otorgó a otra familia. Luego Jimena se cuestiona a sí misma por haber regresado con José, ya en un papel de pareja. Nuevamente hace referencia a José como un extraño: **¿qué chingados haces con este señor?**

(51) Tp.- ¿Cómo es que usted se va a dar cuenta, entonces, que su autoestima ha mejorado?
(52) J.- Ay, no sé, no sé...
(53) Tp.- No sabe...
(54) J.- Bueno, que antes, todavía a un principio cuando empecé a convivir con él todavía tenía ese miedo como que como antes me trataba ¿me entiendes? Ahora tampoco estoy así peleando, pero también pido un respeto hacia mí misma. Tampoco me propaso y que le esté yo duro y duro, porque es hacerme la vida pesada, porque entonces sí digo ¿para qué canijo vuelves con éste? Como que, ¿cómo te dire? como que jineteo las cosas, así como que aparentemente así. Porque para convivir otra vez con mi familia, o sea ya me acostumbré como que vas...por un tiempo me separé de todo: no puedo o tengo cosas que hacer. Pues me separé un buen rato. Después fui con un primo hermano que me apoyó mucho: “tienes que salir, sal con los niños, haz esto el otro, y así y asado. Entonces empecé este que “es el cumpleaños de... lo que sea” Y ahora que empecé a convivir nos invitaron ¿Y yo decía yo porqué no voy a ir? si él no quiere, pues que no vaya. Yo me voy. Pero a un principio yo le tenía miedo ¿me entiendes? yo misma estaba sometíendome a lo que el me había sometido años atrás. No voy porque el se va a enojar, No voy a ir porque que tal y se enoja y hasta me golpea no. Pero no, no es posible... No. Fíjate que tomé un curso, no lo terminé. Pero ví muchas cosas que nos

decía la doctora sobre la autoestima, que esto que el otro. Poco a poco he querido como que aletear.
(55) Tp.- Aletear o sea...
(56) J.- Como que me sueltan, quieres volar y después chin... Te atrapan y dices no, de aquí ya no te mueves. Y como que sí, como que no... Y eso a mí me desespera, como que hay mucha inseguridad en mí. Mucha, muchísima. Quisiera que me proporcionaran las herramientas para saber cómo trabajar o cómo decir las cosas. Porque a veces a puro grito y sombrero. A la defensiva. Yo siento que debo ser más cautelosa, más inteligente. Pues ya dejar esas, también esas... Pues la agresividad, porque también siento que no me deja nada. Últimamente he estado pero súper pasiva, pero pasiva de que yo misma... ¿Sabes porqué? porque como quiero enterrar todo lo que pasó. Déjame decirte que ahora que me hablaron por teléfono como que ese miedo porque yo dije ya ahorita estoy tranquila

(51) La terapeuta hace una pregunta tratando de localizar los elementos que Jimena ubica dentro de lo que llama autoestima, aclarando la meta a trabajar durante el proceso terapéutico. Dentro de la pregunta da por sentado que su autoestima va a mejorar.

(52) Jimena no ubica estos elementos del autoestima

(53) La terapeuta repite lo que dijo la consultante, y da un tiempo para obtener una respuesta.

(54) Jimena comienza a relatar la manera en que se sentía recién había regresado con José. Ella tenía la creencia que al haber regresado con José, las cosas se iban a repetir tal cual habían sucedido en un pasado. En esta repetición se incluye la violencia hacia Jimena. Ella dice: **“todavía tenía ese miedo como que como antes me trataba”**.

Posterior a esto, inicia el relato de lo que ahora hace para que esa situación no se repita: **Ahora tampoco estoy así peleando, pero también pido un respeto hacia mí misma. Tampoco me propaso y que le esté yo duro y duro, porque es hacerme la vida pesada, porque entonces sí digo ¿para qué canijo vuelves con éste?**. Dentro de este fragmento se puede notar cómo Jimena opta por formas de relacionarse no violentas con José. Jimena se da cuenta de eso, y repara en que las formas violentas le “hacen la vida pesada”. La consultante es consciente que esta forma de solución del conflicto resulta mejor para ella y para su relación con José.

Jimena hace mención de un primo que le aconseja, como parte de su familia. Aunado a ello, la consultante menciona que sale con esta familia, independientemente si José va con ella. Estos eventos son contradictorios a

aquellos que Jimena describe acerca de sí misma, que “permite” la violencia, y que se encuentra “atada” a José.

Jimena hace énfasis en que ya no permite esta situación diciendo: **“yo misma estaba sometiéndome a lo que el me había sometido años atrás [...] Pero no, no es posible... No”**

La consultante, como parte de negarse a estas formas de relación con José, menciona otra cosa adicional que ha hecho para escapar a esta situación de violencia y de “angustia a la soledad” que ha venido mencionando durante la sesión: **tomé un curso.**

(55) La terapeuta busca obtener una aclaración acerca del término aletear, para comprender aquello de lo que está hablando la consultante.

(56) Jimena hace mención a la inseguridad que siente. Esta inseguridad podría estar asociada a la oscilación entre las cosas que hace para escapar de la situación, y que hacen sentir bien a Jimena, y el sentirse angustiada y atada a José.

Existe claridad en lo que quiere la consultante. Ella dice: **Quisiera que me proporcionaran las herramientas para saber cómo trabajar o cómo decir las cosas [...] Yo siento que debo ser más cautelosa, más inteligente. Ya dejar [...] la agresividad, porque también siento que no me deja nada.**

En este fragmento se advierte que Jimena se asume como una persona agresiva, pero al mismo tiempo repara que esas formas de relación con los demás no le han funcionado.

La consultante alude a otra forma de relación que ella llama pasividad: **Últimamente he estado pero súper pasiva, pero pasiva de que yo misma...**

Esto lo relaciona a formas de pensar, a querer deshacerse del pasado: **quiero enterrar todo lo que pasó.** Esta aseveración podría hacer referencia a una relación de causalidad entre el pasado que Jimena trae o carga y la agresividad como forma de relación. Posteriormente ella afirma encontrarse en un estado de tranquilidad.

(57) Tp.- ¿Tenía miedo, o se le quitó el miedo?
(58) J.- Más bien tengo ese miedo como que de volver a rascarle al problema ¿me entiendes? Me dije “ no, yo ahorita estoy bien, estoy tranquila”
(59) Tp.- Y ¿cómo ha logrado estar tranquila, permanecer tranquila este tiempo?
(60) J.- Pues fíjate que....ay no sé, no sé, creo que hasta me estoy volviendo loca yo. (risas) Fíjate que después de lo del problema con mis hijos, no sé si saqué mucho coraje. Él me decía “pégame”, pero yo creo que me decía para que se desahogara o no sé. Déjame decirte que como que descansé. Descansé en ese momento. Desde ese momento para acá como que he estado muy pasiva. Pero tengo miedo porque tengo muchas cosas dentro, como ahorita que ya las expresé. Pero yo tenía miedo porque cuando me hablaron

por teléfono para la cita con ustedes me dije “ahorita yo estoy bien, estoy tranquila, pero dije, no, es que... por el momento”. Yo no he sacado nada, no he trabajado nada de lo que quiero sacar, de lo que yo siento, de mi vida ese resentimiento. Porque si yo vuelvo a sacar ese punto vuelvo a... si tu quieres a llorar y así, porque lo vuelvo a tocar.

Y me duele, me duele mucho. Y el que me duela es porque todavía lo tengo ahí, y no sé, no sé cómo lo voy a sacar.

Ese es el problema, o sea ese es mi problema.

(61) Tp.- Entonces... En lo que usted quiere que le ayudemos o podríamos ayudar a quitarse su agresividad, a subir su autoestima y...

(62) J.- Pues yo creo que yo me sienta segura con todo lo que se trabaje. Más que nada **que me sienta segura con la decisión que yo tome**, porque a veces yo le digo...

(57) La terapeuta busca precisar acerca del “miedo” que, de una manera vaga, mencionó Jimena. Ello con la finalidad de saber acerca de este sentimiento en la perspectiva de la consultante. La terapeuta usa verbos en pasado, asumiendo que es un sentimiento que en el presente no lo percibe la consultante.

(58) Jimena aclara que se trata de un sentimiento que tiene en la actualidad con respecto al proceso terapéutico, ya que éste implica “volver a rascarle al problema”. Esta afirmación alude a que para Jimena el pasado significa un problema para ella, ya que llega a reaccionar de manera agresiva. Jimena expresa el miedo que siente a volver a las formas de relación agresivas, debido a que se siente tranquila.

(59) La terapeuta retoma el estado que Jimena menciona como tranquilidad, y realiza una pregunta en la que alude a aquello que la consultante ha hecho, en las soluciones que ha intentado que le han funcionado para obtener ese estado que Jimena menciona en su relato.

(60) Jimena menciona el evento en el que le pegó a su hijo y en el que sacó coraje. Esto puede significar una necesidad de Jimena de “descargar” y así liberarse de los sentimientos negativos que le provoca el pasado. Ella dice: **“no sé si saqué mucho coraje [...] Como que descansé [...] Desde ese momento para acá como que he estado muy pasiva.**

La consultante reitera el sentimiento que le causa el volver a sacar el pasado que aún le afecta. No obstante, ella hace mención de haberlo sacado en sesión, ella dice: **tengo miedo porque tengo muchas cosas dentro, como ahorita que ya las expresé.**

Dentro de las cosas que Jimena expresa que desea trabajar es el “resentimiento” pues menciona que le duele al mencionar los eventos pasados.

- (61) La terapeuta retoma lo que ha dicho Jimena, para puntualizar las metas a trabajar en la sesión. Ésta menciona la agresividad y el autoestima.
- (62) Jimena indica la meta del proceso terapéutico en una afirmación, haciendo a un lado la agresividad y el autoestima mencionados por la terapeuta: **que me sienta segura con la decisión que yo tome**. Se puede notar, que habla de una decisión pero que no hace referencia de aquello acerca de lo cual quiere decidir.
- (63) La terapeuta busca obtener información acerca del término “decisión” que

(63) Tp.- ¿La decisión que tome con José?
<p>(64) J.- Exactamente.</p> <p>Yo le digo, este oye... Apenas se lo dije: ¿y por qué no mejor vivimos cada quien?</p> <p>Él siempre me ha dicho: como quieras, no me dice, oye vamos... No o sea, me dice como, me voy a rentar, no sé a ver donde me voy y que no sé qué. Y yo me quedo callada. Porque mira si le digo, sí, está muy bien ¿no? cada quien su vida...</p> <p>Hay otra cosa, que fijate que no sé si ahorita, así honestamente, sinceramente yo pasé muchas carestías con él, mucha pobreza. Y ahorita así entre comillas como que le está yendo bien económicamente. Y yo digo, ¿ha de ser eso, el que yo esté atada a él?</p> <p>Bueno, no atada sino conviviendo con él ¿Podría ser?</p> <p>Te digo que...</p> <p>Entonces no sé, me hago miles de preguntas, pero a final de cuenta como que no me siento muy feliz con él.</p>
(65) Tp.- No se siente usted feliz...
<p>(66) J.- En plena felicidad, no.</p> <p>Ahora me dice...</p> <p>Los fines de semana siempre...seguramente, siempre salimos. Últimamente nada más hemos salido él y yo.</p> <p>El ha tratado de... pues de tratarme bien, o sea, “¿qué quieres comer? O qué sé yo ¿no? no pues que esto que lo otro. No sé, no sé qué es lo que quiero. Eso es lo peor...</p> <p>No sé qué es lo que quiero ni hacia a donde voy.</p>

utilizó Jimena. Direcciona este término hacia su relación con José.

- (64) Jimena asevera de una manera enfática. Hace mención de un evento en el que ella tomó iniciativa para separarse y hace referencia a la respuesta de José como si esperara que éste le pida quedarse con ella. Cuando la consultante menciona la posible aceptación de la separación, deja sin respuesta el relato y menciona otra razón por la que pudiera estar con José. Pareciera que se encuentra oscilando entre aquellas justificaciones por las cuales está con José y

aquellas por las que *debe* separarse de él. Ella dice: **“me hago miles de preguntas, pero a final de cuenta como que no me siento muy feliz con él”**.

- (65) La terapeuta repite la conclusión que saca Jimena acerca de su relación con José.
- (66) Jimena aclara el estado de felicidad en el que se encuentra. Hace mención de la convivencia que tiene con José. Ello implica que han tenido convivencia sin la presencia de los hijos, y ha funcionado. De cuenta nueva, Jimena refiere a José con formas de relación no violentas. No obstante, Jimena se encuentra en la indecisión, ella dice: **no sé qué es lo que quiero. Eso es lo peor...**

(67) Tp.- Imagínese usted que ya terminó la terapia ¿Cómo se va usted a dar cuenta que el tratamiento o la terapia funcionó? ¿En qué lo va a notar?

(68) J.- En las decisiones que tome...

(69) Tp.- ¿Cómo?

(70) J.- **En las decisiones que tome, estando bien conmigo misma.**

Porque no te creas que... A veces digo eso no me interesa.

La sociedad es tremenda, somos tremendos como humanos, **porque te marcan. Yo y mi propia familia. Porque me lo han dicho ¿cómo es posible? Porque tocaste fondo. Porque sí toqué fondo.** Porque para mí la separación fue muy dura.

Y pasaste tantas cosas, **sacaste a los muchachos adelante**, a tus hijos adelante. **Fuiste fuerte para todos.** Y ¿cómo es posible que vuelvas a convivir con este señor? **Y yo tan valiente que te veía.**

(67) La terapeuta realiza una pregunta de proyección hacia el futuro, donde se asume que el proceso terapéutico funcionó.

(68) Jimena hace referencia una vez más a las decisiones que tome en relación con José.

(69) La terapeuta busca concretizar la meta negociada anteriormente con Jimena.

(70) Dentro de lo que Jimena narra, puede notarse que se siente juzgada por los demás a raíz de haber regresado con José. Jimena construye juicios acerca de sí, debido a los juicios que los demás realizan de ella. Ella relata: **La sociedad es tremenda [...] porque te marcan. Yo y mi propia familia. Porque me lo han dicho ¿cómo es posible? Porque tocaste fondo. Porque sí toqué fondo.**

Se puede observar en el relato de Jimena que antecede la opinión de los demás y la consultante repara en ello, afirmándolo.

Jimena se ganó la admiración y el reconocimiento de los demás al ser madre soltera y ser el sustento de la familia. Según lo que relata Jimena, le

mencionan: **sacaste a los muchachos adelante [...] Fuiste fuerte para todos.** Eso implica que los recursos que ella posee, tal como la capacidad para salir adelante y superarse tienen resonancia en los demás, esto es, que los demás le reconocen.

Es posible que Jimena construya la idea de ser una mujer no valiente debido a lo que le dice la gente con referencia a haber regresado con José: **Y yo tan valiente que te veía.**

Es posible que Jimena crea que haber regresado con José sea un signo de debilidad.

(71) Tp.- Eso le dicen los demás...
(72) J.- Que yo te creí que no volvías a convivir con ese hombre, porque para empezar nunca se preocupó por los muchachos , nunca vino y dijo oye: ¿Tienen para comer? Como sea tu sabías que esto que el otro, que vas a bautizar a las niñas. Porque siempre los apoyé mucho a mis hijos, siempre los apoyé. Pero había mucha armonía...
(73) Tp.- ¿Quién los apoyaba?
(74) J.- Yo apoyaba a mis hijos. Para que las niñas que se iban a bautizar. Te digo, toda esta etapa de bebés estuvieron viviendo conmigo. Pero estábamos bien, no había este tipo de problemas. Si tú quieres, este... me veían así como algo muy grande , algo muy... Porque yo lo sentía, la niña, mis hijos, en el que los apoyaba, los apoyaba y... Ellos también, pues le echábamos ganas, le echábamos ganas... Y siento que los defraudé, bueno para empezar me defraudé primero a mí y luego a ellos. Pero hay gente... tengo un primo hermano dice "mira ya no te voy a decir nada, a final de cuentas tú sabes lo que haces, es tu vida. Pero recuerda que tocaste fondo y si este señor se vuelve a ir, después no chilles, porque esto es bajo tú responsabilidad. Ya ni lo culpes ni a él, porque lo que has hecho es bajo responsabilidad tuya" Porque te digo que él tiene una hija, y qué tal y al rato la señora y lo busca, cuando la niña quiera que cumpla, bueno no quiere, que cumpla años, qué se yo. La niña tiene como doce o trece años, no sé. Y la misma niña busca a su papá ¿no?. Tú "¿cómo vas a actuar? O ¿estás preparada para todo eso?" Quizá lo único que deba es callar y realmente tiene razón. "Y si tu le dices algo a José te va a decir ¿sabes qué? tú lo sabías, sabías que yo tenía una hija. Entonces, vas a volver a ¿qué? Porque a final de cuentas, la chava esta es

más joven que yo. Que él regrese con ella... Eso te va a doler más. Ponte la pila, trabájalo y ve dónde estás pisando.

“No soy nadie para juzgarte ni nada” y él me lo dice claramente porque me quiere, me estima. Pero la demás gente que dice ¿cómo es posible que tanto tiempo y haya regresado con ese güey?. Y se siente mal. Fíjate que me siento mal.

Inclusive yo le dije a él, independientemente de lo que diga la gente vamos a agarrar el valor los dos. Déjame decirte que cuando había reuniones con su familia, yo no sé que hacía ahí. **Que a mí me encantaba estar ahí. Para que me humillara. Porque es una humillación.**

Pues ya estaba yo ahí. O sea para que me humillara o quería yo sentir el masoquismo o ¿qué es lo que quería yo? Porque bueno, de otra persona no sé al diablo ¿no? Se acabó. Y yo no lo entendía así. Allí estaba yo ¿Por qué? Fíjate que eso no lo entiendo. O por darle en la cabeza a esa señora según yo a la señora. Y a la que le daba es a mí. Que decía yo: “ni tan fácil se va a deshacer de mí”.

Y ahí estaba yo. Con los papás... o sea los abuelos de mis hijos, pues ya ni me recibían. Pero recibían a la otra persona ¿de qué se trataba? Fíjate nada más hasta donde pude llegar. Hasta donde estaba mi autoestima. En cero. Porque yo ahora lo veo así. Pero ahorita a penas yo lo estoy viendo así. Después de cómo cuatro años que venía él y todavía la presentaba como su esposa.

Hay una amiga, sí se me hace una buena persona. Me dice “¿cómo es posible que hayas regresado con ese hombre que tanto te golpeó? Y a parte todavía le escuchas todas sus tonterías.

Lo que pasa es que tú buscas a alguien con quien te desahogues y cometes errores. Porque tu te desahogas haz de cuenta con quien creas que hay confianza y después te da pena”

A mí con esta chava me da pena, que creo yo que no sé si [no se entiende]. Y ahora que me la encuentro me da pena. Pero la siento así como que... que sí me brinda su amistad sinceramente. Ella también ha tomado terapias, y sí la veo de otra forma, otra mentalidad. Me dice, **Pues tú debes de ver realmente qué es lo que quieres, hacia donde quiere ir, si vas a continuar con este hombre ¿Qué quieres?**

Y la demás gente se [no se entiende] **ay esta pobre alma vuelve a convivir con su exmarido. Ahora ya estamos divorciados. Y eso es bueno, en cierta forma, para mí eso es bueno.** Fíjate, de ese tamaño lo digo.

(71) La terapeuta retoma lo que dice Jimena acerca de lo que le dicen los demás, haciendo alusión a los juicios de los demás y tratando de diferenciar los juicios de otros y los juicios que ella tiene de sí.

(72) Jimena continúa describiendo lo que le dicen los demás. Se trata de aseveraciones que, en momentos anteriores de la sesión, la consultante ya había mencionado de sí misma. Ello puede implicar que aquello que ha mencionado en la sesión lo ha construido a partir de la gente que le rodea.

Se nota un especial énfasis en el incumplimiento del papel de padre que tuvo José para con los hijos de Jimena. A partir de lo anterior, puede decirse que Jimena tenga la creencia que al haber regresado con José, esté cometiendo un acto de deslealtad para con sus hijos, debido a todo lo que pasaron durante su separación.

Jimena menciona eventos pasados en los que no estaba José, y que había **“muchísima armonía”** dentro de la familia. Podría inferirse que Jimena cree que al regresar de cuenta nueva con José, esa armonía se pierde.

(73) La terapeuta pregunta acerca del apoyo hacia sus hijos que menciona Jimena, tratando de aclarar las pautas de relación que hay con sus hijos

(74) En este fragmento de la narración destaca el papel de la madre y de la abuela que es admirada posiblemente a causa del apoyo que la consultante brindaba a su familia. Jimena refiere: **me veían así como algo muy grande. Porque yo lo sentía, la niña, mis hijos, en el que los apoyaba, los apoyaba** Existe también un afán de superación entre la familia de Jimena: **le echábamos ganas...**

Por otro lado, aparece nuevamente la creencia que haber regresado con José es un acto de deslealtad para con sus hijos, ya que después de mencionar el tema del apoyo hacia éstos, Jimena refiere **Y siento que los defraudé, bueno para empezar me defraudé primero a mí y luego a ellos**. Aquí se puede notar que la consultante alude a la disconformidad de sus hijos a causa de su regreso con José.

La consultante refiere que la gente que le rodea la culpa, la responsabiliza de las consecuencias negativas que pueda tener después de haber retornado una convivencia con José: **Pero recuerda que tocaste fondo y si este señor se vuelve a ir, después no chilles, porque esto es bajo tú responsabilidad**. Se puede observar que la gente le advierte un posible abandono por parte de José. La gente que le rodea señala a Jimena o la “marca” y le hace notar, con una connotación negativa, el pasado: **tocaste fondo**.

Ante este tipo de situaciones, Jimena queda inmóvil y con poca libertad de acción. Ella dice: **Quizá lo único que deba es callar y realmente tiene razón**.

Puede notarse que las conclusiones de Jimena giran en torno a lo que la gente le dice, y no a la superación que ha tenido desde que se separó de José hasta la actualidad.

Dentro de su relato, la consultante continúa con el tema del posible abandono de José, dando razones por las que esto pudiera ocurrir: **Porque a final de cuentas, la chava esta es más joven que yo**. Se puede observar que Jimena

sobrevalora la juventud de la otra pareja de José, y, al mismo tiempo, se autodevalúa por ser mayor que ésta última.

Jimena hace una diferenciación entre lo que le dice la gente que la estima o que es “buena persona” y la demás gente. Esto puede llevar a inferir que Jimena considera y aprecia lo que le dice esa gente. Para Jimena esos juicios pueden poseer legitimidad por tratarse de gente que la consultante estima. Dentro de este grupo de personas se encuentran: su hijo, su primo hermano y una amiga.

Jimena refiere a su amiga: **Hay una amiga, sí se me hace una buena persona. Me dice “¿cómo es posible que hayas regresado con ese hombre que tanto te golpeó? Y a parte todavía le escuchas todas sus tonterías.**

Cabe mencionar que, posterior a que Jimena menciona lo que le dice la gente, comienza a dar eventos del pasado. Estos eventos podrían funcionar como justificaciones para separarse de José.

Jimena refiere un evento en el que toma la iniciativa para decirle a José que se olviden de las voces que hablan mal de ellos. No obstante, para Jimena tomó una connotación negativa, ya que menciona un evento ulterior en el que se sentía humillada.

En la última parte de este fragmento, aparece una connotación positiva al divorcio, según lo relata Jimena.

(75) Tp.- ¿Por qué es bueno?

(76) J.- Fíjate porqué. **La inseguridad de que yo digo bueno, para mí, en el que el día de que yo diga ¿sabes qué? Se acabó.** Y desde cuando se acabó. **El hecho de que nos estemos haciendo tontos tú y yo es otra cosa. Pero esto se acabó. La relación está terminada. A lo mejor es una enfermedad.**

A mí me decía la chica esta que nos dio lo de autoestima que tengo mucha co-dependencia. Es que tengo mucha co-dependencia. Porque fíjate que después de que tronamos y todo, **yo como ya mis hijos estaban grandes y todo, yo me fui a hacer la preparatoria.**

Ahorita yo habría tenido que hacer muchas cosas. Bueno igual tuve una cirugía que me hicieron me cortaron el fémur, ahí ya como que me entró. Porque yo después de la preparatoria quería entrar a la UNAM. O sea una carrera. Pero me entró ahí. Luego volví a convivir con este hombre, con José, pues peor.

(77) Tp.-Entonces ¿no entró aquí a la UNAM?

(78) J.- No. Ve, o sea... **Y luego yo me cuestiono y me digo “Si tú ya habías hecho un proyecto de vida, en el que yo, ya mis hijos estuvieran grandes, ya independientes. Yo ya estaba sola.** En el que a lo mejor que si padecía si tú quieres hasta de algo de comer, un dulce, una paleta, pues ya no, ya no lo padezco, o de una prenda de vestir ya no. **Porque gracias a Dios ya tengo 19 años en mi trabajo. Estoy como laboratorista. En ese aspecto siento que he crecido. Porque yo entré como auxiliar de intendencia, en el que yo no**

tenía ni la secundaria. La hice aquí abierta, porque no sabía esa oportunidad.

(75) La terapeuta indaga el significado del divorcio de Jimena, buscando ampliar la connotación positiva que la consultante le dio.

(76) La consultante comienza este fragmento de la narración con una connotación negativa, a pesar de que la terapeuta retomó la connotación positiva de su divorcio. Jimena habla de la inseguridad. Ésta podría estar asociada al momento de decisión entre continuar o no su relación con José. Ella menciona: **La inseguridad de que yo digo bueno, para mí, en el que el día de que yo diga ¿sabes qué? Se acabó.**

Pareciera que el hecho de estar divorciados y no tener (en cuestión legal) un punto de unión entre Jimena y José, lleva a concluir a la consultante que lo que tiene es una enfermedad. Esta conclusión se encuentra asociada a la creencia que haber regresado con José es un signo de debilidad. Jimena relata: **El hecho de que nos estemos haciendo tontos tú y yo es otra cosa. Pero esto se acabó. La relación está terminada. A lo mejor es una enfermedad.**

Nuevamente se observa en el relato de Jimena cómo ella construye conclusiones negativas de sí, a partir de lo que le dicen los demás. En este caso, refiere a una mujer con la que tomó un curso de autoestima. La consultante dice: **me decía la chica esta que nos dio lo de autoestima que tengo mucha co-dependencia. Es que tengo mucha co-dependencia.**

Jimena intenta justificar su supuesta “co-dependencia” con un hecho que precisamente contradice esta conclusión: **Porque fíjate que después de que tronamos y todo, yo como ya mis hijos estaban grandes y todo, yo me fui a hacer la preparatoria.**

Se puede notar como hace referencia al “haber tronado” con José, un hecho que ella decidió. Habla también de hacer una vida personal a parte de José y de sus hijos cuando dice: **mis hijos estaban grandes y todo, yo me fui a hacer la preparatoria.**

Puede inferirse que Jimena se encuentra enfocada en la conclusión que es “co-dependiente”, que deja de lado estos hechos, en los que contradice su co-dependencia.

Posteriormente, Jimena dice: **Ahorita yo habría tenido que hacer muchas cosas.** Cuando la consultante dice “Ahorita” hace referencia a la actualidad, y habla en el caso que no hubiera regresado con José. Puede decirse, entonces, que la consultante cree que estando con José no puede hacer muchas cosas. Cabe señalar que en el fragmento (28) Jimena menciona que se encuentra en actividades y que realiza muchas cosas durante el día. Ello contradice la creencia anteriormente mencionada.

Aparece de cuenta nueva la superación personal que ha tenido Jimena: **Porque yo después de la preparatoria quería entrar a [...] una carrera. Porque gracias a Dios ya tengo 19 años en mi trabajo. Estoy como laboratorista. En ese aspecto siento que he crecido. Porque yo entré como auxiliar de intendencia, en el que yo no tenía ni la secundaria.**

Jimena hace de lado este afán de superación, y realiza énfasis en su regreso con José como causa de no poder realizar una carrera profesional. Ella dice: **Luego volví a convivir con este hombre, con José, pues peor.**

(79) Tp.- Se ha superado...

(80) J.- **Fui creciendo.** Y ve, o sea, porque en mi persona, en mi alma me he... No sé cuál es la palabra. **Siento yo que me he hecho mucho daño yo a mí.** Como decía la chica esta, que cuando éramos niños ¿qué es lo que habíamos pasado? **Ahora ustedes hablen con ese niño que traen dentro** y abrácenlo y apapáchenlo. **Y quiéranlo y díganle que no van a permitir que nadie lo golpee, que nadie lo humille.** Y yo no tengo esas agallas. **No tengo ese coraje para hacerlo. Porque vuelvo a caer a lo mismo.**

(81) Tp.- ¿Entonces lo que usted quiere es dejar a José?

(82) J.- Fíjate que sí. Fíjate que sí. **Siento que no me merezco eso,** no me lo merezco. Porque como humano y con mis hijos también yo crecí con ellos. Si no los dejé, estuve siempre con ellos y **¿porqué, porqué volver a abordar la misma persona que me hizo tanto daño. Si a final de cuenta eso no lo voy a olvidar. Siento que no lo he olvidado.**

Siento que lo traigo acá (señala su pecho), todo el daño que ha pasado. Todas las humillaciones que me hizo.

Fíjate que hubo un tiempo que yo ya estaba trabajando le llevaba la comida. Yo tenía que llevarle la comida como a la una exactamente. Cuidado no llegara con la comida porque seguro que llegaba a la casa y como las niñas, toda asustada. Y yo le decía "no me estés, grosero, y no quiero encontrarte aquí. Y sácate de aquí.

Entonces hubo mucho daño.

Siento que no se merece él que esté conmigo, definitivamente. **Que no me merezco yo esto.**

Pero ¿sabes qué? **Soy cobarde a la soledad.** Siento yo que es eso, la soledad.

Porque igual y si yo tomo una decisión así, decirle con valor y sentido. Decirle ¿sabes qué? No quiero seguir viviendo contigo. Así, tranquilamente. No con sombrerazos ni gritos ni esperar a otra cosa que pase para tomar una decisión así. O esperar a que lo busque su hija, o que lo busque la señora para que yo diga: ¿sabes qué? Pues ya mejor cada quien ¿no?

¿A eso me tengo que esperar?

No te creas yo luego me cuestiono mucho. Y digo si he hecho tantas cosas, crecí en el trabajo, haciendo la escuela. Y todavía tengo esa idea de entrar a la carrera. Quiero enfermería. Entonces digo ¿Quién me lo impide Dios? Si tengo salud que es lo más importante. Tengo un trabajo ¿por qué tengo que estar atada a este hombre?

Ahora ya estoy sola. Digo, gracias a Dios, no gano que qué barbaridad, pero **por lo menos para mí me va a alcanzar. Tengo una casa, un terreno donde mi madre me dejó.** Hasta ella tuvo que pagar el plato. Ya estaba grande y no le interesó golpearme enfrente de ella. Muchas cosas que ya no...

Uno de mis hermanos me dice "pues ahí tú sabes, es tu vida. Pero nada más piensa que a mi madre te la llevaste entre las patas"

Y pobre de mi madre ahí andaba como testigo como me golpeaba. Y para que

ahorita esté viviendo con este hombre. **Me da coraje conmigo ¿de qué estoy hecha?**

¿Dónde estoy? ¿No valgo? ¿qué pasa? Y no sé, eso es mi motivo de...

Ay Dios. No, son muchas cosas. Usted ¿qué opina doctora?

(79) La terapeuta retoma aquello que dijo Jimena acerca de realizar una carrera, de pasar de auxiliar de intendencia a laboratorista, etc. Y menciona la superación, a fin de no dejarla pasar desapercibida para Jimena.

(80) La consultante asevera su crecimiento personal. No obstante, vuelve a sacar el tema de su relación con José, y su incapacidad por realizar su proyecto de vida al lado de él. Jimena concluye: **Siento yo que me he hecho mucho daño yo a mí.**

La consultante relata lo que vivió en el curso de autoestima que tomó. Dentro de este relato se puede observar la creencia implícita que, en su regreso con José, ella va a vivir la misma relación violenta que vivió en un pasado. La consultante relata: **Ahora ustedes hablen con ese niño que traen dentro [...] Y quíeránlo y díganle que no van a permitir que nadie lo golpee, que nadie lo humille. No tengo ese coraje para hacerlo. Porque vuelvo a caer a lo mismo.**

Esta creencia deja de lado las nuevas pautas de relación que se están dando con José, en las que no aparece la violencia hacia la consultante.

(81) La terapeuta toma como antecedente lo dicho por Jimena en lo referente a la falta de coraje por no permitir por medio de una pregunta, busca obtener información acerca de la decisión que tome Jimena.

(82) Jimena afirma que desea dejar a José. Habla acerca de lo que no se merece: **Siento que no me merezco eso.** Además, afirma que el problema con José se encuentra relacionado con el pasado que “no ha podido enterrar” del todo. Jimena dice: **¿porqué, porqué volver a abordar la misma persona que me hizo tanto daño. Si a final de cuenta eso no lo voy a olvidar. Siento que no lo he olvidado.**

Jimena mantiene sentimientos negativos en relación a José. Esos sentimientos se alimentan del pasado de violencia que vivió Jimena. Durante su respuesta, Jimena menciona otro acontecimiento del pasado violento que vivió con José. Hace referencia a encontrarse atada, sin movimiento, ni libertad para hacer su proyecto de vida. Nuevamente aparece la creencia que al lado de José, ella no puede hacer nada asociado a su proyecto de vida. De ahí que utilice el término “atada”. Jimena relata: **No te creas yo luego me cuestiono mucho. Y digo si he hecho tantas cosas, crecí en el trabajo, haciendo la escuela. Y todavía tengo esa idea de entrar a la carrera. Quiero enfermería. Entonces digo ¿Quién me lo impide Dios? Si tengo salud que es lo más importante. Tengo un trabajo ¿por qué tengo que estar atada a este hombre?**

Puede notarse cómo Jimena no sólo se da cuenta que se ha ido superando, si no que se fija metas claras y las consigue. No obstante, estas metas no pueden conseguirse si se encuentra al lado de José, según lo relata la consultante.

Surge, dentro de los personajes que le cuestionan a Jimena el regreso con José, un hermano. Dicho personaje le recuerda lo ocurrido con la madre de Jimena. Es posible que Jimena se sienta desleal por su regreso con José, no sólo con sus hijos y nietos, sino también con su madre. Surge nuevamente la pregunta a manera de reproche que se hace constantemente Jimena: **Me da coraje conmigo ¿de qué estoy hecha?**

(83) Tp.- Pues es admirable que... Una llamada (del equipo terapéutico)
(84) CoTp.: Desde el momento que vino aquí porque se está valorando y reconociendo que necesita ayuda.
(85) Tp.- No sé si le hayan planteado. Trabajamos normalmente en equipo. Detrás del espejo hay todo un equipo terapéutico que nos está ayudando y asesorando. Entonces vamos a hacer, casi al final de las sesiones, una pequeña interrupción para ir con ellos a ver las observaciones que nos tienen y regresar y traerle algún tipo de mensaje o tarea que nos tengan para usted. El equipo terapéutico va a venir a hacer sus observaciones aquí y pues vamos a escucharlos ¿qué le parece?

- (83) La terapeuta intenta resaltar el aspecto positivo del relato de Jimena, sin embargo ésta se ve interrumpida por el equipo terapéutico.
- (84) La co-terapeuta intenta retomar lo dicho por la terapeuta y alude al hecho de ir a terapia como un signo de valor hacia sí misma, así como también hace notar a la consultante que asume y se responsabiliza de su problema.
- (85) La terapeuta le explica el formato en que se llevará a cabo las sesiones del proceso terapéutico.

Equipo Reflexivo: (86) Tp. A: Antes que ver a Jimena como una persona débil o masoquista o con problemas. Yo la veo como una persona ejemplo, una persona fuerte que ha salido adelante, pese a circunstancias como la violación que nos comentó, el que no tuvo padre. Ella ha salido, ha sobrevivido, ha salido adelante ¿tú qué opinas?

- (86) El terapeuta resalta y valora la superación que tuvo Jimena, a pesar de los problemas que tuvo para conseguirla. Puede observarse la despatologización que el terapeuta realiza al decir “antes que ver a Jimena como una persona débil o masoquista...”

(87) Tp. B: Una Jimena diferente, nueva, en el aspecto que ha ido cambiando. Cuando oigo a Jimena que menciona que ha caído en los mismos errores, a mí me parece que ella ha ido cambiando. En un principio, sucedía la violencia. Menciona en algún momento: es que me decía groserías, me golpeaba. Ahora, no permito que me toque. Ahora le digo que no soy un objeto. De alguna forma yo tengo la impresión de que está estableciendo límites, reglas con este José. No es lo mismo que hace trece años.

- (87) El terapeuta hace notar los cambios que ha tenido Jimena en relación a José. Retrotrae lo dicho por Jimena durante la sesión, para demostrar esos cambios. Introduce la idea que Jimena mencionó al principio de la sesión en el

fragmento (2) para hacerle notar a la consultante que está poniendo límites, y que sabe hacerlo con José. Esta idea se contrapone a la creencia de Jimena de “caer en lo mismo” con José.

(88) Tp. A: Ha tomado decisiones diferentes además. Esto que nos contaba de la preparatoria después de haber terminado con él. Además también ha mantenido a sus hijos y los ha sacado adelante y tiene dos nietos.

(88) El terapeuta retoma el tema del cambio de Jimena. Introduce, dentro de este cambio, las decisiones que la consultante ha tomado para superarse, y para apoyar a sus hijos y nietos.

(89) Tp. B: Claro. Mencionaba que una forma de en la que se daría cuenta que las cosas van funcionando mejor es que tomara decisiones. Yo le diría que ya ha tomado decisiones desde antes de venir aquí. Por ejemplo tiene el poder de decidir. Ahora por ejemplo estoy divorciada. De alguna forma siento que ya no hay esta unión con un papel. Entonces yo puedo decidir cuando terminar la relación. Es diferente.

(89) El terapeuta continua con el tópico de las decisiones. Retrotrae el relato de la consultante cuando se le preguntó la proyección a futuro y se le hizo notar que aquellas cosas que mencionó como elementos importantes para una mejoría en su vida ya han ocurrido. Se hace énfasis en la decisión del divorcio. Esta afirmación se contrapone a la idea de la mujer que tiene angustia de la soledad que posee la consultante. Aunado a esto, se concluye que se trata de una situación diferente la que está viviendo Jimena en la actualidad. Esto refuerza la idea que ya se había planteado que Jimena se encuentra en una situación diferente que se contrapone a la creencia de caer en lo mismo y de que es co-dependiente o “enferma” a causa de ello.

(90) Tp. C: Sí claro. Y también con esto, si no resultara la relación que empieza nuevamente con José, que tal vez pueda funcionar porque ella ya tiene claras sus límites y sus reglas. Tiene nuevas reglas del juego para empezar una nueva relación. Porque ella se lo está aclarando, yo ya no quiero golpes, ya no quiero esto. Pero si no funcionara también veo muchos aspectos positivos, desde el punto en que ella, desde que se separaron, tomó decisiones muy importantes como terminar la prepa, terminar la secundaria, hacer proyectos. Y en caso en que se dejaran ella podría hacer más proyectos y terminar más sueños. Sueños que ella tal vez tiene inconclusos y que tal vez no se podría quedar estancada y que sería para ella mucho más fácil.

(90) La terapeuta introduce un nuevo tópico en la reflexión. Habla de las posibilidades que se le pueden dar a Jimena en caso que decida continuar con José, y en caso

de que no. La terapeuta introduce ambas posibilidades sin valorar una más que otra: ambas posibilidades son valiosas. Enfatiza las nuevas pautas de relación que está teniendo con José, en las que los límites que pone Jimena están tomados a consideración dentro de esta nueva relación. También pone énfasis en las posibles consecuencias en caso de que no funcionara la relación con José, refiriendo los proyectos que Jimena había mencionado en sesión.

(91) TpA: tal vez esta situación de tocar fondo también tenga que ver mucho con la pregunta que se hacía de ¿por qué? A final de cuentas yo creo que tenía que vivir ciertas circunstancias, por responsabilidad, por situaciones, que no es por masoquismo, sino por una situación de circunstancias, de responsabilidades, de entrega, que le ayudaron a aprender nuevas cosas y a tener nuevos valores que tú mencionaste hace rato.

(91) El terapeuta retrotrae la frase de la consultante de “tocar fondo” y despatologiza. Le da una connotación positiva refiriéndose a ésta como situaciones cotidianas o “circunstancias” de las que se le hizo posible a Jimena aprender recursos. Cabe señalar que el terapeuta, al utilizar la frase “tocar fondo” que usó Jimena, hace un resumen de todas las dificultades que Jimena vivió. Entonces, lo que el terapeuta despatologizó fue todo aquello que Jimena le daba una connotación negativa: la violencia, los malos tratos, la etapa de separación etc.

(92) TpB. Y que esta parte del estancamiento de alguna forma siento que ya pasó. Ella dice ya toqué fondo, ya toqué fondo. Ya está atrás. Ahorita es buscar cosas diferentes. Es lo que veo que ahorita está haciendo.

(92) El terapeuta continúa haciendo referencia a la frase “toqué fondo” utilizada por Jimena. Éste abre posibilidades presentes, al hablar de los eventos que sucedieron en el pasado, el terapeuta deja entendido que eso no se puede cambiar y le hace notar a Jimena sus posibilidades para emprender las decisiones, soluciones y proyectos de las que se habló durante sesión.

(93) CoTp.: Ahora que escuchamos al equipo reflexivo, estábamos pensando en dejarle una tarea. Usted mencionaba que no se merecía muchas cosas de las que estaban sucediendo, entre ellas un tipo de relación. Y que se merecía muchas cosas más. Nos gustaría que para la próxima sesión usted reflexione qué es lo que se merece a parte de lo que dijo el equipo terapéutico para que nos lo comente.

(94) Tp. 1: Resumiendo, la tarea que se le queda es que reflexionara un poco acerca de las observaciones del equipo terapéutico y que pensara en ¿qué es lo que usted merece? ¿Qué es lo que quiere merecerse?
¿Nos vemos entonces dentro de ocho días?

(95) Dentro de ocho días a la misma hora. Gracias

(96) Tps. Para servirle.

(93) Se le hace saber a Jimena la tarea para la próxima sesión. Se retomó lo que dijo Jimena acerca de lo que “*no se merecía*” en el fragmento (82) y se formula en positivo. A través de esta tarea se guía a la consultante para que precise, en términos afirmativos, lo que Jimena *sí* se merece.

(94) La terapeuta hace un resumen para recordarle a la consultante la tarea final. En ésta, se le adiciona a la consultante la reflexión acerca de lo dicho por el equipo reflexivo. Finaliza puntualizando la próxima cita.

(95) Jimena confirma el día de la cita y la hora.

SESIÓN 2

(1) Tp.- ¿Cómo le ha ido estas semanas?
(2) J.- Pues mal, fíjate. Mal porque sigo muy agresiva. Te digo que cuando empiezo a tocar esto en las terapias, me remueve y reacciono muy a la defensiva.
(3) Tp.- Cómo es reaccionar a la defensiva?
(4) J.- Te digo esto porque fuimos a un día de campo. Y a mi hija se le ocurrió llevarse a un niño de siete años de la familia de su papá de ella. Todo bien, y ya de regreso el niño venía platicando que él veía películas de espanto y qué se yo. Mi nieta le pregunta que si eso no le espantaba. El niño le contesta “no porque soy muy machito”. A mi eso me prendió, la palabra “macho” me prendió haz de cuenta que yo creo que peor que si me la hubieran mentado. Me prendió demasiado. Yo me puse así, pues me dicen que ya estoy loca: “ay mamá ya estás bien loca” y el papá también “ay ya estás bien loca”. Entonces yo le dije al niño: “no eres un macho, eres un niño”. El padre me dice: “déjalo, él no sabe lo que dice”. Y yo le dije: “¡¡no!! Fíjate que sí sabe lo que dice, pero no diciéndolo bien, sino así fuerte, elevando la voz. Me dice él “cállate, tú no eres la persona indicada para decir cómo lo eduques”. Igual mi hija, los dos como que me contradijeron. Y eso me enfadó más, me enfadó muchísimo. Entonces yo le dije al niño bien, siento que bien, pero a lo mejor con la voz levantada: “oye, ¿sabes qué? tú no eres un macho, eres un niño. Te voy a decir qué es un macho: un macho es un animal que tiene cuatro patas y carga cosas pesadas. Eso es un macho” y hasta ahí. Pero se pusieron tremendos, entonces a mí me prendió. Ya mi hija se fue para su casa y todo. Y yo me puse a discutir otra vez con el padre de mis hijos. Le empecé a sacar otra vez. Me dice: “¿sabes qué? Mañana hablamos”, le digo: “no ahorita me vas a escuchar” yo enojadísima le dije: “ahorita me escuchas por que me escuchas” así. Entonces dice: “no, no, no, yo no tengo nada que escucharte ahorita”. Le digo: “pues me vas a escuchar”. Entonces lo empecé a insultar, , groserías. Le digo: “ ¿sabes porqué esa palabra me prendió horriblemente? Porque toda mi vida he vivido con un macho, que eres tú. Dice que el niño no sabe lo que dice, sí sabe. Porque ahorita ya le están metiendo la idea, y lo están... Bueno, dices tú: yo no soy la persona indicada para educarlo. Pero, simplemente a mí me molesta esa palabra, porque toda mi vida viví con un macho y ese macho eres tú el que me golpeaste, me humillaste y bla, bla, bla, y ya le empecé a sacar.

Y te voy a decir una cosa: **tengo dos nietas que a mí no me gustaría que convivieran con un tipo de esos así.** Y a mí me dijo que estaba loca, que no sé qué y bueno, todo un relajo.

- (1) Con esta pregunta, abro la conversación terapéutica. Busco obtener una aproximación de la perspectiva de la consultante con respecto al problema, durante las semanas en que no fue a sesión, así como también traer a la conversación aquellos cambios que se presentan en la narrativa de la consultante y, por tanto, en los significados.
- (2) Jimena localiza un problema en sus reacciones agresivas y las asocia al pasado. Ella dice: **cuando empiezo a tocar esto en las terapias, me remueve y reacciono muy a la defensiva.**
- (3) Con esta pregunta busco acotar el significado de “reaccionar a la defensiva” para Jimena.
- (4) La consultante resume su malestar con referencia a un solo día de los veinte días a los que me referí en la pregunta de apertura. Relata una anécdota en la que se puede notar la manera en que le “remueve” el pasado con violencia que vivió con José. Se observa cómo de la palabra “machito” que utiliza el niño para definirse a sí mismo, Jimena lo transfiere a la palabra “macho” asociado a la definición de José. Jimena dice: **El niño le contesta “no porque soy muy machito”. A mi eso me prendió, la palabra “macho” me prendió haz de cuenta que yo creo que peor que si me la hubieran mentado. Me prendió demasiado.** Esta anécdota hace alusión a una falta de control ante un referente problemático para ella.
Ante este tipo de reacciones, Jimena se siente rechazada y etiquetada por su familia. Jimena menciona: **Yo me puse así, pues me dicen que ya estoy loca: “ay mamá ya estás bien loca” y el papá también “ay ya estás bien loca”.** Puede notarse que la reacción de la consultante cuando nota la “contradicción” de José y de su hija es de enojo, y que canaliza con “el padre de sus hijos”, es decir, José. Ella dice: **Y yo me puse a discutir otra vez con el padre de mis hijos.**
Jimena, en su enojo, agrade verbalmente a José y comienza a hablarle de cosas que vivió en el pasado: **Entonces lo empecé a insultar, , groserías [...]**“¿sabes porqué esa palabra me prendió horriblemente? Porque toda mi vida he vivido con un macho, que eres tú [...]Me golpeaste, me humillaste.
Aparece la creencia en la que Jimena se concibe como una persona que promueve la repetición de historia de violencia con sus hijos y sus nietos. Sólo que, a través de la narración de Jimena, se puede notar que no lo concibe como algo irresoluble. Jimena refiere: **tengo dos nietas que a mí no me gustaría que convivieran con un tipo de esos así.**

(5) Tp.- ¿José le dijo a usted que estaba loca?
(6) J.- Ajá. Él siempre me dice que estoy loca. Igual y mis hijos ya también me dicen que estoy loca. Y me él dice, porque José sabía que yo vengo a tomar terapia. Me dice: “me extraña que tomes terapia, me extraña porque estás peor” Le digo: “es que no lo entiendes porque no lo has hecho, no lo tomaste”
(7) Tp.- Este incidente que me está comentando, ¿hace cuánto fue?
(8) J.- Hace veinte días.
(9) Tp.- Veinte días. Y ¿después de esos veinte días?
(10) J.- Pues mira, según platicamos.

- (5) Con esta pregunta intento aclarar quién le había dicho loca.
- (6) Jimena relata, la manera en que recientemente, sus hijos la marginan y aíslan, a partir de sus reacciones. Ella dice: **igual y mis hijos ya también me dicen que estoy loca.**
- (7) Intento ubicar en un plano temporal el incidente a partir del cual la consultante resume su malestar, dado que únicamente menciona ese incidente en dos semanas que no acudió a la sesión en terapia.
- (8) La consultante refiere que el evento sucedió en un momento lejano.
- (9) Pregunté acerca del resto de los días que Jimena pasó por alto a raíz de la prioridad que le dio al evento problemático.
- (10) Jimena hace referencia al diálogo que entabló con José.

(11) Tp.- ¿platicó usted con José?
(12) J.- Sí, después platicamos. Y después, bueno, pasó eso. Este...creo que ya te había platicado que yo ya no permito que vaya por mí al trabajo , porque se molestaba y tatatá. Entonces, me agarró con estas lluvias tan fuertes, me agarró un aguacero tremendo y a lo mejor también... Bueno, no sé... Tenemos un lugar donde ponemos las llaves. No carga uno llaves. Entonces él que me deja fuera y llegué toda como sopa, bien mojada. No pues ya, súper enojadísima yo. Entonces agarro y chin chin, le toqué y no. Y que le vuelvo a hacer, pero ya así con (haciendo un ademán con la mano abierta, simulando que golpea con ella la puerta) taz, así. Y no, el ni... Yo casi rompo un vidrio y para nada. Afortunadamente, traía unas llaves que me acordé que mi hija me las había dado. Le digo:” ¿sabes qué? Déjame tus llaves, le voy a sacar un duplicado, porque tu papá yo creo un día me deja fuera dentro de sus...” Y dicho y hecho, no fue tan lejos el día. Entonces, llegué, ya entré y estaba

todo ebrio.

Entonces agarro y le digo: “oye, yo te estoy tocando ¿porqué canijo quitas las llaves? ¿qué te pasa? Mira como vengo”.

Y me dice: “ese no es mi problema” **Y yo como estaba bien enojada dije: “tranquila, tranquila, tranquila”**

Entonces ya agarré y me eché un baño y ya. No le dije nada. Entonces el fin de semana eso fue.

Sucedió el domingo lo de este niño. Luego el lunes pues me dejó fuera. Martes, miércoles pues ya. Y el jueves otra vez llegué y no estaba en casa. Llegó como a las dos de la mañana, igual, bien ebrio. Entonces ya, este... hice lo mismo, quité las llaves.

Entonces ya estaba... En cuanto tocó, dos, tres toquidos me levanté.

Y dije, , yo no pude... hacer, bueno, no lo mismo de que no le fuera a abrir sino yo agarré y le fui a abrir.

Y le dije: “oye, pues son las dos de la mañana ¿porqué llegar a esta hora?”

Y me dice: “¿sabes qué? No te interesa”. Le digo: “a ver, a ver, tranquilo ¿cómo que no me interesa? Mientras estés aquí en mi casa” le digo “ me tienes que decir de dónde vienes”

Le dije: “ lo que pasa es que yo estoy preocupada”, yo le dije así, porque así luego se emborracha y trae carro, y la otra vez lo pescaron que porque había dado un golpe y estaba hasta detenido.

Entonces le digo: “ya ves la otra vez, qué te pasó” y cuando le pasa eso corre a una concuña que tiene, le digo que parece que es su mamá. Porque a mí me habló mi hija por teléfono: “ven a ver a mi papá”. Que arregle él sus problemas, él se lo buscó, pues que las arregle. No voy a ir.

Y hasta toda su familia se enoja, porque quiere que ahí esté. Oye no soy su mamá. Le digo: “oye quieres que toda la vida te anden rescatando de todos tus problemas”.

Entonces ya pasó eso y ya no le dije nada. El fin de semana ya el sábado le dije: “vamos a hablar” Y el me dice: “ay, ya vas a empezar” y le digo: “no, no voy a empezar, vamos a hablar. Quiero que me escuches”

Le digo: “hablas tú primero o hablo yo. **Si hablo yo primero quiero que respetes hasta que termine de hablar. Y si hablas tú igual yo te escucho”**

Y ya pues dice: “tú quieres hablar ¿no?”

Y ya le digo: “a mí no me parecen muchas cosas. Para empezar...” volvimos a lo del niño.

“te voy a explicar esto y esta otra cosa”.

“¿otra vez?” (refiriéndose a lo que le respondió él).

“sí, para que lo entiendas, eso para mí fue demasiado molesto y que me estén etiquetando que soy una loca. No soy una loca ¿sí?”

Vuelve a lo mismo Y me dice: “pues yo no sé qué te dirán en las terapias, porque estás como una lo...”

Y le digo: **“Ya. Vamos a hablar y no nos vamos a ofender. Y eso me agrade a mí ¿sí?”**

Porque inclusive ya habíamos hablado y me dijo según que se iba a tomar unas

terapias. Ese día me dijo: “No, yo no”. Como diciendo “yo no estoy loco. No, yo no”

Le digo: “mira yo ni te voy a forzar a que vayas. **Yo, aunque a lo mejor dices tú que sea yo una loca, pero para mí me siente muy bien eso ¿sí?**”

Entonces ya continuamos y me dice: “ya vas a empezar a atacarme, que quien sabe que”. Le digo: “no, realmente tenemos que volver a tocar el punto de lo del niño para que me entiendas porqué me enoja mucho” Le digo: “es que yo tengo dos niñas y mi hija igual es madre soltera y a mí no me gustaría que le tocara un tipo de esos ¿sí?”

“Ahora yo no me entiendo” y yo se lo dije: “realmente te voy a decir una cosa, no me entiendo ¿porqué yo sigo conviviendo contigo? No lo entiendo...”

Y me dice: “adelante, el día que tú me digas ¿sabes qué? Si no te sientes bien conmigo, ahí háblame. Tú háblame y yo me voy de aquí. No creas que estoy aquí porque... no pues si no quieres, pues no”

Fíjate que en ese momento a mí me angustia, me entra así como un miedo. Porque no tengo el valor de decirle: “pues sí ¿sabes qué? Que no, ya no quiero vivir contigo” No se lo puedo decir. Me siento mal, me enoja, todo, todo. Pero no me puede decir esa fortaleza dentro de mí, ese valor que le diga: “pues sí, ya, ¿no? Esto ya se acabó de hace muchísimo tiempo. El hecho de que yo esté aquí, no sé que es lo que estoy buscando. Yo creo que pues me gusta la mala vida ¿no?”

Entonces, a mí... Ya lo aterricé así, ya lo vi, que me falta ese valor para decir: “oye ¿sabes qué? Que ya. No permito que sigas en mi casa, que me sigas ofendiendo. Y menos que te comportes de esa manera. Y cosas así...”

Y yo digo, ahorita que, este... No le puedo decir por ejemplo, ahorita estamos nada más los dos en casa. **Y diario le paso a dejar de comer. Y ahí deja su platito.** No recoge nada. Y si la cama no la hice, igual, así como llega taz ya se acostó. Y este... **yo pensando ¿Cómo lo voy a trabajar? ¿Cómo le voy a decir?**

Que para decirle: “oye ¿porqué no quedamos..., porqué no hacemos un trato de que tú hagas una semana la cama, levantes la cama, y yo una semana? O por lo menos si comes, enjuaga tu platito ¿no? Porque yo también trabajo.

Pero fíjate que no tengo... vuelvo a lo mismo, no tengo ese valor. **Me da angustia y decir: vamos a pelear otra vez.**

- (11) Intento aclarar acerca de lo que sucedió después del incidente que había relatado Jimena.

Jimena relata un evento en el que dialoga con José, sin la presencia de reacciones agresivas ni defensivas y le deja claro lo que siente con respecto de lo vivido con él en el pasado y lo sucedido en el día de campo. Se deduce que Jimena pone límites a José, contradiciendo la percepción que la consultante tiene de sí misma de “no saber poner límites”. Jimena refiere: **Y yo**

como estaba bien enojada dije: “tranquila, tranquila, tranquila” Entonces ya agarré y me eché un baño y ya. No le dije nada

Aunado a esto, se puede notar un control de emociones por parte de Jimena, a través del que dialoga consigo misma y se tranquiliza a sí misma, reflejándose en sus reacciones con José. Ella relata: **Y me dice: “¿sabes qué? No te interesa”. Le digo: “a ver, a ver, tranquilo ¿cómo que no me interesa? Mientras estés aquí en mi casa” le digo “ me tienes que decir de dónde vienes”**

Le dije: “ lo que pasa es que yo estoy preocupada”[...] Si hablo yo primero quiero que respetes hasta que termine de hablar. Y si hablas tú igual yo te escucho”

También es claro cómo propone una forma de relación sin agresiones a José: **Ya. Vamos a hablar y no nos vamos a ofender. Y eso me agrade a mí ¿sí?”**

En este fragmento puede notarse que Jimena comienza a considerar y a planear la negociación de nuevas reglas para la convivencia con José en su casa. Ella lo describe: **oye ¿por qué no quedamos..., por qué no hacemos un trato de que tú hagas una semana la cama, levantes la cama, y yo una semana? O por lo menos si comes, enjuaga tu platito ¿no? Porque yo también trabajo.**

No obstante Jimena afirma temer a la posibilidad de eventos violentos por parte de José, ignorando los límites que ella ya ha impuesto: **Me da angustia y decir: vamos a pelear otra vez.**

(13) Tp.- Todo esto que me está diciendo usted, me parece muy interesante pero... Me quedé pensando un poco en el mensaje que dejó el equipo terapéutico. No sé si se acuerda el mensaje que dejaron y la tarea que le dejaron el pensar qué era lo que usted se merecía ¿pensó acerca de eso?

(14) J.- Sí. Inclusive hice la tarea, pero me vine temprano otra vez a México y se me olvidó.

Que independientemente que yo no tenga ese valor para decirle muchas cosas, para poner límites. Para decirle esto ya no... esto ya es así. **No me merezco este tipo de vida.** Este tipo de vida, esto, **lo que estoy aceptando,** lo que yo estoy viviendo. Siento que no me la merezco.

(15) Tp.- Entonces ¿qué es lo que usted se merece? ¿Qué piensa usted que se merecería?

(16) J.- **Para mí yo quisiera, a estas alturas de mi vida... hacer** lo que yo... **esas inquietudes que tengo para mí.** Como digo, **continuar escuela, estar más tranquila,** no andar con presiones, que tengo que yo dar cuentas de mi vida, que tengo que hacer comida porque si yo quiero como en la calle y ya. Este tipo de vida no me gusta. Pero no puedo salirme, no puedo o no quiero o soy cobarde.

- (13) Aquí retomo la tarea, acerca de lo que se merecía con referencia a la relación de Jimena con José.
- (14) Jimena se da cuenta que puede poner límites en su relación con José, sin embargo, ella otorga una connotación negativa al hecho de “aceptar” a José en una nueva relación. Ella dice: **Que independientemente que yo no tenga ese valor para decirle muchas cosas, para poner límites [...] me merezco este tipo de vida [...]lo que estoy aceptando.**
- (15) Yo acoto acerca de lo que Jimena se merece, convirtiendo la negación en una afirmación.
- (16) Jimena habla acerca de su proyecto de vida, en el que incluye su escuela. Esto lo asocia a una tranquilidad en su vida.

(17) Tp.- Ahorita que me está comentando usted de la tranquilidad, la sesión pasada hablaba usted que se había sentido tranquila en ese tiempo. Un poco antes que viniera a terapia ¿En qué notaba que estaba tranquila?¿Cómo se llevaba con José?
(18) J.- ¿Sabes en qué estoy tranquila? En el que me hago así como la que no veo. Este... ya no quiero continuar con esta vida pesada, angustiándome y haciendo muchísimos corajes. Entonces me la llevo así como que: “oye esto” (haciendo alusión a algún comentario de José) “sí, pues sí” Hasta si tú quieres le llevo a decir, fíjate todavía me sale el decirle: “sí papito, sí” Pero así como que dándole el avión. Porque por dentro de mí...
(19) Tp.- Pero ¿le ha funcionado?
(20) J.- Me funciona
(21) Tp.- ¿Cómo qué otra cosa se le ocurriría para que... sobre esta línea más o menos, para que le ayudara a usted a estar más tranquila?
(22) J.- Mira lo que pasa es que yo ya viví una libertad , desde hace tantos años, doce o trece años. Entonces yo por ejemplo, a mí me gusta mucho el baile. Me gusta mucho. Entonces luego yo le digo, y luego ya: “ash, ya vas a empezar” y yo le digo: “ ¿sabes qué? Me voy con mis hijos” o le digo “me voy a tomar un café con una amiga” Eso haz de cuenta que le parte el alma. Pero él si yo le digo: “vamos a tal parte ¿no?, vamos a tomar un café o vamos a bailar”. Veo que no da nada Y te digo por esto. El sábado, desde que regresamos, él no había ido conmigo a una fiesta familiar, que fue una fiesta de mi hermana, el bautizo de una nieta. Entonces yo le dije: “voy a ir al bautizo” porque ya ni le digo:”vamos”, le digo: “voy a ir”. Y me dice: “¿quieres que vaya por ti? Le digo: No. Y seguramente

que todos los fines de semana...

Le dije: vamos a hacer una cosa. Si tú tomas, no vayas. Yo me vengo con uno de mis hermanos. No me va a pasar nada. **Y yo igual ya me acostumbré a hacerme yo.** Porque antes yo le decía a mis hijas: “préstame a mi niña” pero ahora no, **ahora soy yo.**

Entonces ya cuando lo vi todo briagotote, no le dije nada. Le digo: ¿No vas a cenar? Y sí, ya, cenó.

Y ya después pasamos un rato que disque bailando, todo briago, pero bueno. No iba yo a hacer ahí panchos en frente de toda la gente ¿verdad?

Entonces ya, bailamos y todo. Y había un baile y yo le dije, bueno a lo mejor como está así le voy a decir que me lleve. Pues no lo convencí.

Entonces lo que yo hice (con una risa) **que yo agarro y que prendo el carro y le digo: “si no quieres ir, pues quédate. Yo me voy”** Pues no me iba ir, pero sí se bajó y me aventó las llaves y este... pero yo bien tranquila ¿no? Agarro y que prendo el carro y ya caminé unos cien metros, echando el carro. **Y fíjate que, otra vez ya cuando regresábamos, empezábamos a discutir. Y yo: “no no no tienes que usar la cabeza, tranquila, tranquila, tranquila. No te hiera”.** Y me provocaba: “que esto, y ya te acostumbraste y no sé porqué quieres ir acá” y ese como un tipo de celitos ¿no?

Y le digo: **“tranquilízate mejor, porque te estoy hablando bien. Tranquilízate mejor. Si yo quiero ir, porque de antemano tú lo sabes que a mí me gusta el baile”**

“...ah pero que a mí no me gusta!” (haciendo referencia a la respuesta de él).

“antes lo hacíamos, antes de que tú te fueras” y ya empecé yo ahí: “antes de que te fueras con tatata íbamos y nos la pasábamos bien. Pero ahora no sé, ahora ya no te gusta. Pero yo creo que, si fuera otra persona, sí la llevabas. Pero pues a mí no me llevas”

Y ya empezamos. **Entonces yo dije: “no, tranquila, tranquila”**

Pero sí le empecé a decir: “tú quieres que uno haga siempre lo que tú dices, pero déjame decirte que tú ni siquiera no me has prestado un minuto de atención a preguntarme: oye pues este... pues a lo mejor. Ahora me vas a escuchar lo que yo viví cuando tú no estabas. Porque desgraciadamente, desgraciadamente dónde está mi maldita cabeza, que yo escucho todas las burradas que vives con esta persona. Y yo te estoy escuchando, me presto a escuchar todas tus babosadas. Entonces ahora me escuchas porque me escuchas.

“Ay tú, ya vas a empezar. A eso me llevas”

Porque también esa es la palabra de él, fíjate. Por ejemplo esa que me dice: “a eso me llevas” o “a eso me tienes aquí”.

No te tengo aquí ¿sí?, porque ni te tengo amarrado, ni eres un chamaquito para que te esté yo debajo de un candado y ahí estés encerrado, una. Dos, no te llevé porque tú solito fuiste y quedado en un acuerdo de que si venías borracho mejor ni llegaras. Y llegaste ¿no?

Entonces no me digas.

Pero eso me hace sentir mal, culpable. Porque fíjate cómo reaccioné el domingo este...

Ay no, no, no sé. Pues yo creo que me puse como un tapete ¿no? Porque compramos una lavadora. Allá inclusive [no se entiende]

- (17) Retomo el comentario que realiza Jimena acerca de la tranquilidad, y traigo a la conversación el relato de Jimena de la sesión anterior, en la que afirma haberse sentido tranquila. Esta pregunta está orientada hacia la autoconciencia de Jimena con referencia a la tranquilidad y su relación con José. De esta manera, introduzco la noción de tranquilidad asociada a la relación que tuvo con José.
- (18) Jimena habla de formas de relación más amables con José. Ella dice: **¿Sabes en qué estoy tranquila? En el que me hago así como la que no veo [...] Entonces me la llevo así como que: “oye esto” [...]“sí papito, sí” Pero así como que dándole el avión.**
- (19) Aquí hago notar a Jimena que es una forma de relacionarse con José que le ha ayudado a sentirse más tranquila.
- (20) Jimena afirma que el “hacerse como la que no ve” le funciona en el presente.
- (21) Con esta pregunta busco ampliar la búsqueda de formas de relacionarse con José que le hagan sentir más tranquila a la consultante.
- (22) En este fragmento de la narración puede notarse que Jimena cree que estando con José no posee libertad para hacer las cosas que le gustan, tal como bailar, ir al cine, etcétera: **Mira lo que pasa es que yo ya viví una libertad.** Esto podría implicar que Jimena se sienta limitada en la relación con José.

A pesar de ello, Jimena hace las cosas que le gustan, ella se va a las fiestas de manera independiente a José, este evento contradice la auto-percepción de Jimena de ser una persona co-dependiente. De cuenta nueva, puede apreciarse que Jimena pone límites a José y se percibe a sí misma más independiente: **Entonces yo le dije: “voy a ir al bautizo” porque ya ni le digo:”vamos”, le digo: “voy a ir”[...] Le dije: vamos a hacer una cosa. Si tú tomas, no vayas [...]. Y yo igual ya me acostumbé a hacerme yo [...] ahora soy yo.**

Jimena refiere otro evento en el que se puso a discutir con José y tuvo un autocontrol, y tranquiliza a José: **Y fíjate que, otra vez ya cuando regresábamos, empezábamos a discutir. Y yo: “no no no tienes que usar la cabeza, tranquila, tranquila, tranquila. No te hiere” [...] Y le digo: “tranquilízate mejor, porque te estoy hablando bien. Tranquilízate mejor. Si yo quiero ir, porque de antemano tú lo sabes que a mí me gusta el baile”**

La consultante relata otra situación en la que pone límites y le hace saber a José lo que siente: **“Ay tú, ya vas a empezar. A eso me llevas”**

Porque también esa es la palabra de él, fíjate. Por ejemplo esa que me dice: “a eso me llevas” o “a eso me tienes aquí”.

No te tengo aquí ¿sí?, porque ni te tengo amarrado, ni eres un chamaquito para que te esté yo debajo de un candado y ahí estés encerrado, una. Dos, no te llevé porque tú solito fuiste y quedado en un acuerdo de que si venías borracho mejor ni llegaras.

(23) Tp.- ¿Eso también fue en el transcurso de esta semana?
(24) J.- (sonriente) Sí. Habíamos quedado en que la iba ya a poner ya para que funcionara. Entonces ya él se levantó y ya empezó a trabajar, a ponerme la lavadora. Entonces yo muy tranquilamente, le fui a traer una cerveza, le serví su cerveza, le piqué su papaya. Así como un premio. Imagínate nada más. De repente, , yo me he dado cuenta que estoy en una línea de que a veces estoy totalmente así en el piso, y a veces estoy así , arriba.
(25) Tp.- Y ¿cómo es cuando está arriba?
(26) J.- Que me siento... con mucho ego, que quiero tener el poder, que quiero...
(27) Tp.- Y lo está logrando ¿no? Porque por lo que usted está contando ahorita, usted está imponiendo sus reglas ¿no?
(28) J.- Sí.
(29) Tp.- Pareciera que está hablando de dos Jimenas distintas...
(30) J.- Sí, fíjate que a veces peleo con la noble y a veces me sale la...
(31) Tp.- Y le está ganando, le está ganando
(32) J.- Sí, porque yo lo veo así: que a veces peleo así, y peleo así (haciendo ademán de choque con los dedos índice de ambas manos) con las dos porque, mira, hay veces que ya la otra me está diciendo: “tranquila, tú sométete a lo de antes, que te pise, que te diga, tú dale el avión” Pero cuando sale la otra ¡olvídate! Me empieza, haz de cuenta que me empieza a ¡chin! A revolver todo. Haz de cuenta que un torbellino, porque me revuelve todo, todo. Y ya cuando siento, ya... Y pues él dice: “oye es que no puedo hacer todo lo que tú me digas, no me vas a controlar mi vida” (haciendo referencia a lo que ella le contesta) “no te la estoy controlando, simplemente yo te estoy diciendo lo que a mí me siente bien. No te la estoy controlando” Y fíjate, en ese momento, en ese momento que me dice él: “es que estoy aquí porque quieres” o no sé, es esa palabra. Le digo: “no estás aquí porque quiero, estás aquí porque quieres tú ¿sí?” Así se lo digo... Entonces...

- (23) A través de esta pregunta intento unir en una línea temporal aquello que la consultante ha hecho para permanecer más tranquila. Dicha pregunta tiene la intención de resaltar que no sólo ocurrió el incidente que narró al inicio de la sesión, sino que también sucedieron eventos en las que ella hizo cosas para estar más tranquila, logrando su cometido.
- (24) Jimena relata una situación en la que se comportó amable con José y ella le da una connotación negativa. La consultante repara en esto y afirma encontrarse oscilante entre un autoestima baja o “en el piso” y un autoestima “alta” en su relación con José: **yo me he dado cuenta que estoy en una línea de que a veces estoy totalmente así en el piso, y a veces estoy así , arriba.**
- (25) En esta intervención retomo aquello que Jimena dijo cuando se refiere a ella misma con un autoestima alta, es decir, cuando está “arriba”. Esto, con la finalidad de identificar los elementos en la relación de Jimena con José que hace que Jimena le otorgue una connotación positiva.
- (26) Jimena asocia lo que define como “estar arriba” con un sentimiento de “ego” y con un afán de poder.
- (27) Aquí doy cuenta de las cosas que ha intentado Jimena que le han hecho sentir con ego, y con afán de poder, asociándolo a la imposición de reglas y, por tanto, de límites con José.
- (28) La consultante afirma la asociación entre los límites y su sentimiento de “encontrarse arriba”
- (29) Retomo lo que Jimena dice acerca de encontrarse “en el piso” y “encontrarse arriba” , para conseguir mayor información acerca de este cambio entre sentirse arriba y sentirse abajo.
- (30) Jimena afirma encontrarse en una lucha constante entre esos dos estados.
- (31) Le hago saber a Jimena que la lucha la está ganando, dejándole entendido que está sabiendo mantenerse con el autoestima arriba.
- (32) Jimena relata aquellas cosas que hace que la hacen sentir “en el piso”, en la que se somete a lo que dice José: **la otra me está diciendo: “tranquila, tú sométete a lo de antes, que te pise, que te diga, tú dale el avión”**
Se puede apreciar también que Jimena hace una clara distinción entre las reacciones pertenecientes a “darle el avión” a José y las reacciones que implican ponerle sus límites: **cuando sale la otra [...] haz de cuenta que me empieza a ¡chin! A revolver todo. Haz de cuenta que un torbellino, porque me revuelve todo, todo. Y ya cuando siento, ya... Y pues él dice: “oye es que no puedo hacer todo lo que tú me digas, no me vas a controlar mi vida”**

(33) Tp.-Quiero hacerle una pregunta que me surge ahorita ¿qué de diferente es cuando la Jimena fuerte, la Jimena donde el ego está en alto hace de diferente que la otra Jimena no hace? ¿Cómo le hace la Jimena con el ego fuerte para ganar las batallas? ¿Qué pasa cuando gana esas batallas?
(34) J.- (suspiro profundo) Pues en ese momento... pues siente que vale mucho. Siente que puede y ha podido. Porque pues ya viví sola. ya viví la experiencia, no la voy a vivir a penas...
(35) Tp.- Claro...
(36) J.- Entonces digo: “no Dios mío ¿Cómo...? Porque si hago eso, ¿cómo chingados...? y con perdón de la palabra....”
(37) Tp.- No, no, adelante, está en su derecho...
(38) J.- ¿Cómo chingados? ¿Cómo es posible que yo no me pueda salir de este...? a veces me siento así como en un frasco que estoy apunto así como que de salir, pero no... ¡Chin!;Otra vez! ¡Vas para adentro! Así como si alguien me jalara de las patas... y ¡vas para adentro! Tú no sales porque no sales. Pero así como tú dices, como cuando esa Jimena sale así con... con garra, con coraje, se siente bien. Dice: “Tú puedes, tú puedes porque puedes, yo no sé que haces ahí...”
(39) Tp.- ¿Y cómo le haces para permanecer, para estar en tiempos con la Jimena en alto, la Jimena que gana las batallas?
(40) J.- Porque en ese momento me siento llena de mí, de energía. Le pido a Dios que me de mucha fuerza. Y yo digo: “Hasta este día de hoy, estoy bien de salud. Dentro de lo cabe, que voy acá, que voy allá... Estoy bien de salud, entonces ¿qué busco? ¿por qué me angustio? ¿por qué me busco esa mala vida? De estarme pasando momentos muy desagradables con este señor. Entonces eso es lo que... Pues sí me hace fuerte. Me acuerdo de todo el daño y eso me remueve y me pone arriba

(33) Hago una pregunta con la finalidad de obtener, en acciones concretas, aquello que Jimena hace cuando se siente con mucho ego y que gana las batallas a la Jimena “sumisa”. Al mismo tiempo se ubica lo que Jimena siente dentro de cosas que ella ha realizado, implicando una autocompetencia y control sobre su propia vida.

(34) Jimena habla acerca de su valía personal, habla de la soledad que vivió en un pasado, habla de su sentido de competencia con los problemas: **Pues en ese momento... pues siente que vale mucho. Siente que puede y ha podido. Porque pues ya viví sola.**

- (35) Aquí reafirmo lo expuesto por Jimena.
- (36) Jimena no se explica el temor a la soledad, ya que ya vivió la soledad antes de regresar con José.
- (37) Aliento a Jimena a expresarse a su manera y a su gusto.
- (38) En este fragmento Jimena relata que al lado de José se siente enfrascada, es decir, limitada. Nuevamente hace alusión de encontrarse oscilando entre un estado de “enfrascamiento” y de libertad: **a veces me siento así como en un frasco que estoy apunto así como que de salir, pero no... ¡Chin! ¡Otra vez! ¡Vas para adentro!**

No obstante, Jimena retoma lo que dije en la pregunta anterior para ampliar su relato acerca de la Jimena que se siente “arriba”: **Pero así como tú dices, como cuando esa Jimena sale así con... con garra, con coraje, se siente bien. Dice: “Tú puedes, tú puedes porque puedes, yo no sé que haces ahí...”**

- (39) Con esta pregunta intento obtener información acerca de las acciones concretas que realiza Jimena para sentirse “arriba”. El lenguaje que utilicé sugiere a Jimena que es algo que ha podido llevar a cabo de manera exitosa, ya que lo ha logrado conseguir durante periodos de tiempo largos.
- (40) Jimena habla de llenarse de sí misma, lo que podría implicar que la consultante da cuenta que los recursos los encuentra en sí misma y los ubica. Esto la llena de energía. Habla de un diálogo consigo misma. Dado que el diálogo aparece, tanto en sesiones anteriores como en la actual, se podría considerar como un recurso que Jimena utiliza consigo misma y con su familia: **en ese momento me siento llena de mí, de energía. Y yo digo: “Hasta este día de hoy, estoy bien de salud. Dentro de lo cabe, que voy acá, que voy allá... Estoy bien de salud, entonces ¿qué busco? ¿por qué me angustio? ¿por qué me busco esa mala vida?**

Jimena recurre al pasado de violencia que vivió con José para mantenerse en alto: **Me acuerdo de todo el daño y eso me remueve y me pone arriba**

(41) CoTp.- Sí, a mí me gustaría hacer una pregunta: de la última sesión que vino le dejamos otra tarea que usted visualizara su vida en unos cinco años con José y sin José, entonces a mí [no se entiende] ¿cómo se ve usted?
(42) J.- Ah no pues... Yo creo que con él...
(43) CoTp.- ¿cómo se ve con él?
(44) J.- No pues una mujer sumisa... Sumisa, toda sumisa y tonta, tonta, tonta. Porque hasta el sábado yo le dije: “no creas que soy la mujer de hace diez años eh?”
(45) Tp.- ¡Y no lo es!

<p>(46) J.- Sí, yo sí se lo dije: “no creas que soy la mujer de hace diez años, entonces a ver ¿qué vamos a hacer? “ Pero sí, esa mujer que este... Creo que ahora lo que quiero yo... bueno a controlar mis emociones. Esa mujer yo la veo deshaciéndose, desgarrándose el alma e implorando al hombre que no se vaya...</p>
<p>(47) CoTp.- José presente...</p>
<p>(48) J.- Ajá...</p>
<p>(49) CoTp: y ¿cómo se ve sin José?</p>
<p>(50) J.- Me siento muy poderosa. Siento que con él o sin él yo saldría. Porque ¿sabes qué? Otra cosa fijate. El día que fuimos al día de campo, ahorita me acordé... Le dije: “préstame tantito tu carro” porque yo quiero aprender a manejar. Y ya agarró y me lo prestó como ¿qué? Diez minutos. Y yo le digo: “eres bien egoísta” Y ese día de sábado igual, pasó lo mismo. Y te digo que ya lo arranqué y todo, y entonces me dice: “quién sabe quién ya te enseñó a manejar” así me lo dijo. Y le digo: “¿Qué? ¿Me crees una tonta? No soy una tonta. Si esto no es cosa del otro mundo. Y lo que pasa es que eres bien egoísta” Y me dice: “sí lo soy, fíjate que sí lo soy” Le digo: “ah órale” Y se me ha metido la idea de comprarme un carro. Y yo pienso que lo voy a hacer, sí lo voy a hacer... Pero eso es lo que quiere, tenerme debajo de él... Como me humilló tanto en la Jimena, la que estaba ahí sumisa, llorando, abrazando a los hijos y diciendo ahí pues... humillada ¿no? tirada ahí y humillada. Y ahora no. , y ya se lo he dicho que ya no soy la mujer de antes. Y... no sé , pero, no acabo de entender por qué no me sale así como ese coraje de decirle en ese momento: “¿sabes qué? Ya, hasta aquí. Pero ¿sabes cómo lo quiero manejar? Quiero ser una mujer muy... muy este... inteligente para saber manejar. Que no le diga yo a gritos ni a sombrerazos. Así ¿sabes qué? Hoy hice una comida que a ti te gusta, vamos a comer y después de todo eso, mira... Sí se lo quiero plantear así: “ya sabes que... esto ya no funciona, tú hay muchas cosas que no estás de acuerdo conmigo, porque tú quieres que se haga lo de antes y para nada, eso para nada, definitivamente queda descartado” “por ejemplo yo a veces reconozco cuando te insult...” porque lo insulto y lo sé reconocer. Ahora esta vez de que te digo que le di la cerveza y todo, ya no... porque “ah no pues discúlpame”. Yo pues dije: ya no, con disculpas no. Lo hice así, pero como manifestando una disculpa, pero lo hice así de esa forma. No lo había yo hecho. Yo creo que él se fue para atrás, la verdad. , se sorprendió porque ahí le arrimo esto, ahí le llevo lo otro. Pero quiero ser muy inteligente, muy tenaz. , te digo, vuelvo a lo mismo, no sé una comida, qué se yo y decirle: “¿sabes qué? Mejor hasta aquí” porque hay proyectos en la ca... si te dije la vez pasada de lo de la casa. Decir: ¿sabes qué? mira, mejor déjalo así, si lo hago o no lo hago es mi problema. Porque yo también tenía como otra idea: “y si dejo que lo haga y después le</p>

digo ¿sabes qué? Pues ya” Yo pienso que eso pues, para mí, tampoco no es honesto ni se vale, para mí. Y para que toda la vida me esté fregando: “no pues que para eso me quisiste, me utilizaste” No, decirle: “lo que yo pueda, lo hago y si no pues ni modo. Como Dios me dio a entender voy a vivir yo aquí. Entonces, eso es lo que yo quiero. No sé, **siento que algo espero yo. Tener esa inteligencia. Ya ir con, como lo decía yo la otra vez, tener armas ¿no? Tener armas...**

- (41) La coterapeuta hace una pregunta en la que implica que Jimena se proyecte a futuro. En esta pregunta explora dos posibilidades que la consultante ha planteado explícita e implícitamente durante el proceso: la primera, el futuro al lado de José y, la segunda, el futuro sin la presencia de José.
- (42) La consultante comienza su relato de proyección a futuro, haciendo énfasis en su relación con José.
- (43) La coterapeuta direcciona la conversación hacia la visualización del futuro de Jimena con José.
- (44) Jimena se siente sometida en la relación con José. Este significado ya había aparecido en la sesión anterior. No obstante, Jimena da cuenta la manera en que ella le deja claro a José que no es una mujer sumisa, que ahora es una Jimena diferente: **el sábado yo le dije: “no creas que soy la mujer de hace diez años eh?”**
- (45) Reafirmo lo que dice Jimena acerca de ser una mujer distinta a la del pasado violento con José.
- (46) Jimena ratifica que se percibe a sí misma diferente, y se lo deja saber a José. A través de ello, considera la posibilidad de una relación con José y de negociación de nuevas formas de relacionarse con él: **se lo dije: “no creas que soy la mujer de hace diez años, entonces a ver ¿qué vamos a hacer?”** La consultante repara en esta situación y asevera que, en dada la situación, necesita del control de sus emociones. Jimena siente que aún percibiéndose distinta, posee la sensación de miedo a la ausencia, no de José, sino de la figura masculina: **Creo que ahora lo que quiero yo... bueno a controlar mis emociones. Esa mujer yo la veo deshaciéndose, desgarrándose el alma e implorando al hombre que no se vaya...**
- (47) La coterapeuta aclara que el relato dado por Jimena se refiere a la proyección de futuro con José.
- (48) Jimena confirma la aclaración de la coterapeuta.

(49) La coterapeuta dirige la conversación hacia la proyección de un futuro sin relacionarse con José.

(50) Ella asocia la ausencia de José con el poderío personal. Puede notarse como posterior a esta afirmación, Jimena repara y dice lo siguiente: **Me siento muy poderosa. Siento que con él o sin él yo saldría.** Posterior a estas afirmaciones Jimena relata un evento en el que lleva a cabo las cosas que quiere a pesar de las limitaciones que le pone José. Esto denota que este sentimiento de poderío y de independencia con respecto de José es algo que ya está sucediendo en la vida de Jimena.

Puede notarse cómo, dentro de los recursos de Jimena se encuentra el establecimiento de metas claras y fijas, tiene la capacidad de planeación: **Y se me ha metido la idea de comprarme un carro. Y yo pienso que lo voy a hacer, sí lo voy a hacer...**

Aparece la planeación del diálogo con José para decirle sus deseos de vivir sola. Jimena identifica claramente los elementos que necesita para cumplir esa meta. La consultante refiere: **Quiero ser una mujer muy... muy este... inteligente para saber manejar. Que no le diga yo a gritos ni a sombrerazos.**

Otro recurso en Jimena es la búsqueda de cosas distintas no sólo en su vida personal sino en su relación con su familia. Aparece un fragmento en el que intenta nuevas formas de relacionarse con José: **[...] esta vez que le di la cerveza [...] dije: ya no, con disculpas no. Lo hice así, pero como manifestando una disculpa. No lo había yo hecho.**

Además, Jimena identifica que estas nuevas formas de relacionarse que intenta, tienen consecuencias positivas en los demás. Ella relata: **se sorprendió...**

De cuenta nueva, Jimena habla de la planeación del diálogo con José y otorga énfasis a la inteligencia. Esta inteligencia se encuentra asociada a tener “armas” o control de la situación y de sus emociones. Jimena dice: **siento que algo espero yo. Tener esa inteligencia. Ya ir con, como lo decía yo la otra vez, tener armas.**

(51) Tp.- La inteligencia ya la tiene. Eso es evidente. Estamos convencidísimos.
(52) J.- (Risas) ¿sí?
(53) Tp.- Sí. Eso me hizo recordar que también la sesión pasada hablaba de eso ¿no? de tener cautela. Dijo: “ser cautelosa”. Pero ¿cómo van a notar los demás que usted esta siendo cautelosa? ¿Cómo lo va a ver él, José, que usted está siendo cautelosa?
(54) J.- Para aterrizar, la palabra cautelosa la entiendo como cuidadosamente. Este... yo pienso que en mis actitudes ¿no? Pero estoy confundida, pero no puede ser por ejemplo la forma en que actué el sábado, eso no es cautela. Eso ¿qué podría ser? O ¿puedo irme de alfombra? Así como actué, de darle la cerveza, de picarle la papaya, y no sé...

Pero fíjate que yo misma me sentía mal. Fíjate que me sentía mal, por actuar así de esa forma. Pero dije: “bueno, ...” Pero él así como que, se quedó así como que... ay ésta, ahora sí que ésta está bien loca ¿no? Porque primero me dice y...

No había actuado, en el tiempo que hemos convivido, nunca había actuado yo así... indiferente si tú quieres. No.

Pero... dije: “no pues ahora voy a ser así” A lo mejor porque iba a conectar la lavadora, pero es necesidad de los dos ¿no? Pienso yo, esa necesidad es de los dos. **Y así actué... Fíjate nada más.**

Hasta me dijo: “Todavía que yo a veces te invito a comer y todavía te pones de esa forma”.

Y yo dije: “Éste ya me lo está achampando”.

Pero , volviendo a que... ya hasta me salí...

Sí, volviendo ahí a lo de la comida y decirle: “¿sabes qué? Pues ya ¿no? pues ya se acabó “

Pero no estar así... **que no se acabe en gritos.**

Porque ¿sabes qué? A mí me angustia mucho. Eso me hace... hacer cosas que no. Eso a mí me da... **Si yo me peleo con él, y que él se vaya de la casa, a mí me entra más angustia y miedo. Me deprime.** , ahí en ese momento sí voy y hacia abajo. Voy hacia abajo.

(51) Yo retomo el recurso de Jimena y se lo hago notar.

(52) Jimena toma una actitud positiva ante la afirmación que realizo.

(53) Yo rescato el relato de Jimena de la sesión pasada, cuando trata el tema de la cautela y guío la conversación hacia la identificación de los elementos que Jimena considera dentro del término cautela, en especial en su relación con José.

(54) Jimena define la palabra cautela y la asocia al cuidado en sus actitudes. Esto alude nuevamente al control de sus emociones que ella mencionaba, pero ahora lo ubica dentro de sus actitudes: **la palabra cautelosa la entiendo como cuidadosamente. Este... yo pienso que en mis actitudes ¿no?**

La consultante retoma el evento en el que intenta cosas distintas con José, y se pregunta a sí misma la cualidad de esas actitudes. Jimena se responde a sí misma, con un sentimiento de connotación negativa: **Pero fíjate que yo misma me sentía mal. Fíjate que me sentía mal, por actuar así de esa forma.**

Se da cuenta que esta forma de relación es nueva, aún así le causa malestar y le representa un problema: **No había actuado, en el tiempo que hemos convivido, nunca había actuado yo así... indiferente si tú quieres [...] Y así actué... Fíjate nada más.**

Puede notarse que ante el malestar que Jimena siente en su relación con José, aún siendo cautelosa, recurre a la solución de la separación. Ella planea una separación con diálogo y evitar la violencia entre los dos. Jimena dice:

decirle: “¿sabes qué? Pues ya ¿no? pues ya se acabó “ [...] que no se acabe en gritos.

Si yo me peleo con él, y que el se vaya de la casa, a mí me entra más angustia y miedo. Me deprime.

(55) Tp.- ¿Que haya terminado en pleito?
(56) J.- Ajá. Fíjate que ahí sí hasta miedo me da. Porque yo he sentido el dolor, la angustia, la depresión, la culpabilidad que... ¿qué le dije?¿qué hice? ¿por qué lo hice? Entonces ahorita yo estoy esperando trabajar conmigo... trabajar así conmigo y decir las cosas con calma. Como gente, como humano ¿no? Decir: “pues ¿sabes qué? Ya no, se acabó. Eso es lo que yo también me he dado cuenta, que cuando tenemos broncas así fuertes, me angustia mucho y yo termino muy mal. Mal, mal, haz de cuenta que yo estoy enferma. Me deprimo. Voy hacia abajo, voy totalmente hacia abajo. No sé ¿será parte de un mie...? Hasta miedo siento...
(57) Tp.- Miedo...
(58) J.- hasta de que él se vaya. De que nos volvamos a ofender, o a lo mejor hasta de que, yo en ese momento que agarre algo así como... pues ya un arma blanca y golpearnos ¿no? Fuerte... Y sí, para mí es así como miedo ¿no? Es mejor terminar ahora sí que por lo sano y decir: “¿sabes qué? Pues ya ¿no?”. Un día que estemos lo máximo contentos que estemos y : “¿sabes qué? Ahora sí termino, y cada quien mejor...” Porque te digo que me ha dado la pauta, porque me la ha dado...
(59) Tp. : La pauta ¿para qué?
(60) J.- Para que me diga: “oye mejor ...tú dime” Porque así me lo dice: “si ya no quieres que esté yo aquí, pues me voy” Porque me está dando la pauta y a mí lo único que me queda es decirle: “sí, sí vete” y no lo hago.
(61) Cotp.- y ¿cómo cree que reaccionaría José si usted le dice lo que quiere?
(62) J.- Pues sí, si se iría. Si se iría, decir: “bueno, okey, si eso es lo que quieres, pues órale”. Ahora sí que como va. Sí, sí se iría. Entonces yo no sé qué es lo que estoy esperando. Como si algo estuviera esperando yo...
(63) Tp.- ¿De quién o de qué?
(64) J.- No sé...que tenga yo el valor... Más que nada el valor. El valor para decir... Que no empecemos a hablar como decir: “oye es que me hiciste”. Que no haya nada de esos puntos. Que únicamente sea el punto en el que yo diga: “ vamos a comer, vamos a hacer esto y ahora ¿sabes qué? No quiero seguirte ofendiendo, no quiero que me ofendas, no quiero esto, y entonces mejor cada quien”

Pero que no haya... ¿cómo te diré? Que no haya un pretexto se podría decir. Un pretexto de que yo acarreé todo lo de una semana que pasó y ponerlo el sábado, el fin de semana: “oye mira, es que no me gustó esto, esto y esto” No. Únicamente que sea eso, que yo esté bien consciente, bien segura de que yo le voy a decir: “¿sabes qué? En este momento, se acabó todo. Que ya se había acabado, pero bueno... Que yo estaba aquí intentándolo o no sé qué es lo que tenía en la cabeza, pero se acabó. Ahora sí ya se acabó. Después de que [no se entiende] ese es mi idea, llegar a eso.

- (55) Esta pregunta surge con la finalidad de aclarar lo que Jimena menciona que le deprime. El término que uso en esta aclaración es la de “pleito” usado por la consultante
- (56) Jimena afirma que teme al sentimiento de culpa que le pueda causar el finalizar la relación con José en malos términos y lo asocia a sentimientos que vivió en el pasado con una situación parecida con José. Es posible que Jimena crea que la historia se va a repetir, y por tanto, también los sentimientos de depresión, angustia y culpa se van a repetir en su separación con José. No obstante, Jimena localiza la posibilidad de tener este tipo de sentimientos y dice: **Entonces ahorita yo estoy esperando trabajar conmigo... trabajar así conmigo y decir las cosas con calma.** La consultante vuelve a mencionar el tema del miedo.
- (57) Intento obtener mayor información acerca de ese miedo que Jimena narra.
- (58) Jimena menciona el objeto de su temor, esto es, un evento violento. Ella refiere: **De que nos volvámos a ofender, o a lo mejor [...]que agarre un arma blanca y golpearnos ¿no?** Jimena insiste en dar por terminada la relación con José por medio del diálogo y no a través de violencia, ya que le ocasionaría culpa y depresión. Además, pareciera que Jimena se siente incapaz de decirle a José que ya no quiere estar con él, a pesar de que éste “le da la pauta”
- (59) Pregunto acerca de lo que Jimena llama “dar la pauta”
- (60) La consultante reitera en la incapacidad que siente para dar por terminada la relación con José: **a mí lo único que me queda es decirle: “sí, sí vete” y no lo hago.**
- (61) La coterapeuta explora la posibilidad que Jimena le diga a José lo que quiere.
- (62) Jimena relata la manera en la que reaccionaría José ante su petición. En este fragmento no aparece ningún indicio de violencia. La consultante repara en ello y se pregunta ¿qué es lo que espera?
- (63) Con esta pregunta intento indagar acerca de lo que cree Jimena que espera.
- (64) Jimena habla acerca de valor, reafirmando la idea del miedo antes mencionado. La consultante refiere sus pretensiones de evitar sacar cosas del pasado en el diálogo en que se dé por terminada la relación. Probablemente sea debido a que para Jimena el pasado significa a agresividad.

(65) Tp.- Y¿cómo se le ocurre poder llegar a eso? ¿Cómo podría usted tomar el valor?
(66) J.- Más que nada controlándome en mis emociones, a mí misma. En el que no me angustie y menos que lllore. Porque yo soy muy así. A penas empiezo a controlar mis emociones.
(67) Tp.- Qué interesante...
(68) J.- Sí, a penas. Porque por todo o nada ya estaba angustiada y llorando
(69) Tp.- Entonces esto es parte de la nueva Jimena, la que ya está ganando las batallas, ya impone las reglas de juego, la nueva forma de relación con José no?
(70) J.- Fíjate que sí. Hasta no te creas hasta con mis hijos. Yo me sentí triste porque este... Te había comentado la sesión pasada que yo traté, Traté, no les di todo ¿no? Traté de que no les faltara nada, y ahora que ya son independientes, este estudio que te comento que me fui a hacer de la matriz me cauterizaron. Entonces yo le dije a mi hija, le dije a mi hijo o a mi nuera, yo esperaba, yo esperaba, fíjate, que me dijeran “oye te acompaño no?”. Pero eso a la vez me da una buena lección para mí, porque yo soy yo, y si quiero estar bien conmigo y con mis [no se entiende] y debo entender que ellos si tengan o no tengan cosas que hacer debo saber respetar sus tiempos, su vida. Entonces, ” tú tranquila” pues, yo me dije, “ Puedes caminar, vas, vienes, mira gracias a Dios y se está viendo todo esto; Dios quiera que me den un diagnóstico positivo y si no, creo que estoy en el mejor momento a que me den el tratamiento. Entonces yo lo ví así y me dolió. Entonces yo dije: “no, tienes que ser fuerte. Nadie se va a preocupar por ti, mas que tú. Tú solamente sabes. Tú solamente sabes el dolor, tú solamente sabes lo que vas a sufrir. Entonces tú tranquila. Volviendo a tocar el punto de mis hijos, fíjate que pasó algo esta semana. Te digo que yo el fin de semana me fui al bautizo...
(71) Tp.- Mjm

(65) Con estas preguntas indago las posibilidades que Jimena podría buscar para obtener ese valor que menciona.

(66) Jimena asocia la valentía con el control de sus emociones. Ella afirma que es algo que ya hace, recientemente.

(67) Con este comentario aliento y refuerzo la afirmación de Jimena acerca del control de sus emociones.

(68) Jimena lo confirma.

(69) A través de esta aseveración intento hacer una relación entre el control de las emociones y el surgimiento de una Jimena “inteligente”, tal como la consultante lo mencionó en otros momentos a manera de meta. De esta forma, hago notar a Jimena que esa meta es algo que ya está sucediendo a raíz de las cosas que ella hace. Asocio lo anterior a aquella Jimena que “gana las batallas” mencionada con anterioridad por Jimena, refiriéndose a un alta autoestima y valía personal.

Además, refiero la *nueva* relación de Jimena con José a partir de estas cualidades que menciono de Jimena. La intención de esto es explorar la posibilidad de seguir la relación con José, pero de una manera distinta a la que estaba intentando Jimena.

Cabe mencionar que pongo en la palabra “nuevo” alude a los intentos distinto de lo que antes Jimena había llevado a cabo sin éxito. Lo nuevo suple al pasado que le trae una connotación negativa a Jimena.

(70) Jimena afirma lo que menciono acerca de los cambios que está teniendo y lo hace extensivo para con sus hijos. Ella percibe un cambio en la relación con sus hijos también.

Puede notarse la manera en que la consultante argumenta que ha mejorado la relación con sus hijos, narrando un evento en el que ella se percibe a sí misma con una mayor independencia y como una madre que fue suficiente en un pasado. Ella relata: **Hasta no te creas hasta con mis hijos [...] Traté, no les di todo ¿no? Traté de que no les faltara nada, y ahora que ya son independientes [...] debo entender que ellos si tengan o no tengan cosas que hacer debo saber respetar sus tiempos, su vida.**

(72) J.- Entonces yo le hablé a mi hija y le dije: “¿no vas a ir?” y ella dice: “no”.

Entonces le hablé temprano, eran las 8:30. Temprano, yo digo. **La escuché así media de que...**

Le digo: “ay, ya te desperté, discúlpame, Mejor al rato yo te hablo” , yo le dije así, y ya, colgamos.

Como a las 11 yo le marqué. **“Angélica”, me dice, sí mamá, ella se llama Angélica, tiene 31 años.**

Pues tuvo el intento de suicidarse, que se tragó diez pastillas de diazepam.

(73) Tp.- Y eso ¿cuándo fue? ¿El día del bautizo?

(74) J.- No, fue el jueves pasado.

Entonces, yo no... **Ella me lo manejó que tenía bronquitis. Yo le volví a hablar el sábado y me dijo que tenía bronquitis**, que no sé qué. Y yo no le entendí o no la escuché que me dijo que quería que yo la fuera a inyectar. Entonces yo ya había programado. Porque dije, bueno...

Porque así me ha pasado, **y esta decisión a penas yo la tomé el sábado así**, de que “es que estoy enferma, y es que necesitan esto...”

Entonces dije: “sí yo no los molesto, yo también quiero que me respeten mi tiempo”

Y ya lo decidí a irme al bautizo, entonces yo me voy, y yo los dejo. Pero no me imaginé que fuera tan grave, , no. Entonces yo agarré y me fui.

Entonces el domingo yo bajé a verla. Y me dice mi niña, mi niña, mi nieta, tiene tres años: “Fíjate mamá, que mi mamá se tomó pastillas, que se quería morir. Y yo: “¿cómo que se quería morir?”

Ella no me dijo nada tampoco. Entonces yo agarré le dije a mi nuera, mi nuera se llama Corina: “oye Corina, fíjate que Angélica así y asado...” dice, ay está bien loca y yo le digo, pues ay, no sé qué le pasó. **Pero tampoco no le tomé mucha importancia ¿me entiendes?**

Entonces ya el Lunes volví a marcar con mi hija, y me dice: venga porque Angélica está bien mal, está bien mal y yo creo que nos vamos a ir al médico...

Y entonces dije, bueno, la voy a ir a ver.

Y ya me enteré que se había tomado diez pastillas de diazepam y que se sentía muy mal **y entonces me dijo Corina que prefería ir al bautizo y no venir a verla**. Y entonces yo le dije: Ahorita que yo me fui a hacer los estudios yo esperé que dijeran, bueno, la acompaño. **Por todo el apoyo que nos hemos dado, por toda la confianza que tenemos como familia**. Pero bueno, **yo tengo que respetar sus tiempos, tienen sus actividades**. Entonces mira, mientras yo esté bien, no los molesto para nada. Y me dice, Pues yo tampoco te estoy molestando. No, no, no, no interpretes las cosas mal, me dijo Angélica después.

¿sabes qué? No lo interpretes mal. Yo únicamente te estoy diciendo que es una enfermedad que...natural, yo le dije. Oye ¿sabes qué? ¿qué es lo que estás haciendo? ¿Llamar la atención?

Es que fui muy dura yo. Y la familia de su papá, porque vive ahí en el retorno de la familia de su papá Ahhh que ya le llevaron que el atole, que ya la bañaron.

Le digo, oye no, si ya no eres una niña, tienes 31 años y tienes una niña de 13 años ¿quieres que la niña te cuide a ti o tú la vas a cuidar a ella?

Yo fui muy dura, así como estoy hablando, **le digo, oye ¿qué te pasa? ¿qué te pasa? O quieres morirte pues mejor vete al metro o a ver dónde,**

pero pues aquí no oye y que ni te vea la niña.

A lo mejor no sé si fui fuerte, o no sé... Porque si pienso yo, oye mi hijita bueno ¿por qué? , oye nadie vale la pena, que porque la dejó el novio.

¿Tú piensas tú que vale más el fulano ese que la niña?

Tú le haces mucha falta a la niña.

La niña es lo único que tiene. Vas a perder a tu hija por un... yo sí le dije una grosería. Le digo, no se vale Angélica. déjame decirte, yo sí se lo dije, que me desilusionas., te creí más madura, te creí más inteligente, pero no...

Te voy a decir por qué te digo esto, porque tú me has demostrado todo lo contrario, **porque recuerda todos los problemas que han pasado con tu papá. Y una vez, y sí me lo hizo...** Ella tendría... ya tenía a la niña, estaba bebé, tendría como unos dieciocho años ella. Entonces yo me quise recargar en el hombro y llorar con ella... Y ella me dijo, te lo mereces, porque tú tienes la culpa. Y le digo, lo siento decirte las mismas palabras.

Y no lo intenté, fíjate. Fíjate, yo fui muy fuerte. Y mi relación era totalmente diferente. Y no me estoy excusando, no me estoy este... “¿por qué era diferente?” porque era tu padre y vivíamos con él, yo vivía con él, y no era mi amante ni era otra cosa. Yo sí me quería morir. Y sin embargo, no lo hice, por ustedes. En ese momento por ustedes dos, porque yo los amaba y los amo. Y no se vale que tú actúes de esa forma...

Entonces yo agarré y le hable así. Y ella se quedó.... Y me dijo: yo ya sé.... Me dijo que yo no la quería. Y le digo: ay angélica, si piensas que te quiera o no te quiera lo único que estás haciendo es llamar la atención como una niña de doce o quince años. Es lo único que estás haciendo, déjame te digo. Y me sorprendes y me desilusionas, te creía otra persona, más madura.

Pero mira qué intentó hacerse, por un... fulano.

(72) Jimena argumenta los cambios que ha tenido con sus hijos. Relata un evento en el que su hija intenta suicidarse.

(73) Ubico en una línea temporal el evento relatado por Jimena.

(74) La consultante continúa con la argumentación de su cambio hacia sus hijos. Puede notarse que Jimena comienza este relato manifestando su cambio de actitud ante eventos difíciles con sus hijos: **Ella me lo manejó que tenía bronquitis [...] y esta decisión a penas yo la tomé el sábado así [...]dije: “si yo no los molesto, yo también quiero que me respeten mi tiempo”**

Y ya lo decidí a irme al bautizo, entonces yo me voy, y yo los dejo.

No obstante, Jimena narra: **Pero no me imaginé que fuera tan grave...**

Ante la posible gravedad, Jimena intenta mantenerse al margen de la situación, ella refiere: **Pero tampoco no le tomé mucha importancia ¿me entiendes?**

Jimena describe la manera en que reaccionó ante el conocimiento del intento de suicidio de su hija. Podría tratarse, nuevamente, de la pérdida de control de sus emociones ya que, como sucede con José, Jimena comienza a sacar eventos pasados y reaccionar a la “defensiva”: **le digo, oye ¿qué te pasa? ¿qué te pasa? O quieres morirte pues mejor vete al metro o a ver dónde, pero pues aquí no oye y que ni te vea la niña[...]porque recuerda todos los problemas que han pasado con tu papá. Y una vez, y sí me lo hizo...**

Posterior a esa reacción, Jimena siente culpa y dice: **Yo fui muy dura**

(75) Tp.- ¿Tienes alguna pregunta?

(76) Cotp.- Pues... no pregunta, a lo mejor comentario. Yo veo la situación de que ella a lo mejor está reflejando lo que usted vivió y usted ya comentó una posible solución o una visión a un futuro que a usted le gustaría tener. Yo creo que a partir de ahí, a lo mejor le ayudaría a ella a ver las cosas de manera distinta

(77) J.- Por que mira, yo sí estoy de acuerdo...

Eso a mí me hace sentir culpable. Pero también pienso yo que ya están grandes para decidir, oye mi madre estuvo en este frasco y yo ví cómo estuvo, pues yo no me voy a meter en lo mismo. Bueno, yo lo digo ahorita tan fácil, por que la vida misma también a mí ya me dio lecciones y **no fue fácil para mí aprender o estar aprendiendo a defenderme. A poner límites**, como yo lo estoy diciendo, no fue fácil.

Pero aún así sí acepto eso, como ella y los dos vivieron toda la violencia, los malos tratos, insultos. Entonces no sé por qué actúa de esa forma ella.

Yo le digo, necesitas unas terapias, es lo que necesitas. Y la verdad sí. Pero tampoco la puedo... Si fuera una niña, a lo mejor sí la traigo. Pero ya es una mujer y... Yo le digo, sí está bien que las tomes, mira te van a ayudar mucho. Pero si ella no lo entiende...

ya le dije, vete a unas terapias, te vas a sentir bien. Saca lo que tienes. Y dime sí... realmente. **Porque dice que no la quiero, siempre dice que no la quiero.**

Y yo pienso que también nos hace mucha falta de sentarnos así, a que yo escuche, bueno díganme lo que quieran...

Díganme, los escucho. Díganme lo que no les gustó de mí. Y definitivamente, no sé... pues...

Todo el tiempo que vivimos con el papá y tú ahorita vuelves a convivir con él. Pues podrían...

Pues sí, yo pienso que sí tienen razón. Por eso me da mucho coraje mi actitud hacia mí misma.

Peleo como que con la otra Jimena. Cuando estoy así de ahhh sí, pues todo sí.

Pero cuando sale la otra dice, qué te pasa oye, qué te pasa, estas mal. Me enfrento a esas dos cosas y me siento mal, me siento mal...

Así ha estado de ese tamaño.

(75) Cedo la conversación a la coterapeuta.

(76) La coterapeuta le hace saber su interpretación a Jimena. Habla acerca de lo que la consultante vivió en un pasado, e intenta rescatar los cambios que ha tenido Jimena con referencia a ese pasado. Le hace saber a Jimena que ha llevado a cabo soluciones para cambiar la situación que la llevó a terapia. La coterapeuta trae a la conversación el proyecto de vida de Jimena. Estos elementos son mencionados por la coterapeuta, con la finalidad de hacerle saber a Jimena que a partir de los cambios que tenga ella, sus hijos también tendrán un cambio.

(77) Jimena afirma la situación planteada por la terapeuta. Posteriormente, asume culpa por todo lo ocurrido con sus hijos. Trae a la conversación lo ocurrido en el pasado, culpabilizándose por éste. Ello podría implicar la creencia mencionada anteriormente, que afirma que Jimena es la causante de suscitar un círculo vicioso en el que sus hijos cometen “los mismos” errores. Jimena cree que la historia de violencia se va a repetir una y otra vez, no sólo con sus hijos sino con sus nietos.

Jimena describe: **Eso a mí me hace sentir culpable. Pero también pienso yo que ya están grandes para decidir, oye mi madre estuvo en este frasco y yo ví cómo estuvo, pues yo no me voy a meter en lo mismo.**

Puede notarse que después de asumir la culpa, Jimena repara en la edad de sus hijos y deja la responsabilidad a ellos, al mismo tiempo que se deslinda de la culpabilidad que siente. Posteriormente, Jimena afirma que ya ha aprendido a poner límites: **no fue fácil para mí aprender o estar aprendiendo a defenderme. A poner límites.**

Aun a pesar que Jimena percibe un cambio en ella, sigue asumiendo responsabilidad y busca una alternativa diferente para solucionar los problemas que percibe en sus hijos. En este fragmento se enfoca en su hija y busca dialogar con ella: **Porque dice que no la quiero, siempre dice que no la quiero [...] Y yo pienso que también nos hace mucha falta de sentarnos así, a que yo escuche, bueno díganme lo que quieran...**

Es posible que Jimena se sienta descalificada por sus hijos a raíz de que regresó con José, ella relata: **Todo el tiempo que vivimos con el papá y tú ahorita vuelves a convivir con él. Pues podrían... Pues sí, yo pienso que sí tienen razón. Por eso me da mucho coraje mi actitud hacia mí misma.**

Jimena hace referencia a la lucha existente entre su parte “sumisa” y su parte con “autoestima alta” descrita en momentos anteriores durante la sesión. Esa lucha posee una connotación negativa para Jimena.

(78) Tp.- Pareciera que es muy grave... Y nosotros comentábamos con el equipo terapéutico. Usted se preguntaba de qué estoy hecha ¿no? Y nosotros decíamos, esta mujer está hecha de acero, de hierro y es muy fuerte. Y tal parece que la Jimena fuerte, con el valor está saliendo adelante, avante...

(79) J.- ¿Crees? Ay sí, yo... ¿Crees? (riéndose)

(80) Tp.- Todo el equipo terapéutico lo está viendo

(81) J.- Sí porque...es que volviendo a la tarea que me dejaron. Para mí no es justo vivir así...

Realmente para mí no es justo vivir así. No estoy de acuerdo, pero tampoco tengo las agallas para decir como te digo... y ¿por qué? ¿Por qué no me sale decir bueno sí ok ya, no? ya, así... Y no...

No sé... Te digo Yo... Tengo esa idea, Tengo esa brillante idea o tonta idea ¿no? De que yo quiero decirle no pues... que... Prepárate una comida bien así, y decirle al final de la comida, se acabó ¿no? Así como se acabó la comida, se acabó la relación. Ahora sí cada quien y respetémonos. Tú a tu vida y yo a la mía y ya.

Porque ha pasado de que nos separamos y él vuelve a entrar a la casa, y vamos a comer los fines de semana, y que con los muchachos y otra vez nos vamos envolviendo, otra vez nos vamos envolviendo...
Y entonces ya así definitivamente ¿sabes qué? Tú a lo tuyo, tú respetas mi vida y yo respeto la tuya. Así definitivamente. **Porque fíjate que si yo me pongo a analizar muchas, me hizo muchas cosas. Muchísimas humillaciones.** Él no se merece que viva conmigo. Definitivamente. Me hizo muchas cosas: me humilló, me maltrató, se largó con otra persona, le valió los muchachos, mis hijos. **Entonces, como digo, ¿de qué canijo estoy hecha yo?**

- (78) Con esta observación retomo la pregunta que se realiza constantemente Jimena para darle una dirección alternativa. Hago una metáfora tomando al acero y al hierro, para hacerle notar a Jimena que las cosas por las que ha pasado en su vida, incluyendo la violencia de la que fue víctima y el intento de suicidio de su hija la han hecho más fuerte, es decir, han tenido su parte positiva. Aludo también a la Jimena fuerte que la consultante menciona cuando posee el autoestima alta, y le hago advertir que esa parte surge también a partir de las cosas difíciles. En resumen, doy una connotación positiva a los problemas pasados y al intento de suicidio de la hija de Jimena.
- (79) Jimena se sorprende ante la observación hecha por mí.
- (80) Le hago saber que incluso el equipo terapéutico percibe que la Jimena fuerte está surgiendo y se está manteniendo, reafirmando esta aseveración.
- (81) Jimena relaciona su propia fortaleza con el planteamiento de dejar a José. La consultante retoma la violencia de la que fue víctima en un pasado con José.

(82) Cotp.- Ha demostrado todo lo contrario, porque a partir de las decisiones que ha tomado, usted ha demostrado que tiene fortaleza, tiene la capacidad para tomar decisiones y decisiones que ya dice, esto lo quiero por esto. Tiene buenas razones y razones en las que usted está buscando un beneficio propio. No que antes a lo mejor no lo hacía. Y a partir de ese beneficio que usted esté buscando va a poder apoyar a su hija, va a darle un ejemplo...

(83) J.- Sí porque va a decir.... Pues sí, sí es cierto.
Pues eso me hizo sentir muy triste. Realmente lo de mi...
Muy triste y muy mal. Y culpabilidad, otra vez. La culpabilidad, porque pues... **Pues a lo mejor lo material se lo dí, pero que realmente, vuelvo a lo mismo lo que a nosotros nos hizo falta tener una terapia familiar,** que alguien nos orientara, que alguien nos escuchara, en ese momento tan amargo. Porque fue una etapa tan amarga para nosotros que este José se

había ido...Entonces se acababa el mundo para mí.

Y no porque, porque necesitara tanto dinero sino, emocionalmente me afectó mucho, me afectó demasiado...

Entonces, yo le lloraba a más no poder. Que ahora si se muere, espero... no sé quien se muera primero pero... si se muere él yo creo que ya no le lloro ¿eh? , yo ya le lloré lo que tenía yo que llorar. La verdad. Ya no... ... Fue un dolor...

Yo le decía a **mi madre**, porque yo no conocí a mi papá, mi papá murió, y no lo conocí, y yo estaba muy bebé cuando murió.

Y **me decía, no hija, tienes que ser fuerte, me daba mucha fortaleza. Tienes que ser fuerte, mira... tus hijos, siempre me decía mis hijos. Porque nunca me dijo, por ti, por ti misma.** Siempre estaban mis hijos, y para mí siempre estuvieron mis hijos y hasta el último yo.

Y me decía, no, mira, tienes que ser fuerte.

Yo le decía, mira mamá, tú sabes dónde está mi padre, está enterrado. Pero no sabes a mí qué dolor tengo aquí dentro, que nadie me lo puede quitar. Que mira, si yo ahorita me doliera una muela, que duele horrible; que tuviera otra enfermedad, iba con el médico y yo le decía ¿sabes qué? Tengo esto y me duele lo otro, y me da un medicamento. Pero para este dolor no encuentro el medicamento. un dolor horrible, que realmente así, **no sé cómo lo superé. Y sin ninguna ayuda, y eso fue lo peor...**

(82) La coterapeuta retoma nuevamente la fortaleza de Jimena. Argumenta su comentario a partir de las decisiones que Jimena ha narrado que ha tenido, encauzándolo hacia el “beneficio propio” de la consultante. Con esto, la coterapeuta resalta la independencia de Jimena para tomar decisiones. Resalta los recursos de la consultante, y le hace saber que esos recursos, al ser notados por su hija, ésta última también tendrá cambios.

(83) La consultante afirma lo dicho por la terapeuta. Sin embargo, regresa al relato problemático. Habla acerca de la culpabilidad que le causó el evento de su hija y comenta, nuevamente, acerca de su papel de madre. Puede notarse que al tratar este tema, habla como si se sintiera insuficiente en el papel de madre. Jimena refiere: **Muy triste y muy mal. Y culpabilidad, otra vez [...]** **Pues a lo mejor lo material se lo dí, pero que realmente, vuelvo a lo mismo lo que a nosotros nos hizo falta tener una terapia familiar.**

Jimena relata acerca de la fortaleza que aprendió de su madre. Resalta que el motivo principal por el que debía tener fortaleza Jimena, de acuerdo a su madre, era por sus hijos. Con esta afirmación la consultante podría dar a entender que ella trastocó las enseñanzas de su madre, y aprendió a ser fuerte por sí misma: **mi madre [...]me decía, no hija, tienes que ser fuerte, me daba mucha fortaleza. Tienes que ser fuerte, mira... tus hijos, siempre me decía mis hijos. Porque nunca me dijo, por ti, por ti misma.**

En este fragmento relata acerca del dolor que sufrió y afirma haberlo superado. Jimena dice: **Yo le decía, mira mamá, tú sabes dónde está mi padre, está enterrado. Pero no sabes a mí qué dolor tengo aquí dentro,**

que nadie me lo puede quitar [...]no sé cómo lo superé. Y sin ninguna ayuda, y eso fue lo peor...

Puede notarse que Jimena otorga una connotación negativa al hecho de haber superado el dolor “sin ayuda de nadie”.

(84) Tp.- ¿Lo peor, o lo mejor?
(85) J.- (Risas) porque ahora sí, a puro valor mexicano ¿No?
(86) Tp.- Precisamente...
(87) J.- Sí, pero fíjate que dentro de ese dolor había paz, porque ya no estaba el hombre que me agredía. Porque ya no estaba el hombre que me insultaba. Porque ya no veían mis hijos... Mi hijo se enfermaba cada que nos peleábamos. No pues yo terminaba con la cara toda verde, el ojo casi me salía. Yo iba al médico, me daban la incapacidad. Iba yo y ¿sabes? Una vez me mandaron con el psicólogo y me dijo, como él todavía continuaba en casa, bien que me acuerdo que me dijo que era yo como el tlaconete¹, imagínate nada más. Se me quedó mucho, me dio mucho sentimiento y coraje, porque pienso yo que a lo mejor no me hubiera hablado así. Porque yo lo entendí como arrastrado y babosote, por no decir otra cosa.
(88) Cotp.- ¿Quién le dijo eso?
(89) J.- La terapeuta que a mí en ese tiempo me mandaron a la terapia. Pues no regresé... Porque está uno tan mal... Te sientes tan mal, te sientes así como el piso. Así, que no vales nada. Y vas y te dicen, es que usted está como el tlaconete. Y si no deja a ese hombre, lo único que va a terminar es ciega, porque me daba unos golpazos pero buenos, que me dejaba todo casi el ojo así afuera. Y no podía dejarlo. No lo pude dejar. Porque hasta cuando él se largo con la señora que se encontró. Y ahora ¿qué estoy esperando, lo mismo, que se encuentre a otra para que se largue? Eso es lo yo me pregunto ¿qué es lo que esperas? Porque a veces tengo la manía de verme en el espejo y me hablo a mí: ¿qué es lo que esperas... que pase lo mismo? ¿eso es lo que quieres? Que se encuentre a otra, o con la misma. Que se largue y hasta ahí, se acabo ¿no? Porque tú no tienes las agallas de decirle ¿sabes qué? Se acabó. Esperar a que otra vez se largue porque ya lo hizo... ¿entonces?
(90) Cotp.- pero ¿qué dice la Jimena fuerte?
(91) J.-Pues ella dice que tiene que salir, tiene que salir de ese frasco. Que tiene que ser fuerte. Que tiene que... si ya fue fuerte, porque ya fue, ya

¹ (Del nahua *talconetl*, hijo de la Tierra) m. Méx. Caracol de tierra.

tuvo agallas, ya... Ya lo vivió. Y no fueron dos, tres, cuatro años. Fueron trece años... ¿Entonces? Digo es que ¿qué te pasa? Vuelvo a lo mismo ¿qué te pasa?

(92) Tp.- Creo que ya es tiempo para salir. Vamos a salir unos minutos, como la vez pasada y regresamos...

(84) Intento dar una connotación positiva al hecho que Jimena menciona acerca de haber superado el dolor que le causó el pasado.

(85) Jimena habla acerca del valor de haber superado todo lo ocurrido.

(86) Reafirmo el tema del valor puesto en conversación por la consultante.

(87) Jimena comienza hablar de las cosas positivas del dolor que le causó la separación con José. Argumenta esta afirmación trayendo a la conversación acontecimientos pasados, en los que incluye un suceso con un psicólogo que le designa con un término de connotación negativa.

(88) La coterapeuta pregunta por la persona que nombró de una forma negativa a la consultante.

(89) Jimena menciona la manera en que la terapeuta con la que asistió en ese entonces la responsabiliza por la violencia de la que era víctima: **Y vas y te dicen, es que usted está como el tlaconete. Y si no deja a ese hombre, lo único que va a terminar es ciega.** De esta manera, se reafirmó la creencia que tiene Jimena de ser la responsable de no haber “sabido poner límites” En este fragmento habla también acerca del diálogo que entabla consigo misma: **Porque a veces tengo la manía de verme en el espejo y me hablo a mí: ¿qué es lo que esperas... que pase lo mismo? ¿eso es lo que quieres? Que se encuentre a otra, o con la misma. Que se largue y hasta ahí, se acabo ¿no?**

En ese diálogo puede percibirse que Jimena asocia la situación actual con José a la que vivió en el pasado. Ella teme que le suceda lo mismo. Nuevamente aparece la creencia de estar inmersa en un círculo vicioso interminable de la que ella es causa.

(90) La coterapeuta retoma a la Jimena fuerte, para encaminar la conversación hacia el relato alternativo y positivo que Jimena tiene de sí misma.

(91) La consultante habla acerca de la separación de José y sus deseos de lograrlo. Eso le hace sentir fuerte.

(92) Interrumpo la conversación para dar paso al equipo reflexivo.

(93) Tp A.- Bueno yo veo a Jimena cada vez más clara y entera ante la

situación que presenta y siento que cualquier decisión que ella tome la va a tomar con mucha responsabilidad. Y además porque siempre ha demostrado ser una persona muy independiente y una persona muy fuerte, que es lo más importante. Y además, cualquier decisión que tome, sea que se quede con José o que no se quede con José ella lo va tomar Yo creo que con una responsabilidad muy buena. Además siento que ella puede poner nuevas reglas en el juego para que haya una mejor convivencia, como lo ha venido haciendo hasta ahora. Que ella ha dicho, sí regresa conmigo pero hay esto y esto y esto, donde ella lo está manejando en esta relación ¿no? Lo veo de una manera muy buena.

- (93) La terapeuta resalta las partes positivas que él observó en Jimena durante la sesión. Habla de la claridad, inteligencia, independencia y fortaleza de la consultante. Estos recursos contradicen el discurso de Jimena en donde se percibía a sí misma como alguien dependiente y confundida. La terapeuta habla acerca de la responsabilidad de la toma de decisiones de la consultante, en específico en la relación con José. De esta forma, el terapeuta extiende las alternativas de decisión que relata Jimena: no sólo habla de la separación con José, sino que también refiere la posibilidad que Jimena se quede con él. El establecimiento de límites es otro tema que se hace notar a Jimena que está realizando dentro de la relación con José, como parte de las nuevas formas de relación que ella intenta. La terapeuta posee la intención de dar a conocer a Jimena que, incluso en la alternativa de seguir en la convivencia con José, ella tiene los recursos para hacer que esta convivencia no incluya ningún tipo de violencia.

(94) Tp. B.- Yo la vez pasada estaba mencionando acerca de que Jimena no es la misma. Y lo vuelvo a decir en esta sesión cuando la escucho decir que trata de controlar sus emociones, trata de no llegar a esos niveles que a ella le causaban culpa, angustia, dolor. Es una Jimena diferente. Y con todas estas diferencias también Yo, al escucharla, me da información acerca de lo que pasa con José, por ejemplo. José de alguna manera siento que ha cambiado, ha cambiado la relación entre José y Jimena. Entonces yo me pregunto si con estos más que límites serían nuevas reglas de juego, nuevas reglas para relacionarse si después en un tiempo existiría una posibilidad de relación con José. Con estos cambios también que está haciendo José. Como posibilidad ¿no? Podría ser...

- (94) El terapeuta resalta los cambios que ha tenido Jimena. Habla del control de sus emociones. Le hace notar a la consultante que, a raíz de estos cambios, la relación con José no es la misma que en el pasado. El terapeuta indaga las consecuencias de una posible relación con José a futuro, con los recursos de Jimena. Esta idea contradice el discurso de

Jimena en donde sostiene que la relación con José es la misma del pasado.

<p>(95) Tp. C.- Fíjate que estoy de acuerdo con lo que ustedes mencionan. Nuevas reglas del juego. Jimena se ha mostrado asertiva al poder decidir qué es lo que sí y qué es lo que no. A mí me llamó particularmente la atención cuando Jimena mencionó con él o sin él yo saldría adelante. Ahí estoy viendo que ese, que ella nos pueda compartir esto, a mí me habla de una forma de pensar muy firme, muy clara, muy fuerte, en donde si esto lo trasladamos en una visión a futuro, ella también está en posibilidades grandes de decidir qué sí y qué no tomar de las personas y de los hechos. Son acciones que nos hablan de esa inteligencia y de esa capacidad que tiene de decisión. Me pregunto también ¿qué es lo que Jimena podría hacer, para que esas decisiones una, dos o varias, para que las tenga que tomar de acuerdo a la situación, para que esas decisiones las tome sin culpa? Que esa decisión no le generen la culpa después... O que la dejen pensando o en un dilema. Es decir, que la dejen un poquito más tranquila. Eso es lo que quería yo mencionar.</p>
<p>(96) Tp. A.- Y yo siento que cualquier decisión, sea quedarse con José o no sea quedarse con José, yo siento, y lo ha demostrado, que va a tener éxito en cualquier decisión que tome. Como la tuvo mientras estuvo sola con sus hijos.</p>
<p>(97) Tp. B.- Para finalizar yo quisiera decir que cuando escucho a Jimena, un poco sonará tal vez poético, me da la impresión que se descubre a sí misma.</p>
<p>(98) Tp. C.- Le caen veintes.</p>
<p>(99) Tp. B.- Siento que está pescando muchas cosas.</p>

(95) El terapeuta refuerza lo dicho por los terapeutas. Habla de aquellas cosas que Jimena está haciendo que contradicen el problema: asertividad, independencia, firmeza, claridad. También trae a la conversación una proyección a futuro con los recursos mencionados y lo extiende hacia otras relaciones adicionales a José. El terapeuta indaga posibles soluciones en torno al sentimiento de culpa que Jimena relata.

(96) La terapeuta reafirma la consideración de ambas posibilidades de la decisión que tome Jimena: separarse de José o continuar conviviendo con él. Enfatiza la presencia de recursos y soluciones que a Jimena le han funcionado en ambas posibilidades. Argumenta su afirmación con el evento de sus hijos que la consultante narró durante la sesión.

(97) El terapeuta refuerza la capacidad de Jimena de identificar las cosas que le causan problema y las que no.

(98) El terapeuta reafirma esta situación.

(99) Nuevamente, el terapeuta reafirma el recurso de Jimena.

(100) Tp.- ¿Cómo vio usted los comentarios?
(101) J.- Fíjate que esto me hace sentirme bien . Me hace verme, como la doctora que me platicaba como veía a la Jimena de antes y como veo a la Jimena de ahora. Y Qué bueno, qué bueno que he crecido como humano más que nada. Porque como humanos merecemos un respeto, y no somos cualquier cosa, no somos un objeto de cualquier... de “x” persona
(102) Tp.- Un respeto que ha sabido imponer bastante bien.
(103) J.- Pues sí, me ha costado porque me encontré, me relaciono con un hombre muy agresivo, de mucho poder . Entonces esa Jimena, deja que...para que no tenga problemas, no pues sí. Y aún así le daban sus cocos. A pesar de que estaba en todo de acuerdo y pedía opiniones de José. O sea primero pedía permiso, para ir, con perdón de la palabra, hasta para ir al baño tenía que pedir permiso. Y todavía le daban sus cocos. Pero dice el dicho y dice bien que el valiente dura mientras el cobarde quiere. Fíjate que esto me ayuda mucho, me fortalece, me hace sentirme... Fíjate que en cuanto yo salgo de aquí, tengo esa...esa autoestima arriba . O sea cuando yo salgo, salgo llena de energía, de autoestima, que valgo mucho y que soy mujer y que me quiero y quiero amarme, porque a lo mejor ahorita me quiero pero no me amo, y a veces por eso permito que la gente abuse de mí . Que abuse en que, pues... que me digan cosas o, por ejemplo, la familia de José, sus padres fueron muy groseros. Su mamá ya falleció, fue muy grosera, muy grosera. Le voy a platicar... Siempre peleábamos mi hija estaba chiquita, tres o cuatro años. Entonces fue a llamar a la señora, que me estaba pegando. Llegó la señora, y pues yo no me quedaba así (cruzando los brazos) lo tenía de los cabellos y que me empieza a insultar, eres un pendejo, mira esta desgraciada como te tiene. O sea, “mejor no la llares, ¿sí hija? Por favor, porque entonces me iba peor. Entonces, ella quería que estuviera yo así (cruzando los brazos) y cómo le iba yo a pegar a su hijo. De esas suegras metichotas así totalmente. Y luego ahorita, con el señor, con el papá de él, definitivamente yo no... crees que yo casi no, que ahí vive mi hija, y lo pienso para llegar. No puedo ver a la familia. Tengo mucho sentimiento en contra de ellos . Inclusive el señor que antes se me hacía “bueno, es el papá de José”. Hasta dónde estaba yo, que a la mamá le decía mamá y al papá era el papá. Y ahora volteo y digo ¡ay Dios mío! al señor. A estas alturas [no se entiende] y fíjate así que me ha hecho... Yo empiezo a poner... A cortar, a cortar ¿qué les pasa? ¿Qué les pasa? Entonces simplemente así... O así un saludo muy, muy cortante. Así como que “ya, hasta aquí llegó”. Porque así dejé chin chin chin y así taz taz. Y ¿sabes qué? Por ejemplo, como

<p>fui huérfana, entonces mi mamá siempre fue una mujer que fue sumisa. Ay hija es que mira esto... Ay que porque estamos acá. O sea no podías decir... no. Yo no conocía la palabra, decir no. Todo sí, y todo sí. Y a mí me costó mucho para decir no, siempre sí, sí y sí.</p> <p>Fue creciendo y ve en qué situación estaba yo. Bueno, estaba porque ya no estoy en la misma.</p>
(104) Tp.- ¡Exactamente!
(105) J.- (risas) ya no estoy en la misma...
(106) Tp.- Es la Nueva Jimena la que está emergiendo...
(107) J.- Sí, exactamente... Sí, así es.
(108) Tp.- Bueno ¿le parece si concluimos aquí la sesión?

(100) La terapeuta indaga acerca de lo que Jimena retomó de lo dicho por el equipo reflexivo.

(101) Jimena refiere la manera en que se siente después de escuchar al equipo reflexivo, dando una connotación positiva: **esto me hace sentirme bien.** Jimena nota cambios en sí misma y los contrasta, menciona a la Jimena del pasado y a la del presente. Ésta última, según lo afirma la consultante, sabe poner límites y darse a respetar. Jimena dice: **Porque como humanos merecemos un respeto, y no somos cualquier cosa, no somos un objeto de cualquier... de "x" persona**

(102) Relaciono lo que afirma Jimena acerca del respeto y adjudico el control que ha tenido ella con el respeto en su relación con José.

(103) Jimena afirma el vínculo que existe entre el respeto y el control que ha tenido ella sobre ese respeto en la relación con José: **Pues sí, me ha costado porque me encontré, me relaciono con un hombre muy agresivo, de mucho poder.**

Jimena continúa contrastando las formas de relación antiguas y las que están surgiendo. Retoma eventos pasados, en donde la violencia era una forma de relación común entre José y Jimena.

Al argumentar el contraste entre el pasado y el presente, Jimena refiere la manera en que se siente a partir del proceso terapéutico: **Fíjate que esto me ayuda mucho, me fortalece, me hace sentirme... Fíjate que en cuanto yo salgo de aquí, tengo esa...esa autoestima arriba.** O sea cuando yo **salgo, salgo llena de energía, de autoestima, que valgo mucho y que soy mujer y que me quiero y quiero amarme, porque a lo mejor ahorita me quiero pero no me amo, y a veces por eso permito que la gente abuse de mí.** Puede notarse que Jimena titubea con respecto del cambio, puesto que aún percibe que existen momentos en los que la consultante no aprecia un respeto hacia sí misma.

Jimena se siente afectada por lo que sucedió en un pasado con la familia de José: **Tengo mucho sentimiento en contra de ellos**

La consultante menciona la manera en que las actitudes sumisas que poseía en un pasado fueron construidas a través de la educación que le dio su madre. Ella rompió con esas creencias para comenzar con las formas de relación en las que impone un respeto. Jimena refiere: **como fui huérfana, entonces mi mamá siempre fue una mujer que fue sumisa [...] Todo sí, y todo sí. Y a mí me costó mucho para decir no, siempre sí, sí y sí.**

Concluye reafirmando el cambio y el cuestionamiento de estas creencias: **Bueno, estaba porque ya no estoy en la misma.**

- (104) Confirmando esta situación de manera enfática.
- (105) Jimena reitera el planteamiento de la percepción de su propio cambio.
- (106) Encauzo el comentario de Jimena en donde afirma que no se encuentra en la misma situación del pasado y hago notar el cambio que ha tenido Jimena.
- (107) Jimena confirma su cambio.
- (108) Doy por terminada la sesión.

SESIÓN 3

(1) Tp.- ¿Cómo se ha sentido estas semanas?
(2) J.- Mira, tranquila en el sentido en que... yo sé que cuando este... ¿cómo te quisiera decir? Cuando a mí me molesta estar conviviendo con este señor, con José, este... viene todo, todo, así, haz de cuenta un torbellino ¿no? a mi mente. Y cuando sus reacciones son negativas, hacia mí y que me conteste agresivamente o fuerte o ¿qué se yo? Eso para mí es bastante molesto. Para mí. Entonces en este fin de semana inclusive este... trabajé en el quehacer de la casa y me dijo, casi todo el día no nos vemos. Entonces el fin de semana me dijo, oye, ¿en qué te ayudo?, y le digo, pues lávate los trastes, o ¿quieres trapear? , o cosas así ¿no?
(3) Tp.- y ¿sí lo acabó?
(4) J.- sí, sí lo acabó. Eso se hizo el domingo. Y me levanté muy temprano y esté trapee y toda la actividad. Pero yo lo que le digo es que a mí también me molesta mucho es que tome. O sea cada ocho días toma él. Los fines de semana, sábados, toma. Entonces para mí eso es muy molesto. Y se lo dije en la mañana, le digo, tú siempre los fines de semana vienes con tus copas. Y no me dijo nada, tampoco me dijo nada. No me dijo, ay pues no lo voy a hacer, no me dijo, pues qué tiene. No me contestó nada. Pero hasta ahí, nada más. Entonces el domingo empezamos lo de la actividad de la casa, me invitó a almorzar fuera. Nos fuimos porque, Le digo, sabes qué, no voy a hacer de almorzar por que la estufa la puse a remojar y todo ese rollo. Me dijo, vámonos a la calle a almorzar. Ah pues órale. Y si, nos fuimos. Salimos. Pero, con todo eso, haz de cuenta mi mente... no estoy en paz. A veces pienso que no sé ni lo que quiero. Porque bueno, no estoy en paz, pero por un momento, así entre comillas, me siento bien.

(12) Comienzo con una pregunta para abrir la conversación y obtener información acerca de la perspectiva de la consultante con respecto al problema. Asimismo, busco traer a la conversación aquellos cambios que se presentan en la narrativa de la consultante y, por tanto, en los significados.

(13) La consultante se percibe a sí misma tranquila. Esto implica un cambio en el inicio de las sesiones anteriores y en su narrativa en general. Al inicio de las primeras sesiones Jimena narra acerca de la agresividad y el control de sus emociones y la manera en que se manifestaba en la relación con José y con sus hijos. No obstante, da la impresión que, por la manera en que la consultante refiere a la tranquilidad, se trata de una condición que no percibe estable, ya que ella dice: **Cuando a mí me molesta estar conviviendo con este señor, con José, este... viene todo, todo, así, haz de cuenta un torbellino ¿no? a mi mente.**

Puede notarse que Jimena habla acerca de un torbellino. Refiere estar tranquila en primera estancia, y posteriormente relata acerca de reacciones negativas con José.

La consultante argumenta lo anterior con un ejemplo en donde da a saber los cambios de actitud que ha tenido José: **el fin de semana me dijo, oye, ¿en qué te ayudo?, y le digo, pues lávate los trastes, o ¿quieres trapear? , o cosas así ¿no?**

(14) Pregunto acerca de la realización de tareas domésticas de José.

(15) La consultante confirma este cambio en José y continúa argumentándolo con otros ejemplos. Jimena describe la manera en que José ha cambiado su actitud cuando ella le informa acerca de lo que le molesta. Ella dice: **Pero yo lo que le digo es que a mí también me molesta mucho es que tome [...]No me dijo, ay pues no lo voy a hacer, no me dijo, pues qué tiene. No me contestó nada. Pero hasta ahí, nada más.**

Se observa que Jimena describe acerca de la convivencia que han tenido ambos, sin embargo, ella narra que, aún con los cambios que ha tenido José, se percibe a sí misma oscilante entre la tranquilidad y un sentimiento de malestar: **Salimos [...]Pero, con todo eso, haz de cuenta mi mente... no estoy en paz [...]Porque bueno, no estoy en paz, pero por un momento, así entre comillas, me siento bien.**

(5) Tp.- ¿Cómo se siente bien?
(6) J.- Bien en el aspecto que... pues que me dé esos detalles ¿no? En ese aspecto. Y regreso a lo anterior y digo, si esto lo hubiese hecho hace... “x” tiempo, pues las cosas hubieran funcionado perfectamente bien...
(7) Tp.- Entonces esta forma de actuar usted con José le está funcionando...
(8) Ajá... pero... no estoy muy de acuerdo ¿me entiendes? No estoy de acuerdo por todo el daño que me hizo o nos hicimos, por todo ese daño. Y fíjate o sea, es absurdo ¿no? porque yo lo he llegado a pensar, he llegado a analizar, que si yo hubiese tenido esta experiencia que ahora tengo a lo anterior. O sea en ese tiempo cuando empezamos a convivir yo hubiese empezado a poner límites. Yo ni sabía lo que era límites. Nunca me valoré, nunca le dije, pues respétame, no me hables así... Pues no hubieran llegado las cosas tan fuertes. Y fíjate que me duele mucho, es volver a atrás y me duele. Porque regreso y siento que está esa herida abierta... dentro de mí. Porque lo quise manejar en el que también yo dije, bueno no quiero estarme angustiando, quiero pensar que convivo con otra persona, no con el tipo que me enredé desde mi adolescencia, porque era una adolescente. Entonces quiero verlo así. Pero cuando él reacciona negativamente, y lo veo grosero, cosas así, eso me prende. Vuelvo a poner mis... me da mucho coraje su actitud y yo digo, bueno, entonces ¿por qué estoy conviviendo con una persona así? Hago de cuenta que estoy conviviendo con una piedra que pues nunca... si yo espero que va a cambiar, pues nunca va a cambiar, pues nunca va a cambiar, la que debe cambiar soy yo, no él...
(9) Tp.- Y ya está cambiando ¿no cree?
(10) Pues sí, pero fíjate que a veces estoy como en un dilema. Me angustia estar conviviendo con él, conviviendo a pesar de todo lo que viví yo. Fíjate que eso me duele mucho. No sé si me quiero agarrar de lo que pasó y seguir ahí o qué se yo ¿no?. Son tantas pero tantas cosas.

(16) Indago acerca del significado de “sentirse bien” para la consultante.

(17) La consultante reconoce los cambios en José y se remonta al pasado a manera de arrepentimiento: **pues que me dé esos detalles [...] si esto lo hubiese hecho hace... “x” tiempo, pues las cosas hubieran funcionado perfectamente bien...**

(18) Destaco que los cambios que ha tenido Jimena en relación con José han facilitado los cambios en José de manera consecuente.

(19) La consultante afirma el planteamiento que hice. A pesar de ello, refiere desacuerdo y se remonta al pasado, descartando los cambios ocurridos entre ella y José: **Ajá... pero... no estoy muy de acuerdo [...] por todo el daño que me hizo o nos hicimos, por todo ese daño.**

Puede notarse que Jimena retoma el pasado y se culpa por lo ocurrido con José. Jimena identifica que está retomando el pasado, y afirma el dolor que esto le causa: **Nunca me valoré, nunca le dije, pues respétame, no me hables así [...] me duele mucho, es volver a atrás y me duele.**

Jimena relata las cosas que ha intentado para solucionar la angustia que le provoca retomar el pasado, sin embargo, la desacredita. Destaca la situación en que José se comporta de una manera negativa con ella y las reacciones que esto le provoca: Jimena se autoreprocha la tolerancia de las actitudes negativas de José: **Pero cuando él reacciona negativamente, y lo veo grosero, cosas así, eso me prende [...] ¿por qué estoy conviviendo con una persona así?**

La consultante comienza a hablar de un cambio que ella debe hacer como si dejara de lado los cambios que había relatado en sus actitudes en sesiones anteriores: **si yo espero que va a cambiar, pues nunca va a cambiar, pues nunca va a cambiar, la que debe cambiar soy yo, no él...**

(20) Le hago notar que esos cambios que Jimena espera, son cambios que, de hecho, están ocurriendo.

(21) La consultante afirma este cambio. Expresa su inquietud en relación a éste y el dilema que le causa. Refiere el pasado con José: **Me angustia estar conviviendo con él, conviviendo a pesar de todo lo que viví yo.** Ante esta situación, Jimena se encuentra en la incertidumbre con respecto a la decisión que desea tomar en torno a la relación con José: **No sé si me quiero agarrar de lo que pasó y seguir ahí o qué se yo.**

(22) Tp.- Déjeme ver si entendí un poquito esto que me está diciendo. Estaba hablando en un tiempo pasado de las cosas que pasaron, del daño que se hicieron y que no supo valorarse ni poner sus límites. Pero en un tiempo pasado. Eso a mí me da a decir que usted ya está sabiendo, ahora en un tiempo presente, imponer sus límites y valorarse. Que lo ha hecho muy bien, y me da la impresión que también eso le ha funcionado a usted para sentirse más tranquila. ¿qué otra cosa cree usted que pueda hacer, dentro de esta misma línea, para sentirse más tranquila?

(23) J.- Pues yo fíjate que pienso que yo **definitivamente no quiero estar viviendo con él.** Eso es lo que no quiero. Pero me he dado cuenta que igual a veces... tengo como que miedo al estar sola. Y eso no me da fuerza a decirle ¿sabes qué? Lo nuestro se acabó. No estoy conmigo en paz. Estoy así por ejemplo, que vamos que esto...

Fíjate que anteriormente, no tiene mucho, tiene como un mes. **Él se portaba muy grosero. Ahorita sí como que me sorprende.** Y como sabe que vengo a la terapia, así

como que también... Él me decía, me extraña que vayas y actúes así, y muy grosero, o sea...

Llegaba y así unos ojos así muy... no me expresaba palabras, pero con la mirada me expresaba todo. Cuando yo llegaba de trabajar y que ¿por qué a penas vienes?, **esa voz de autoridad, esa voz que me quería, o me quiere, someter así a su ley. Y yo le digo, pues tranquilo ¿no?**

(11) Consulto con Jimena acerca de lo conversado hasta ese momento, haciendo énfasis en lo referente al pasado que le inquieta y le angustia. Ello implica una postura de no saber por mi parte (la terapeuta) quien pide información a la experta en su vida, estos es, la consultante. Asimismo, resalto las soluciones que Jimena ha intentado que han funcionado para obtener la tranquilidad que ha mencionado conseguir en las sesiones anteriores. Realizo una pregunta que tiene como finalidad ampliar y buscar mayores alternativas de cambio que le eviten la angustia. Cabe señalar que la manera en que planteo tanto mi perspectiva, como la pregunta, otorga a Jimena el control de la situación. Se construye un sentido de competencia de solución con el problema o dilema que describe Jimena.

(12) Puede notarse en la narración de la consultante que Jimena asocia el estado de tranquilidad con sus deseos de separarse de José: **definitivamente no quiero estar viviendo con él.** A continuación Jimena habla de un miedo a la soledad que le impide llevar a cabo esa decisión. Se observa que ese miedo a la soledad le hace notar los cambios que ha tenido José recientemente y considerar la posibilidad de continuar una relación con José: **Él se portaba muy grosero. Ahorita sí como que me sorprende.**

En el momento en que Jimena retoma el pasado, nulifica los cambios en José, y acentúa las actitudes violentas de José, hablando en términos de pasado. Cuando Jimena habla de esas actitudes en un presente, se observa que pone límites: **esa voz de autoridad, esa voz que me quería, o me quiere, someter así a su ley. Y yo le digo, pues tranquilo**

(13) Tp.- Claro.. ¿Qué cree que sea diferente la situación de ahorita a como era antes, un mes... hace un mes? ¿Qué cree que esté haciendo usted que provoque que ya no... por ejemplo José esté grosero con usted?

(14) J.- Mi cambio, hacia mí misma

(15) Tp.- ¿Cómo está cambiando?

(16) J.- En el que le digo, ¿sabes qué? **Esto es así.** Porque inclusive él hasta para...se metía que yo como me vestía, y ese vestido te queda bien mal, parece que hasta te lo mordió el perro. Pero así no con esas palabras, así tremendamente humillante. Y yo le digo ¿sabes qué? Yo me visto como quiera, porque a final de cuentas soy yo, y mi cuerpo es mío. A mi no me interesa como te vistas o te dejes de vestir, respétame a mí. Cuando que antes, llegó hasta en plena calle a romperme una falda y cosas así muy fuertes. Y yo **le digo tranquilo.** O sea, **le ha bajado bastante, en ese aspecto...**

(17) Tp.- A partir de su cambio

(18) J.- **A partir de que yo le pongo límites.** Que digo pues entonces, vuelvo a

preguntarme yo ¿de qué estoy hecha? Por que **otra vez dejarme humillar y someterme a lo mismo...**

(24) Con esta pregunta tengo la intención de indagar acerca de las soluciones que ha intentado Jimena que le han funcionado para mejorar su relación con José y establecer una diferencia con aquellas soluciones que han sido ineficaces. Nuevamente, a través de esta pregunta atribuyo el control de la situación a Jimena.

(25) Jimena identifica un cambio en su relación consigo misma.

(26) Intento ampliar y especificar el significado de lo que Jimena considera como un cambio.

(27) Habla del establecimiento de límites con José. Esto, según la perspectiva de Jimena, ha provocado un cambio en las actitudes de José.

(28) Resalto la asociación existente entre el cambio de Jimena, es decir, el establecimiento de límites, y el cambio de José para con ella.

(29) Jimena confirma este planteamiento. No obstante, este cambio carece de una importancia significativa para Jimena, ya que existe la creencia que, aún a pesar de los cambios en la relación, Jimena se encuentra en la misma situación. Ella dice: **otra vez dejarme humillar y someterme a lo mismo...** Se puede notar la influencia que este pasado violento tiene sobre Jimena.

(19) Tp.- Otra vez ¿por qué? Perdón...

(20) J.- Porque... porque hubo, ¿qué te voy a hablar? Sí te dije de la bronca de mis hijos. Y yo me angustié mucho en el que él se fue. Entonces yo llegué a decir, para estar bien, yo me voy a... todavía me vino eso a la mente, someter a lo que él dijera. Darle la razón, para estar bien, voy a hacer lo que él diga. Voy a guisarle... porque sí lo he hecho, porque lo conozco, voy a guisarle lo que a él le guste... **Y se lo he dicho, tú no haces nada por mí, porque yo a veces te guiso lo que a ti te gusta y tú ni en cuenta...** O sea, no sé. Entonces pienso yo que todo eso, ha ido cambiando, **ha ido cambiando él. Pero aún así yo no me siento feliz, no me siento plena con esa relación, vamos...**

(30) Con esta pregunta intento ampliar información acerca de la creencia de Jimena de estar en la misma situación que en un pasado.

(31) La consultante se remonta a una situación anterior a los cambios que ella menciona que ha tenido con José. Y menciona también que le hace saber a José aquellas cosas que no le parecen de él: **Y se lo he dicho, tú no haces nada por mí, porque yo a veces te guiso lo que a ti te gusta y tú ni en cuenta...**

Jimena vuelve a asociar estos cambios en ella con los cambios en la actitud de José. Esta asociación no posee una connotación positiva en Jimena: **ha ido cambiando él. Pero aún así yo no me siento feliz, no me siento plena con esa relación.**

(32) Tp.- ¿Cómo sería sentirse plena?
(33) J.- En el que yo diga , pues ahora sí.... estoy así viviendo plenamente con el padre de mis hijos, mi pareja ¿qué se yo? Pero no me hace decirlo así, por todo el daño que nos hicimos. Por todo lo que pasó. No se me hace justo.
(34) Tp.- Esto me hace recordar un poquito una situación que comentaba la primera sesión, que comentó de un período en que estuvo tranquila en todos los ámbitos de su vida, que hablaba de enterrar esto que había pasado... me pregunto ¿cómo lo había logrado en ese entonces?, cómo.... Porque para nosotros es evidente que está enterrando esas cosas, y está surgiendo una nueva Jimena, una Jimena que sabe imponer sus límites, y que independiente que esté o no usted con José, tiene sus proyectos y se nota que quiere llegar a realizarlos, llegar a conseguir sus metas ¿Cómo logra usted esto? ¿cómo podría usted enterrar todo esto, y dejar que siga surgiendo esta nueva Jimena?
(35) J.- Pienso yo que ¿sabes cómo sería? El ya no convivir con él y que sea yo, yo, yo autónoma de mi vida, realizar mis proyectos de vida que tengo... Es que al verlo, cuando esos pequeños... que no me ha dado nada, y cuando esos pequeños detalles que da , pues yo los tomo... o sea para mí se me hacen muy importantes...
(36) Tp.- ¿Qué detalles?
(37) J.- Mmmm...Por ejemplo el que me diga, o sea, son pequeños pero para mí, en el que pues toda la vida nunca me dio nada, entonces se me hacen así... en el que me diga, bueno, pues ok, vámonos a comer ¿sí? O en el que tenga... este... pues a lo mejor no sería detalles, a lo mejor el que tenga igual él en un proyecto de la casa, sí te había dicho, que vamos a hacer aquí, que vamos a hacer allá. A lo mejor por el momento sí me ilusiona, pero después haz de cuenta que por arte de magia, se me... se me borra. Vuelvo a lo mismo, si estas cosas me las hubiese dicho hace "x" tiempo, pues hubiera funcionado, pero pues no. Entonces, el hecho, lo que tú me preguntas, es que realmente yo sí quisiera ser yo. Dedicarme a mí, estar al pendiente de mí, tener mi espacio. Porque por ejemplo, hay cosas tan pequeñas que también a veces me molestan, en el que por ejemplo en la televisión, que tiene el control, ni siquiera me pregunta, oye le puedo cambiar, le digo, oye ¿por qué le cambias? Y ni siquiera me preguntas si estoy de acuerdo o no. O que le suba de volumen, oye ¿le puedes bajar? Entonces, oye es que todo te molesta. Bueno a mí me molesta el que esté fuerte, y el que le hayas cambiado porque ni siquiera me preguntaste ¿le puedo cambiar? Porque yo a veces, no a veces, trato, hago lo que a mí me gustaría que me respetaran mis cosas. Yo le digo, oye por favor ¿puedes hacer esto? O sea, no le digo con... Porque hasta eso ¿no? Yo también empiezo a pensar que no le diga yo con autoridad, oye por favor ¿puedes hacer esto?

(21) Pregunto acerca del significado de plenitud para Jimena.

(22) Jimena habla de un reconocimiento de José como su pareja, adicional al reconocimiento que le otorga a su papel como padre. Existe, a decir de la consultante, un impedimento a este reconocimiento, y es el recuerdo de lo que sucedió: **En el que yo diga [...]estoy así viviendo plenamente con el padre de mis hijos, mi pareja ¿qué se yo? Pero no me hace decirlo así, por todo el daño que nos hicimos. Por todo lo que pasó.**

(23) Retrotraigo a la conversación eventos narrados en sesiones anteriores por Jimena en los que se contradice el discurso del pasado que la angustia. A través de una pregunta, indago acerca de las alternativas que la consultante había intentado para lograr que ese pasado no interfiriera con su estado de tranquilidad. En esta pregunta aparece también la atribución del control de la situación. Además intento buscar, junto con la consultante, soluciones futuras para que el recuerdo del pasado no obstaculice los cambios en ella.

(24) Aparece de nuevo la creencia de la consultante que la convivencia con José y la realización de su proyecto de vida son dos rubros incompatibles: **El ya no convivir con él [...] que sea yo autónoma de mi vida, realizar mis proyectos de vida que tengo...**

Jimena nota los cambios de actitud que ha tenido José y le resultan significativos, haciendo a un lado la idea de encontrarse en la misma situación violenta del pasado.

(25) Busco indagar acerca de los detalles que le resultan importantes a Jimena.

(26) Puede notarse que la consultante aprecia aquellos eventos en los que José procura una convivencia con Jimena, con los deberes del hogar. Jimena refiere nuevamente el pasado: **por arte de magia, se me... se me borra. Vuelvo a lo mismo, si estas cosas me las hubiese dicho hace “x” tiempo, pues hubiera funcionado, pero pues no.**

La consultante retoma sus deseos de independencia y autonomía enfocándolo a los espacios de su casa y lo argumenta con ejemplos cotidianos. Se observa que Jimena relata los cambios de actitud que ha tenido en las formas de relacionarse con José: **Yo le digo, oye por favor ¿puedes hacer esto? O sea, no le digo con... Porque hasta eso ¿no? Yo también empiezo a pensar que no le diga yo con autoridad, oye por favor ¿puedes hacer esto?**

(38) Tp.- Y ¿le ha funcionado?
(39) J.- Sí. Sí me funciona.
(40) Tp.- Qué bien!!
(41) J.- Porque si lo hago con un tono autoritario, entonces así como que, pues a esta ¿qué le pasa? ¿por qué le voy a obedecer? ¿por qué me tiene que mandar? Cuando yo le hablo de esa forma, sí, sí igual. Entonces a veces veo que él también así como que le va bajando, en el tono que yo le hable, también me habla. Entonces en eso, las cosas se están viendo así ¿no? Pero vuelvo a lo mismo, no soy feliz. Esa es la palabra, no soy feliz. Este... pues todo lo que pasó. A estas alturas yo me deje llevar por algo que me diga, es que mira, vamos a cambiar esto, o como dice, oye vamos a comer, vamos... Pero lo que no lo he...

no sé si lo lograré, que ya no me lleve al baile, sino a una obra de teatro, o ¿qué se yo, no? **Es lo único que a veces salimos a comer.** No más. El cine que no porque se va a ir a dormir. Pues aunque te duermas. Duérmete tú, yo veo la película. Pero no. Es en esas cosas para nada.

Entonces cosas así que... somos totalmente diferentes. **Hoy me he dado cuenta que somos de un modelo diferente.** Él es totalmente diferente en sus rollos, su forma de pensar. Porque igual y a veces me... no me desespera, porque a final de cuenta pues yo ni lo voy a hacer cambiar. Nunca veo que agarre un libro, que lea, algo así... y que me gustaría que fuera así. Pero bueno, ese es su rollo no, ese es el respeto y nada más. Ese es un comentario simplemente, porque a final de cuenta ese es su rollo.

Entonces eso me lleva a que somos totalmente diferentes. En el que por ejemplo si yo toco un tema que "x" si yo estoy en la facultad, yo estoy en el bioterio, en experimentos animales, que se trabaja con cáncer todo ese rollo. A mí me gustaría que me escuchara, pero ¿Qué me puede escuchar? No me entendería. Y a lo mejor él sus rollos, porque el trabaja aquí en la UNAM, pero está aquí en obras, y cosas que son talleres, y que definitivamente pues para mí no le encuentro una...

A él le encanta el fútbol y el lunes me decía, es que fui a jugar y me puse bien mal. Entonces yo le dije ¿para qué vas si te vas a poner mal? Entonces yo le dije en ese momento, así como a ti te gusta el fútbol, a mi también me gusta mucho verlo, y nunca me dices, oye vamos. Y cuando voy, pones una carota del tamaño del mundo, entonces igual. Y yo mira ¿qué te digo porque fuiste a jugar? No le digo nada. **Cada quien sabe lo que le gusta o no. Entonces te digo realmente, yo espero que en este año, lo que resta del año tomar una decisión firme, que le diga ¿sabes qué? Ya no, ya no porque no puedo olvidar lo que pasó.** Vuelvo a verme. Vuelvo a ver a esa Jimena que fue golpeada, humillada, todo. Eso me vuelve a doler. Me duele, me duele mucho (llorando)

(27) Pregunto acerca del éxito en los cambios de actitud que ha tenido Jimena en su relación con José.

(28) Jimena afirma tener éxito en esa forma de relacionarse con José.

(29) Refuerzo

(30) Jimena identifica los resultados de su cambio de actitud con José. Puede notarse que la consultante asocia su cambio de actitud con un cambio de actitud en José. En resumen, existe un cambio en sus formas de relación: **Entonces a veces veo que él también así como que le va bajando, en el tono que yo le hable, también me habla.** Jimena afirma que no es feliz, a pesar de los cambios que ella misma reconoce. La consultante se remonta al pasado: **Pero vuelvo a lo mismo, no soy feliz [...]Este... pues todo lo que pasó**

Posteriormente, la consultante comienza a evaluar la posibilidad de una vida junto a José y de las cosas que le gustaría hacer a su lado. Llega a la conclusión que son totalmente diferentes: **Es lo único que a veces salimos a comer [...] Hoy me he dado cuenta que somos de un modelo diferente.**

Esta conclusión la lleva a pensar que la convivencia no se puede llevar a cabo como ella quisiera. Jimena habla de los gustos de José con respeto, se deslinda de las actitudes negativas que tiene José y concluye en su deseo de separación, tomando como argumento principal el pasado de violencia que vivió al lado de José: **Cada quien sabe lo que le gusta o no. Entonces te digo realmente, yo espero que en este año, lo que resta del año tomar una decisión firme, que le diga ¿sabes qué? Ya no, ya no porque no puedo olvidar lo que pasó**

(42) Tp.- Pero es una Jimena que quedó en el pasado. Ahora es una nueva Jimena que está sabiendo imponer sus límites y que además le está funcionando bastante bien ¿no? Tanto que José también está funcionando de una manera en que ya no está siendo agresivo, está cooperando con la casa...
(43) J.- Sí, en ese aspecto sí. Entonces no sé cómo sacar. No sé cómo lo tengo que manejar. Porque ahora sí que me quedé en el pasado. No sé cómo trabajarlo. Porque igual y cuando tenemos problemas lo primero que hago es volverle a rezar todo lo que sucedió, todo lo que pasó
(44) Tp.- Y después de eso ¿cómo se siente usted?
(45) J.- Me tranquilizo, porque haz de cuenta que descargué algo. Me tranquilizo
(46) Tp.- Bueno, puede ser una forma de descargar todo eso ¿no?
(47) J.- Mjm... Entonces eso es lo que pasa. Pero me preocupa ¿no? Porque para empezar no lo puedo sacar ¿me entiendes? Estoy así como que, no sé si es la palabra aferrada, o es el dolor que aún existe ahí. Es el dolor en el que cómo fueron las cosas ¿no? Entonces a través de que volvemos a abordarnos, tiene como tres años. Pero en este año, este año, fue cuando ya vimos así los dos. Porque él vivía en su casa y yo en la mía. Pero a pesar de todo eso, me vuelve a dar en la torre, porque pues yo tuve el error de escucharle todo lo que la otra persona le hizo. Y eso a mí me dañó... me dañó muchísimo. Pero en ese momento yo no me dí la... ¿cómo te diré? Igual y ni siquiera me valoré ¿verdad? Porque igual y hubiese dicho ¿sabes qué? Pues ese es tu rollo y a mí no me digas nada. Porque esto también me lastimó muchísimo, así para mí todo lo que me dijo. No pues sabes qué esta persona me hizo así, y así y asado. Y llora aquí. Y yo después lo analicé y en ese momento no me afectó. Después de que él continuaba con su agresividad, un hombre muy prepotente. Un hombre muy prepotente. Entonces yo dije ¿qué le pasa? Que lo haya escuchado, el que siga en ese plan de grosero. Porque a veces sí le digo, oye eres muy grosero, en serio que eres grosero.
(48) Tp.- Pero ahorita ¿sigue en ese plan?
(49) J.- No o sea, te digo ¿qué te diré? Es muy poco tiempo en que le cae el veinte y cambia. Pero a veces así como que ¡Chin! Igual mi reacción podría darse, mis actitudes que yo tengo igual hacia él. Porque hay momentos en los que estoy bien tranquila y yo me digo, aguas si tú no quieres que te traten así, pues tampoco trata así. Es lo que más te molesta que te griten o que te digan, tranquila tú también.

(31) Enfatizo los cambios que está teniendo Jimena. Le hago notar aquellas formas de relacionarse que están siendo diferentes, y que, de acuerdo a lo relatado por la consultante, le resultan positivas.

(32) La consultante afirma las cosas positivas que están ocurriendo. Habla de sus deseos por manejar aquello que le produce el pasado, reconociendo así la posibilidad de continuar a un lado con José, sin la presencia de conflictos y de sentimientos negativos: **no sé cómo sacar. No sé cómo lo tengo que manejar. Porque ahora sí que me quedé en el pasado.** Relata también, acerca de la actitud que toma cuando tiene problemas con José.

(33) Indago acerca de las consecuencias de esa actitud, con la finalidad de saber si éstas son negativas o positivas para Jimena.

(34) Las consecuencias en Jimena son positivas, ya que menciona tranquilizarse.

(35) Retomo lo que Jimena relata que lleva a cabo que le provoca tranquilidad e indago si podría convertirse en una alternativa para lograr ese objetivo.

(36) Jimena relata no saber manejar las emociones que le causan el pasado. Ese pasado le causa dolor, y culpa ya que se responsabiliza por lo ocurrido. El relato de Jimena da a entender que este pasado lo comenzó a recordar a partir que vuelve a “abordar” a José. Comienza a hablar del pasado que vivió con José. Y relata la manera en que le pone límites, en que se cuestiona las actitudes que José tenía con Jimena: **Después de que él continuaba con su agresividad, un hombre muy prepotente [...] Porque a veces sí le digo, oye eres muy grosero, en serio que eres grosero.**

(37) Intento ubicar en una línea temporal las actitudes que Jimena refiere de José.

(38) Jimena habla del cambio de actitud que ha tenido José. Aún con los cambios de actitud de José: **Es muy poco tiempo en que le cae el veinte y cambia.** La consultante relata tener reacciones negativas con José, sin embargo, relata también comenzar a controlar sus reacciones: **Igual mi reacción podría darse, mis actitudes que yo tengo igual hacia él.** Esto lo logra dialogando consigo misma: **Porque hay momentos en los que estoy bien tranquila y yo me digo, aguas si tú no quieres que te traten así, pues tampoco trata así.**

(50) Tp.- Que es parte de esos cambios que usted está teniendo consigo misma...
(51) J.- Exactamente...
(52) Tp.- ¿Qué otros cambios han ocurrido?
(53) J.- ¿De él? O ¿míos?
(54) Tp.- De usted.
(55) J.- Míos. Este...mira por ejemplo también he tenido problemas con mis hermanos , porque... pues a lo mejor tienen razón. Cuando nosotros nos divorciamos uno de mis hermanos fue testigo. Entonces ahora que él vuelve a convivir conmigo, y desgraciadamente, como yo estoy en el terreno que mi mamá me heredó, entonces mi hermano también ahí vive. Pues yo lo veo muy molesto. Entonces él igual así de borracho, me quiso así como decir... porque me dijo groserías. Le digo, tranquilo,

a mí no me trates así y respeta. No estoy de acuerdo, yo no me meto en tu vida, he respetado tu vida y a mí no me interesa. Entonces quiero que respetes la mía. **Pero yo lo veo muy molesto porque las cosas fueron muy fuertes.** Cuando yo le metí la demanda del divorcio, él no me la quería dar. Bueno, no la aceptó. Un hombre muy aferrado, muy macho. Entonces inclusive tuve que... mi madre. Y este... a lo mejor tiene razón ¿no? **Porque yo tuve que jalar a mi familia y ahorita ¿en qué cuadro me pongo yo, ¿no?. Otra vez vuelvo a lo mismo, volver a convivir con esta persona.** Porque fue grosero, fue tremendamente grosero. Por que ellos ya no... Aunque mi hermano, él nunca... a él le valió, no le interesó, no respetó (se le corta la voz). Mi madre ya era una señora de ochenta y tantos años y en frente de ella me golpeaba. Entonces inclusive él y mi madre tuvieron que ir como testigo. Esas cosas ¿qué hablan de mí? (llorando) porque tuve que jalar a mi familia para deshacerme de este hombre, de José, y sigo en el mismo... **Sigo en lo mismo ¿por qué no he podido salir? ¿Por qué? ¿Por qué no he podido?** Yo me pregunto...

(39) Enfatizo que lo que menciona Jimena a manera de diálogo consigo misma para tranquilizarse, es parte de la serie de cambios que ella ha mostrado a lo largo del proceso terapéutico.

(40) Jimena afirma el planteamiento realizado.

(41) Indago acerca de las formas distintas de relación que ha tenido Jimena consigo misma y con los demás. Con esta pregunta busco ampliar el relato de aquellas cosas que la consultante considera como positivas en su vida que ella ha tenido.

(42) La consultante aclara si los cambios a relatar son de José o de ella. Con esta aclaración da a entender que ella, efectivamente, ha notado cambios tanto en José como en ella.

(43) Busco ampliar el relato de los cambios que Jimena percibe en sí misma.

(44) La consultante relata los cambios que han ocurrido con sus hermanos. Habla de las nuevas formas de solución de conflictos con ellos, en específico de aquel que vive con ella. Puede notarse que, dentro de estas formas de relación que ella considera como cambios, está el establecimiento de límites: **también he tenido problemas con mis hermanos [...] Entonces él igual así de borracho, me quiso así como decir... porque me dijo groserías. Le digo, tranquilo, a mí no me trates así y respeta.**

Puede observarse que la consultante se refiere a su hermano de igual manera que se refiere a José y a la persona que la violó. Podría tratarse de una asociación del alcohol por parte de la figura masculina, con la violencia y el daño hacia Jimena.

Aunado a lo anterior, Jimena podría sentirse aislada por parte de su hermano a causa de su regreso con José. Se advierte que Jimena ha construido la culpa por haber regresado con José a partir de las opiniones de su familia: **Pero yo lo veo muy molesto porque las cosas fueron muy fuertes [...] ¿en qué cuadro me pongo yo, ¿no? Otra vez vuelvo a lo mismo, volver a convivir con esta persona.**

Aparece, de nuevo, la creencia de encontrarse en la misma situación que en el pasado con José: ... **Sigo en lo mismo ¿por qué no he podido salir? ¿Por qué? ¿Por qué no**

he podido? Jimena se cuestiona a sí misma y se autoreprocha su regreso con José. Esto a raíz de lo que su familia le dice.

(56) Tp.- Nosotros la impresión que nos da es... Usted habla de lo mismo como si fuera la misma Jimena. Volvemos otra vez, en que usted es una nueva Jimena que está pasando por cambios, los cambios bastante importantes, que usted está sabiendo hacer, cómo imponer sus límites, cómo valorarse. Es otra Jimena completamente distinta a la del pasado. Es parte de esa transición de esta nueva Jimena, de una nueva relación que usted está sabiendo llevar bastante bien. No sé si quieras comentar algo...

(57) Cotp.- Yo lo que veo es que usted no quiere defraudar a su familia en este aspecto ¿no? Porque regresó con él. Pero al poner nuevas reglas, al poner límites, esa relación no es igual. Entonces dependiendo de lo que usted decida, el estar o no con José, por eso le habíamos dejado esa tarea, independiente de que usted esté con él usted ya tiene sus planes. Eso nos parece algo muy bueno porque ya sabe lo que quiere. Hasta ahorita ha establecido reglas, metas. Y lo que a mí me gustaría saber es ¿cómo le hemos ayudado aquí?

(58) J.- (sollozando) Bueno, para mí el venir aquí es muy importante porque este... **saco muchas cosas** en el que realmente, **no es correcto y no está bien sacarlos con otra persona**, porque son cosas de uno, muy personales, muy de acá dentro. Esa es una que para mí que es bastante importante. Dos, al escuchar al final de la sesión, sus colegas, sus compañeros que yo escucho después de todo esto, **eso a mí me levanta mucho, hace crecer mi autoestima, ahora sí que Jimena**. La otra vez les decía que no... a veces siento mucha inseguridad, mucha inseguridad, mucha inseguridad. Porque por ejemplo si estoy arriba, yo **cuando salgo de aquí, me siento muy bien, súper bien, transformada si tú quieres**. Pero, por ejemplo, si hay algo que no pueda manejar, o que yo le ponga a José algo que no me parece, oye haz esto, y que me conteste mal. A veces todavía me quedo callada y eso me molesta hacia mí misma. Me defraudo.

(45) Con esta observación, intento realizar una distinción entre las cosas que sucedieron en el pasado y las cosas que Jimena está haciendo que le producen consecuencias positivas en su relación con sus hijos, hermanos y con José. Menciono los aspectos de cambio que Jimena misma definió en sesiones anteriores como establecimiento de límites y valor a sí misma. A través de estos elementos, le hago saber a Jimena que no se trata de la misma persona que años atrás. También se le hace saber que tanto el establecimiento de límites como el valor a sí misma son elementos de los que Jimena tiene control, puesto que ella identifica la manera en que puede hacerlos efectivos. Asimismo cedo la conversación a la coterapeuta.

(46) La coterapeuta trae a la conversación el tema de la defraudación y su asociación al regreso de Jimena con José. Habla de Jimena y de José como una relación y la asocia a los aspectos de cambio en Jimena (límites principalmente). Afirma que la presencia de esos aspectos definen la diferencia con la situación que vivió Jimena al lado de José en un pasado. La coterapeuta realiza una pregunta cuya finalidad es la de averiguar qué cambios se encuentran asociados al proceso terapéutico, y qué tan cerca se encuentran esos cambios de la meta planteada al inicio del proceso terapéutico.

(47) Jimena afirma “sacar muchas cosas” en terapia. Esto contradice el relato en el que la consultante afirma no saber cómo “sacar las cosas”. Ello implica que Jimena ve en el proceso terapéutico un espacio para desahogarse y hablar de su vida personal, ya que dadas sus creencias, no habla con nadie más: **saco muchas cosas [...] no es correcto y no está bien sacarlos con otra persona.** Para Jimena resulta importante lo mencionado a final de la sesión por el equipo reflexivo. Habla del autoestima como consecuencia de lo comentado por el equipo. Habla de una transformación en un sentido positivo: **cuando salgo de aquí, me siento muy bien, súper bien, transformada si tú quieres.** Jimena hace mención de algunas ocasiones en las que se siente insegura. Con ello da a entender que el problema de la inseguridad no se encuentra constante, sino que cada vez es menos:

Cabe señalar que una vez que señala sentirse segura, Jimena menciona a José como primer elemento que perturba su seguridad y transformación. La consultante refiere la pérdida de control y la ausencia de límites con José como parte de esta perturbación a su seguridad.

(59) Tp.- Es comprensible lo que usted siente. Se me ocurre ahorita una pregunta ¿qué es lo que hace usted que se sienta bien, que se sienta tranquila en su vida que no hace cuando está plena, intranquila?

(60) J.- El hecho de que me sienta bien, **pienso en todos mis proyectos que yo tengo. Pienso en mí, en lo que a mí me gustaría hacer, en lo que yo quiero para mí. Que si yo quiero tengo las agallas para llegar a donde yo quiero. Pero cuando voy bajando, por ejemplo en lo de mi hija a mi me... yo digo, ¿qué he hecho como madre? Me siento defraudada.** Y a mí me digo, haz de cuenta que batallo con mi otro yo que me dice ¿qué hiciste? ¿qué has hecho como madre? , tú hija la reacción que tuvo, ya eso desde pequeña ¿no? con todos los problemas que tuvimos y todo eso. **Pero tampoco me quiero sentir culpable ¿me entiendes?** Porque bueno, yo digo, no, no, no. Ella **ya está grande, ya debe de estar consciente, y sabe perfectamente bien, y máximo con una adolescente de trece años.** O sea ¿hacia dónde voy? O ¿qué está pasando? ¿qué debo de hacer yo con ella? Eso me quiebra. Eso, pues sí me defrauda, porque digo ¿qué hiciste con tus hijos? **Por ejemplo ella su actitud, a veces todos los problemas que yo vine arrastrando, y ahorita en el que vuelva igual a abordar a su padre.** O que esté yo conviviendo con él. **O mi madre ¿de qué está hecha?** No me lo dice, porque no me lo dice, no me lo dice. Pero entre paréntesis yo los veo felices, pero realmente qué piensen, no lo sé. **Vuelvo a lo mismo, si su actitud fue culpa mía, yo me pregunto, y vuelvo a responderme yo, yo digo, ya es una mujer ¿no?** de treinta años, ya no tiene quince ni dieciocho, ya no es una niña. Entonces yo creo que a través de la vida tienes que ir entendiendo. Es como yo ahorita, **mi madre me enseñó a ser una mujer muy sumisa,** muy sumisa en el que todo sí, todo sí, todo sí, humillada. Y tú no le respondas, porque había ocasiones en que me decía mi mamá, ay hija ¿no le tienes miedo? Yo a tu papá le tenía miedo. Y ella vivió esa vida. **A mí se me hizo muy normal.** Porque mi mamá me decía, mejor cállate hija, no le digas nada. Pero **¿por qué tenía me voy a callar? ¿por qué tenía yo que callarme? Entonces esas cosas tú las vas analizando ¿no? ¿por qué? No hay razón para que me golpee de esa forma. Vuelvo a lo mismo.**

El hecho de **que a veces me veo defraudada por mi madre**. A veces me siento.... Pero no, **ellos ya están grandes y deben de ver qué es lo que les conviene y qué es lo que no les conviene**. No quiero yo aceptar mi culpabilidad. Así como entre comillas. **Haz de cuenta batallo con... algo que me dice mi conciencia, ve lo que hiciste, los mismos patrones que tú tuviste, eso es lo que hará con tu hija**. Haz de cuenta que eso es lo que me está diciendo. **Pero después digo, no, ella ya tiene “x” edad y ¿entonces? ¿Tampoco ha aprendido nada de la vida?** Porque sí me preocupa, me preocupa mucho en el que haya tomado esa actitud de suicidarse. Imagínate.

Te digo, entonces son tantas cosas. Yo digo, si toda mi vida he vivido con un montón de errores, inseguridad, miedo, nada que yo... tomara las riendas de mi vida. Yo voy a hacer esto, si me sale bien, pues que bueno y si no, aprenderé de esa lección ¿no? Pero con seguridad, sabes qué sí, vas a abordar esto pero así. Entonces no sé, no sé. Y yo pienso que pues estos son los resultados de mi vida ¿no? de todo lo que viví, la parte de atrás. Dices tú, la Jimena que vivió hacia atrás. Entonces ahora le está costando, porque **le está costando y mucho. Tomar, como dice ella, las riendas de su vida, y con decisión, con agallas y ya lo que decida, pues ya lo decidió y ya**. Pero así como que todavía tambalea y tambalea mucho.

(48) Realizo una pregunta cuya finalidad es la de identificar aquellas diferencias de lo que hace la consultante que le provoca el “siente bien”, tal como lo relató en el fragmento anterior, que no lleva a cabo cuando esto no le resulta. El establecimiento de esta diferencia tiene como objetivo dar cuenta de aquellas formas de relación, actitudes, reacciones, que la consultante efectúa pero que no han sido exitosas en la tarea de llegar a “sentirse bien” y, de esta manera, bloquear su futura realización.

(49) Jimena habla de su proyecto de vida y las metas que quiere llegar a alcanzar. No obstante, Jimena habla de un segundo elemento que perturba su seguridad, sus hijos. La consultante menciona a su hija y se cuestiona a sí misma como madre, se culpa por las actitudes de su hija: **cuando voy bajando, por ejemplo en lo de mi hija a mí me... yo digo, ¿qué he hecho como madre? Me siento defraudada**. Jimena da cuenta de esto y repara en sus deseos por ya no sentirse culpable: **Pero tampoco me quiero sentir culpable**. Relata la manera en que dialoga consigo misma para lograr este objetivo: **ya está grande, ya debe de estar consciente, y sabe perfectamente bien, y máximo con una adolescente de trece años**.

Vuelve a cuestionarse a sí misma como madre, culpándose. Sin embargo, al expresar la culpa que tiene la consultante se deslinda de ésta: **. Vuelvo a lo mismo, si su actitud fue culpa mía, yo me pregunto, y vuelvo a responderme yo, yo digo, ya es una mujer**. Jimena repara en la capacidad que ha tenido para cuestionar y cambiar las costumbres y creencias que le enseñó su madre: **mi madre me enseñó a ser una mujer muy sumisa [...] A mí se me hizo muy normal. [...] ¿por qué tenía me voy a callar? ¿por qué tenía yo que callarme? Entonces esas cosas tú las vas analizando ¿no? ¿por qué? No hay razón para que me golpee de esa forma. Vuelvo a lo mismo**.

La consultante cree que ha defraudado a sus hijos en su papel como madre, pero se deslinda nuevamente de esta responsabilisad, a través del diálogo consigo misma: **que a veces me veo defraudada por mi madre [...]ellos ya están grandes y deben de ver**

qué es lo que les conviene y qué es lo que no les conviene. No quiero yo aceptar mi culpabilidad.

En este fragmento se pueden apreciar dos tipos de discurso, el primero en el que la consultante se culpa y cuestiona a sí misma como madre y el segundo en donde se deslinda de esta responsabilidad. Se ve reflejada una oscilación constante entre esos dos discursos, y la consultante repara en ello: **Haz de cuenta batallo con... algo que me dice mi conciencia, ve lo que hiciste, los mismos patrones que tú tuviste, eso es lo que hará con tu hija [...] Pero después digo, no, ella ya tiene “x” edad y ¿entonces? ¿Tampoco ha aprendido nada de la vida?.** Esto podría ser el reflejo de un recurso en Jimena. La capacidad para observarse a sí misma a través de los diálogos que establece consigo.

Jimena hace alusión al cambio que está teniendo, dando a entender que es algo que identifica en su vida y que se encuentra en proceso: **le está costando y mucho. Tomar, como dice ella, las riendas de su vida, y con decisión, con agallas y ya lo que decida, pues ya lo decidió y ya**

(61) Tp.- Pero está tomando las riendas de su vida, me está diciendo....
(62) J.- Pues sí.
(63) Tp.- Está siguiendo a la nueva Josefina
(64) J.- Pues sí. Pero... pues no sé...siento que me falta mucho.
(65) Cotp.- ¿Cómo se siente al seguir ese camino de sus decisiones? ¿Cómo se ha sentido?
(66) J.- Bien, quiero crecer, más que nada como humano, como persona. A veces ser un poco egoísta, ya no por mis hijos, sino por mí misma. Porque ya a estas alturas de mi edad, tener una vida plena. Que hoy no quiero hacer nada, que hoy no quiero lavar, No tengo ninguna obligación de nadie, de decir, no quiero lavar, pues no lavo y ya. Que no quiero hacer esto, no lo hayo. Y ya, así de fácil. Eso es lo que para mí quiero ¿me entiendes?
(67) Tp.-A ver... del uno al diez, donde uno es muy poco pleno y diez es muy pleno ¿cómo se siente ahorita en estos momentos de su vida?
(68) J.- Me siento como en el siete.
(69) Tp.- Siete, bastante cerca ¿no cree?
(70) J.- Entre seis y siete.

- (50) Realizo un énfasis en lo narrado por Jimena acerca de los cambios, que ella denomina “tomar las riendas de su vida”
- (51) Jimena afirma que es una situación que está sucediendo.
- (52) Enfatizo que dentro de los cambios que engloban las nuevas formas de relacionarse que Jimena ha intentado consigo misma y con los demás se encuentra el “tomar las riendas de su vida”
- (53) Jimena considera esos cambios insuficientes.

- (54) La coterapeuta retoma los cambios englobados dentro de lo que la consultante denominó como “tomar las riendas de su vida” y realiza una pregunta con la que busca indagar acerca de los efectos del cambio.
- (55) La consultante habla de un crecimiento personal cuyo significado cuestiona las ideas enseñadas por su madre, ya no quiere ser para sus hijos sino para ella misma. Ello implica darse el derecho de no estar en disposición de otros.
- (56) Realizo una pregunta para obtener una evaluación del cambio en Jimena y la cercanía que tiene con su significado de plenitud.
- (57) Jimena evalúa su cambio en un siete.
- (58) Le hago notar a Jimena la cercanía existente entre la evaluación que realizó y con el nivel máximo de plenitud.
- (59) Jimena repara y baja un nivel su evaluación.

(71) ¿Cómo lo ha logrado?
(72) Pues más que nada, lo que pasa es que a mí me ha funcionado, yo también he visto, porque yo también he sido una persona así que... así como José me hablaba, pues yo también. Y yo ahora en ese aspecto yo sí trato de cambiar, porque igual... Antes de este libro que estoy leyendo, leí otro. Entonces si queremos respeto también hay que respetar ¿no? Y si yo me pongo al tú por tú pues vamos quién sabe a donde a quedar. Entonces verlo de diferente forma. Eso me ha funcionado. Ser diferente conmigo misma
(73) Tp.- Me podría explicar un poquito más ¿cómo se podría dar cuenta José, por ejemplo, que usted está siendo diferente con usted misma?
(74) J.- En el tono que yo hable, en el tono que yo le diga, oye por favor ¿puedes hacer esto? No le digo, por favor haz esto, eso definitivamente no me ha funcionado. Entonces en el tono que yo le hable, él también como que también le cae el veinte. Estamos con una paz que ni yo misma me la creo.

- (60) Pregunto a Jimena acerca de los intentos de formas distintas de relación consigo misma y con los demás que le hacen sentir plenitud en un seis o siete, como anteriormente lo había respondido la consultante.
- (61) Jimena idéntica claramente aquello que le ha funcionado: **a mí me ha funcionado, yo también he visto, porque yo también he sido una persona así que... así como José me hablaba, pues yo también. Y yo ahora en ese aspecto yo sí trato de cambiar, porque igual....** Habla de las alternativas que lleva a cabo para cambiar (por ejemplo, leer libros y cambiar su forma de relación con José). Afirma tener un cambio en la perspectiva que conlleva a una relación distinta consigo misma: **Entonces verlo de diferente forma. Eso me ha funcionado. Ser diferente conmigo misma.**

(62) Con esta pregunta busco ampliar el significado de “ser diferente consigo misma”, buscando nuevas alternativas en Jimena, y lo asocio a las formas de

(1) Tp.- ¿Cómo le ha ido esta semana?

relación con José.

(63) Jimena habla acerca de la manera de hablar con José. Identifica aquello que no le ha funcionado en la relación con José y lo bloquea: **No le digo, por favor haz esto, eso definitivamente no me ha funcionado.**

SESIÓN 5

(2) J.- **Bien, porque le he echado muchas ganas. Quiero estar viendo en mí realmente el cambio, en mi vida, en mi manera de ser, darme la oportunidad de tener otro este... pues otro proyecto de vida ¿no? Para mí misma, porque yo entiendo de que... yo me estoy dando cuenta de que cuando yo cambio, yo, yo, pues es darles también algo mejor a mis hijos, transmitirles cosas con energía.** Y que bueno, les digo, ya se hizo el problema, ahora lo único es darle solución, porque ya está el problema.

(3) Tp.- Exactamente....

- (1) La terapeuta abre conversación con una pregunta que trae a cuenta los avances que ha tenido durante la semana con respecto del proceso terapéutico.
- (2) Jimena habla de manera positiva acerca del cambio que ha tenido. Asimismo, puede notarse que enfatiza las dimensiones de cambio que percibe en sí misma: **Bien, porque le he echado muchas ganas. Quiero estar viendo en mí realmente el cambio, en mi vida, en mi manera de ser, darme la oportunidad de tener otro este... pues otro proyecto de vida ¿no?** Aclara que un cambio en ella misma devendrá en un cambio en el resto de los integrantes de su familia: **Para mí misma, porque yo entiendo de que... yo me estoy dando cuenta de que cuando yo cambio, yo, yo, pues es darles también algo mejor a mis hijos, transmitirles cosas con energía.**
- (3) Confirмо el planteamiento realizado por la consultante.

(4) J.- Entonces yo le decía a mi nuera porque... **Arturo es mi hijo. También toma.** E inclusive el jueves de la semana pasada en ese momento le marqué, **se dio la oportunidad de que yo lo estuviera escuchando como era de grosero con Corina, entonces a mí me entristeció mucho eso ¿no?** Porque haz de cuenta que no se lo dice a ella, sino que me lo dice a mí.

O sea yo **como que retrocedo en mi vida que yo viví. Pero eso me angustia, me da coraje y me preocupa.** Esas tres cosas a la vez: me angustia, me da coraje y me preocupa. Me preocupa por esto, por que digo: pues qué mala onda ¿no? Porque **yo estuve ahí viviendo con esta persona agresiva y ve lo que hice yo de hijo.** Me preocupa y digo, **en ese aspecto yo sí realmente quiero apoyarlo. Que cambie su manera de ser,** ver realmente en él que....que empiece a ver ¿no? Poco a poco, yo digo que no va a ser de la noche a la mañana, porque me va a costar, y siento que me va a costar mucho. Porque pues ya, ellos ya son mayores. Y... y me da tristeza porque bueno lo estoy escuchando como la insulta como mujer, o sea... digo no, pues no se vale. **Volviendo a... digo tú debes de enseñarte a ponerle límites ¿no? A hablarle... O sea, no grosera, a sentarte con él y decirle, oye no estoy de acuerdo que me estés humillando de esa forma.** O sea, cosas así que... o ¿te sientes bien?, no pues que no, no lo permitas.... No dejes que siga creciendo esto. Tienes que ponerle un hasta aquí. Y nadie más lo va a poner más que tú. Pero tampoco vas a estar gritando, a mí me falta mucho ¿no? **Pero le estoy transmitiendo que...**

Le digo, **sé una persona inteligente ¿cómo le vas a hablar? Escúchate, cómo vas a hablar antes de... Para que las cosas no... entonces, igual. Háblale y**

dile, ¿sabes qué? No estoy de acuerdo en esto, esto y esto. Y así ¿no?
(5) Tp.- Ajá
<p>(6) J.- Entonces yo le dije a ella, yo no he tenido la oportunidad de hablar con Arturo y este... porque me dijo, ¿sabes qué? Es que esta semana tengo mucho trabajo. Y yo le digo, oye a mí sí me interesa platicar contigo hijo, yo le dije así.</p> <p>Inclusive le dije, oye mi amor, sí me interesa platicar contigo hijo. O sea de que... tenemos muchas, muchas cosas que platicar, me interesa mucho ¿cuándo tienes tiempo?</p> <p>Dice, en esta semana no voy a poder, pero la próxima sí platicamos.</p> <p>Entonces en eso pues me siento bien porque me está dando la pauta, como que la entrada para platicar con él.</p> <p>Y volviendo a lo de Corina pues este... Yo pues diario le hablaba, oye ¿cómo estás?, no pues que estoy mal. El domingo inclusive, que se va a jugar futbol, este... Arturo lo que hizo fue llevarse a la niña porque ellos no se hablaban. Y ya después yo le marqué a Corina. Le digo, oye ¿qué pasó? ¿cómo están?. Me dice, no pues ya se fue a jugar, pero se llevó a la niña.</p> <p>Entonces en estos días de que estuvieron lejos, o sea, molestos, eh.... La niña la andaba trayendo él.</p>
(7) Tp.- Ajá
<p>(8) J.- La niña tiene ocho años. Que a jugar, que la llevó a comer, ¿qué se yo, no? Como que se dedicó más a ella. Entonces, digo, pues está bien. Y pensé que el domingo, porque cada ocho días están en la casa, que iban a pasar a la casa y no. De esa forma, a mí me pareció buena su decisión de él. Porque Corina esta en su casa. Y él y la niña pues andaban de este lado. Y yo pienso que... Yo pienso que estuvo bien su decisión de no pasar conmigo ¿por qué? Porque están molestos, porque a lo mejor, consciente o inconscientemente, Corina, yo les he dicho, corre con su madre. Que se vaya con su madre. Corre con su madre, ahorita que no nos entendemos, que no nos hablamos, corre con su madre. Y... afortunadamente no fue así. No fue así... y me dio mucho gusto la decisión que tomó él. Porque ya cuando les hable... Bueno me habló mi nieta, dice, mamá... mamá abuela, me dice, ya llegamos. Le digo, ¿llegaron bien?. Dice, sí, estamos bien. Le digo, qué bueno, es que yo ya iba a marcar con tu mamá. Dice, sí, por eso te estoy hablando. Le digo, qué bueno que ya llegaron. Y ya, hasta ahí. Pero entonces en eso, o sea, este... pues sí, sí estuve de acuerdo con la decisión que tomó. El problema se hizo porque Corina dice que no... La señora, o sea, la mamá de Corina, no saludó a Arturo y Arturo pues no... Dice ella que se cree muy prepotente y muy orgulloso. Y yo le digo, pues... a mí me duele porque pues es mi hijo y yo lo quiero mucho, lo quiero mucho. Pero... yo lo tengo que apoyar, lo voy a apoyar. Y si él me da la pauta a que platiquemos, dialoguemos, este... pues, yo le voy a decir que tome unas terapias, ¿qué está pasando? ¿por qué su actitud así, grosero? Porque... o sea... eso es lo que yo le dije.</p> <p>Y después me hablo la hermana de Corina. Y me dice, es que le hablo a usted, porque ya ve que como Arturo es muy grosero. Entonces así como que, yo digo,</p>

pues ya lo etiquetaron ¿no?

- (4) Jimena narra un suceso en el que su hijo tiene actitudes “groseras” o negativas con su nuera. Resalta el problema de alcohol que tiene su hijo: **Arturo es mi hijo. También toma [...] se dio la oportunidad de que yo lo estuviera escuchando como era de grosero con Corina, entonces a mí me entristeció mucho eso.** Se observa que la consultante se atribuye la situación ocurrida entre su hijo y su nuera y toma el papel de mediadora, a partir del cambio relatado anteriormente. Jimena refiere: **como que retrocedo en mi vida que yo viví. Pero eso me angustia, me da coraje y me preocupa [...] estuve ahí viviendo con esta persona agresiva y ve lo que hice yo de hijo [...] en ese aspecto yo sí realmente quiero apoyarlo. Que cambie su manera de ser.**

Jimena recobra el pasado, pero ahora con una actitud distinta. Intenta encontrar una solución a todo aquello que signifique agresión y violencia a su alrededor. No sólo transmite este cambio de actitud a su hijo, sino también a su nuera: **Volviendo a... digo tú debes de enseñarte a ponerle límites ¿no? A hablarle... O sea, no grosera, a sentarte con él y decirle, oye no estoy de acuerdo que me estés humillando de esa forma [...] Pero le estoy transmitiendo [...] sé una persona inteligente ¿cómo le vas a hablar? Escúchate, cómo vas a hablar antes de... Para que las cosas no... entonces, igual. Háblale y dile, ¿sabes qué? No estoy de acuerdo en esto, esto y esto. Y así ¿no?**

- (5) Tomo una actitud de escucha respetuosa, y asiento para alentar a Jimena que continúe con su relato.

- (6) Jimena relata la manera en que toma la iniciativa para dialogar con su hijo: **Y yo le digo, oye a mí sí me interesa platicar contigo hijo, yo le dije así.**

Jimena otorga importancia a la actitud de apertura de su hijo para con esta iniciativa: **pues me siento bien porque me está dando la pauta, como que la entrada para platicar con él.**

Puede notarse, una vez más, una actitud de mediación entre los problemas de los hijos por parte de la consultante: **Corina pues este... Yo pues diario le hablaba, oye ¿cómo estás?**

- (7) Ante el relato de Jimena, asiento, adoptando una actitud de escucha atenta y respetuosa.

- (8) La consultante continúa con el relato de la situación problemática entre su hijo y su nuera. Le otorga importancia al hecho de que su hijo haya tomado una postura de distancia con ella, a causa de los problemas que éste tuvo con su esposa. Jimena refiere las características negativas de su hijo, y de nueva cuenta, toma una actitud de búsqueda de alternativas distintas, de solución para los problemas que se le presentan a su hijo: **a mí me duele porque pues es mi hijo y yo lo quiero mucho, lo quiero mucho. Pero... yo lo tengo que apoyar, lo voy a apoyar. Y si él me da la pauta a que platiquemos, dialoguemos, este...** Cabe destacar la importancia que Jimena otorga al diálogo en la solución de conflictos.

(9) Tp.- Mjm

- (10) J.- Ya está etiquetado. Y yo le digo a Corina, le digo, no, **yo tengo que luchar porque él cambie, porque realmente a mí sí me da tristeza que me lo etiqueten así.** Realmente somos humanos y tenemos errores. Pero bueno, yo tengo que ver a dónde está... Bueno yo no tengo que ver en dónde está la falla de él ¿no? Por lo

menos decirle ¿sabes qué? A ver... escucharlo ¿me entiendes?	
(11)	Tp.- Mjm
(12)	<p>J.- Necesito que me diga, que se desahogue y yo decirle, hijo ¿porqué no te vas a unas terapias?</p> <p>Porque a final de cuenta hablaron...O sea ya hablaron. Le digo mira, habla. Me dice, es que si no me busca él, pues no lo voy a buscar yo. Le digo, pues no sé, ahí sí tú tomas la decisión que tú quieras. Porque yo no te voy a decir, búscale o háblale. No, no, no.</p> <p>Porque inclusive me dijo, ¿sabe qué? Que yo ya... ya me cansó esto, yo ya lo voy a dejar y que no sé que...</p> <p>Adelante Corina, si eso es lo que quieres, adelante... Yo no te voy a decir, oye, porque es mi hijo te estás con él, porque te estás con él. No. Tampoco vas a aguantarlo en su manera de ser. O sea, toma la decisión que tú creas conveniente, pero piénsalo bien, nada más. Yo te he dicho muchas veces, vete a terapia. Porque yo no te puedo ayudar. Únicamente te estoy dando esto poco que... poco a poco yo lo he estado entendiendo y te lo comparto. Pero a final de cuenta, ni te estoy hablando como una suegra, eso sí olvídale. Te estoy hablando como mujer ¿Sí? Si tú quieres tomar esa decisión pues adelante, adelante.</p> <p>Y Ya ayer... el lunes ya me habló y ya así, cambiada de tono y todo... contenta y pues que ya hablamos y no se qué. Le digo, pues tú también hubieras puesto tus límites, dile lo que no te parece, háblalo, háblalo. Dile, esto no me gusta, porque así... y tatatá...</p> <p>E igual, yo creo que también... para eso se dialoga y todo ese rollo...</p> <p>Pues afortunadamente, saliendo de todo eso, me sentí bien porque a final de cuenta ella me dijo que ella me quería mucho. Y eso me hizo sentir súper bien ¿no?</p>

- (9) Asiento, dándole a entender a Jimena que está siendo escuchada de una manera atenta. Continúo alentando su relato.
- (10) Jimena continúa con el relato acerca de su hijo. Enfatiza la lucha en ella misma para lograr que su hijo cambie, dado que, según lo relatado por Jimena, las personas que rodean a su hijo perciben actitudes negativas de él: **yo tengo que luchar porque él cambie, porque realmente a mí sí me da tristeza que me lo etiqueten así.** La alternativa de Jimena es el diálogo y la escucha: **A ver... escucharlo.**
- (11) Doy a entender a Jimena que la escucho.
- (12) Jimena relata la solución del conflicto entre su hijo y su nuera, y relata su papel de mediadora. Jimena afirma la transmisión de su cambio a sus hijos: **Únicamente te estoy dando esto poco que... poco a poco yo lo he estado entendiendo y te lo comparto.** Jimena menciona los elementos a transmitir los límites, la actitud y disposición para el diálogo, que engloban su cambio: **Le digo, pues tú también hubieras puesto tus límites, dile lo que no te parece, háblalo, háblalo. Dile, esto no me gusta [...]para eso se dialoga**

Jimena siente apoyo de la gente ante su cambio, y eso le trae consecuencias positivas encaminadas hacia su bienestar: **saliendo de todo eso, me sentí bien porque a final de cuenta ella me dijo que ella me quería mucho. Y eso me hizo sentir súper bien**

(13)	Tp.- Claro...
(14)	J.- Súper bien porque he estado trabajando mucho conmigo , conmigo, conmigo. Sabiendo pues por dónde le voy a entrar porque... pues a final de cuenta, yo digo, pues Arturo ya no es un niño. Pero si me da la oportunidad de platicar, de dialogar, pues únicamente decirle qué es lo que tiene que hacer. Porque yo le puedo decir, mira hijo, yo estoy yendo a la terapia. Yo tengo muchas cosas dentro de mí, muchos errores también como humano, y es difícil aceptarlas. Porque mira, es difícil porque a veces siempre creemos tener la razón. Y no es así, las cosas no son así. Cuando tú empieces a analizar y digas, no, sí la estoy regando, y lo siento ¿no? Como que dices, chin pues sí la regué y la estoy regando, pero... que bueno que la sepas reconocer. Porque es muy triste cuando realmente no sabes reconocer nada. Y no valoras, ¿no? No valoras muchas cosas, no valoras la vida. Pero dentro de todo eso, con mi hija, pues súper bien. Súper bien, súper bien. Entonces estoy muy contenta con eso, porque a parte de que ya me siento mejor, este... a ellos también quiero que vean un cambio y parece que lo están viendo ¿no?
(15)	Tp.- Claro...
(16)	J.- Lo están viendo, lo están viendo...Y eso a mí me da mucho gusto. Porque este... pues lo he dicho muchas veces y no me cansaría de decirlo, que es parte de mi vida. Es el motor de mi vida, mi familia y este... pues para que estén bien ellos, debo de estar bien yo.
(17)	Tp.- Claro, claro...
(18)	J.- Porque pues antes no encontraba, pues ¿qué les digo? ¡pura agresividad! A mi hijo, bueno, oye que tú, que esto... Y entonces, este... Pues no o sea, como que... pues se iban alejando , no pues mi mamá está bien loca... Fíjate que ya he controlado. Estoy como un alcohólico y digo, esta copa no me la voy a tomar porque yo sé que me va a dañar. Entonces yo digo, bueno, primero conscientemente respira profundo y a ver... ¿qué es lo que vas a decir? ¿cómo vas a actuar?
(19)	Cotp.- Resurge la Jimena inteligente...
(20)	J.- Exactamente, porque digo, bueno, ahora, vuelvo a decir ya está el problema, ya está el problema. Ahora vamos a buscar la solución.

(13) Confirmando el estado de bienestar que afirma Jimena.

(14) Jimena extiende su relato de bienestar con referencia a su cambio y a la retroalimentación que ha encontrado por parte de su familia y la gente que le rodea. La consultante localiza el agente de cambio en ella misma y realiza un énfasis en el empeño que ha puesto en sí misma: **Súper bien porque he estado trabajando**

mucho conmigo. Puede notarse, en este fragmento de la narración, uno de los recursos en Jimena, el análisis, la observación de sí misma: **Cuando tú empieces a analizar y digas, no, sí la estoy regando, y lo siento ¿no? Como que dices, chin pues sí la regué y la estoy regando, pero... qué bueno que la sepas reconocer.**

La consultante trae a la conversación estados de bienestar extendidos hacia la relación con su hija: **Pero dentro de todo eso, con mi hija, pues súper bien.**

Jimena comienza a notar consecuencias positivas de su cambio en la relación con su familia: **porque a parte de que ya me siento mejor, este... a ellos también quiero que vean un cambio y parece que lo están viendo.**

(15) Confirmando los planteamientos realizados por Jimena.

(16) Jimena identifica en ella un agente importante para el cambio en su familia, conclusión a la que llega a partir de haber observado las consecuencias positivas de su cambio en su familia: **Es el motor de mi vida, mi familia y este... pues para que estén bien ellos, debo de estar bien yo.**

(17) Nuevamente confirmando los planteamientos hechos por la consultante.

(18) La consultante hace notables los cambios a partir de traer a cuenta las actitudes que tomaba en un pasado, haciendo alusión a la violencia que ejercía y sus consecuencias en las relaciones con su familia: **antes no encontraba, pues ¿qué les digo? ¡pura agresividad! [...] pues se iban alejando.**

La consultante enfatiza el cambio que percibe en sí misma, afirmando control en sus emociones y reacciones: **Fíjate que ya he controlado [...]Entonces yo digo, bueno, primero conscientemente respira profundo y a ver... ¿qué es lo que vas a decir? ¿cómo vas a actuar?**

Puede notarse que Jimena analiza las consecuencias que le trae las actitudes agresivas y dialoga consigo misma para obtener un control de sus reacciones y, de esta manera, conseguir un estado de tranquilidad.

(19) La coterapeuta trae a la conversación aquello que la consultante definió como Jimena inteligente en sesiones anteriores, para hacerle notar que ese cambio pertenece a la inteligencia que ella nombraba.

(20) Jimena confirma el planteamiento hecho por la coterapeuta. Esto implica que la consultante acepta que sus cambios pertenecen a la inteligencia que en sesiones anteriores se había puesto como meta. Puede observarse una actitud de autocompetencia y de solución ante la aparición de conflictos: **vuelvo a decir ya está el problema, ya está el problema. Ahora vamos a buscar la solución.**

(21) Tp.-Qué bien...

(22) J.- Sí, o sea... Y este... me ha ido muy bien. Este... acerca de José, pues todo fatal. Ahí sí... Pero fíjate que hay algo para mí muy importante, que fíjate cómo actuaba después de que yo... a lo mejor lo agredía. No a lo mejor, lo agredía yo ¿no? **Porque llegué a decirles que lo agredía.** Y después casi le quería dar con la cuchara en la boca así (haciendo el ademán) de comer ¿no? O sea **me sentía culpable y hay veces que lo lograba también él sentirme culpable,** que yo tenía la culpa, es que tú tienes la culpa... Entonces me hacía sentir así (haciendo ademán con

los dedos pulgar e índice, queriendo decir “pequeña”)

Y ahora he estado cambiando muchísimo. Yo veo un cambio y él también yo creo que así se queda de que...

(23) Tp.- Está notando el cambio ¿no? tan importante que está teniendo usted...

(24) J.- Sí, sí, exactamente. En el que pues ya, bueno. Él volvió a lo mismo... **Llegar a tu casa así hasta las chanclas, mira no le dije nada**, ni nada, ni nada. El domingo igual, salió de la casa, se fue a trabajar... No sé... Entonces yo también, estuvimos con mi hija y mi nieta, las tres. Hice unos chiles en nogada, así, muy hogareño y vamos a comer y todo esto... **O sea me sentí muy feliz con ellas ¿me entiendes? Que aunque no estuvo ahí... bueno.**

El lunes únicamente yo le dije temprano, debes tener cuidado, porque te pasa algo, atropellas a alguien, chocas o qué se yo, gente que viene bien... Nada más, nada más eso es lo que le dije... Lo demás pues ahí tú si quieres andar, pero yo pienso que no es justo que la paguen por ti, Dios no quiera que alguien que viene con su familia y viene bien, y tú... pues no... Para mí sería mala onda ¿no? Es la única observación que te hago. Bueno, si quieres, si no, ni modo, sigue como vas ¿no? yo no te voy a cambiar. Y ya.

Él me dijo, el lunes voy a ir a jurar. Yo no le dije mira... A lo mejor si hubiese pensado de otro modo, bueno si quieres, sí, sí, ve; O te acompaño.

No o sea, ya no. **Ya él tiene que saber tomar las riendas de su vida ¿no?**

(21) Refuerzo la actitud de Jimena de búsqueda de solución, dándole una connotación positiva.

(22) Jimena trae a la conversación el tema de su relación con José. Le da una connotación negativa. Sin embargo, percibe en sí misma un cambio de actitud con respecto a éste: **Porque llegué a decirles que lo agredía [...]me sentía culpable y hay veces que lo lograba también él sentirme culpable. Y ahora he estado cambiando muchísimo. Yo veo un cambio y él también yo creo que así se queda de que...**

Jimena advierte que José nota su cambio, encuentra resonancia y legitimación de las nuevas alternativas que Jimena ha intentado.

(23) Enfatizo y pongo el foco de atención en la magnitud del cambio de Jimena.

(24) La consultante argumenta el cambio de actitud con José. Menciona un evento que pudo haber sido conflictivo antes de su cambio, y adopta una actitud distinta: **Llegar a tu casa así hasta las chanclas, mira no le dije nada**. Puede notarse que Jimena afirma un estado de bienestar, de felicidad, aún a pesar de la ausencia de José en la convivencia: **O sea me sentí muy feliz con ellas ¿me entiendes? Que aunque no estuvo ahí... bueno.**

La consultante refiere haber abandonado la actitud agresiva, y adopta una actitud de prevención ante posibles accidentes: **El lunes únicamente yo le dije temprano, debes tener cuidado, porque te pasa algo, atropellas a alguien, chocas o qué se yo, gente que viene bien... Nada más, nada más eso es lo que le dije...**

Finalmente, Jimena narra las soluciones de José ante el problema del alcohol y se deslinda de lo que éste haga. Jimena dice: **Ya él tiene que saber tomar las riendas de su vida**

(25)	Tp.- Claro...
(26)	J.- Ya no. Ya no es mi responsabilidad. Únicamente yo le hice esa observación. No que hubiera actuado, ah no sí sí ve, o te llevo ¿no? No, no, no. Ahí tú sabes ¿no? Únicamente te hago esa observación y hasta ahí nada más. Pero... sí, sí este... siento el cambio. Me siento bien, me siento fortalecida. Ahora más que nunca, quiero que.... Yo vuelvo a lo mismo, yo estando bien conmigo, las cosas van a ser muy diferentes.
(27)	Tp.- Ya están siendo diferentes. Ya están comenzando a ser diferentes...
(28)	J.- Sí, fíjate que sí. Fíjate que sí. Ya volvió como que esa armonía, porque platicábamos con Corina, que a pesar de que... y ella me hizo esa observación, y fue buena, fue buena realmente, me dijo, a pesar de que cuando el señor no vivía con nosotros, a pesar de que la economía era un poco más fuerte, más severa, pero le buscábamos y decíamos, bueno, esta olla de frijoles la compartimos para los, qué éramos... seis. Y yo me imaginaba, me imagino una cadena en la que no dejábamos entrar a nadie porque estábamos fuertes. Estábamos fuertes... Y ella me lo hizo ver, y yo le digo, sí es cierto, es así. Y ahora, dice, que regresó el señor, bueno que usted lo aceptó, como que las cosas fueron totalmente diferentes. Dice, Usted cambió su carácter. Y yo pienso que sí, sí es cierto, cambié. Porque a veces el que convivas así con una persona que tiene malas vibras o mal carácter, te contagia. Te contagia, como que te hace pues la vida así como, bueno que sí, o bueno que no, y para qué les das o para qué esto, y les apoyas, y que esto, que lo otro. Me decía José o bueno, me dice. Yo le digo, Yo los tengo que ver, yo los tengo que ver, porque realmente ya no quiero sentirme... seguir sintiéndome culpable. Yo les voy a decir, y como Angélica, oye hija, no has querido ir a tomar la terapia. Yo lo que ahora quiero, pues no enmendar, porque ya lo que se hizo, se hizo. Pero sí quiero decirles, darles una orientación ¿No? Para que tengan una calidad de vida mejor.

(25) Confirмо el argumento expuesto por Jimena.

(26) Jimena continúa con el tema de su relación con José. Se deslinda de las acciones de José y lo compara con lo que hubiese hecho en el pasado. De esta manera, Jimena da cuenta de su cambio de actitud: **Ya no es mi responsabilidad. Únicamente yo le hice esa observación. No que hubiera actuado, ah no sí sí ve, o te llevo.**

A partir de esta situación, la consultante concluye en la percepción de su propio cambio y los resultados positivos de ese cambio en ella: **siento el cambio. Me siento bien, me siento fortalecida.**

Jimena habla del bienestar consigo misma y de los cambios consecuentes en un futuro.

(27) Hago notar a Jimena que aquellos cambios que menciona a un futuro, ya están sucediendo en un presente. Doy a entender, con la palabra “comienzo”, que

se trata del inicio de una serie de cambios. Los cambios que está percibiendo Jimena tendrán consecuencias a futuro.

(28) Jimena afirma que esos cambios están ocurriendo en un presente. Refiere la armonía que había relatado, en sesiones anteriores, haber sentido en un pasado. Se observa que Jimena resalta la unión en la que vivían frente a la adversidad y que alude a la armonía que menciona al principio de este fragmento: **Y yo me imaginaba, me imagino una cadena en la que no dejábamos entrar a nadie porque estábamos fuertes. Estábamos fuertes...**

Esta armonía se rompe a partir de un cambio que percibió en sí misma Jimena con connotación negativa al regresar con José. Jimena describe inestabilidad y el cuestionamiento de esa unión con su familia que le otorgaba su relación con José: **bueno que sí, o bueno que no, y para qué les das o para qué esto, y les apoyas, y que esto, que lo otro. Me decía José o bueno, me dice.**

Jimena retoma esa unión que le hace sentir armonía y toma la iniciativa de apoyar a sus hijos y deslindarse de la culpa que sentía en un pasado: **Yo los tengo que ver, yo los tengo que ver, porque realmente ya no quiero sentirme... seguir sintiéndome culpable.[...] Pero sí quiero decirles, darles una orientación ¿No? Para que tengan una calidad de vida mejor**

Es importante señalar que Jimena refiere al pasado como un punto de partida para la toma de iniciativas de solución y ya no como algo irremediable y angustioso, actitud que se notaba en la sesión anterior.

(29)	Tp.- Claro...
(30)	J.- Que les diga yo, pueden ir aquí. Es que si no puede uno, tenemos que tomar una terapia, tenemos que ver... Si ya te sientes acorralado y no encuentras, no encuentras, tienes que ver de qué manera te puedes ayudar. Entonces, pues realmente... Yo a lo mejor ahorita digo, yo le doy se puede decir, esas armas. Pero pues yo ya no me voy a sentir realmente culpable, porque yo estoy diciéndole, ahí está el tip ¿no? Ya les estoy diciendo en dónde podemos encontrar una paz, una armonía... Que tengamos una calidad de vida mejor. Pero si ellos no quieren, ya bajo su responsabilidad
(31)	Tp.- Claro...
(32)	J.- Entonces yo ya no voy a estar angustiándome. Tampoco, porque yo estoy diciendo, esto y esto y lo otro. Y si no lo llevan a cabo, pues ni modo. Porque ya no es mi responsabilidad, vuelvo a lo mismo...
(33)	Tp.- Claro...
(34)	J.- Pero sí, me ha estado funcionando todo muy bien...

(29) Confirмо el planteamiento expuesto por Jimena acerca del apoyo a sus hijos.

(30) Jimena continúa con su relato de apoyo a sus hijos. Refiere nuevamente, un factor negativo como punto de partida para “ayudarse” a sí misma y a los demás: **Si ya te sientes acorralado y no encuentras, no encuentras, tienes que ver de qué manera te puedes ayudar [...]Yo a lo mejor ahorita digo, yo le doy se puede decir, esas armas.**

Se puede notar un sentido de autocompetencia en Jimena que se ve reflejado en la actitud de búsqueda de alternativas ante la presencia de conflictos tanto suyos como de su familia: **Ya les estoy diciendo en dónde podemos encontrar una paz, una armonía... Que tengamos una calidad de vida mejor. Pero si ellos no quieren, ya bajo su responsabilidad.**

- (31) Reafirmo esta actitud en Jimena.
- (32) Jimena habla de deslindarse de la responsabilidad en caso que ocurriera algún problema con sus hijos. Habla de deshacerse de la angustia que esto, en un pasado, le provocaba.
- (33) Reafirmo el planteamiento de Jimena.
- (34) La consultante afirma, de una manera concluyente y positiva, la manera en que le han estado funcionando la cosas. Cabe destacar que Jimena hace referencia a un “todo”, que alude a todos los aspectos de su vida.

(35)	Tp.- ¡Qué bien!
(36)	J.- Te digo, pues José, o sea... Fíjate que hasta siento... siento. Eso a mí Antes me angustiaba, decía yo, bueno ¿por qué no me quiere? ¿por qué no siente algo por mí? No o sea no... Porque yo digo, no... tranquila, porque para empezar debes quererte y amarte a ti. Porque tú estás pidiendo que te quieran. Si para empezar debes quererte a ti y amarte a ti. Entonces, eso que te tenga sin cuidado ¿no? Y ya lo estoy manejando así, y ya lo veo así. Y este... me siento... me siento feliz.
(37)	Tp.- ¡Qué bien!
(38)	J.- Yo me quedo con la Jimena que está cambiando...
(39)	Tp.- Inteligente, claro
(40)	J.- Con Jimena inteligente. No, yo me quedo con esto, no quiero esto. Tampoco la agresiva. Fíjate que... de sus colegas de ustedes... Eso me hizo... esto es bueno porque te hace, a dónde tienes que trabajar más. Ese mensaje que tú estás escuchando, no pues es que sí, la estás regando en esto. Te digo, vuelvo a lo mismo, no es fácil aceptar sus errores, no es fácil. Pero a final de cuentas dices bueno, soy humano y sí, sí, la estoy regando. Y quiero salir de este bachezote

- (35) Refuerzo la afirmación positiva de Jimena que la lleva a un estado de bienestar.
- (36) Jimena describe su cambio de actitud con respecto de su relación con José y hace alusión a su propia autoestima, deslindándose de los sentimientos negativos que le provocaban las formas de relacionarse que José tenía hacia ella : **Si para empezar debes quererte a ti y amarte a ti. Entonces, eso que te tenga sin cuidado**
Jimena alude a un estado de felicidad a consecuencia de su cambio de perspectiva en relación con José: **me siento feliz.**

- (37) Refuerzo ese cambio de perspectiva que Jimena narra.
- (38) Jimena hace referencia al cambio que percibe en sí misma y sus deseos de permanencia en ese estado de cambio.
- (39) Acoto estos cambios dentro de lo que Jimena había llamado “inteligencia”
- (40) Jimena retoma el término inteligencia, afirmando que esos cambios engloban dicho término. La consultante alude al proceso terapéutico y su relación con su cambio de actitud. Habla de los conflictos como algo superable y resoluble aludiendo a su sentido de autocompetencia: **Y quiero salir de este bachezote**

(41) Tp.- Y lo mejor es que no sólo acepta sus errores, si no que además los mejora, trabaja sobre de ellos. Los mejora, como parte de esta Jimena que está surgiendo. Que se da oportunidad en la vida, que usted estaba diciendo hace rato, que quería darse una oportunidad. Pues ya se la está dando. Es evidente...Estamos sorprendidas desde la sesión pasada. Cada vez viene como más guapa incluso. Viene hoy muy guapa, por cierto.

(42) J.- Gracias, yo digo. No, **tengo que echarle ganas. Porque ya fue mucho lo que maltraté a Jimena, la agresiva o la sumisa.** Entonces ya no... O sea, ya también eso he estado dejando... ya sucedió, **eso se quedó atrás. Y eso me ha estado funcionando...**

(43) Tp.- Ver hacia adelante ¿no?

(44) J.- Sí, porque fíjate que de repente así como que chin pasaba así a mi mente y empezaba yo a maquilar así porquería y media. Basura, porque es basura así. Y yo decía yo esta basura para qué la quiero yo aquí, así afuera. **Y no, no, no, y peleo otra vez como que no, no, no a ver, a ver, tienes que ponerte la pila. A ver, tranquila, tú eres tú, tú tienes un compromiso muy grande contigo misma, estás comprometiéndote contigo, con nadie más, más que contigo.** Entonces tengo así como que chin chin, me sacudo.
Y ya vuelvo a mis actividades y todo ese rollo. Porque inclusive en las mañanas e ido a caminar a correr, yo no puedo correr, por la prótesis. Entonces he ido a caminar pero, este... estoy bien. Para mí es algo mucho muy importante, esta experiencia yo la vivo, y parece que no, estoy así, o sea **me quiero transformar totalmente pero en una mujer inteligente. Una mujer cautelosa, inteligente, todo, todo.** No por este... por dentro, no en lo físico sino por dentro ¿no? **Quiero cambiar muchas cosas y sí lo estoy logrando, sí lo estoy logrando...**

(41) Con esta intervención vinculo un estado aparentemente pasivo de aceptación de errores como punto de partida para búsqueda de alternativas hacia el cambio. Se hace patente el progreso de sesión a sesión que se ve reflejado incluso en su apariencia física.

(42) Jimena refiere los dos extremos en que oscilaba la forma de relacionarse con los demás y consigo misma y el daño que se autoinfligía en consecuencia: **tengo que echarle ganas. Porque ya fue mucho lo que maltraté a Jimena, la**

agresiva o la sumisa. El abandono de estas formas de relación le hace concluir que le viene bien: **eso se quedó atrás. Y eso me ha estado funcionando...**

(43) Vínculo esta nueva actitud como un ver hacia un futuro, y no quedarse en el pasado, como se había manejado en la sesión anterior.

(44) Jimena hace referencia a aquello que “quedó atrás” y a los pensamientos negativos como “basura” es decir, algo susceptible de ser desechado, algo manejable. Jimena relata la manera en que se deslinda de eso que llama “basura” a través del diálogo consigo misma: **Y no, no, no, y peleo otra vez como que no, no, no a ver, a ver, tienes que ponerte la pila. A ver, tranquila, tú eres tú, tú tienes un compromiso muy grande contigo misma, estás comprometiéndote contigo, con nadie más, más que contigo.**

Jimena alude a la manera en que ha retomado sus proyectos y actividades personales: **Y ya vuelvo a mis actividades y todo ese rollo.**

De cuenta nueva Jimena habla de su cambio y alude al sentido de autocompetencia: **me quiero transformar totalmente pero en una mujer inteligente. Una mujer cautelosa, inteligente, todo, todo [...]Quiero cambiar muchas cosas y sí lo estoy logrando.**

(45) Cotp.- A mí me parece algo muy interesante ver como esa Jimena inteligente no solamente está sirviendo en su relación personal sino que también está contagiando a los otros, a sus familiares, para que tome una decisión cómoda para ellos sin imponérselos y esto es una forma de ayudarles a ellos en cuanto a su evolución de usted, porque fue un cambio total y que también ellos percibieron

(46) J.- Sí, **también mi hijo me ve así, totalmente diferente** así ay ¿esa es mi madre? Sí, sí es mi mamá.
Fíjate que yo con el, por ejemplo, cuando estuvo en la casa viviendo eh... **una ocasión me tocó ver que quería golpear a Corina. No pues yo le di sus cocos. Y no lo hablamos después porque yo a puro chanclazo y zapatazo y todo.** A eso yo me ubicaba que **yo les quería llamar la atención así.**

(47) Tp.- ¿Y ahora cómo lo hace?

(48) J.- ¡No! **Ahora de una forma totalmente diferente. Hasta le digo, oye mi amor, esto...** Porque qué quisiera que la vida se los diera cuando ellos estaban chiquitos. Pero ni modo, ya pasó. Y yo digo, ay, Jimena, yo me digo, cómo es posible que estos niños, o sea, mis niños, **mi hija y mi hijo, los haya creado dentro de este ambiente tan duro. Cómo es posible, pero bueno, eso ya pasó, entonces a partir de hoy, gracias a Dios, gracias a ustedes que me escuchan, este... he estado cambiando ¿no?** Que ellos vean, les digo, oye mi amor, esto... a Arturo... y a mi hija igual. Y este... porque yo siento que me inclinaba más por Arturo. Y Angélica así como que no. Y ahora, soy pareja. **Y oye mi cielo, y le doy una caricia, o la abrazo o la apapacho.** Y échale ganas a la escuela, y tú eres una niña muy inteligente. Y cuando que yo decía, no que si no le echas ganas ¿para qué vas a servir? Es que yo le digo a Susana que ni para criada va a servir. Le digo, no Angélica, porqué dices en frente de ella. Le digo, pues claro que no va a servir para criada porque ella es una niña muy inteligente, muy inteligente, que ni siquiera se va a dar esa oportunidad. O sea, cosas

así. Y mi hija se queda así... es mi mamá o ¿qué es? Y se sorprende ¿no? Le digo, ya después de enfrente de ella. **Mira yo estuve muy mal en muchas cosas con ustedes y ve el resultado. Entonces no, no hagas lo mismo.** Dije cosas buenas que ella se sienta bien, porque imagínate más o menos le he platicado, o sea, le he platicado las sesiones, que cómo pasan sus colegas y así, papapá, y fíjate que todo eso te hace crecer o te hace ver de dónde tienes que trabajar. Pero... y realmente dices, hígole pues sí, sí estoy mal, tache aquí y paloma aquí. Y entonces no puedes hablarle así a la niña.

No le hables así, tú habla bien con ella y platica, yo que diera por tener que tú tuvieras la edad de mi niña, de Susana. Que tu hermana tuviera la edad de Carla. Pero ni modo, pasó la vida, sin ver, sin sentir, sin amarlos, sin apapacharlos, pero gracias a Dios todavía los tengo y aquí estoy **teniendo la oportunidad de reflexionar** que gracias a dios todavía que no me he ido de este mundo y sin haber reconocido el daño que yo les he hecho. **Y me está dando esta oportunidad y lo estoy haciendo.** Estoy trabajando con eso.

Y me dice, ay mamá, de veras que ahora sí te veo un cambio (risas). Le digo, ay no lo creería. Si no me estuvieras hablando así, diría mi mamá sigue peor. Pero afortunadamente te veo... te veo diferente.

Y volviendo a lo de José, que a veces nos salíamos a comer los fines de semana, este... Voy a hacer una comida de la que más me guste, ni me dan ganas de salir y también **algo bien importante que yo también veía un error en mí en el que yo decía, si te hace daño tomarte dos copas y estás así, pues mejor no lo hagas. Y ya también he estado así como dejando esto.** Inclusive José llevó una botella de tequila. No quieres, le digo, no tengo ganas, gracias. De veras? No, tú tómate las que quieras. Pues yo sí. **Pues tómate si quieres, pero yo no tengo ganas.** Fíjate que he estado viendo muchas cosas. Pero tengo que echarle ganas. Si quiero un cambio, **Tengo que dejar muchas cosas que a mi vida le perjudica ¿no?** Por ejemplo que con dos tequilas ya casi le quería yo... porque sí lo disfrutaba. Y le decía hasta de lo que iba a morir. Así, groserías, unas leperadas terribles. Pero, te digo, a final de cuenta pues yo casi le daba de comer porque me sentía mal. Porque yo decía, bueno con mis actitudes, pues era más que una disculpa ¿no?

Porque yo digo, y no sé, bueno... Hay gente que me ha dicho que **soy noble de carácter,** es que tú con tu carácter no vas a llegar a nada. A veces sí me lo han dicho. Y ahora no, **lo que pasa es que no lo sabía yo equilibrar.** No lo sabía yo equilibrar. Sí ¿cuándo tenía qué? y ¿porqué? no nada más a lo tonto, ¿sí? Porque sabía que eso me dañaba, eso que actuaba yo con José. Fíjate que a final de cuentas él me dañaba y me sentía yo muy mal. Me decía, es que soy muy grosera. Este... taz taz y me ponía todo y daba todo y pues no, en vez de crecer pues daba todo.

(45) La coterapeuta hace notar que ese cambio ha sido extensivo para con su familia.

(46) Jimena realiza un énfasis en el punto de vista de su hijo. Relata una situación de violencia de su hijo con su nuera, y el cambio de actitud que ella tuvo,

sin hablar de la manera en que lo hace en un presente: **una ocasión me tocó ver que quería golpear a Corina. No pues yo le di sus cocos. Y no lo hablamos después porque yo a puro chanclozo y zapatazo y todo [...]yo les quería llamar la atención así.**

(47) Guío el tema de conversación hacia las cosas que Jimena hace en el presente al enfrentarse a conflictos violentos por parte de su hijo.

(48) Jimena da un giro en sus formas de relacionarse con sus hijos. Habla en términos afectuosos con ellos: **Ahora de una forma totalmente diferente. Hasta le digo, oye mi amor, esto... [...]Y oye mi cielo, y le doy una caricia, o la abrazo o la apapacho**

Nuevamente, la consultante trae a la conversación el pasado, pero ahora como punto de origen para un cambio: **mi hija y mi hijo, los haya creado dentro de este ambiente tan duro. Cómo es posible, pero bueno, eso ya pasó, entonces a partir de hoy, gracias a Dios, gracias a ustedes que me escuchan, este... he estado cambiando.**

La consultante refiere la invitación al diálogo con sus hijos en la solución de posibles conflictos: **No le hables así, tú habla bien con ella y platica.**

Asimismo, alude a un examen de sus propias actitudes, refiere al pasado y lo percibe como una oportunidad para cambiar: **teniendo la oportunidad de reflexionar [...] Y me está dando esta oportunidad y lo estoy haciendo.**

Jimena identifica aquellas actitudes, reacciones y formas de relacionarse que no le han funcionado, y las cambia: **algo bien importante que yo también veía un error en mí en el que yo decía, si te hace daño tomarte dos copas y estás así, pues mejor no lo hagas. Y ya también he estado así como dejando esto [...]Pues tómame si quieres, pero yo no tengo ganas**

También habla de la obtención de un equilibrio entre dos extremos de formas de relación, como parte de su cambio.

(49) Tp.- Ahora ¿la nueva Jimena cómo reacciona con José por ejemplo?

(50) J.- Uhm... Fíjate que ya lo veo así como... **a mí me sorprende ese sentir y ese ver. Porque yo ya no siento nada, nada hacia él.** O sea, ya no me da coraje el que llegara tarde, tomado. Lo único que te digo esa observación que le dije, Ten cuidado te vayas a accidentar y va a estar peor o pegas o te pegan, qué se yo. Pero ya no me da coraje, porque igual te digo, **pienso yo que si a lo mejor el hubiese querido rescatar algo, yo creo que ya hubiese empezado a trabajar. Si él hubiera querido rescatar a esta mujer (señalándose a ella) ya lo hubiera hecho.** ¿En qué? Pues me voy a una terapia, o le digo que vamos, ¿qué se yo? Muchas cosas, muchas cosas ¿no? Pero no. Entonces él a parte y yo aparte. Ahora sí que cada quien se cocina aparte.
Ahorita él sabe que yo estoy viniendo a la terapia, y pues no me dice, ¿Cómo ves? O ¿cómo te sientes? , nada. Y pues en un principio pues le quise así como que platicar: no pues es que me fue bien, y él ni para bien ni para mal. Pues no le interesó. Ya ahorita es por demás que... Eso me ha hecho sentir totalmente diferente. **Mi actitud hacia él me ha hecho totalmente diferente, pues como una persona así... cualquiera ¿me entiendes?**

(49) Dado que Jimena hablaba en pasado acerca de sus actitudes con las personas que le habían dañado, y habla del extremo en el que oscilaba, realizo esta pregunta para hacer denotar el cambio de sus actitudes. Hago saber a la consultante las actitudes que toma en el presente que establecen una diferencia con el pasado que había relatado momentos anteriores.

(50) Jimena relata la manera en que hizo a un lado sentimientos negativos con respecto de José a tal grado que se siente sorprendida de sí misma: **a mí me sorprende ese sentir y ese ver. Porque yo ya no siento nada, nada hacia él.** Jimena da cuenta de José como pareja y de las actitudes de éste con ella. La consultante toma su distancia con José: **pienso yo que si a lo mejor el hubiese querido rescatar algo, yo creo que ya hubiese empezado a trabajar. Si él hubiera querido rescatar a esta mujer (señalándose a ella) ya lo hubiera hecho [...]. Mi actitud hacia él me ha hecho totalmente diferente, pues como una persona así... cualquiera**

(51)	Tp.- Mjm
(52)	J.- Porque inclusive el me ha buscado en la intimidad y yo, como me había dicho que no me quería. Y le digo No, oye. ¿para qué nos utilizamos? Ni yo te utilizo a ti ni tú me utilizas a mí. Entonces en vez de que yo me sienta bien, me voy a sentir fatal. Estando con una persona en la intimidad y que no sienta nada por mí, y que me esté utilizando. Oye, pues no ¿de qué se trata? Y entonces así como que... ya no me dijo nada. Yo siento que estaba muy sorprendido de mi cambio , lo veo porque...
(53)	Tp.- Todos estamos sorprendidos...
(54)	J.- (Risas) Lo veo porque... no pues es que” ¿y ahora dónde me quedó Jimena sumisa? ¿dónde está que yo la quiero ver?” Porque él quiere quedarse con Jimena, con la sumisa. No quiere nada inteligente, porque sabe que le va como (risas)... Bueno, no que le va como en feria, sino simplemente que ya no. Que ya no la puede manip... este...
(55)	Tp.- Que pone sus límites
(56)	J.- Exactamente, exactamente. Entonces dice, ya no puedo con esta mujer. Y déjame decirte que respecto a lo económico, antes me enfadaba que no me diera dinero. Porque él, por ejemplo, ha estado así como que jugando ¿no? Así como que te suelto y te lo retiro, te suelto , y así en un estira y afloja. Un principio eso me molestaba mucho, que no me diera lo que realmente ganara, porque de que gana bien, gana bien. Entonces “ya mira, oye, pues aquí está, lo guardas” Ah, sí, Sí lo guardo. Y después ya no me decía nada. Pero sí me da dos mil pesos quincenales. Esos sí me los da. Pero de ahí ya no me da más. Y eso a mí como que me ponía de malas. Y yo digo, a final de cuentas ese es dinero de él. Y él con su dinero puede hacer lo que quiera. Me costo para... ¿Cómo sería la palabra? Porque para ser independiente, soy independiente. Yo tengo mi dinero... Como para soltarlo ¿me entiendes? Para soltar eso de que ¿pues cómo que a mí no me va a dar esa

cantidad de dinero? ¿con quién se lo va a ir a gastar? mi mente empezaba a maquinar ¿con quién se lo va a ir a gastar?.

No, ahora mira (hace ademán con manos) **No, no me interesa. Y eso es un punto muy grande a mi favor.** Para mí eso es un punto muy grande a mi favor. A penas el domingo le dijo mi hija en la tarde, oye papá trabajas y trabajas y ¿dónde está tu dinero? Estoy guardando para un carro. Y le dijo, está bien para que el que traes, él trae un bocho, me lo regalas. Y ya le dice, sí cómo no, te lo voy a regalar. Y yo, como si nada, estaba yo escuchando sus comentarios de Angélica y José, y pues no, como si nada. O sea, ya no me emociona.

Porque me dice, me quiero comprar un carro pues más o menos, regular y todo eso. Pues que se lo compre, qué bueno que le alcanza para comprárselo ¿no? Pero yo estoy acá de este lado. Ya no me involucro, se puede decir, que en su vida ¿me entiendes? Entonces yo así como que me he ido separando, soltando, porque es soltarlo ya a él. Agarrándolo no. ¿y por qué no me das? porque vas a hacer...No, no, no. **Tranquila, ya lo he dicho, ya somos adultos de tanta edad, entonces yo no puedo tomar las riendas de su vida de él.** Así como yo estoy diciendo, no puedes tomar las mías, yo también estoy poniendo (hace ademán con mano haciendo alusión a límites) que él hacia él y yo a lo mío. Como quien... nos convenga mejor. En donde estemos mejor.

Para mí eso es algo muy importante. Porque igual y puede decirlo “no me deja porque al fin tengo dinero”. No, pues no, eso no es todo, **yo puedo valer mucho más, o valgo mucho más, no me puedo comparar a una cantidad de dinero, del valor que yo tengo.**

Entonces eso es muy aparte. Así. Así de ese tamaño. **Y realmente son cosas que las he ido trabajando.** Así, déjalo, déjalo. Hay momentos que como que no y “¿Por qué? Y aquí”, y más me angustiaba y me hacía daño. Porque me hacía un daño dentro de mí. Y él aferrado a sus costumbres y a sus ideas y yo “no y que lo vas a hacer así y así...” Oye, pues sí no es un niño ¿verdad? Si a un niño no le vamos a hablar así, menos a una persona adulta. Entonces no nos queda otra más que respetar. La vida que nosotros decidamos, respetar.

Inclusive ayer... (risas) me dijo, oye tú cuando llegas, ya ni me dices. Y le digo, sí te digo, nada más que ya estás muy dormido. Ya ni beso me das. Le digo, ya para que nos damos beso, si ya no nos queremos. Y me dice, oye, me volviste a decir que ya no me quieres. Le digo, no, de veras, en serio, ya no te quiero. Y yo buscándole los ojos, que vea realmente que... pues sí de veras, ya no...

A final de cuenta querer es una cosa y amar es otra cosa, porque si realmente yo te amara... porque querer es una cosa... a un objeto. Y no eres un objeto, ni yo soy un objeto. Entonces ya ¿para qué te doy beso si ya no lo siento? Ya es hipocresía. Y ya se quedó callado. Así como que ush... Y ya no me dijo nada.

Pero sí, me ha estado volviendo a lo mismo, me ha funcionado, me siento bien.

Pero fíjate que...lo he estado pensando si estoy corriendo. ¿Estoy corriendo? ¿Podría tener yo, una recaída yo?, así como una enfermedad, queriendo regresar a mis hábitos. Esa pregunta sí se la hago a ustedes...

- (51) Asiento para alentar a Jimena a que continúe con su relato en lo referente a su cambio de actitud con José.
- (52) Jimena evalúa la situación con José como pareja, habla acerca de las relaciones sexuales con él. Puede notarse cómo, a partir de esta evaluación, evita sentimientos de malestar. En resumen, la consultante previene malestar con José, manteniendo su bienestar: **para qué nos utilizamos? Ni yo te utilizo a ti ni tú me utilizas a mí. Entonces en vez de que yo me sienta bien, me voy a sentir fatal.**
Jimena extiende la sorpresa que le causa a sí misma su cambio, y nota la sorpresa de José que le causa el surgimiento de diferentes actitudes en ella: **siento que estaba muy sorprendido de mi cambio**
- (53) Hago saber a Jimena que incluso nosotros notamos el cambio, haciéndolo extensivo.
- (54) Jimena reacciona de una manera positiva a mi comentario. Continúa argumentando su percepción acerca del cambio de actitud en Jose a partir de su propio cambio: **¿y ahora dónde me quedó Jimena sumisa? [...] No quiere nada inteligente, porque sabe [...] que simplemente ya no.** La consultante deja implícito que renunció a un extremo de ella en sus formas de relación: “la Jimena sumisa”
- (55) Acoto el cambio de actitudes que refiere Jimena con José dentro de lo que ella misma llamó “poner límites”.
- (56) Jimena confirma este planteamiento y continúa argumentando el cambio de sus actitudes con José, ahora en el ámbito económico. Jimena refiere: **No, no me interesa. Y eso es un punto muy grande a mi favor [...] Tranquila, ya lo he dicho, ya somos adultos de tanta edad, entonces yo no puedo tomar las riendas de su vida de él [...] yo puedo valer mucho más, o valgo mucho más, no me puedo comparar a una cantidad de dinero, del valor que yo tengo.**
Puede notarse que habla de una autovalía o autoestima. Además, Jimena relata que los cambios de actitud son producto de un trabajo consigo misma, denotando autocompetencia: **Y realmente son cosas que las he ido trabajando.**
Jimena cuestiona la velocidad de su cambio a partir de la creencia de poseer una enfermedad.

(57) Tenemos... más bien no es una impresión, cada quien va a su paso. Usted ha tenido una capacidad extraordinaria para cambiar, increíble. Y en dado caso que se presentara otro bachecito, que no sería más que eso, creemos que usted tiene las suficientes herramientas, la suficiente inteligencia, la suficiente fuerza, seguridad, uy! Infinidad de cualidades que usted misma ha mencionado y que le vemos evidentemente y tiene esas herramientas para sobrepasar. Más que recaer

<p>sería enfrentarse a una situación nueva, un bachecito, que muy bien puede sobrepasar con todas estas nuevas cualidades de la nueva Jimena. Entonces sí es un cambio muy importante el que ha tenido a lo largo de... pues de toda esta terapia. Antes se sentía muy insegura, se sentía... nos mencionó incluso dependiente, con miedo a la soledad, con “castillos en el aire”, mencionaba un poco como los “cangrejitos” siempre viendo hacia atrás. Pero ¿qué pasa con la Jimena de ahora? Empapada de sí misma, muy segura, ya comienza a aterrizar sus metas, ya tiene bien fijo su proyecto de vida. La vemos incluso, físicamente, completamente distinta</p>
<p>(58) (Risas) ah.... Sí, sí. Gracias, gracias...</p>
<p>(59) Tp.- Otro semblante, su forma de caminar, todo, todo. Ha sido un cambio bastante impresionante para nosotros. Ha sido una capacidad increíble que tiene usted, no sólo para darse cuenta qué errores ha tenido, sino para mejorarlos, esas áreas de oportunidad que ha tenido usted para crecer como persona. Y esto que usted ha estado diciendo de trabajar consigo misma, no sé si me equivoco, pero me parece que es un trabajo que nunca termina. La vida siempre va a presentar bachecitos, baches pequeños, grandes y uno tiene que sacar herramientas...</p>
<p>(60) J.- Exactamente, exactamente, tienes razón...</p>
<p>(61) Tp.- Que bien ha demostrado que las tiene para sobrepasar esos bachecitos</p>
<p>(62) Cotp.- Como una prueba...</p>
<p>(63) Tp.- Exactamente, la cuestión aquí es, ponerse como usted dice, la antenita. Traer la antenita siempre puesta, para estar siempre modificando una, y mejorando, mejorando constantemente, porque es un proceso que jamás termina, por la naturaleza misma de la vida.</p>
<p>(64) Cotp.- Yo no lo vería tanto como una recaída, sino como una oportunidad de adquirir nuevas herramientas y crecer, así como dice Eva. Crecer y estar más segura de sí misma...</p>
<p>(65) J.- Claro. Más fortalecida ¿no? Bueno yo también me he dicho, no. Bueno me entró esa duda. Vuelvo a manejar a lo de los alcohólicos. Es que una recaída es peor ¿no? Pero digo, no. Esto no es un alcohólico, ni es un vicio. Yo únicamente lo manejo así en que digo, bueno... no me voy a tomar esto, porque me voy a dañar, yo me voy a dañar con eso. Entonces si ahorita no estoy bien de mi yo, no tiene caso que tome una o dos porque yo ya sé hacia dónde voy. Cuando yo ya me empiece a sentir, bueno ok, y dos. Saber medirme, hasta dónde está mi capacidad. Hasta dónde puedo llegar, hasta donde sí y hasta dónde no.</p>

(57) Hago saber a Jimena que la velocidad es algo que varía de persona a persona, haciendo un énfasis en la velocidad que ha tenido ella para cambiar. Este significado de cambio las proyecto a futuro y los vinculo con los problemas nombrándolo “bache”, con la finalidad que se perciban como algo manejable para

la consultante. Asimismo, se refuerza el sentido de competencia para con los problemas a partir de los recursos vistos durante el proceso terapéutico.

- (58) Jimena acepta este planteamiento con orgullo, dada las risas con que responde.
- (59) Continúo hablando acerca de la manera en que se ven reflejados en su persona los recursos que ha desarrollado y sigo reforzando sentido de competencia no solo en un presente sino proyectándolo a futuro.
- (60) Jimena confirma este planteamiento.
- (61) Vinculo los recursos de Jimena con la solución de conflictos pasados.
- (62) La coterapeuta habla del significado de los problemas como una manera de hacer uso de los recursos que se han co-construido en terapia.
- (63) Confirmo la afirmación de la coterapeuta y la extiendo haciendo notar a Jimena la identificación de los momentos en los tiene que hacer uso de los recursos y doy pie al surgimiento de nuevos recursos en la solución de nuevos conflictos futuros.
- (64) La coterapeuta retoma el término “recaída” para darle otro significado, resumiendo lo dicho acerca de éste. Se abre nuevamente paso al surgimiento de nuevos recursos en un futuro.
- (65) Jimena habla de fortaleza, englobando las posibilidades del surgimiento de nuevos recursos para la resolución de conflictos. La consultante habla del análisis de la situaciones de vida para dar paso a nuevos recursos. Puede notarse que ella misma se despatologiza: **Esto no es un alcohólico, ni es un vicio. Yo únicamente lo manejo así en que digo, bueno... no me voy a tomar esto, porque me voy a dañar, yo me voy a dañar con eso [...] Hasta dónde puedo llegar, hasta donde sí y hasta dónde no.**

(66) Cotp.-Tener control

(67) J.- Exactamente, **control. Como en el que también, yo lo manejaba así, controlar las emociones.** Que yo les decía, a pues que esto!!! Y a veces hasta a groserías ¿no? Y digo, ay no. Ahora que ya las aterrizo y que ya digo, qué mala... Así pues sí van a entenderme, pues realmente no... Porque la agresividad no me lleva a nada, a nada bueno. Lo único a lo que me lleva es a hacerme daño a mí y a mis hijos, pues, nos vamos, ahí que se quede, está loca. ¡Ahí que se quede!
Y qué bueno que...**he cambiado mi estrategia, me ha funcionado hasta con las niñas. Porque como ustedes dicen, en cualquier momento va a haber cosas así,**

baches. Y pues ya, yo le digo, ahora... y esa palabra me gustó, me gusta. Digo, ahora ¿qué vamos a hacer? Ya está el problema, ya está hecho, ya lo hicimos, ya está ocasionado. Ahora ¿qué solución le vamos a dar? Vamos a trabajar sobre eso.

Te digo que a mí también me ha ayudando en mucho. Te digo que he estado así, agarrando de acá, y de acá. Y me ha funcionado, te digo a veces escucho *Diálogos en Confianza* y cuando hay un tema que me interesa pues ahí le estoy inclusive apuntando. A veces son palabras sabias ¿no?

Que bueno ahora ¿qué nos lamentamos? Si ya están las cosas, el problema ya está hecho. Pues ahora vamos a echarle ganas. A salir, para darle la solución.

(68) Cotp.- Sí, es lo que veníamos viendo. Que ya tiene las herramientas para tomar esa decisión, independientemente de cuál sea, ya consideramos que no se va a sentir culpable, como lo decía en un inicio, no me quiero sentir culpable. Porque ahorita ya está dando razones de por qué [no se entiende] Y ya la percibimos más segura, entonces... Tomar esa decisión, independientemente de cuál sea y en el momento en que usted decida, en el momento en que se sienta más segura.

(69) J.- Sí, porque yo me digo, tranquila, no llevas ninguna prisa. **Te sientes más segura, ya no sientes esa angustia, ese miedo.** Esa angustia y ese miedo a mí me acorralaba. Y ya no la sientes. Pero usted tranquila, ya sabes en qué momento vas a tomar la decisión. Siento que ya no Falta mucho, ya no falta mucho, y eso me hace sentir bien conmigo, más segura. Y el que vea a mi familia bien, me hace sentir plena, satisfecha y que sigamos trabajando. Sí quisiera que... pues no sé, voy a trabajar con ellos, y sí quisiera que ellos tomaran una terapia. Pero bueno, yo te digo, con Angélica le digo: oye hija ¿por qué no te has hecho....? Date la oportunidad, no te vas a arrepentir. Dátela. Y probablemente yo me vuelvo a meter ahí, bueno pues yo... ¿porqué tuve que...? ¿hasta dónde tuve que llevar las cosas para venir aquí? Cuando tú ya tocas... dices bueno Ya no puedo, ya no puedo. Entonces, desgraciadamente a veces el humano tiene que llegar a tocar fondo para tomar una decisión, chin!!! Ahora sí, no puedo. Pero qué bueno que todavía se... como lo acabo de decir, y yo me hubiera partido de este mundo y dejarlos como Dios les da a entender, y me está dando esa oportunidad, todavía de decirles: oye hijo, pues sí la regué, y mira Yo estoy en la mejor disposición de echarte porras, de que tomes una terapia, de que tengas una mejor calidad de vida. Te lo digo por experiencia, Muchas cosas. Me dio la oportunidad. Pero si él no quiere, tampoco voy a seguir sintiéndome culpable. **Ya me deslindo de la responsabilidad. Porque aún así ya les dije.** Ya les dije. Y si no lo quieren ver así, pues ni modo. **Tampoco voy a vivir toda mi vida angustiada.** Ya no. Ya no porque ya no se vale. Ya están grandes y es su responsabilidad.

(66) La coterapeuta otorga control a la consultante.

(67) Jimena vincula el término control con sus emociones. Ella afirma haber logrado tener control de éstas. Jimena habla del cambio que ha tenido extendido con sus nietas. Habla, desde una postura de autocompetencia, de la solución de

conflictos: **he cambiado mi estrategia, me ha funcionado hasta con las niñas. Porque como ustedes dicen, en cualquier momento va a haber cosas así, baches. Y pues ya, yo le digo, ahora... y esa palabra me gustó, me gusta. Digo, ahora ¿qué vamos a hacer? Ya está el problema , ya está hecho, ya lo hicimos, ya está ocasionado. Ahora ¿qué solución le vamos a dar? Vamos a trabajar sobre eso.**

(68) La coterapeuta habla del objetivo o meta co-construido al inicio del proceso terapéutico, se vinculan los recursos con la decisión a tomar en lo referente a la relación de Jimena con José. Cabe señalar que la coterapeuta da pie a cualquier decisión, sin valorar una más que otra, abriendo espacios de libertad de decisión a Jimena.

(69) Jimena afirma sentirse segura, haciendo a un lado sentimientos negativos como la angustia y el miedo. Esto encaminado a la decisión con José. Como en sesiones anteriores, Jimena se muestra más flexible con la decisión, y dice “no tener prisa” para cualquiera que tome. Además, la consultante muestra un cambio de actitud con respecto de los problemas de sus hijos, se deslinda de la responsabilidad y ya no se siente culpable: **Ya me deslindo de la responsabilidad. Porque aún así ya les dije [...]Tampoco voy a vivir toda mi vida angustiada**

(70)	Tp.- Claro...
(71)	J.- Yo así lo estoy viendo.
(72)	Tp.- Nos parece magnífico. Estamos de sobra impresionados. Tenemos la impresión de que la terapia ya llegó a su cometido ¿usted cómo lo ve?
(73)	J.- ¿Ya así a su punto final? Bueno ummm.... Porque yo estaba haciendo cuentas que la próxima semana es miércoles y es día...
(74)	Tp.- Sí, es día de asueto
(75)	J.- Y yo lo estaba viendo, algo así como presintiendo, yo digo a lo mejor me van a querer dar de alta. Pero no, fíjate que yo sí quisiera que me dieran otra ¿no? Bueno, si tengo esa oportunidad.
(76)	Tp.- Ehhh... pues no sé, que lo consultáramos con el equipo terapéutico
(77)	J.- Sí, porque yo estaba viendo que el próximo miércoles es dos de noviembre, entonces no me toca. Pero sí quisiera que me dieran dentro de quince días, sí quisiera que me dieran esa oportunidad.
(78)	Tp.- ¿qué le parece si aprovechamos también este inter, para consultar al equipo terapéutico si tienen algún mensaje o algo y pasamos acá de nuevo? ¿sí?
(79)	J.- Claro...

(70) Asiento de manera enfática, reforzando el planteamiento de Jimena acerca del deslinda de la responsabilidad de los problemas de sus hijos.

- (71) Jimena confirma haber cambiado de perspectiva afirmando: **Yo así lo estoy viendo.**
- (72) Le hago saber a Jimena que ya se encuentra con las herramientas suficientes para tomar una decisión con respecto a José, tal como se negoció al inicio del proceso terapéutico y realizo una pregunta a Jimena para indagar si está de acuerdo con esa situación.
- (73) Jimena se encuentra dudosa y comienza a pensar en semanas futuras.
- (74) Confirmo que la siguiente semana no hay sesión terapéutica, dado que es día de asueto.
- (75) Jimena confirma su cambio, diciendo que “presentía que la iban a dar de alta”. Ello implica que percibió claramente un cambio de la primera sesión a la última. Jimena da a saber su deseo por otra sesión. Esta afirmación lleva implícito la capacidad de la consultante para decir lo que quiere, confirmando, de nueva cuenta, el cambio.
- (76) Doy voz al equipo terapéutico en la toma de decisión para darle una sesión extra a Jimena.
- (77) Jimena reitera su deseo de obtener una sesión extra.
- (78) Doy entrada al equipo terapéutico.
- (79) Jimena da su consentimiento para dar entrada al equipo terapéutico.

(80) Tp.- El equipo está de acuerdo en que la terapia efectivamente ya cumplió su cometido, pero de cualquier forma también está de acuerdo en que podremos verla dentro de 15 días a la misma hora.
--

(81) Cotp.- También le mandaron un mensaje por escrito. Se lo voy a leer textualmente. Dice: Señora Jimena: Los miembros del equipo terapéutico estamos completamente seguros de que en la terapia usted, Jimena, se dio un tiempo para trabajar consigo misma por lo cual la felicitamos ampliamente, ello le permitió encontrar recursos. Un ejemplo es el libro que compartió con nosotros, las autorreflexiones de su situación, su gran trabajo y esfuerzo por salir adelante. Todo ello, seguramente le permitirá enfrentar y dar nuevas soluciones al surgimiento de problemas futuros que, por la experiencia que tiene, sabe que las dificultades no desaparecerán pero que esta nueva Jimena, tiene recursos para enfrentar estas situaciones futuras, donde salga la Jimena inteligente a flote, una nueva Jimena que también se preocupa por su familia y que encontrará mejores formas de apoyarlos.

Además, estos nuevos recursos se ven incluso reflejados en su nueva imagen, su semblante, su forma de vestir, la forma de relacionarse con otros, en la autorreflexión que hace de sus actos y en la seguridad con la que está tomando sus decisiones. A manera de despedida, le mandamos un saludo afectuoso. El equipo terapéutico.
(82) Cotp.- Y este es para usted
(83) J.- Gracias, porque sí me lo quiero llevar. Hasta luego, y que les vaya muy bien.
Tps.- Muchas gracias.

(80) El equipo muestra su acuerdo con referencia a la sesión extra que Jimena había solicitado y, a su vez, refuerza la percepción de cambio en la consultante.

(81) La coterapeuta le lee un mensaje escrito mandado por el equipo detrás del espejo. Dicho mensaje hace notorios los cambios que Jimena misma relató durante la sesión, y los cambios vistos durante el proceso terapéutico. Se habla de recursos y su mantenimiento en un futuro a largo plazo.

(82) La coterapeuta le hace entrega del documento terapéutico realizado por el equipo.

(83) Jimena hace saber sus deseos por conservar el documento terapéutico, mostrando satisfacción por el contenido del documento. Se despide.

(84) La coterapeuta y yo nos despedimos de la consultante.

SESIÓN 6

(1) Tp.- Y ¿Cómo le ha ido? ¿Qué nos viene a platicar?
(2) J.- Pues me ha ido bien, dentro de lo que cabe que emocionalmente estaba, he estado luchando por no decaer , o sea, no bajar la guardia, porque sí he tenido ya como que varios problemas . Pero sí he estado luchando por no decaer. Pues con lo poco o mucho que esta experiencia que me he permitido,

pues me ha servido, pero aún siento que sí me tambaleo, ¿por qué? porque, para empezar yo tome la decisión de en estos días hablar con José y decirle que pues ya, ya no quiero continuar con esa vida ¿no? porque no me siento bien y él me dijo que no, que no sé qué, que él estaba dando mucho en la relación, que me daba dinero, cosas así.

Entonces yo le volví a hacer esa observación en el que su agresividad, su actitud, no me parece nada y él igual lo que me dice que él no puede hacer nada *que* ya estoy como el pétalo de una rosa, así me dice. Le digo, **tu lo ves así, porque anteriormente de años atrás yo te permití muchas cosas, abusaste de mí, este y ahora yo ya no estoy de acuerdo en eso, entonces, por lo tanto ya no quiero compartir mi vida contigo, entonces, él así como que dijo, ¿sí es ella?**

(1) Abro la conversación con dos preguntas que tienen una misma finalidad: la de obtener información de sus avances que la consultante percibió en sí misma durante la semana.

(2) La consultante realiza un contraste con respecto de su estado emocional. Afirma encontrarse mejor y se adjudica a sí misma el cambio, denotando de su propio bienestar: **he estado luchando por no decaer.**

Jimena hace referencia de varios problemas aún a pesar de los cuales se ha mantenido en su estado de bienestar. Puede notarse que los problemas que Jimena narra, se encuentran asociados a la decisión con José. Jimena ha tomado una actitud de búsqueda de soluciones frente a estos problemas. Ella pone límites a José y se le deja claro lo que quiere con la relación a manera de diálogo: **tu lo ves así, porque anteriormente de años atrás yo te permití muchas cosas, abusaste de mí, este y ahora yo ya no estoy de acuerdo en eso, entonces, por lo tanto ya no quiero compartir mi vida contigo, entonces, él así como que dijo, ¿sí es ella?**

(3) Tp.- Se sorprendió.

(4) J.- **Sí se sorprendió**, porque llevamos tres años que comenzamos a convivir, y él siempre ha decidido si se molestaba se iba de la casa y se iba, siempre ha sido su actitud así, entonces yo siempre pues implorándole ¿no? inclusive llorándole y por qué te vas, mira y bla bla bla, o sea, **yo tomaba esas actitudes**, entonces él definitivamente se iba y volvía a la casa porque yo lo permitía otra vez ¿no? , **a final de cuentas él siempre llevaba la batuta digamos, esa es la palabra.** ¿Por qué? porque yo lo había permitido
Y de esto, fue el viernes que yo se lo planteé.

(5) Tp.- ¿Este viernes que acaba de pasar?

(6) J.- Ajá. Entonces él me dijo que sí, que no había ningún problema, que el domingo iba a sacar sus cosas, que tatatá. Pero a partir de ese momento, que compartíamos la recámara, él se fue a la recámara donde estaba mi hija, entonces, ya, se fue. Y yo lo veo así como un hombre muy enojado. Porque

inclusive el sábado él se va a hacer sus actividades y ya llegó noche como a las ocho y aún yo le dije que si quería merendar algo ¿no? y me dijo, bueno, un algo así nada más, y antes yo era de las que, mira ándale que bla bla, y al día siguiente salió temprano de la casa el domingo y ya regresó muy tarde, cuando estaba cenando con mis hijos, con Arturo y su esposa e igual lo invite y le dije, ¿vas a querer algo, vas a comer algo? y me dice, ¡no! pero así muy... con un no muy fuerte. Entonces agarró y se volvió a salir, después de eso yo me metí a mi recamara y ya no me dijo nada.

Pero ahorita fíjate que estoy así de, estoy viendo como tengo que manejar...tengo así de ¿por qué no se ha salido? o sea, ahí esta.

(7) Tp.- Desde que usted le dijo, y ahí está...

(8) J.- Y vuelvo a ver ese hombre de 20 años, grosero, aferrado a, ¿por qué me voy a ir? de aquí no me puedo ir. **Pero igual y yo tampoco quiero ser como antes, que empiece yo a provocar, que empiece yo a gritar** o...estoy en esa duda de ¿cómo lo voy manejar?, o sea, **de cómo le voy a volver a decir, oye quedamos en un trato, en que te ibas a ir.** Inclusive tenía ocho días que me había dado un dinero a guardar, que eran 30 mil pesos y ese día me dijo, ¿me das el dinero que te di a guardar? Claro que sí, y se lo di. Ya después analicé y dije, me hubiera quedado con cinco ¿no?, porque yo así muy honesta.

Mira en la vida yo le di todo, muchas cosas y digo, no pues no, no agarré y le di todo el dinero y ya o sea, volviendo a lo que te estaba diciendo, porque me decía, con mi dinero yo me puedo ir a rentar a donde quiera, dame el dinero porque voy a hacer un cuarto acá por Reino Aventura. Pues sí yo se lo di así, tal cual. Y te digo, ahorita no se ha ido y no se cómo lo deba manejar. **Porque yo me conozco, yo lo conozco, lo que pasa es que yo no quiero llegar a insultos y menos a golpes, insultos menos, ya no, porque yo siento que con lo que he estado trabajando esto me debe de ayudar, y me esta manteniendo, me esta manteniendo.**

Pero aún así, **no tengo la inteligencia de decir, ¿qué le digo? O sea, ya hablamos y el señor sigue ahí, o sea, José sigue ahí, y ahora cómo le hago, Ahí estoy, ahí no le encuentro, ¿me entiendes? Estoy así como que no, no, no lo puedo manejar.**

(3) Realizo un énfasis en lo que Jimena narra acerca de las actitudes que toma José a partir de la percepción del cambio en la consultante.

(4) Jimena continúa su relato en lo referente a su relación con José. Habla acerca de un pasado y de un papel activo que tenía José, enfatiza el poder de decisión que éste tenía sobre la relación. Ahora, puede observarse que Jimena habla en tiempo pasado, así que podría inferirse que la consultante ha tomado un cambio importante en este sentido: **yo tomaba esas actitudes [...] a final de cuentas él siempre llevaba la batuta digamos, esa es la palabra** Toma la iniciativa en decisiones significativas para la relación: pone límites y tomó la iniciativa de la separación.

- (5) Intento ubicar la cercanía del evento en que Jimena tomó la decisión de separarse de José y hacérselo saber a él, con el día en que se llevó a cabo la sesión terapéutica.
- (6) Jimena narra las actitudes que tomó José a partir de la decisión de Jimena. Existe un cambio en las reacciones de Jimena, ya que refiere que José tomó su distancia con respecto de la consultante, y ella relata respetar esa distancia y no reaccionar de una manera agresiva. Jimena no muestra afectación por las reacciones negativas que pudiera tener José. En cambio, ella planea un diálogo en el que le haga saber su descontento con respecto a la relación. Jimena dice: **Pero ahorita fíjate que estoy así de, estoy viendo como tengo que manejar...tengo así de ¿por qué no se ha salido? o sea, ahí esta.** Se apodera del control de la situación, ella habla de un “manejo” de lo que para ella representa un problema.
- (7) Trato de obtener información acerca de este manejo de la situación problemática para Jimena. Retomo aquello que dijo la consultante acerca de la actitud de José.
- (8) Jimena retoma el pasado violento que vivió con José, refiriéndose a las actitudes de éste. Jimena descarta la posibilidad de una reacción agresiva para hacerle saber a José su descontento: **Pero igual y yo tampoco quiero ser como antes, que empiece yo a provocar, que empiece yo a gritar.** Jimena comienza a narrar el análisis que realiza de la situación para llegar a un diálogo con José. La consultante planea el evento en el que le de a conocer a José la decisión de separarse: **de cómo le voy a volver a decir, oye quedamos en un trato, en que te ibas a ir.** Jimena confirma su cambio, y refiere, nuevamente, la exclusión de la posibilidad de una reacción violenta de su parte. Jimena habla del control que ella tiene sobre sus propias reacciones e identifica las consecuencias positivas que eso tiene sobre su persona: **Porque yo me conozco, yo lo conozco, lo que pasa es que yo no quiero llegar a insultos y menos a golpes, insultos menos, ya no, porque yo siento que con lo que he estado trabajando esto me debe de ayudar, y me esta manteniendo, me esta manteniendo.** Ante la negativa de José, Jimena cree que ha perdido el control de la situación. Afirma no poseer la inteligencia, haciendo a un lado lo dicho en sesiones anteriores acerca de los recursos que ella posee que engloban su inteligencia: **no tengo la inteligencia de decir, ¿qué le digo? O sea, ya hablamos y el señor sigue ahí, o sea, José sigue ahí, y ahora cómo le hago, Ahí estoy, ahí no le encuentro, ¿me entiendes? Estoy así como que no, no, no lo puedo manejar.**

(9) Tp.- Pues nosotros tenemos la impresión de que la inteligencia la tiene, de eso no hay duda.
--

(10) J.- Aja.

(11) Tp.- Ha sido lo suficientemente inteligente como para tomar usted ya su decisión y hablar con José. Tanto que él ya tomo su espacio, pero yo creo que es cuestión de ubicar esos momentos, ¿Cómo le hizo para hablar con José?, ¿en qué momento se lo dijo por ejemplo?
--

(12) J.- **Pues tranquila.** El viernes estuvieron mi hijos en la casa y ya en cuanto se fueron yo le dije, **oye quiero platicar contigo, y ¿ahora de qué? Le dije, pues hay que sentarnos para platicar ya se sentó y yo le dije que yo ya no estaba de acuerdo en muchas cosas que a mi me... desespera, no me desespera, me pone de malas, esa actitud, ese carácter** que o sea, yo me comprometía a trabajar, jueves y viernes, entonces, yo soy una persona como muy activa, en casa también, puse la ofrenda, hice mis tamales, todo ese rollo ¿no? , a mí me tocó acá en la Facultad entrar a las siete de la mañana, ya a las tres o cuatro estaba en la casa, **esos dos días que suponía eran familiares y estar con mis hijos.**

Entonces, el viernes cuando yo llegue, él estaba con una cara que dije “yo digo bueno si yo estoy el viernes hice lo que tenia que hacer, preparé comida. O sea, que tuviera todo bien con mis hijos y llego así y lo encuentro con una cara de que uff y le digo “ya vamos a comer, no tengo ganas de comer, bueno como quieras si quieres adelante” entonces me puso mucho de malas.

Angélica llevó comida también, llevo así como una cazuela de moles, entonces ya a la hora de la comida me dice, es que me molesta como pide las cosas ¿si me entiendes?, me molesta todo eso, me dice me dice me das aquí otro poquito de mole ya agarré y le serví, ¡así no!, entonces ya agarré y le dije ¿entonces cómo? ahí tranquila, respiré porque estábamos comiendo bla bla bla. Pero fíjate que eso fue como la mechita, **porque yo ya lo venía planeando pero yo no sabía en qué día ni en qué momento, entonces, así como que prendió eso y después de que se fue todo mundo ya me senté con él** y me dice, no, que no sé qué, que todo te parece mal, le digo, tú probablemente lo veas así, pero ¿sabes por qué? entonces, volví a lo mismo, años anteriores nos tratamos muy mal, tú me trataste muy mal, me golpeaste, cosas muy duras y desgraciadamente no tuve las agallas para tomar una decisión con mis hijos, porque Angélica siempre me refriega en la cara que los crié en una violencia muy fuerte, pero así me lo marca, me lo etiqueta y yo le digo porque no le dices a tu papá, no es que tú tienes la culpa me culpa, me culpa. Porque inclusive yo la golpeaba y la golpeaba feo y entonces tiene mucho resentimiento contra mí. Entonces, cosas así. Y ya no, yo le he dicho, **ya las cosas están hechas, lo hice, lo hice, no pude desafanarme de tu padre, ahora ¿qué quieres que hagamos, qué quieres que hagamos?, las cosas están hechas.**

Pero ahora ya me salió un poco de la relación con José, me enoja, porque ya le dije que estaba tomando unas terapias y me dice ella, tú ni porque estas tomando... Eso me enoja, me entristeció, me molestó mucho en el que me diga, tú ni aunque estas tomando terapias, ni por eso cambias, y le dije, desgraciadamente en la vida ya estamos aquí, tú no tienes la madre que hubieras querido tener, y yo no tengo la hija que también hubiera querido tener, sí, así se lo dije. Le dije eso pasó también el viernes, a partir de este momento no te molesto ni me molestes. **Porque ella gritándome que yo tengo la culpa de todo y me dice, ¿a qué yo voy a terapia, si veo que tú no cambias? Vamos a hacer una cosa a partir de hoy ni me molestes no te molesto, ni me**

respetas, ni te respeto, no sé, vemos qué soluciones, de repente nos abrazamos nos decimos que nos queremos y ve, caemos en lo mismo, entonces esto ya no, ya no, no vale, porque tanto tu eres humano y mereces un respeto, yo también soy humano y merezco un respeto, entonces ya estoy hasta aquí, y me duele, me duele. Pero digo, no entonces ¿cuando vamos a enseñarnos a respetar? o sea, yo puse ese límite, después vino lo de José.

Pero yo aún así estuve tranquila y le dije, como ahorita que estábamos en la mesa ¿qué son esas maneras de pedir las cosas? a mí me enoja mucho cómo las pides, así como con mucho autoritarismo, no por favor, a mí me molesta, y me dice, no pues todo a ti te molesta y siempre estás de malas, y o sea , así le dije, mira no quiero seguir más con esto, porque es muy desgastante, emocionalmente es muy terrible, entonces ¿para qué llegar a como estábamos antes? yo te conozco y sé cómo eres, yo me conozco y hay cuestiones, ya llegamos a faltarnos el respeto, ya nos golpeamos, porque ni modo que me quedara con las manos cruzadas, eso es lo que hubieras querido, pero no, yo reacciono. Porque un perro si tú lo maltratas te muerde y cualquier animal y yo reacciono, entonces ¿para qué vamos a llegar a cosas más difíciles, más duras? **Yo creo que es mejor por lo sano, ya la relación está toda destrozada, toda desgastada entonces qué hacer.** Y me dijo, sí, es fin de semana, dame chance al domingo para irme de aquí, este dame el dinero. Sí, ahí está el dinero, no me voy a pelear aquí esta, entonces ahorita estoy así, en eso de...

- (9) Le hago notar a Jimena los recursos que posee que engloban la inteligencia que ella relata.
- (10) Jimena asiente el planteamiento.
- (11) Retomo aquellos eventos en los que se contradice esta creencia de “no poseer inteligencia para decirle las cosas” a José. Resalto el evento en el que la consultante dialoga con José para decirle su sentir con respecto a la relación y las consecuencias que tuvo en las actitudes de José. Realizo una pregunta cuya finalidad es la de atribuir el control de la situación a Jimena y encontrar los recursos que posee en lo referente a las formas de relacionarse con José.
- (12) Jimena refiere, en primera estancia, el estado en que se encontraba para decirle las cosas. Este estado hace referencia a formas alternativas y diferentes de la violencia que ejercía sobre José: **Pues tranquila.** Ese estado de tranquilidad está asociado a la convivencia con sus hijos, nuevamente, sin la presencia de violencia por parte de la consultante. Jimena invitó al diálogo a José: **oye quiero platicar contigo, y ¿ahora de qué? Le dije, pues hay que sentarnos para platicar ya se sentó y yo le dije que yo ya no estaba de acuerdo en muchas cosas que a mí me... desespera, no me desespera, me pone de malas, esa actitud, ese carácter.** En ese diálogo, Jimena le hace saber a José aquellas actitudes que le molestan o le incomodan de él.

Puede notarse que existe una claridad con referencia a su decisión con José, que en sesiones anteriores no se notaba. Jimena se encuentra segura con su decisión de separarse de José. Jimena refiere la convivencia familiar, incluyendo únicamente a sus hijos y excluyendo la presencia de José: **esos dos días que suponía eran familiares y estar con mis hijos.**

Dentro del relato, la consultante describe una situación de conflicto con su hija, que, de alguna manera, asocia con su relación con José. Jimena piensa que a partir de la decisión tomada con José, exista una modificación en las formas de relación con su hija.

Jimena habla de la planeación del diálogo con José. Puede notarse que esperó a encontrar el momento que a ella le pareciera adecuado para decírselo. El diálogo se llevó a cabo sin la presencia de sus hijos: **porque yo ya lo venía planeando pero yo no sabía en qué día ni en qué momento, entonces, así como que prendió eso y después de que se fue todo mundo ya me senté con él .**

Jimena continúa vinculando la decisión con José y la relación que lleva con su hija. Retoma el pasado violento del que fueron víctima ella y su hija y busca soluciones conjuntas a partir de ese pasado: **ya las cosas están hechas, lo hice, lo hice, no pude desafanarme de tu padre, ahora ¿qué quieres que hagamos, qué quieres que hagamos?, las cosas están hechas.**

Jimena continúa con el tema de las situaciones conflictivas con su hija. Ella habla de sentir emociones negativas como enojo y tristeza en discusiones con su hija. Sin embargo, puede notarse que la reacción de Jimena con referencia a aquello que le provoca emociones negativas ya no es de violencia y descontrol, sino que marca una distancia respetuosa. Habla de poner límites también con su hija. Jimena dice: **Porque ella gritándome que yo tengo la culpa de todo y me dice, ¿a qué yo voy a terapia, si veo que tú no cambias? Vamos a hacer una cosa a partir de hoy ni me molestes no te molesto, ni me respetas, ni te respeto, no sé, vemos qué soluciones, de repente nos abrazamos nos decimos que nos queremos y ve, caemos en lo mismo, entonces esto ya no, ya no, no vale, porque tanto tu eres humano y mereces un respeto, yo también soy humano y merezco un respeto, entonces ya estoy hasta aquí, y me duele, me duele. Pero digo, no entonces ¿cuando vamos a enseñarnos a respetar? o sea, yo puse ese límite.** Jimena reconoce ese recurso en ella en la relación con su hija.

Posteriormente, salta de los límites que pone con su hija, a los límites con José. Ella afirma que, a pesar de los eventos conflictivos con su hija y con José, ella mantuvo ese estado de tranquilidad: **Pero yo aún así estuve tranquila.**

Jimena le hace saber a José la situación en la que actualmente se siente con él, y previene eventos violentos en un futuro. Jimena toma la decisión de separarse de José en buenos términos: **Yo creo que es mejor por lo sano, ya la relación está toda destrozada, toda desgastada entonces qué hacer.**

(13) Tp.- Con las antenitas bien puestas.

(14) J.- sí, fíjate que sí. **Afortunadamente me siento diferente a los problemas que habían pasado, me siento otra, y eso para mí es buenísimo, es lo**

máximo, porque digo, independientemente Angélica piense lo que piense lo importante soy yo, ahora lo importante soy yo. Y digo bueno, **Ahora voy a luchar por mí, por mí y por mí, ahora puede ser que ellos estén a un lado. Bueno no, aquí están ellos y aquí estoy yo** (señala separadamente).

Te digo que ahorita no he hablado con José y estoy esperando este fin de semana para decirle que, no señor, algo que te induzca a respetar. Te digo, fíjate que a veces sí ¿cómo te diré? me da miedo sí y no, porque realmente lo conozco. Porque viví varios años con él, que está agarrando o la misma actitud de cuando él se salió, entro a mi casa cuando quiera, si quiero me voy, si no quiero, no me voy y ¿cuál es tu problema?. Entonces yo estoy viendo que si él me hubiera contestado de esa forma yo le hubiera dicho, ¿sabes qué? quedamos en un trato y lo tienes que respetar, tú me pediste tu dinero y te lo di y tú dijiste que te ibas a ir y no lo has hecho. **Entonces el agarró, se metió a la recámara, entonces yo digo, tengo que controlar, y no quiero llegar a violencia, es lo menos que quiero hacer, a agredir, a gritar, porque eso es lo que estoy viendo que estoy bien, estoy bien, es ese aspecto. Porque yo antes llegaba y bla bla que no sé que, que no sé cuanto ahora si que Jimena agresiva, pero no la he dejado salir, no te sales pero si para nada y me ha estado funcionando esto.**

Y sí quiero llevar eso a cabo, a pesar de que venga navidad y esos días, para mí muy familiares, y yo digo, tengo que hacer valer lo que yo dije porque sino nunca me van a ...porque ash! Porque siempre ha pasado eso, ash ahorita está enojada, que ni José mismo me la cree. Es esta mujer, al rato se le pasa y me va a decir, ya no te vayas. Está 100% seguro de eso, así se los digo, porque o sea, siempre por el poder, por el dinero, qué sé yo.

(13) Retomo la afirmación que hace Jimena acerca de sí misma y su estado actual y utilizo una frase que usó en sesiones anteriores para hacer referencia a la expectativa e identificación de los momentos en que puede hacer uso de sus recursos.

(14) Jimena asocia esta actitud con un cambio y lo connota de manera positiva: **Afortunadamente me siento diferente a los problemas que habían pasado, me siento otra, y eso para mí es buenísimo, es lo máximo.** Jimena percibe en sí misma el cambio de su actitud. Habla del estado de su bienestar independientemente de los conflictos con sus hijos.

Nuevamente Jimena hace referencia del control de sus emociones en situaciones problemáticas: **Entonces el agarró, se metió a la recámara, entonces yo digo, tengo que controlar, y no quiero llegar a violencia, es lo menos que quiero hacer, a agredir, a gritar, porque eso es lo que estoy viendo que estoy bien, estoy bien, es ese aspecto. Porque yo antes llegaba y bla bla que no sé que, que no sé cuanto ahora si que Jimena agresiva, pero no la he dejado salir, no te sales pero si para nada y me ha estado funcionando esto.**

(15) Tp.- ¿Así que sí le ha funcionado no dejar salir a Jimena agresiva y quedarse mejor con la inteligente?

(16) J.- **Fíjate que sí, que aunque no he logrado mis objetivos pero ahí voy, es un despertar porque no estaba conforme con mi vida. Entonces pienso que estoy fuerte no puedo dejarme caer por el “problemita” de mis hijos, no voy a bajar. Me sorprende me siento otra mujer como más madura, que yo quiera sentir que yo me amo para mí, no para los demás. Que esté súper bien, conmigo misma, estoy en el proceso, que no es fácil y ya no me queda el papel de mártir.**

En estos momentos, salen las terapeutas para el último mensaje a Jimena, el equipo reflexivo no pasa, con la idea de que ella misma genere y se quede con recursos de estima.

(15) Enfatizo lo que narra Jimena acerca de mantener la inteligencia, que engloba todos sus recursos: diálogo, control de emociones, búsqueda de soluciones, etc.

(16) Jimena refiere las consecuencias positivas de dejar a un lado las actitudes violentas o agresivas y de hacer uso de sus recursos. Afirma sentirse fuerte con respecto de cualquier situación, aún las problemáticas. Habla de los cambios obtenidos en el proceso terapéutico: **Fíjate que sí, que aunque no he logrado mis objetivos pero ahí voy, es un despertar porque no estaba conforme con mi vida. Entonces pienso que estoy fuerte no puedo dejarme caer por el “problemita” de mis hijos, no voy a bajar. Me sorprende me siento otra mujer como más madura, que yo quiera sentir que yo me amo para mí, no para los demás. Que esté súper bien, conmigo misma, estoy en el proceso, que no es fácil y ya no me queda el papel de mártir.**

(17) Tp.- Estamos totalmente sorprendidos, también, por estos asombrosos cambios que ha venido teniendo a lo largo de la terapia. Incluso ya ha tomado decisiones y que quizá haya que ser un poquito más firme, se nos ocurría que tal vez, en algunas ocasiones habría que salir un poquito a la otra Jimena para que le dé esa firmeza. Y que mejor que lograr un equilibrio entre las dos.

Respecto de sus hijos, el equipo piensa que ahora que está aprendiendo a reconocerse, probablemente tendría que encontrar nuevas formas de relacionarse con sus hijos y sabemos que lo hará inteligentemente.

Nosotros creemos, y usted nos lo ha comprobado nuevamente este día, que nuestro trabajo aquí está hecho. Este miedo que usted menciona que a veces tiene, creemos que es parte del proceso, a veces habrá momentos en la vida bajos o estos bachecitos pero que Jimena inteligente sabrá manejar con ayuda de Jimena Fuerte. Esperamos que siga con las antenitas bien puestas y siga adelante.

(18) Cotp.- Sí, estamos convencidos de que usted ha tenido cambios positivos y nos alegra mucho que este tomando decisiones como dice mi compañera, en equilibrio de estas dos Jimenas y de otras que todavía no conoce.

(19) J.-Sí ¿verdad?, **porque fíjate que no me puedo ir para abajo, menos ahorita que ya hablé este con José.** Pues muchísimas gracias, a las dos y al equipo. **Yo me que quedo con el papelito que me dieron la otra vez porque me ayuda a ver quién soy yo, como persona que vale y que se merece un respeto.**

Gracias, me despiden del equipo que no pasó.

(20) Tps.- Que le vaya muy bien.

(17) Reafirmo los recursos que Jimena reconoce en sí misma y que engloban un cambio. Hablamos de la posibilidad de tener una mayor firmeza con respecto a su relación con su familia. Hago énfasis en poner un equilibrio entre la Jimena sumisa y la Jimena agresiva que se trabajó durante todo el proceso terapéutico. Retomo la relación con sus hijos para la búsqueda de nuevas alternativas de relación con éstos. Reafirmo, también, el cambio obtenido a través del proceso terapéutico y lo vinculo a lo observado durante esta última sesión. Concluyo con el término de “las antenitas puestas” para crear en Jimena la expectativa del uso de sus recursos.

(18) La coterapeuta retoma el tema del cambio observado en Jimena. Hace énfasis en abrir la posibilidad a nuevos recursos. Creando en Jimena expectativa a cambios adicionales durante su proceso de vida.

(19) Jimena confirma su acuerdo con estos planteamientos y habla de una resistencia a caer en actitudes, formas de relaciones negativas: **porque fíjate que no me puedo ir para abajo, menos ahorita que ya hablé este con José.**

Jimena otorga importancia al documento terapéutico que le entregó el equipo terapéutico y las consecuencias sobre su autoestima: **Yo me que quedo con el papelito que me dieron la otra vez porque me ayuda a ver quién soy yo, como persona que vale y que se merece un respeto.**

Se despide, de manera amigable

(20) Las terapeutas respondemos a la despedida.