



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
ZARAGOZA**

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN:
HERRAMIENTAS DE LA TERAPIA NARRATIVA
PARA RESIGNIFICAR LA RELACIÓN PADRES-
HIJOS EN LA ADOLESCENCIA**

T E S I S I N A

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

P R E S E N T A :

ANGÉLICA LIZETH LÓPEZ MEXICA



**JURADO DEL EXAMEN
DIRECTOR : LIC. EDUARDO CORTÉS MARTÍNEZ
COMITÉ : LIC. PATRICIA BAÑUELOS LAGUNES
MTRA. MARLENE DEL ROCÍO RUIZ CORTEZ
MTRA. GUADALUPE MENDOZA RODRÍGUEZ
LIC. RICARDO MEZA TREJO**

CIUDAD DE MÉXICO,

MAYO 2019



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS PROFESIONALES

A la **Universidad Nacional Autónoma de México** por albergarme y brindarme crecimiento y múltiples conocimientos. Por las facilidades, las oportunidades, por todas las puertas abiertas. Por forjarme un camino de construcción de cambio que me permite mejorar el mundo a través de mi conocimiento. Por siempre UNAM.

A la **Facultad de Estudios Superiores Zaragoza** por darme la oportunidad de formarme como psicóloga, gracias por recibir tan excelente formación.

A la **Psicología**, por darme las herramientas, conocimientos y aprendizajes para poder construir un cambio en mí, en mi sistema y en mi mundo.

Al profesor **Eduardo Cortés**, principal guía de este trabajo, por mostrarme el camino de la psicología clínica, por formarme como terapeuta, por su dedicación y orientación durante este tiempo. Gracias sus conocimientos, motivación y paciencia. Gracias por confiar en mí.

A la profesora **Patricia Bañuelos** por sus enseñanzas, por su guía y orientación, por su ejemplo a través de la enseñanza, por mostrarme la pasión y el amor por la profesión y la psicología. Gracias por hacer que me enamorara de la psicología educativa.

A la profesora **Marlene Del Rocío** por sus valiosas aportaciones y conocimientos a lo largo de este tiempo. Gracias por su claridad, dedicación y atención al presente trabajo.

Al profesor **Ricardo Meza**, por su amabilidad, comprensión y aportaciones para la realización del presente trabajo.

A la profesora **Guadalupe Mendoza** por sus valiosos conocimientos compartidos, por la atención y paciencia dedicados a este trabajo.

Al **Hospital Psiquiátrico “Fray Bernardino Álvarez”** un bello lugar que me dio infinitos aprendizajes.

A **ACC Especialistas A. C.** por darme la oportunidad de ejercer mi profesión, por las facilidades para continuar con mi trámite de titulación. Gracias a Jenny Nicolas y Alma Hernández por creer en mi trabajo y enseñarme tanto.

A **Raúl de CODECO A. C.** y a la **Maestra Eva** (gran luchadora social) de **Centro de reintegración comunitaria “Carmen Serdán”**, por abrirme las puertas de sus centros y permitirme ejercer mi profesión.

AGRADECIMIENTOS PERSONALES

Mamá

Blanca Mexica, gracias por enseñarme a creer en mí, en mi capacidad, en mis sueños. Gracias porque con ayuda de tus sacrificios todo ha valido la pena. Gracias por defenderme, por darme toda esa luz del gran ser que eres. Gracias por estar pendiente de mí durante todo este proceso.

Papá

Martín López, gracias por prepararme café en las noches de desvelo, por forjarme como un ser independiente, por exigirme y guiarme, por darme las herramientas para enfrentarme a la vida y por enseñarme a hacer frente a los grandes retos.

Hermanos

Espero que esto sea un ejemplo de esfuerzo, constancia, tolerancia, paciencia y perseverancia para ustedes. **Samy**; gracias por creer en mí, por acompañarme a cada minuto con risas y fuerza. **José**; gracias por apoyarme en mis días de desesperación durante mis años de universidad.

Tía Victoria

Gracias por sus enseñanzas y apoyo en los días de adversidad.

Xilú Valverde

Mi gran SOL, gracias por iluminar mi vida con tu bello ser. Gracias por construir esta grandiosa amistad y seguir conmigo en este camino. ¡Tenemos tesis!

Amigos universitarios y del alma

Diana Manzano, gracias por tanto apoyo, tantas historias construidas, por sostenerme tantas veces, gracias amiga.

Montserrat Mata, siempre recordaré tus enseñanzas y apoyo en esos momentos de adversidad, así como nuestros pasos de felicidad al bailar con la vida. Bailemos pues.

Diana Lule, gracias por tu invaluable apoyo desde siempre, por ser mi compañera de historias infinitas.

Jacqueline Jiménez: amiga, siempre tendré presente tu apoyo estos años.

Amigos Frayosos:

Angélica León, gracias por tus ánimos constantes y ayuda en mis días oscuros.

Martín Velázquez: gracias por tu invaluable apoyo y bella amistad.

Por creer que lo lograría pese a todo:

Andrés Torres: gracias por creer en mí desde siempre. Gracias por tantos aprendizajes compartidos. Gracias por cruzar conmigo ese río.

Daniel Rodríguez: amigo K, gracias por escuchar mi caos y ayudarme a ordenarlo infinitas veces.

Martín Velázquez: amigo, gracias por saber que lo lograría, gracias por tu apoyo, por darme luz en la oscuridad.

Por su apoyo y orientación:

Catherine García y Rosa Rodríguez. Gracias infinitas.

Ilse Ávila: gracias por ayudarme a ordenar mis ideas, por movilizarme del caos. Gracias por construir conmigo esta linda amistad y por todo el apoyo que mostraste conmigo durante la carrera.

A mis amigos de la licenciatura:

Regina Cabrera, Ricardo Ordoñez, Diana Ruiz y Violeta Guerrero gracias por su apoyo, experiencias y aprendizajes compartidos.

Gracias a su apoyo pude continuar:

Tutora Hilda Chávez, Miss Maricarmen y Paty Ayala.

Ari:

Gracias por ser mi principal guía, mi gran rayo de luz. Gracias por ayudarme a construir grandes eventos extraordinarios. “No hay noche que no vea el día”

Gran artista, protagonista de mis acontecimientos extraordinarios:

Ignoro cómo devolver tanto amor, tanto apoyo. Gracias por tomar mi mano para llegar aquí, por no soltarme, por sostenerme, por incluso caer conmigo para ayudarme a levantarme nuevamente. Gracias por abrazarme con tu ser completo, por mostrarme el camino de la paciencia, de la decisión, de la firmeza. Gracias por ponerle color a mis días amargos. Gracias por tu constante ayuda, por tu gran amor. Gracias por tu invaluable apoyo hasta el último minuto. GRACIAS POR SIEMPRE CREER EN MÍ, POR SIEMPRE SABER QUE LO LOGRARÍA, GRACIAS POR DARME FUERZA DIARIAMENTE, ESTAR EN LOS DÍAS MALOS, EN “ESAS COSAS QUE PASAN” Y TRANSFORMARLOS EN AMOR. Siempre serás mi mejor historia, la historia que siempre voy a querer contar.

Gracias a la desesperación, pues conocí la paciencia, gracias al caos, porque ahora conozco el control, gracias a la ignorancia, que siempre me permite aprender. Gracias a “las lágrimas que hoy se vuelven alas”. Gracias a ti, has logrado concluir, sobresalir. A ti que defiendes tus ideales y lo haces “todo a pulmón”. **A ti que resolviste, que buscaste, que te levantaste, mira el resultado.**

Para mis adolescentes de ACC: **Brayan, Mauricio, Alejandro, Karla, Patricio, Mateo, Dany, Nayeli, Beto, y los adolescentes y padres de familia** que me permiten conocer sus historias para **construir relatos extraordinarios. Principal motivo de este trabajo.**

Contenido

Resumen	1
Introducción	2
Capítulo 1. Epistemología: fundamentos teóricos de la terapia narrativa	4
1.1 Construcciónismo social	6
1.2 Hermenéutica	7
1.3 Analogía del texto	8
1.4 Michel Foucault y las relaciones de poder	10
Capítulo 2: Terapia narrativa	12
2.1 El modelo de terapia narrativa de Michael White y David Epston	13
2.2 El relato	13
2.2.1 El relato dominante	15
2.2.2 El relato alternativo	16
2.3 Preguntas de panorama de acción	18
2.5 Externalización del problema	19
2.6 Acontecimientos extraordinarios	23
2.7 Re-autoría	24
2.8 Re-membresía	26
2.9 Ceremonia de definición: testigos externos	28
2.9.1 Etapas de la ceremonia de definición	29
2.9.2 Categorías de indagación	31
2.9.3 Reposicionamiento para los miembros de la familia:	33
2.10 Documentos terapéuticos	33
2.10.1 Cartas terapéuticas	34
2.10.2 Historias propias	35
2.10.3 Cartas de predicción	35
2.10.4 Certificados	36
Capítulo. 3 Proceso familiar en la adolescencia	37
3.1 Ciclo vital de la familia	37
3.2 Adolescencia	44
3.2.1 La adolescencia desde el desarrollo	45
3.2.2 Trabajo con población adolescente. Consideraciones desde la terapia narrativa	53
3.3 La relación padres-hijos en la adolescencia	59

3.3.1 Conflictos y solución en la relación padres-hijos.....	60
3.3.2 Importancia de la familia en la adolescencia	65
Capítulo 4: Propuesta de intervención para resignificar la relación padres-hijos en la adolescencia	68
4.1.- Justificación.....	68
4.2. Pregunta de investigación.	70
4.3 Propuesta de intervención	71
4.4 Ejemplo de caso clínico	95
Conclusiones	99
Referencias.....	103

Resumen

La adolescencia es una etapa vital en la vida de un ser humano, en donde se generan diferentes cambios a nivel social, cognitivo, físico y emocional. La relación que los adolescentes mantienen con sus padres en esta etapa suele entrar en conflicto, debido a los cambios de significados que cada uno tiene acerca de la vida; la familia comienza a relatar una historia dominante en donde los padres ven a su hijo como el problema queriendo cambiar su comportamiento y los adolescentes ven a sus padres como una amenaza a su independencia. La presente propuesta de intervención enfocada desde la terapia narrativa, genera la construcción de un relato alternativo en donde la relación padres-adolescentes pueda resignificarse a través del uso de distintas preguntas, en donde se utilizan la externalización del problema, conversaciones de re-membresía, obtención de acontecimientos extraordinarios, ceremonia de definición y entrega de certificados.

La terapia narrativa permite abrir un espacio de escucha y conversación genera que la familia haga frente al problema de forma conjunta, lo que genera que padres y adolescente relaten una experiencia de esta etapa en donde haya una convivencia sana, mayor diálogo entre ambos, una comunicación más de acuerdo con lo que ellos desean, y por consiguiente, mayor satisfacción en su relación.

Palabras clave: *Adolescencia, padres de familia, terapia narrativa, familia.*

Introducción

La familia es el primer grupo social al que pertenece el ser humano y dentro del cual comienza su desarrollo en todos los niveles: físico, cognitivo, social y también emocional. A lo largo de la vida, la familia funge un papel primordial en la vida del ser humano, pues es ésta la que brinda seguridad, protección y sustento. La familia atraviesa por distintos cambios, que se dan a través del ciclo vital, uno de ellos, aparece durante la adolescencia, una etapa caracterizada por constructos sociales diversos, en la cual se generan distintos cambios a nivel físico, cognitivo, biológico y social. En la relación padres-hijos se genera una construcción de cada una de las partes acerca de cómo debería actuar cada quien respecto a sus experiencias y significados de vida. Mientras el adolescente tiene un deseo constante de independencia y búsqueda de identidad, en donde la convivencia con sus pares es primordial, los padres buscan proteger y guiar a su hijo, estando al pendiente de todas las actividades que realiza. Esto ocasiona que la relación padres-hijos tome significados diferentes para cada miembro de la familia lo que puede generar que los adolescentes, de acuerdo a Uribe y Nadurille (2013) cuenten historias de fracaso escolar, desobediencia, mala conducta, conflictos con los padres, hermanos, o compañeros de clase, flojera, mala actitud, etc. Estas historias generan, tanto en los adolescentes como en sus familias, descripciones negativas acerca de su identidad, lo cual en el futuro puede ocasionar que los adolescentes presenten conductas de riesgo como consumo de drogas.

La terapia narrativa brinda herramientas para que las personas puedan construir nuevos significados en su vida que sean preferidos por ellas, permite que la familia trabaje de forma conjunta para encontrar nuevas formas de relacionarse. Es justo este motivo por el cual se toma como eje principal del presente trabajo.

El objetivo de la presente propuesta de intervención es generar un espacio de conversaciones en donde se construya un cambio en el relato dominante, en el cual los padres ven al adolescente como el problema y a su vez, los adolescentes perciben que sus padres lo son. Otro objetivo es lograr que haya una resignificación en su relación padres-adolescentes, desarrollando una mejor convivencia y bienestar, pues en esta etapa, los padres fungen un papel primordial en la vida de los adolescentes.

Capítulo 1. Epistemología: fundamentos teóricos de la terapia narrativa

La terapia narrativa es una herramienta de intervención utilizada ante problemáticas sociales que se ven reflejadas en la vida cotidiana de las familias en nuestro país. Este modelo de terapia tiene influencia del posmodernismo que fue un movimiento cultural, filosófico y artístico que comprende diferentes teorías como; el construccionismo social, la hermenéutica, la analogía del texto, y las relaciones de poder de Michel Foucault, las cuales se explicarán en los siguientes apartados.

Tarragona (2006) menciona que el posmodernismo se refiere tanto a una época histórica (la actual) como a un movimiento en las artes y a una crítica en la academia, en especial en las disciplinas sociales y en la filosofía; como movimiento filosófico, ha cuestionado la naturaleza del conocimiento y señalado las limitaciones de la epistemología positivista para estudiar y comprender la experiencia humana, una de sus propuestas es que la identidad no es algo permanente, sino que está en constante creación y revisión dentro de una red de relaciones y conversaciones con otras personas.

Anderson (1997 como se citó en Tarragona, 2007) señala que el posmodernismo no es un modelo terapéutico, sino un movimiento filosófico que incluye muchas propuestas distintas, como las de Mihail Bakhtin, Jacques Derrida, Michel Foucault, Jean-Francois Lyotard, Richard Rorty y Ludwig Wittgenstein, entre otros.

De manera contextual, el posmodernismo, tal como menciona Payne (2002), inició alrededor de 1970, debido a los cuestionamientos realizados a las ideas modernistas que abordaban la razón y la lógica para comprender el mundo; el posmodernismo trabaja con el

relativismo, la flexibilidad, el cuestionamiento acerca del pasado, las normas y los valores de las personas; el posmodernismo sostiene que no se tiene un conocimiento verdadero pues siempre se generan conclusiones parciales de la realidad.

La influencia que tuvo el pensamiento posmoderno, de acuerdo con Linares (2012), reivindicó también los objetos de intervención y de investigación en psicología, y como resultado de la idea de que no existe una realidad relacional única y objetiva sino que existen múltiples realidades que se construyen desde la subjetividad, surge la terapia familiar, la cual vivió dos oleadas dentro de este pensamiento: Primeramente en los años ochenta, el constructivismo (Foerster, Von Glasersfeld y Maturana), el cual propone una intervención basada en la improvisación y en las prácticas conversacionales negando incluso un rol de experto al mismo terapeuta; y más adelante, dentro de los años noventa, el construccionismo social (Kenneth J. Gergen,), que enfatiza la intervención de la sociedad en la construcción de realidades, expresadas específicamente, a través de síntomas.

Payne (2002), señala que el posmodernismo reconoce la narrativa como una forma de comprender el mundo; este pensamiento al extenderse, invitó a la gente a explicar sus vidas y los significados que les atribuían, dando importancia a esas explicaciones. Este autor asume que lo que puede conocerse es la experiencia cotidiana y personal, la cual se expresa a través de las narrativas que se cuentan las personas a sí mismas y a los otros, estas historias son influyentes pues conforman la raíz de conceptos y creencias por medio de los cuales comprenden sus vidas y el ambiente en donde éstas ocurren.

En el siguiente apartado se explican los fundamentos del construccionismo social, como una de las teorías principales en las que se fundamentó la terapia narrativa.

1.1 Construccinismo social.

La terapia narrativa también tiene influencia del construccionismo social. De acuerdo con Rizo (2015), este término fue utilizado por primera vez en la obra “la construcción social de la realidad” de Berger y Luckmann en 1967 y es desarrollado más tarde en los años 90 dentro del campo de la psicología social por Kenneth J. Gergen. El construccionismo social pone énfasis en la intervención de la sociedad en la construcción de realidades expresadas a través de síntomas (Linares, 2012).

Una de las principales ideas propuestas por Gergen (2006), es que la concepción del conocimiento del mundo y del yo se origina en las relaciones humanas, añade que esta teoría pone en duda la visión del individualismo pues afirma que todas las voces hacen una aportación acerca de la realidad propia, es decir, cada tradición aporta una riqueza y perspectivas nuevas; el construccionismo social incita a abandonar una visión única del saber humano, los diálogos construccionistas invitan a abandonar la competencia entre las antiguas escuelas de terapia, y los diagnósticos rígidos, para el construccionista social las teorías sobre la acción humana nacen de los intentos colectivos por comprender el mundo.

La psicoterapia con enfoque construccionista social se dividió en dos ramas fundamentales (Linares, 2012): la conversacionalista entre 1992, con figuras como Goolishian y Anderson, y la narrativista, representada por White y Epston en 1989. A diferencia de las terapias individualistas, pone atención a los procesos sociales y culturales a través de los cuales las personas, forjan su visión del mundo, que a su vez influye en sus acciones; la propuesta que realiza esta teoría es que este conjunto de procesos, se convierten en verdades para las personas, grupos y comunidades (Payne, 2002).

El construccionismo social se enfoca en las relaciones que existen entre las normas culturales y sociales (que se definen como “verdades”) y las personas, afirma que a partir de éstas normas, forman una perspectiva del mundo, influyendo en sus acciones y en la relación con los otros (Payne, 2002).

El construccionismo social permite a las personas tener una visión más flexible de sí y de su mundo que ayuda a reconsiderar el cómo construyen sus experiencias, además de hacer un enlace entre la teoría y la vida cotidiana.

1.2 Hermenéutica

Álvarez y Jurgenson definen a la hermenéutica como “la teoría y la práctica de la interpretación” (2013, p.80). Estos autores señalan los orígenes de la teoría hermenéutica en las discusiones medievales de las interpretaciones bíblicas, principalmente las realizadas por los sacerdotes de la iglesia. Añaden, que la hermenéutica como disciplina moderna de interpretación de textos se formalizó durante los siglos XVIII y XIX; al final del siglo XIX, el filósofo Wilhelm Dilthey propone esta disciplina como una metodología de las ciencias sociales.

En el contexto de la psicoterapia, Limón (2005) menciona a la hermenéutica como un elemento de importancia para la configuración de una nueva manera de pensar, lo cual puede abordar de manera diferente los problemas de las personas que asisten a psicoterapia, pues lejos de continuar enmarcando los problemas con base en un marco teórico preestablecido, lo hermenéutico trata con el propio marco de referencia de las personas, para a partir de ello buscar nuevas formas de vida. Payne (2002) añade que la interpretación desde la hermenéutica es que las personas no conocen el mundo en sí mismo, sino por los

presupuestos que tienen de él; estos presupuestos nacen de la experiencia subjetiva previa, la cual está mediada por las normas de las sociedades de las que forman parte.

En este acto interpretativo, Payne (2002) menciona que el lenguaje sirve como mediador pues además de ser producto de una cultura, las personas definen y mantienen sus pensamientos y sentimientos por medio de él.

1.3 Analogía del texto

De acuerdo a White y Epston (1993), la analogía del texto piensa la evolución de las vidas y relaciones de las personas, en términos de lectura y escritura de textos; una nueva lectura de un texto es una nueva interpretación de éste y por lo consecuencia, una nueva forma de escribirlo.

Los expertos de las ciencias sociales concluyeron que las personas no pueden tener un conocimiento directo del mundo y lo que saben de la vida, lo saben a través de la experiencia vivida; de acuerdo con esto, los investigadores de la analogía del texto señalan que para que las personas tengan un entendimiento de sus vidas, la experiencia debe relatarse y que este hecho de relatar determina el significado que las personas darán a su experiencia; las personas se enfrentan a organizar su experiencia en secuencias temporales, con el fin de obtener un relato coherente de sí mismas y de su ambiente (White y Epston, 1993).

Las experiencias específicas de sucesos del pasado y del presente, y aquellas que se prevé ocurrirán en el futuro, deben tener una conexión entre ellas, en una secuencia lineal, para que pueda darse el desarrollo de la narración; cuando ésta tiene éxito, da a las personas un sentido de continuidad y significado en sus vidas, y se apoyan en ella para interpretar las experiencias siguientes (White y Epston, 1993).

De acuerdo a White y Epston (1993), puesto que todos los relatos tienen un comienzo (o historia), un medio (o presente) y un fin (o futuro), la interpretación que se dé a la experiencia actual, está determinada tanto por el pasado, como moldeada por el futuro (por lo cual debe haber una conexión entre ellos); la estructuración de una narración requiere que se utilice un proceso de selección dentro del cual se dejan de lado, aquellos relatos que no encajan con los relatos dominantes que las personas desarrollan acerca de sí mismos; gran parte de las experiencias vividas queda sin relatar, sin expresar.

De las ideas anteriores, se desprende que la analogía del texto propone la idea de que los relatos o narraciones que viven las personas organizan y le dan estructura a sus vidas y relaciones, esto se genera a partir de la representación de tales relatos o narraciones (White y Epston, 1993).

De acuerdo a Bruner (1996), los relatos se constituyen de dos panoramas simultáneos; uno es el panorama de acción el cual se forma de argumentos correspondientes a la acción, es decir, agente, intención o meta, situación, instrumento, y el panorama de la conciencia el cual se refiere a pensamientos, sentimientos o saberes.

Un aspecto útil de la analogía del texto, de acuerdo con White y Epston (1993), es que ayuda a analizar los relatos que proporciona el contexto sociopolítico de la experiencia de las personas, cuyas vidas están situadas en múltiples textos, además de permitir estudiar la acción y los efectos del poder sobre las vidas y las relaciones

Las ideas anteriores se conjuntan en las palabras de Suárez:

La analogía del texto se convierte en un abordaje terapéutico que posibilita conocer la diferencia entre un relato dominante y un relato alternativo, y a la vez sitúa los

eventos en el tiempo, para mirar los relatos en su contexto sociopolítico y percibir el comienzo de las relaciones presentes y sus expectativas en un futuro inmediato. Los relatos contienen espacios que las personas deben llenar para representarlos. Con cada nuevo relato surge otro diferente que contiene al anterior y lo supera. Es como si las personas reescribieran sus vidas. Así, la analogía del texto nos introduce en un mundo “intertextual”. Todo esto, pone en el camino para la detección del cambio (2004, p.145).

1.4 Michel Foucault y las relaciones de poder

Michael Foucault fue un teórico francés muy influyente, Gergen y Gergen (2011), señalan que aportó evidencia acerca de la forma en que diferentes comunidades como la ciencia, religión, gobierno, entre otras, forman regímenes disciplinarios, es decir, un conjunto de reglas que las personas aprenden para regular su conducta y formas de expresión; estas disciplinas restringen posibilidades y obligan a las personas a denigrar a otras que no pertenecen a ellas.

Los escritos de Michael Foucault, como una de las teorías sustentantes de la terapia narrativa, deconstruyen, es decir, analizan a detalle, la historia de la relación entre las ideas, el poder político y las instituciones sociales en occidente (Payne, 2002).

Por otro lado, White y Epston (1993) mencionan que Foucault propone dos clases de conocimientos subyugados: la primera constituida por los conocimientos “eruditos”, “sabios”, los cuales han sido excluidos debido a la revisión de la historia, pues aparece un conocimiento más general y unitario, Foucault mencionaba que estos conocimientos están ocultos pues tienen el objetivo de esconder los efectos de la ruptura del conflicto y la lucha; la segunda clase está constituida por aquellos que denomina conocimientos “populares

locales” es decir, los conocimientos “regionales”, los cuales están actualmente en circulación, pero a los que se niega el espacio en el que podrían representarse adecuadamente; señala que si se recuperan los detalles de estos conocimientos, se podría redescubrir la historia de luchas y conflictos, al momento de desarrollar un espacio en donde estos conocimientos puedan realizarse, se puede desarrollar una crítica completa a los conocimientos dominantes. Payne (2002) añade que para los pensadores posmodernos, este conocimiento local que las personas forman a partir de su experiencia es tan válido como el conocimiento experto.

White y Epston (1993) mencionan que para Foucault las personas se encuentran sujetas al poder por medio de verdades normalizadoras que configuran sus vidas y relaciones, estas verdades son normalizadoras pues a partir de ellas las personas constituyen y moldean sus vidas; según Foucault, un efecto primario de este poder es la especificación de una forma de individualidad, que al mismo tiempo es un vehículo de poder; afirma que este poder subyuga, es decir, forma a las personas como cuerpos dóciles y genera que participen en actividades que apoyan estos conocimientos generales y firmes.

Foucault llega a la conclusión de que poder y conocimiento son inseparables, sostiene que las personas actúan dentro y a través de un determinado campo de poder/conocimiento, debido a que las personas se encuentran inmersas, no es posible actuar fuera de este dominio, además de afectar en relación que mantienen con otras personas(White y Epston, 1993).

Capítulo 2: Terapia narrativa

De acuerdo con (Castillo, Ledo y Del Pino, 2012) la terapia narrativa surge del cambio que se generó en el mundo terapéutico a partir de la llamada: Tercera Ola. En un principio, la primera ola dentro de la terapia, estaba dominada por las teorías psicodinámicas y por Freud, quienes se centraban en la patología del paciente, lo que generó manuales diagnósticos y estadísticos que describían problemáticas humanas, en los cuales se empezaron a utilizar etiquetas para nombrarlas, estos diagnósticos se convirtieron en verdades absolutas acerca de las personas, y que determinaban quién estaba sano y quién no. En los años 50's, emergió la segunda ola con las terapias de conducta, cognitivas y la familiar, en donde los terapeutas comenzaron a centrarse en el problema intentado remediar las patologías, pero viendo a sus pacientes como sanos y pocos, los veían como agentes de cambio activos. A comienzos de los años 80, emerge la terapia narrativa, en donde hubo un cambio en la creencia de centrarse en los problemas de las personas, poniendo énfasis en los recursos y soluciones que residen dentro de los pacientes y sus redes sociales.

Algunos elementos mencionados anteriormente como el construccionismo social, analogía del texto, y hermenéutica, son elementos claves de la terapia narrativa.

A continuación se revisarán los principales postulados de la terapia narrativa como modelo de intervención y cómo ha sido aplicada la intervención con adolescentes.

2.1 El modelo de terapia narrativa de Michael White y David Epston

Michael White y David Epston son representantes de la terapia narrativa, la cual es un modelo para la creación de conocimiento y nuevos significados, que son generados por las personas en la revisión y re-edición de su historia; utilizan la historia y el relato como analogía, lo cual, permite entender cómo se organiza la experiencia de las personas, además proponen la conversación externalizante, la conversación de re-autoría y la conversación de re-membresía, como ejes centrales; examinan la relación entre psicoterapia y relaciones de poder y la terapia escrita o el uso de cartas terapéuticas (Campillo, 2009).

Payne (2002) señala que la palabra narrativa puede hacer referencia al hecho de contar un cuento, o incluir en el relato uno o varios sucesos; el relato del yo, trata de un relato en primera persona que define la identidad de una persona, desde su vida actual, roles que juega en diferentes contextos y sus relaciones sociales; regularmente la persona cuenta estos relatos del yo a diferentes personas, incluso a sí misma, en donde prevalece el relato dominante. Las personas pueden orientar su relato hacia un futuro supuesto, o hacia un futuro preferido.

Payne se refiere a la narrativa como “secuencias escogidas de vida que cobran existencia como entidad mediante el acto de relatarlas” (2002, p. 36).

2.2 El relato

Las personas explican sus experiencias vividas por medio de relatos, los cuales determinan el significado que otorgan a su experiencia; Bruner (1986 en White y Epston, 1993) afirma que estas narraciones moldean la vida de las personas, sin embargo no pueden abarcar toda la experiencia vivida.

Al respecto, White y Epston (1993) mencionan que los relatos son ricos y complejos, pues pueden dotarse de significados de muchos acontecimientos de la vida de la persona; el narrar una historia permite que las experiencias queden interpretadas por el tiempo vivido y tomen sentido al incluirse en el relato. Limón (2005), añade la idea de aceptar la existencia de múltiples relatos, es decir, invita a aceptar diferentes verdades desde múltiples perspectivas sin que haya que comprometerse, necesariamente con ninguna creencia o discurso en particular.

Con relación al contenido de los relatos, Bruner (1986, como se citó en White 1994), propuso la idea de éstos están integrados por dos panoramas: uno de acción y uno de conciencia; el panorama de acción hace referencia a hechos eslabonados en secuencias particulares a través de la dimensión temporal (pasado, presente y futuro), y de conformidad con tramas específicas, por otro lado, el panorama de conciencia se forma principalmente por las interpretaciones de los personajes que conforman el relato y también por las interpretaciones que realiza el lector, muchas de estas conclusiones y percepciones se refieren a:

- la determinación de los deseos y preferencias de los personajes,
- la identificación de sus características y cualidades personales,
- la clarificación de sus estados intencionales, por sus motivos y sus finalidades,
- y la verificación de la creencia de esos personajes.

Con relación a las características del relato, Campillo (2009) señala que las historias contienen una secuencia de eventos en tiempo de acuerdo a una trama, esto permite situar el

quién, cómo, cuándo y dónde se desenvuelve esa historia. Esto es de gran importancia para la interpretación del relato.

Campillo (2009) menciona que la persona atribuye un significado a cada experiencia, sensación o perspectiva en función de las relaciones que mantiene, debido a esto las experiencias tienen una relación importante con las relaciones de donde surgen; la persona va escribiendo su historia al interactuar en diferentes contextos; cuando se interactúa con otras personas, se intercambian afectos, información, creencias, etc., y es aquí en donde se da el patrón relacional, en el que se va construyendo la experiencia.

Es durante la confrontación de ideas, creencias y formas de ser, en donde las personas se dan cuenta del significado que se le otorga a la experiencia propia, recolectar historias permite relatar experiencias vividas y llegar a conclusiones de identidad, así es como se crece y se descubre quién se es (Campillo, 2009).

Dentro de la historia que las personas relatan, existen los relatos alternativos y los relatos dominantes, lo cual se explica a continuación.

2.2.1 El relato dominante

De acuerdo a Castillo, Ledo y Del Pino (2012) el relato dominante es una historia generalmente creada por personas que tienen más poder, por ejemplo padres, maestros, profesionales de la salud; ésta descripción que generalmente es saturada de problemas, se ve como algo verdadero por lo cual repercute en la identidad de las personas de forma negativa, pues oscurece la capacidad de la persona para resolver su vida.

Cuando se actúa con base en conclusiones negativas, la auto-definición se da en un ámbito reducido y dichas conclusiones, se ven como si fueran el todo. Esta visión parcial

genera que se oculten las habilidades y conocimientos que se tienen para cambiar esa visión negativa. Al respecto, Campillo (2009) menciona lo siguiente:

“Pensar en lo que somos es una capacidad y habilidad, a través de la cual podemos crear nuevos caminos para vivir y oponernos a lo que nos parezca dañino, que nos permite desarmar las premisas interpretativas que sostienen una idea o un concepto” (p.23).

Al respecto, Campillo (2009) menciona que en la historia saturada por el problema la persona resume su experiencia vivida y realiza conclusiones de lo que es, si esas conclusiones reducen las posibilidades de cambiar y atrapan a la persona en una visión negativa acerca de quién es y cómo se ve a sí misma, entonces se ve inmersa en un relato negativo; los problemas pueden dar a la persona una definición pobre y parcial de sí misma, además cuando la experiencia que se ha relatado desde ese problema, se ve únicamente a través de las relaciones que se establecen a través del mismo, la historia se reduce, y se dificulta ver los caminos para descubrir nuevas maneras de ver esa relación.

De acuerdo a las ideas anteriores, cuando la persona se ve inmersa en el relato dominante, es difícil focalizar la atención en aquellos momentos donde el problema no está presente, pues generan conclusiones en la identidad de las personas las cuales llegan a ser una verdad para ellas, por lo que se vuelve difícil contradecirlas.

2.2.2 El relato alternativo

Las personas generalmente cuentan relatos de dolor, confusión, fracaso, etc., sin embargo, como menciona Payne (2002), con ayuda del terapeuta, las personas pueden comenzar a contar una historia diferente de sus experiencias en donde se incluyan aspectos

que habían permanecido ocultos u olvidados, de esta manera se puede adquirir una perspectiva más amplia del problema.

Por su parte White y Epston (1993), mencionan que los relatos alternativos surgen a partir de los relatos dominantes, en ocasiones se presentan como paralelos pues habían sido suprimidos, estos relatos alternativos surgen del descubrimiento de acontecimientos extraordinarios, los cuales contradicen el relato dominante.

Con relación a la idea anterior, García (2013) afirma que las personas dejan fuera de sus vidas una gran cantidad de experiencias vividas las cuales están llenas de significados; los terapeutas narrativos buscar acceder a estas historias, esto a través de significados e interpretaciones diferentes, que sean contradictorias con las historias dominantes; nuevas historias cuyos significados sean más congruentes con aquello que las personas prefieren en sus vidas, o historias que permanecían invisibles y que pueden estar más asociadas a conclusiones de identidad preferidas para las personas, historias que promuevan acciones que antes (debido a la presencia del relato dominante), no estaban disponibles para las personas.

De acuerdo con Castillo, Ledo y Del Pino (2012) las historias alternativas son aquellas que van en dirección de la vida que las personas desean, estas historias reducen la influencia del problema y crean nuevas posibilidades de vida; la tarea del terapeuta es buscar una descripción rica y detallada de la historia alternativa y cómo se teje con la de otros

Uno de los objetivos primordiales de la terapia narrativa es contribuir con la generación de un contexto en el que las personas puedan tener acceso a historias preferidas de sus vidas que han sido subordinadas por las historias dominantes (García, 2013).

2.3 Preguntas de panorama de acción

Las preguntas de panorama de acción son mencionadas por White (1994), como preguntas que hacen referencia al pasado, al presente y al futuro, estas preguntas ayudan a las personas a generar la historia de panoramas de acción alternativos al identificar la historia de aquellos acontecimientos que contradicen al problema, además, actúan formando un puente entre hechos preferidos del presente y el pasado; las preguntas relativas al panorama de acción pueden concentrarse tanto en la historia reciente como en la más distante historia de logros aislados. Algunos ejemplos de estas preguntas son los siguientes:

¿Cómo se decidió usted para iniciar el proceso psicoterapéutico?

Justo antes de venir a su primer sesión de psicoterapia ¿no estuvo usted a punto de echarse para atrás?, si fue así, ¿Cómo se abstuvo de hacerlo?

2.4 Preguntas de panorama de conciencia (o identidad)

De acuerdo a White (1994), las preguntas del panorama de conciencia llevan a las personas a revisar los hechos que se desarrollaron durante el panorama de acción además de ayudarles a determinar qué podrían decir estos hechos sobre:

- a) La naturaleza de sus preferencias y deseos,
- b) El carácter de las varias cualidades personales y de relación,
- c) La constitución de sus estados intencionales,
- d) La composición de sus creencias preferidas y
- e) La naturaleza de sus empeños.

Las preguntas del panorama de conciencia invitan a la articulación y a la realización de las preferencias alternativas, deseos, cualidades personales y de relación, estados intencionales y creencias; en el significado que se da al panorama de conciencia, las creencias y deseos de las personas se hacen coherentes y organizados (Bruner, 1990 como se citó en White, 1994).

2.5 Externalización del problema

La externalización es un abordaje terapéutico que invita a las personas a cosificar y a personificar los problemas que las oprimen; durante este proceso, el problema se convierte en una entidad separada y externa a la persona. White y Epston sostienen que la externalización del problema ayuda a las familias a “separarse y separar sus relaciones del problema, la externalización abre la posibilidad de que se describieran a sí mismas, y a sus relaciones, desde una perspectiva nueva no saturada por el problema; permitía el desarrollo de una historia alternativa de la vida familiar; más atractiva para los miembros de la familia” (1993, p. 54).

De acuerdo a lo anterior, el hecho de poner el foco de atención sobre el problema genera que los miembros de la familia se imposibiliten ante un cambio, por lo contrario la externalización del problema, facilita el cambio en la medida que la familia desarrolla herramientas para mirar el problema fuera de sí mismos, además que al hacerlo logran ver aspectos del problema que habían ignorado y que podrían ser cruciales para la solución del mismo. Payne (2002) menciona que nombrar al problema puede disminuir la predisposición de los miembros de una pareja a culparse mutuamente.

Respecto a lo anterior, White y Epston (1993) mencionan que la externalización del problema ayuda en los siguientes rubros:

- 1.- A disminuir el conflicto acerca de quién es el responsable del problema.
- 2.- Ataca la visión de fracaso que la persona tiene, una vez que intenta resolver el problema y éste no se resuelve.
- 3.- Ayuda en que las personas cooperen entre sí, para que juntas enfrenten el problema.
- 4.- Brinda a las personas nuevas posibilidades, para que logren apartar la influencia del problema en sus vidas.
- 5.- Permite que las personas vean el problema como algo menos tenso, y enfrentarlo de una forma más eficaz.
- 6.- Ofrece opciones de diálogo sobre el problema.

Campillo (2009), añade que en la conversación externalizante, personificar o nombrar al problema, tiene efectos positivos, como que el problema no generaliza la identidad de la persona; cuando éste ya no habla por la persona, se recuperan los conocimientos que ella tiene para poder generar una nueva posición y nuevos significados respecto a él. En estas conversaciones, para poner al problema fuera, se le agrega el artículo “el” o “la” para hacerlo nombre o sustantivo, y así, preguntar por sus acciones sobre la vida de la persona, de esta manera, se personifica y se pueden conocer sus efectos, consecuencias e intenciones, además de tácticas, formas de operar, para interferir en la vida de la persona, además se conoce lo que le roba a la persona, lo que le impide y cómo se une a otros problemas, así se puede preguntar por el problema: ¿cuándo entró a la vida de la persona?, ¿cómo se presenta en su vida?, ¿cuáles han sido los efectos de su presencia?

White y Epston (1993) mencionan que la externalización de los problemas, ayuda a las personas a hacerse conscientes del problema, descubrir la relación que tienen con él, les

permitirle asumir una responsabilidad del problema que anteriormente no asumían, además de permitir separarse de los relatos dominantes que han estado dando forma a sus vidas y a sus relaciones; al hacerlo, recuperan la capacidad de identificar aspectos previamente ignorados, pero cruciales de su experiencia vivida.

De acuerdo a lo expuesto anteriormente por los autores, el verdadero problema, es la relación que la persona tiene con el problema y las implicaciones que tiene esto para su vida. La finalidad de utilizar la externalización del problema, es lograr que la persona pueda experimentar libertad para analizar la influencia que tiene el problema en su vida, así como su propia posición respecto a esa influencia.

White y Epston (1993) describen las preguntas de influencia relativa, los cuales son de dos tipos: el primero anima a las personas a trazar el mapa de la influencia del problema sobre sus vidas y relaciones, el segundo pretende describir la propia influencia de las personas sobre la vida del problema.

Al invitar a las personas a revisar los efectos que la dificultad tiene sobre sus vidas y relaciones, las preguntas de influencia relativa les ayudan a tomar conciencia de su relación con el problema y a describirlo, por lo tanto, las personas tienen nuevas oportunidades para actuar con flexibilidad (White y Epston, 1993).

Preguntas para describir la influencia del problema:

Estas preguntas ayudan a las personas a revisar la influencia del problema sobre sus vidas y relaciones. Estas preguntas pueden abarcar la influencia del problema en las áreas conductual, emocional, física, interaccional y actitudinal. Esto permite que se dé una descripción mucho más extensa acerca del problema, además de abrir un camino amplio para

la búsqueda de acontecimientos extraordinarios, las personas están menos paralizadas y menos limitadas en su percepción de los eventos que lo rodean.

Preguntas para describir la influencia de las personas:

Una vez realizado lo anterior, pueden plantearse las preguntas que invitan a las personas a describir su propia influencia, así como la influencia de sus relaciones, sobre la “vida” del problema. Estas preguntas generan información que contradice la descripción saturada por el problema de la vida familiar y ayuda a las personas a identificar su competencia y sus recursos ante las dificultades.

Una vez que las personas identifican la influencia que ejercen sobre el problema, se pueden introducir ciertas preguntas para construir significados, de forma que las personas puedan re-escribir sus vidas y sus relaciones. Por ejemplo, las preguntas que se citan en White y Epston (1993):

¿Cómo consiguieron enfrentarse eficazmente al problema?

¿Qué indica esto acerca de sus cualidades como personas y acerca de las relaciones existentes entre ellos? (padres e hijos)

¿En qué cualidades se apoyan para conseguir estos logros?

¿Estos éxitos les transmiten alguna idea acerca de los pasos que podían dar para rescatar sus vidas del problema?

¿De qué forma iba a repercutir en su relación con el problema tener el conocimiento que ahora ponen en práctica?

2.6 Acontecimientos extraordinarios

De acuerdo a White (2002a), un acontecimiento extraordinario, es una contradicción del relato dominante, en ocasiones puede ser una contradicción del problema, pero no siempre es así.

Los acontecimientos extraordinarios son aquellos relatos en donde la vida de la persona no está dominada por el problema ya que ha podido manejarlo, retarlo o cambiarlo; aquí se descubren partes de la historia que rompen con el patrón de la vida del problema con lo que emerge la influencia relativa de la persona (Campillo, 2009).

Cuando se identifica un acontecimiento extraordinario como menciona (Campillo, 2009), se puede comenzar a preguntar por otros eventos que se relacionen con éste y aclarar los efectos y diferencias que este acontecimiento extraordinario tiene sobre la influencia de la persona sobre el problema; cuando se va indagando acerca de la historia de esos acontecimientos extraordinarios, van emergiendo descripciones ricas acerca de la vida de la persona, de los conocimientos y de la importancia que tienen para su vida, esto genera que la persona enlace esos descubrimientos a nuevas posiciones de su identidad.

White y Epston (1993), señalan que algunas preguntas que se realizan para ayudar a las personas a localizar o generar lo que llamaron “acontecimientos extraordinarios”, llevan a las personas a investigar qué indican estos nuevos datos acerca de las cualidades de ellas mismas y de sus relaciones. Al considerar estas preguntas y responderlas, las personas obtienen “redescripciones extraordinarias” y nuevas de sí mismas y sus relaciones (White, 1988 en White y Epston, 1993). Las preguntas de redescipción pueden ayudar a las personas a revisar su relación consigo mismas, a revisar su relación con otras personas, y a revisar su relación con los problemas.

En la medida que se identifican acontecimientos extraordinarios, White y Epston (1993), afirman que puede estimularse a las personas a que desarrollen nuevos significados con relación a ellos; esto requiere que los acontecimientos extraordinarios pasen a formar parte de una historia alternativa de la vida de la persona.

La importancia de los acontecimientos extraordinarios radica en que como menciona Campillo (2009), se analizan las relaciones que guardan con otras partes de la historia de vida y con otros eventos previos y significados, de tal manera que se convierten en una puerta de entrada al relato alternativo.

2.7 Re-autoría

White (2007) menciona que cuando las personas llegan a consulta, cuentan relatos acerca de la historia de los problemas que las aquejan, entrelazando acontecimientos de sus vidas en secuencias que se desarrollan en el tiempo según un tema o trama; dentro de esta trama a menudo cuentan relatos acerca de pérdidas, fracasos, incompetencia o desesperanza, lo cual forma el relato dominante. De acuerdo a White y Epston (1993) re-autoría es reescribir, es decir, reposicionar la experiencia de una persona o familia en nuevas narraciones que permitan que el relato dominante quede en el pasado; durante este quehacer, se re-describen las vidas de las personas, sus relaciones, y las relaciones con sus problemas.

Campillo (2009) añade que en la terapia narrativa, a través de opciones, significados y acciones, la persona crea nuevos significados de su historia formando así una re-autoría de su experiencia.

Con respecto a las conversaciones de re-autoría, White (2007) menciona que éstas invitan a las personas a narrar sus vidas incluyendo acontecimientos y experiencias que han

sido desatendidos pero potencialmente significativos, estos acontecimientos son los llamados “desenlaces extraordinarios”, los cuales, son vitales para iniciar las conversaciones de re-autoría, además de dar inicio a tramas alternas de la vida de las personas: a medida que estas conversaciones avanzan, las tramas alternas adquieren mayor significado en la historia y otorgan a las personas, fundamentos para enfrentar de nuevo los problemas, el resultado es que las personas terminan involucrándose en sucesos de sus vidas a los cuales no les habían dado importancia.

De acuerdo a lo anterior White (2007) afirma:

Privilegiamos las voces de las personas que consultan para que atribuyan significados a los acontecimientos de su vida que eligen destacar, para interpretar los vínculos que existen entre estos acontecimientos y los temas de vida que valoran, para que deduzcan lo que todo eso refleja de lo que atesoran y para extraer conclusiones sobre lo que esto sugiere de sus propias identidades y de las otras personas. (p. 108)

El modo narrativo, tal como menciona White (2007), puede abrir en los contextos terapéuticos un lugar para ayudar a las personas a tener mayor voz de autoría en la construcción de los relatos de sus experiencias.

De acuerdo a la idea anterior, cuando la persona re-narra un nuevo relato de su vida a otras personas además del terapeuta y se escuchan sus respuestas, Payne (2002) menciona que el relato se confirma y adquiere influencia sobre la vida e identidad de la persona, tal como sucede con el uso de testigos externos que se explicará en el apartado siguiente.

2.8 Re-membresía

Las conversaciones de remembranza, de acuerdo a White (2007), se forman a partir de la idea de que la identidad se basa en una asociación de vida, ésta se compone de figuras e identidades significativas (las cuales provienen del pasado, presente y futuro) que forman una fuerte influencia en la vida de las personas.

“Las personas con las que convivimos, que nos enseñan o nos ayudan, aquellas que nos apoyan y con las cuales hemos estado en una relación, son las que conforman la membresía de nuestra vida” (Campillo, 2009 p. 14).

Las personas existen en relación con otras, es a través de estas relaciones que se descubren o crean imágenes acerca de lo que las personas son capaces de hacer o ser, en el momento de realizar análisis de esos significados creados a partir de estas relaciones se construye la historia de la persona (Campillo, 2009).

White (2007) añade, que en las conversaciones de re-membranza, las personas se vuelven a involucrar de forma deliberada con la historia de sus relaciones, con las figuras significativas y con las identidades del presente y del futuro proyectado; ejemplos de ello pueden ser autores de libros, personajes de películas o de historietas, muñecos de peluche de la infancia o alguna mascota favorita (White, 2007).

Campillo (2009) añade que estas relaciones pueden estar conformadas por familiares, amigos, conocidos o compañeros de trabajo, que en la interacción con la persona, han tenido alguna influencia sobre lo que la persona quiere ser o piensa de sí misma.

Respecto a cómo comienzan estas conversaciones en la terapia, White (2007) explica que suelen iniciar con dos series de investigaciones, la primera invita a la persona a hacer un

recuento de las contribuciones de la figura en su vida y atestiguar su identidad a través de la mirada de esa figura; la segunda parte invita a la persona a hacer un recuento de cómo contribuyó a la vida de esta figura y enriquecer la descripción de cómo esta conexión conformó el sentido de identidad de esta figura y qué sentido tiene en la vida de la persona.

Dentro del contexto terapéutico, White (2007) explica que las conversaciones de re-membranza ofrecen formas alternativas de entender la identidad de las personas, pues alientan a observar las contribuciones de otras personas a sus vidas, enriquecen la descripción de las versiones preferidas de identidad y los saberes de vida y habilidades para vivir que se generan en colectivo en las relaciones significativas; esto anima a las personas a no recordar el pasado de forma pasiva, sino a volverse a involucrar deliberadamente con las figuras significativas de su historia personal.

Algunos ejemplos de preguntas de re-membresía que Campillo (2009) ejemplifica son: ¿Quién reconocería y apreciaría lo que el compromiso de mantener la esperanza significa para ti? ¿Qué crees que vieron ellos en ti que les hizo creer que tú podrías mantener ese compromiso con la esperanza?

Las conversaciones de re-membresía son útiles, pues como menciona Campillo (2009), el recuperar la parte de las relaciones sociales que son de importancia para la persona, le permite recordar los aprendizajes valiosos e importantes de la imagen preferida de sí mismo, lo cual puede utilizarse en la historia alternativa, y así re-editar su historia.

2.9 Ceremonia de definición: testigos externos

Durante los años ochenta, Michael White y David Epston comenzaron a involucrar públicos en su trabajo con familias. Este trabajo comenzó al notar la importancia que tenía el enriquecimiento de relatos, pues permitía a las personas una serie de posibilidades a la hora de abordar sus problemas y preocupaciones (White, 2007).

De acuerdo a Payne (2002), la ceremonia de definición consiste en varios momentos en donde se produce el narrar y re-narrar, en donde testigos externos comparten sus propios recuerdos con la persona, para así reforzarlo mediante las resonancias que le generen. Al respecto, White (2007) explica que los testigos externos, son personas elegidas de forma cuidadosa que responden con recuentos de las historias que comparten las personas, conformando un reconocimiento de la identidad de la persona, lo cual permite que los relatos se enriquezcan.

Por otro lado, White (2002a), añade que el testigo externo contribuye a un contexto para la autoconsciencia reflexiva en donde las personas se convierten en más conscientes de sí mismas y más conscientes de su participación en sus vidas.

“Estas ceremonias son rituales que reconocen y enaltecen las vidas de las personas, contrariamente a muchos rituales de la cultura contemporánea que las enjuician y las degradan” (White, 2007, p. 195).

White (2002b) refiere que el público al que se invita es consciente de la responsabilidad que tiene de contribuir a que las vidas de otras personas sean descritas con mayor riqueza.

Durante los recuentos elaborados por testigos externos, White (2007) menciona que se representa nuevamente lo que la gente valora en sus actos de vida, de un modo que resuena y brinda reconocimiento; gracias a estos recuentos, las personas sienten además que sus vidas se unen a las de otras alrededor de temas que comparten y son importantes para ellos.

2. 9. 1 Etapas de la ceremonia de definición

Antes de que los testigos externos participen en una ceremonia, White (2007) explica que se les invitará a realizar lo siguiente en sus recuentos:

-Escucharán atentamente y se centrarán en aquellos aspectos particulares de la narración que les atrajeron.

-Se expresarán estos recuentos evitando ser impositivos en sus expresiones.

-Responderán desde lo personal y evitarán responder a los relatos dando su punto de vista o consejos.

White (2002b) añade que es importante cuidar las respuestas de los testigos externos pues, en ocasiones se tornan como sermones o historias moralizantes en donde pueden escaparse consejos o juicios de valor, lo cual evita que se lleve a cabo el objetivo de enriquecer los relatos de las personas; por ello se habla de una participación descentrada, lo cual se refiere a que es importante que se respeten las preocupaciones y expresiones de las personas que permanecen al centro de la ceremonia, las cuales deben ocupar el lugar central de la consulta.

De acuerdo a White (2007; 2002b) la ceremonia de definición consiste en tres etapas las cuales se describen a continuación:

-La narración: durante esta primera etapa se realiza una entrevista a la persona que se encuentra en el centro de la ceremonia, mientras los testigos externos escuchan desde su lugar de público, se busca que las personas narren historias de vida significativas, historias importantes acerca de su identidad personal, los testigos externos escuchan y se preparan para la siguiente etapa.

-El recuento: en esta etapa, los testigos externos intercambian lugar con las personas que están en el centro de la ceremonia de definición, ahora ellas, escucharán desde el público, es decir, participan como público de estas re-narraciones, aquí las expresiones significativas de la persona son rescatadas e incorporadas al relato de su vida; el recuento se realiza acerca de los aspectos de la narración que más les atrajeron, este recuento rebasa en gran medida los límites de la narración original, lo cual enriquece los relatos y las relaciones de la identidad de las personas que están en el centro de la ceremonia de definición. Una parte importante de los testigos externos es que se adhieran a una cierta tradición de reconocimiento. Es importante resaltar que estos recuentos no tratan de reafirmar, felicitar, destacar cosas positivas, emitir juicios ni evaluar la vida de las personas, sino se relacionan con las resonancias,¹ éstas contribuyen de forma significativa al enriquecimiento de relatos, ayuda a que se refuerce la familiaridad con lo que se valora en la vida y a desplazar diversas conclusiones negativas de la identidad, también ayuda a la experiencia de compartir saberes para alcanzar formas de abordar dilemas y dificultades que se quieren tratar. Payne (2002) coincide añadiendo que no se utiliza el conocimiento experto, y que los objetivos son crear

¹ White (2002b) explica que a través de las resonancias, vienen a la memoria experiencias específicas de acontecimientos que forman una trama, lo cual representa la historia de la imagen del presente.

un vínculo señalando los elementos problemáticos comunes a todas las personas y fortalecer los subargumentos.

-Recapitulación del recuento: durante esta etapa las personas que se encuentran en el centro de la ceremonia tienen oportunidad de reflexionar sobre lo que escucharon de las re-narraciones de los testigos externos, esta segunda re-narración, sobrepasa los límites de la primera, contribuyendo más a la descripción de las historias de las personas. Se entrevista a las personas acerca de: las expresiones de los testigos externos que les llamaron la atención, las imágenes o representaciones mentales que evocaron estas expresiones, lo que reflejan de sus intenciones para sus vidas y lo que valoran en sus vidas, las experiencias personales que tocaron estas expresiones, el lugar al que estas expresiones llevaron a los testigos externos en sus pensamientos, sus comprensiones y percepciones de sus propias vidas y sus reflexiones sobre sus posibilidades de actuar.

Para facilitar los distintos cambios de lugar, White (2007) señala que se pueden utilizar pantallas unidireccionales o televisiones en circuitos cerrados, sin embargo no siempre es necesario, cuando no se cuente con estas comodidades, las personas que son público pueden sentarse apartadas de las que narran.

2.9. 2 Categorías de indagación

Las respuestas de los testigos externos, deben ir encaminadas a expresar aquello que les atrajo de la narración, qué imágenes evocaron en ellos, qué experiencias personales resonaron al escuchar la narración y acerca de su sentir en cuanto al modo en que estas expresiones tocaron sus vidas (White, 2007). Con relación a esta idea, Payne (2002) señala que los testigos externos deben concentrarse en asistir a la persona, deben evitar ponerse como modelo o hablar en exceso de sí mismos. Para ello, se encuentran cuatro categorías de indagación para

guiar las respuestas de los testigos externos, las cuales se describen de acuerdo a White (2007):

1.- Pedir al testigo externo que hable de lo que escuchó, de lo que más le atrajo y captó su atención. El interés en esta parte va hacia identificar las expresiones que le hicieron sentir lo que ésta persona valora en su vida. Estas expresiones pueden ser palabras, frases específicas, o un estado de ánimo.

2.- Posteriormente, se enfocará en las imágenes, se le pedirá al testigo externo que describa las imágenes que surgieron mientras escuchaba la narración. Estas imágenes pueden tomar la forma de ciertas metáforas acerca de la vida de la persona, o pueden ser imágenes mentales acerca de su identidad o sus relaciones, después se le invita a reflexionar sobre lo que estas metáforas o imágenes mentales pueden reflejar de los propósitos, valores, creencias, aspiraciones, sueños y compromisos de la persona. White (2002b) añade que, la imagen del presente es una imagen que ha sido evocada como efecto de las expresiones de la persona que está en el centro de la ceremonia y por la misma conversación terapéutica; para los testigos externos, las imágenes que se generan en estas conversaciones, se relacionan con experiencias olvidadas, así como también generan un significado diferente de esas experiencias que se recordaron previamente.

3.-En tercer lugar, se deberá poner atención en lo que resonó en el interior del testigo externo. Se le pedirá que cuente por qué le atrajeron tanto esas expresiones, y que se enfoque sobre todo en por qué resonaron con su propia historia. Lo más importante en este momento, es que cuente las experiencias de su propia historia que aparecieron y le recordaron estas expresiones

4.- Por último, se hablará de lo que le transportó al testigo externo el relato. Se invitará a identificar los modos en que le removieron estas historias de vida y se le pedirá que hable de ello, o a dónde le llevó esta experiencia respecto de ideas para conversaciones que podría mantener con figuras de su propia vida, acerca de posibilidades de actuar respecto a dificultades en su vida y relaciones.

White (2007) menciona que estas experiencias permiten que las historias de vida de las personas se unan de algún modo con las historias de las personas que están en el centro de la ceremonia de definición.

2.9.3 Reposicionamiento para los miembros de la familia:

Cuando se llegan a convocar testigos externos en la familia de la persona que consulta, se tiene que reposicionar a las personas antes de participar como público, sobre todo cuando estos familiares tienen importantes conflictos con las personas cuyas vidas están en el centro de la ceremonia. Por lo general, los miembros de la familia logran apartarse mejor de las respuestas acostumbradas si se les invita a romper con sus modos habituales de relacionarse. Una forma útil de lograrlo es llevarlos a que adopten una postura alterna, esto puede trabajarse invitando a la familia a compartir relatos de experiencias de vida donde sintieron reconocimiento, comprensión, compasión, o aceptación, se alienta a la persona a identificar a las personas que se lo permitieron. Los miembros de la familia entonces pueden volverse a posicionar como una de estas figuras en el recuento.

2.10 Documentos terapéuticos

Los documentos terapéuticos, de acuerdo a Payne (2002) son textos o elementos visuales como cartas, declaraciones, escritos o certificados que añaden nuevos conocimientos, perspectivas y cambios en la experiencia de la persona; estos documentos

escritos por el terapeuta o por la persona se convierten en recordatorios del progreso, los descubrimientos y las nuevas perspectivas, además pueden celebrar y afianzar el cambio o el éxito.

El lenguaje escrito desempeña un papel importante al momento de definir las actividades de las personas, White y Epston (1993) señalan que cada vez se recurre más a ellos para determinar el valor de las personas; en este sentido, hay prácticas que tienen la capacidad para redescubrir a las personas de una forma que destaca sus conocimientos y habilidades, por ejemplo los galardones, que pueden llegar a ser simbólicos a un público extenso, diversos tipos de galardón como trofeos y certificados son ejemplos de estos documentos, que frecuentemente conlleva un nuevo status dentro de la comunidad, nuevas responsabilidades y nuevos privilegios. Estos documentos pueden ser leídos por muchas personas, al ser mayor el número de lectores, se contribuye a la supervivencia y conformación de nuevos significados.

2.10.1 Cartas terapéuticas

Con relación a las cartas terapéuticas, White y Epston (1993), señalan que las cartas se utilizan con el objetivo principal de situar la experiencia de la persona o familia en el tiempo, lo que permite que las experiencias queden interpretadas en el tiempo vivido y tomen sentido al incluirse en los relatos, los cuales son ricos y complejos, y pueden adquirir significado a muchos más acontecimientos de las vidas de las personas.

Otro objetivo de las cartas terapéuticas de acuerdo a Campillo (2009), es crear un contexto para el surgimiento de nuevos significados, es decir, cuando la persona pueda leer y releer el documento, puede ser capaz de analizar, revivir, y reflexionar acerca de diferentes procesos de sí misma que la llevaron a resolver el problema.

Es importante señalar que el terapeuta debe tener en consideración que una carta se escribe a partir de lo visto o escuchado en la terapia, de preferencia utilizando las palabras que la persona dijo, creando una conversación externalizante por escrito, para lo cual es necesario definir un objetivo claro de lo que se quiere lograr con la carta. Algunos ejemplos son apoyar descubrimientos sobre sí mismo, redescubrir la dinámica familiar o remarcar el nuevo camino de la contratrama y hacer preguntas de desarrollos futuros (Campillo, 2009).

2.10.2 Historias propias

De acuerdo a White y Epston (1993) la estructura narrativa de estos relatos es contar una historia de éxitos en lugar de una narración triste, el objetivo de que las personas escriban su historia de éxitos cambia la relación que mantienen con el problema y con la terapia, pues distancia a las personas del problema y les permite consultar si el problema re aparece en sus vidas. Otro objetivo es hacer que el relato esté al alcance de otras personas; el hecho de revisar los relatos de éxitos o testimonios de otras personas permite que las familias que tienen problemas similares se identifiquen y resuelvan sus problemas. Para que se relaten estas historias propias se pueden utilizar una gama amplia de recursos: videos, casetes, cartas testimoniales, historias escritas en diferentes géneros literarios, cartas personales y llamadas telefónicas.

2.10.3 Cartas de predicción

Con relación a las cartas de predicción, White y Epston (1993), señalan que dentro de la terapia, se pide autorización a la familia o persona para predecir su futuro inmediato en un intervalo de seis meses, se entrega estas cartas cerradas a la familia con las palabras privado y confidencial más la fecha en la que pueden abrirla, la intención que se tiene al entregar

estas cartas es que en primer lugar la predicción propone un seguimiento/revisión a los seis meses y sugiere que sería un ejercicio interesante tanto para la persona o familia como para el terapeuta, y en segundo lugar, se tiene la sospecha que la mayoría de las personas no siguen la indicación de abrirla hasta la fecha acordada y leen la carta antes, se espera que esto sirva como una profecía auto cumplidora.

2.10.4 Certificados

Los certificados son documentos que de acuerdo a White y Epston (1993) acreditan los nuevos relatos de las vidas de las personas. De acuerdo a Payne (2002), el uso de documentos dentro de la terapia narrativa se genera de la tradición de celebrar y fortalecer los éxitos compartiéndolos con amigos o familia; se los muestran entre sí, los enmarcan y después los colocan en una zona de la casa donde pueda ser visto por todos. Las personas guardan un significado especial a los diplomas o certificados, pues a través de ellos se representan sus logros.

Capítulo. 3 Proceso familiar en la adolescencia

Individuo y familia, tal como menciona Macías (2012), son círculos concéntricos que se tocan y se integran por lo que no se conciben se forma separada. Por ello es importante detallar cómo se da el desarrollo de la familia durante las diversas etapas de la vida, pues es justamente este desarrollo lo que genera la pauta para la individualidad. Se hará también énfasis en la etapa de la adolescencia, y la relación padres-hijos, contrastando la perspectiva del desarrollo, con la perspectiva de la terapia narrativa, ya que es crucial para sustentar el presente trabajo y la propuesta del mismo.

3.1 Ciclo vital de la familia

Un concepto importante para comprender el funcionamiento de la familia es el ciclo vital, como señala Valdés, (2007), pues brinda información acerca de los cambios y tareas a las que debe enfrentarse este grupo a lo largo de su desarrollo.

Macías (2012), desarrolla una descripción del ciclo vital en la familia mexicana. Es importante señalar que otros autores como Estrada (2002), han realizado trabajos acerca de este tema, sin embargo no se relaciona a nuestro contexto, pues realizan un análisis más profundo de la cultura americana.

De acuerdo a Macías (2012), existen cuatro grandes etapas que ocurren en el ciclo vital de la familia mexicana, una característica importante es que en ocasiones estas etapas se presentan de forma alterna; a veces se llega a pasar a una etapa sin haber concluido la anterior, esto produce que en ocasiones se generen conflictos dentro de las relaciones a lo largo del ciclo vital. En la presente tabla se describen estas etapas

Tabla 1

Ciclo vital de la familia en México (Macías, 2012)

Etapas	Fases
I. Los antecedentes (fases preliminares)	<p>1.- El desprendimiento de la familia de origen: caracterizada por no ser concretada del todo, en ocasiones no se alcanza la autonomía psicológica y económica.</p> <p>2.-El encuentro y el cortejo: influenciado por presiones de la familia de origen.</p> <p>3.-El proyecto de pareja y la decisión de serlo: en ocasiones se da este proceso incompleto o inadecuado, desde que no se tiene un proyecto de vida individual claramente establecido, lo que genera problemas en las relaciones de pareja conyugal.</p>
II. El inicio (fases tempranas)	<p>4.-El matrimonio: compromiso de vida y constitución formal de la pareja: Generalmente marcado por el ritual del matrimonio religioso o civil.</p> <p>5.- Integración inicial, proyecto de familia y decisión de serlo: en distintos estratos sociales, los recursos materiales y económicos, se manejan como elementos de manipulación, dependencia o dominio.</p> <p>6.- Advenimiento de los hijos: nuevos roles: además del rol de hijo, novio, esposo se adquiere el rol de ser padre y madre lo cual es altamente significativo.</p> <p>7.- Familia e hijos pequeños. Lactancia, primera infancia: la familia sufre una de las primeras crisis, pues después de la ilusión de ser padres, viene el estrés que conlleva serlo, sobre todo en casos de embarazos muy seguidos, lo cual aumenta en nivel de irritabilidad entre los miembros de la familia.</p>

III. El desarrollo (fases intermedias): 8.- Familia y época preescolar: aquí las funciones psicosociales de la familia llegan a tener su mayor relevancia, **En esta etapa, se destaca el apoyo que funge la familia extendida.** los hijos van adquiriendo seguridad emocional, autoestima y un sentido de pertenencia familiar a través del afecto y la aceptación. Los modelos de comportamiento que ejercen los padres son de suma importancia, desde el qué es ser mujer y qué es ser hombre hasta normas de conducta y valores.

9.-Los hijos y la escuela: se busca que no haya grandes diferencias entre el modelo formativo que se lleva en la escuela y el de la familia. El apoyo de los padres en el aprendizaje es vital para el desarrollo de los hijos.

10.-Pubertad y adolescencia de los hijos: esta etapa suele ser crítica, debido a algunas ansiedades que pueden aparecer en los padres por recordar su misma adolescencia, más los cambios en los adolescentes: cuestionar la autoridad paterna, despertar de caracteres sexuales, retar las normas y costumbres sociales, etc. Esto general que son frecuencia se vivan situaciones de difícil manejo, los hijos en ocasiones se inician en el uso del tabaco y el alcohol o consumo de drogas.

11.-Los hijos jóvenes y adultos: generalmente se da aún dentro de la familia, es una oportunidad para compartir satisfacción de la tarea cumplida por ambas partes, de los padres haber facilitado el proceso de maduración de los hijos y éstos de alcanzar su autonomía.

IV. La declinación (fases tardías)

12.- El desprendimiento de los hijos, el nido vacío y el reencuentro: los hijos se separan del hogar original debido a irse a estudiar o trabajar a otro lugar, porque han tomado la decisión de hacer su propia vida y casarse o vivir independiente. La pareja original se queda sola. Es una etapa que puede ser de crisis u oportunidad para un mayor crecimiento de la pareja.

13.-Las nuevas familias. Nuevos roles: la llegada de una tercera generación permite adquirir a los padres de la familia original nuevos roles, el de abuela y abuelo. Por lo general, un mayor número hijos y de edades distintas ocasiona que estas fases se den de forma simultánea se modifique el orden o se salte alguna fase.

14.- Vejez y muerte. Disolución de la familia nuclear original: en esta última fase sigue siendo importante el apoyo de la familia extendida, el cuidado de la pareja de los padres ancianos solos se adscribe a alguno de los hijos.

1.- Etapa de antecedentes (fases preliminares)

En la fase de desprendimiento de la familia de origen, Macías (2012) éste debe entenderse como un proceso de desarrollo psicológico en donde se alcanza la capacidad de autonomía tanto emocional como de autosuficiencia que permita al hijo adulto la toma de decisiones de vida que incluyan responsabilidad, y en ocasiones no se concreta. La fase de cortejo, generalmente contiene diferentes tipos de presiones sociales y familiares para la pareja, lo que ocasiona que se llegue a la fase siguiente: el plantearse un proyecto de pareja y tomar la decisión de serlo; esta etapa no se da de la mejor manera, pues no hay conciencia de todo lo que implica un proyecto de pareja. De esta forma, no se llega a un proyecto conjunto de pareja, sobre el cual poder construir el futuro de ambos y de la familia, lo cual produce problemas en las relaciones de pareja, pues se derivan no desprenderse bien de la familia de origen, de un cortejo insuficiente o forzado, y de un proyecto de pareja incompleto o inadecuado.

2.- Etapa inicial (Fases tempranas)

Esta primera fase generalmente tiene como inicio el matrimonio religioso o civil, (de acuerdo con el sistema de creencias de la pareja), con lo que hacen público su compromiso de vida. En la siguiente fase, la pareja comienza a convivir y adaptarse a su vida junta. La independencia de la familia de origen, se facilita cuando la pareja cuenta con una vivienda independiente, pues esto facilita la autonomía, espacio vital, privacidad física y emocional de la pareja, cuando esto no se logra, generalmente se dan conflictos debido a la falta de privacidad de la pareja. Al término de esta fase, la pareja puede tomar la decisión de ser familia, en donde debería existir conciencia de ello, lo que conlleva a la fase del advenimiento de los hijos en donde la pareja pasa a ser familia y trae consigo nuevos roles para los

miembros de la pareja, pues después de ser hijos, novios y esposos, ahora son padres, lo cual es significativo para la familia. Durante la fase de hijos pequeños, la lactancia y primera infancia, la familia sufre una crisis de adaptación; después de la ilusión y entusiasmo que provoca el nacimiento del primer hijo, existe la demanda de atención y cuidados hacia éste, lo cual puede generar estrés en la pareja. También pueden llegar a aparecer sentimientos de desplazamiento en el padre, lo cual puede llegar a aumentar la tensión de los miembros de la familia, en el caso de la madre pueden aparecer necesidades de realización personal, laboral o profesional, razón por la cual los niños cada vez más son enviados a guarderías o a los centros de desarrollo infantil, o también se postergue o cancele la decisión de tener hijos. En esta fase, el clima emocional de la familia dependerá de cómo los cónyuges muestren sus emociones entre ellos y hacia sus hijos.

3.- Etapa de desarrollo (fases intermedias)

Dentro de esta etapa, es en la fase de época preescolar cuando toman mayor relevancia las funciones psicosociales de la familia, pues es en este momento que se constituye el mundo interaccional de los hijos. Durante esta fase, los modelos de comportamiento de los padres son de importancia en cuanto a qué es ser mujer y qué es ser hombre como en cuanto a normas de conducta y valores. En la fase siguiente de elección de la escuela, se busca que no haya disputas entre el modelo formativo que tenga la escuela y el que se lleva en casa, pues puede causar desorientación en el niño. Todo este periodo es una preparación para la adolescencia.

La siguiente fase es la pubertad y adolescencia, ésta suele ser crítica en nuestra cultura mexicana, pues con frecuencia remueve muchas de los problemas que vivieron padre y madre cuando a ellos les tocó vivirla. La aparición de los caracteres sexuales secundarios, el despertar de la sexualidad y el cuestionamiento que los adolescentes hacen hacia la autoridad

paterna (sobre todo si ésta ha sido manejada de forma impositiva y autoritaria) aunado a la forma de retar las normas y costumbres sociales, ocasionan que frecuentemente se presenten situaciones de difícil manejo, lo que a su vez ocasiona que los adolescentes se vean implicados en conductas de riesgo como consumo de alcohol, tabaco o marihuana además de otras drogas de mayor riesgo.

La última fase es de los hijos jóvenes adultos que frecuentemente se da aún dentro de la familia de origen, puede ser una oportunidad para que los padres compartan con satisfacción haber apoyado el proceso de maduración de los hijos, y los hijos por su parte, ser capaces de alcanzar su autonomía emocional y de autosuficiencia aún dentro del hogar y no sólo con la salida física, sólo se ejerce libertad mientras se pueda manejar la distancia y cercanía con la familia de origen preservando límites, así como disfrutando y conservando la pertenencia.

4.- Etapa de declinación o involución (fases tardías)

Esta etapa comienza con la fase de desprendimiento de los hijos jóvenes adultos, quienes generalmente se separan de la familia por irse a trabajar o estudiar a otro lado, o porque han tomado la decisión de formar su vida o vivir de forma independiente, en esta fase, puede ser que la pareja se quede sola, es un momento de reencuentro, esta etapa es crucial para conocer si sigue presente su vínculo conyugal y no sólo el coparental. Los hijos pueden ya haber formado su familia, y el advenimiento de los miembros de una tercera generación, permite adquirir nuevos roles para los padres de familia: abuela y abuelo. Posteriormente se presenta la siguiente fase con la muerte de alguno de los cónyuges y con ello la consecuente disolución del núcleo familiar original. En esta última fase, son importantes los roles de la familia extendida, la pareja de los padres viejos y solos se delega a alguno de los hijos, sobre todo si

sólo queda uno de los padres, ya que, el mantenerse viviendo solo e independiente para un viejo requiere recursos de salud y económicos que en muchas ocasiones no se tienen.

Como se ha mencionado a lo largo de este apartado, el desarrollo del ciclo vital de la familia en México es distinto al que sucede en otras culturas y países. En el caso de la familia mexicana, hay etapas que no se concluyen satisfactoriamente, o que se presentan de forma alterna, o salteada, lo que es motivo de presencia de conflictos en las relaciones de los miembros de la familia, lo que informa acerca de crisis que la familia atraviesa a lo largo de su desarrollo, lo cual es útil para comprender la etapa de la adolescencia.

3.2 Adolescencia

De acuerdo con el apartado anterior, el ciclo vital de la familia pasa por diferentes etapas que son cruciales para el desarrollo de las personas en todos los ámbitos, sin embargo, la adolescencia es una etapa en la que se define la identidad y es el paso que precede a la vida adulta. Lutte (1991) menciona que la adolescencia es el tiempo durante el cual los jóvenes se separan de su familia de origen para formar una nueva.

Uribe y Nadurille (2013) señalan que al trabajar con adolescentes se ha encontrado que es indispensable, primero, entender las características de su proceso de desarrollo (como se explicará a continuación), pues esto es fundamental para comenzar a deconstruir las etiquetas con las que la sociedad y ellos/as mismos/as usualmente se definen cuando algo no funciona como quisieran, al mismo tiempo, hacer explícito lo que ellos valoran permite iniciar el andamiaje para el recuento y el reconocimiento de las historias subordinadas que irán dando una forma preferida a la identidad que se está construyendo.

A continuación, se explica cómo es vista la adolescencia desde una perspectiva del desarrollo y se contrasta con la perspectiva de la terapia narrativa.

3.2.1 La adolescencia desde el desarrollo

Una de las perspectivas que estudia la adolescencia es la biología. De acuerdo al desarrollo biológico, Horrocks (2001) menciona que la persona se convierte en adolescente cuando es capaz de reproducirse; por lo general a esto se le conoce como pubertad, pero en realidad este periodo comienza con la acción de las hormonas sexuales que producen la aparición de las características sexuales secundarias, en la mayoría de los niños esto se presenta entre los 10 y 15 años de edad, y en las niñas entre los 9 y 14 años.

Con relación a la edad en que se da la adolescencia, McKinney, Fitzgerald y Strommen (2000) refieren considerar dentro de esta etapa a una persona que se encuentra entre los 13 y 19 años de edad, también señalan que este periodo comienza con los cambios fisiológicos de la pubertad, y termina cuando se llega al pleno estatus sociológico del adulto.

Dentro del desarrollo biológico, la adolescencia se divide en tres fases generales como lo explica Micucci (2005), cada una de ellas caracterizada por diferentes rasgos:

-Primera adolescencia temprana (entre los 11 y 13 años). En esta etapa existe una adaptación a los cambios de la pubertad, aprendizaje de nuevas capacidades cognitivas, consolidación de un lugar propio dentro del grupo de pares y manejo de las expectativas relacionadas con el género.

-Adolescencia media (entre los 14 y 16 años). Comienza a haber manejo de la sexualidad, toma de decisiones morales, desarrollo de nuevas relaciones con los pares, equilibrio entre la autonomía y la responsabilidad ante los demás.

-Última adolescencia (entre los 17 y 19 años). Durante esta etapa comienza a desarrollarse la consolidación de la identidad, experimentación de la intimidad, partida de la casa paterna, etc.

Relacionado con las etapas de la adolescencia, Micucci (2005) menciona que el proceso de desarrollo no es necesariamente lineal y coordinado en todos los ámbitos; casi siempre, los adolescentes crecen a diferente ritmo en diferentes áreas. Por ejemplo, puede ocurrir que un adolescente de desarrollo físico todavía incompleto sea capaz de pensar desde la razón, y que otro con apariencia de adulto no logre apreciar el punto de vista ajeno; el error de suponer que el desarrollo se lleva a cabo con la misma velocidad en todos los ámbitos puede llevar a los padres a esperar demasiado de sus hijos, el hecho de que un adolescente muestre madurez en un aspecto, no significa que lo sea en otros.

Por otro lado, Papalia et al. (2010) señalan que la adolescencia es una transición de desarrollo que implica cambios físicos, cognoscitivos, emocionales y sociales, y que adopta distintas formas en diferentes escenarios sociales, culturales y económicos. Estos cambios se describen en las siguientes líneas.

Con relación al desarrollo físico Susman y Rogol, (2004 como se citó en Papalia et al. 2010), mencionan que los cambios físicos se presentan durante la pubertad en un periodo comprendido entre los 11 y 13 años; los primeros signos externos, suelen ser el crecimiento de los senos en las niñas y el agrandamiento de los testículos en los niños, el vello púbico, aparece en diferentes patrones en hombres y mujeres.

Otro de los cambios físicos es la voz, comienza a hacerse más profunda, en especial en los niños, lo que en parte es una respuesta al crecimiento de la laringe y en parte a la

producción de las hormonas masculinas, también hay mayor actividad de las glándulas sebáceas las cuales pueden producir espinillas y puntos negros ocasionando que la piel sea más gruesa y grasosa, dando como resultado en algunos casos, la presencia de acné (más común en los hombres) que se relaciona con la producción de mayor cantidad de testosterona (Papalia, et al. 2010).

Susman y Rogol, (2004 como se citó en Papalia, 2010) mencionan que un cambio físico importante en esta etapa es el estirón lo cual es causado por la hormona de crecimiento así como las hormonas sexuales (andrógenos y estrógeno), este cambio implica un aumento rápido en la estatura, peso y crecimiento muscular y óseo; las niñas suelen ser más altas, pesadas y fuertes que los niños de la misma edad.

De acuerdo a lo explicado sobre el desarrollo físico del adolescente, se puede apreciar que funge un papel importante durante esta etapa pues debido a los cambios hormonales, es como el adolescente comienza a darse cuenta que ya no es un niño, y que ahora debe enfrentarse a aspectos desconocidos de su cuerpo como los cambios en su sexualidad.

Referente a los cambios sexuales, es en la adolescencia temprana cuando se presenta el inicio de la menstruación que se genera por la maduración de los órganos reproductivos en el caso de las niñas y tiene su aparición entre los 10 y los 16 y medio años; en el caso de los niños, el primer signo de madurez sexual es la producción de esperma, que ocurre con la primera eyaculación, en promedio a los 13 años (Papalia et al. 2010).

Durante la adolescencia media, tal como señala Micucci (2005), se da un aumento en el interés por el sexo, aquí pueden aparecer problemas derivados de la sexualidad y la

orientación sexual; los adolescentes pueden llegar a presentar conductas de riesgo como sexo sin protección, tener múltiples parejas sexuales o consumo de drogas.

Por otro lado, se encuentra el desarrollo cognitivo, en donde los adolescentes piensan y hablan de una forma diferente a cuando eran niños; aunque en ciertos aspectos su pensamiento aún es inmaduro, muchos son capaces de adentrarse en el razonamiento abstracto y elaborar juicios morales complejos, además de poder hacer planes más realistas para el futuro (Papalia et. al., 2010).

Con relación a la elaboración de juicios morales, Micucci (2005) señala que a medida que el adolescente cobra mayor autonomía y se expone a nuevas experiencias, enfrenta el desafío de distinguir entre lo que está bien y lo que está mal. Con relación a esto, Kohlberg (1963, en Papalia et. al., 2010), presentó un modelo para la comprensión de toma de decisiones morales en diferentes edades y etapas evolutivas. Es importante retomar este concepto para comprender el cómo los adolescentes actúan respecto del comportamiento en la relación con sus padres. Kohlberg sostuvo que el proceso de tomar una decisión moral abarca seis etapas:

Etapas:
Etapa 1: Evitar el castigo: en esta etapa hay una orientación hacia el castigo y la obediencia, los niños obedecen las reglas para evitar el castigo, ignoran los motivos de una acción y se concentran en la forma física o en sus consecuencias.

Etapa 2: Obtener recompensas: Los niños conforman las reglas a partir de considerar obtener un beneficio, analizan un acto en términos de las necesidades humanas que satisface.

Etapa 3: Recibir la aprobación de los otros significativos: En esta etapa que se da generalmente de los 10 a los 13 años de edad o más, los niños quieren agradar y ayudar a

otros, pueden juzgar las intenciones de otros y desarrollan sus propias ideas de lo que es una buena persona, evalúan una acción de acuerdo con el motivo que está detrás de la persona que la realiza.

Etapa 4: Obedecer reglas y leyes: en esta etapa consideran que una acción es negativa si viola una regla o daña a otros.

Etapa 5: Preservar el bien común: esta etapa se presenta en la adolescencia temprana, adultez temprana o no se presenta, aquí comienza a pensar en términos racionales y se empieza a valorar la voluntad de las mayorías y el bienestar de la sociedad.

Etapa 6: en esta etapa, las personas hacen lo que consideran correcto a nivel individual, sin importar las restricciones legales o las opiniones de otros. Esto es característico de los adolescentes.

Esto ofrece una opción para evaluar el grado de sofisticación con el cual un adolescente toma una decisión moral; estos datos implican que es bastante común que un joven de 14 años se refiera a recompensas tangibles o sociales como principal criterio para decidir si está bien hacer algo.

Con relación al desarrollo socio-afectivo, los adolescentes tienen ahora mayor capacidad para expresar sus pensamientos y sentimientos privados; les resulta más fácil considerar el punto de vista de otra persona y les es más sencillo entender los pensamientos y sentimientos de un amigo, también durante este primer periodo, la mayoría de los jóvenes heterosexuales de ambos sexos empiezan a pensar y a interactuar más con los miembros del sexo opuesto, lo cual conlleva a que comiencen las relaciones románticas que son una parte

esencial del mundo social de la mayoría de los adolescentes pues contribuyen al desarrollo de su intimidad e identidad (Papalia, et. al. 2010).

Respecto a las relaciones de amistad, Micucci (2005) y Papalia et. al., (2010) coinciden en que el grupo de pares cumple funciones importantes durante la adolescencia; primeramente, ofrece un contexto en el cual los jóvenes pueden aprender las destrezas básicas para entablar relaciones amistosas e íntimas en la adultez; mediante la identificación con sus pares, los adolescentes inician su proceso de autodefinición, búsqueda de identidad, y diferenciación con respecto a los otros.

Sobre la influencia de los pares en la vida de los adolescentes, Allen, Porter, McFarland, Marsh y McElhaney, (2005 como se citó en Papalia et. al., 2010) mencionan que alcanza su punto más alto entre los 12 y 13 años; sin embargo mencionan que a los 13 o 14 años, algunos adolescentes pueden involucrarse, en conductas ligeramente antisociales como probar drogas o tomar algún producto sin pagar, esto con el fin de mostrar a sus pares la independencia de las reglas paternas.

A lo largo de la adolescencia, la relación con los pares cambia y se expande. Cuando la adolescencia se disuelve en la adultez, aumenta la importancia de entablar un lazo íntimo con un par. Sin embargo, su consolidación y el desarrollo de la capacidad para la intimidad no son dos procesos distintos, sino que van de la mano, fortaleciéndose el uno al otro en el mismo proceso que se extiende hasta la entrada de la adultez (Micucci, 2005).

Otro aspecto importante de la adolescencia es el desarrollo social, con relación a ello, Horrocks (2001) afirma, que este periodo culmina cuando el adolescente se convierte en adulto, y comienza a fungir un rol social acorde a la cultura a la que pertenece, además

sostiene que la adolescencia finaliza cuando el individuo alcanza la madurez emocional y social, y cuando ha cumplido con la experiencia, capacidad y voluntad requeridas para escoger entre una amplia gama de actividades y asumir el papel de adulto, esto según la definición de adulto que se tenga y la cultura donde viva. Esto se relaciona con la construcción de identidad que también caracteriza a la adolescencia.

Al respecto, Micucci (2005) menciona que el máximo desafío al que debe enfrentarse el adolescente durante este periodo es la consolidación de su identidad junto con el refinamiento de la capacidad de expresar y experimentar la intimidad. Durante la adolescencia el sujeto explora y, con el tiempo, define quién es, para poder estar preparado para la etapa siguiente, en la cual el desafío consiste en entablar una relación íntima con otra persona. De acuerdo a Erikson (1950 como se citó en Papalia et. al., 2010) el esfuerzo de los adolescentes por dar sentido al yo forma parte de un proceso saludable y vital que sienta las bases para afrontar los desafíos de la adultez.

Acerca de la formación y consolidación de la identidad, Zamora (2013) señala que este proceso comienza en la adolescencia; la personalidad del individuo desarrolla el mecanismo psicológico básico de autorregulación y autocontrol, es un momento clave tanto de la construcción individual y de los procesos internos.

Dentro de la formación de la identidad, Labajos (1998) explica que puede desarrollarse una crisis; pues en esta etapa se genera una forma distinta de vivir la propia realidad individual en comparación la vivida durante la infancia, en ella se pasa de una manera brusca de la niñez a la vida adulta; este cambio es lo que produce un sentimiento de despersonalización y de extrañeza de sí mismo. Este autor afirma que la crisis de identidad se conforma por dos vertientes:

-La afirmación del yo: lleva a los adolescentes a resaltar sus diferencias respecto a los otros, se consideran a sí mismos como excepcionales, únicos, y diferentes, aspiran a no ser como los demás.

-La rebelión contra todo el sistema de valores de los adultos: el adolescente se muestra susceptible y arrogante; adopta una actitud constante de rebeldía, ve a la familia, la sociedad, las costumbres, la religión, lo moral, como una amenaza a su yo, por esta razón el adolescente adopta una actitud de desconfianza y desprecio ante frente a toda autoridad y tradición.

De acuerdo a Erikson la identidad se construye a medida que los jóvenes resuelven tres problemas importantes: la elección de una ocupación, la elección de valores con los cuales vivir y el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria (Papalia, et. al., 2010).

Con relación a esta construcción de identidad, Labajos (1998) explica que la conformación de la identidad se da con los siguientes elementos:

1.- El establecimiento de la toma de conciencia de sí mismo: el adolescente comienza a descubrir un mundo interior, además del exterior: el de sus sentimientos, deseos y esperanzas.

2.- Independencia y autonomía: el adolescente quiere asegurar su autonomía frente al mundo y conseguir objetivos por él mismo; ahora será el grupo de amigos donde encuentre comprensión y reconocimiento personal que en ocasiones es negado por los padres.

3.- Adopción de decisiones frente a la vida: el adolescente se enfrenta con las exigencias de una sociedad que le pide una conducta propia de su condición sexual y por otro lado, se enfrenta a la elección ocupacional y de la profesión que durante esta etapa es de importancia en su vida.

La perspectiva del desarrollo, sustentó las bases para entender la adolescencia desde diferentes aspectos. Es importante comprender los diferentes cambios por los que pasa un adolescente, pues ayuda a dar una visión para entender el contexto en el que se desenvuelve y comprender los distintos cambios por los que atraviesa, lo cual es importante para entender cómo estos cambios pueden generar un conflicto en la relación con sus padres. Respecto a esto la terapia narrativa ha abordado la relación padres-adolescentes en diferentes trabajos.

3.2.2 Trabajo con población adolescente. Consideraciones desde la terapia narrativa

En el apartado anterior, se ha abordado la adolescencia como un periodo de la vida que comprende diferentes cambios en el individuo. Por un lado se encuentran los cambios a nivel biológico, en donde el cuerpo comienza a ser capaz de reproducirse. Se mencionaron también, cambios a nivel de crecimiento físico, desarrollo cognoscitivo, emocional y social. Las relaciones dentro de la familia también cambian, lo cual ocasiona que el adolescente genere nuevos vínculos que le permitan tener referentes para formar su identidad y construir su personalidad. Es un periodo de vida que regularmente comprende la edad de 11 a 19 años. Sin embargo, este periodo de tiempo no aplica para todas las culturas, pues como ya se describió anteriormente, depende de los roles y el desarrollo que el adolescente tenga en su cultura.

Es esencial para el presente trabajo, exponer cómo la terapia narrativa aborda esta etapa, además de cómo ha trabajado la relación de padres de familia y adolescentes.

Uribe y Nadurille (2013) mencionan que las definiciones desde la biología o desde el desarrollo que definen la adolescencia, sólo ven una parte de esta etapa, por lo que proponen el término “jóvenes recientes” para referirse a los adolescentes. Estos autores afirman que esta postura muestra un significado de adolescente dependiendo del contexto y el país en

donde se desarrolla; el mundo adolescente tiene expresiones y valores que se encuentran en constante cambio, justo por la necesidad de diferenciarse del mundo adulto. Cada mundo joven, en cada uno de los contextos en donde se desarrolle, podrá tener sus expresiones y valores diferentes para así construir su propia identidad

Al respecto, White (2007) señala que los jóvenes en ocasiones no tienen voz en la evaluación de las consecuencias de las dificultades en sus vidas pues sus padres, profesores, terapeutas, trabajadores sociales o policías, generalmente verbalizan este tipo de evaluaciones.

De acuerdo a White (1994), hay algunas familias en donde se presentan jóvenes y niños con reacciones de cólera, estos jóvenes parecen tener dificultades para encontrar una dirección constructiva a sus vidas, y muchas veces se sienten más atraídos por un “estilo de vida de fracaso” que por un “estilo de vida de éxito”; muchas de estas familias habitualmente buscan ayuda profesional a fin de terminar con estas conductas, la mayoría describe un panorama en el cual el problema resistió todos los consejos recibidos. Cuando la versión que el niño o adolescente tiene de sí mismo es negativa, generalmente se siente desamparado, rechazado, impotente y desesperado; está enojado a causa de la injusticia que vive y hace responsables de ella a sus padres y al mundo, estos adolescentes parecen incapaces de percibir lo que sienten los demás, y a la vez, creen que los demás no perciben lo que ellos sienten.

Uribe y Nadurille (2013) afirman que “la cultura, la sociedad y las familias están llenas de historias de los problemas de jóvenes etiquetados de «rebeldes, flojos, retadores, enojados, irresponsables, tímidos, antisociales, etc. y de lo que hay que hacer para «sobrevivirlos» (p. 254). Añaden, que dentro del contexto, el ser adolescente está lleno de

creencias, estereotipos y estigmas que tratan de imponer una historia saturada de conflictos, estas historias suelen ser dominantes y podemos dejarnos llevar por ellas sin casi notarlas.

Por lo general, las y los jóvenes llegan a terapia con historias acerca de fracaso escolar, desobediencia, mala conducta, conflictos con los padres y/o con hermano/as o compañero/as de clase, flojera, mala actitud, etc. Estas historias generan, tanto en la o el joven como en sus familias, conclusiones negativas de su identidad, es decir, etiquetas y descripciones negativas. En estas circunstancias, las y los jóvenes son referidos a terapia por sus padres o maestros, muchas veces incluso contra su voluntad (Uribe y Nadurille, 2013).

Uribe y Nadurille (2013) señalan que muchas de estas situaciones o problemas que llevan a las y los jóvenes recientes a autoetiquetarse y/o a ser juzgados y estigmatizados por sus padres, madres, maestras, maestros y adultos en general, no son el resultado de conductas planeadas, deseadas o valoradas por ellos mismos, sino que en realidad son el resultado de lo que sus hormonas y principalmente sus cerebros les permitieron hacer; al parecer, el cerebro tiene efectos que se manifiestan específicamente en actitudes y comportamientos cotidianos pero, en vez de observarlos dentro del contexto de desarrollo, les colocamos etiquetas como “flojo, vago, rebelde” porque este proceso de desarrollo no es apreciable a la vista, entonces, el trabajo del terapeuta es hacer visible los efectos de las etiquetas, estigmas y los procesos del cerebro para que se logre separar a los adolescentes de los conceptos negativos que han construido sobre sí mismos. Por otro lado añaden:

“Lo que descubrimos al trabajar con adolescentes es que muchas veces estos y estas jóvenes recientes llegan a consulta inundados por problemas en los que no saben cómo se metieron. Al iniciar las conversaciones encontramos que de ninguna manera sus acciones corresponden a las intenciones que tienen para su vida, pero, al no poder

explicárselas ni ellos mismos, se justifican con las etiquetas que constantemente escuchan a su alrededor: rebelde, flojo, vaga, tonto, tímida, antisocial, problemático, etc.” (p. 254)

Con respecto al trabajo que la terapia narrativa ha elaborado con adolescentes, se resaltan los siguientes:

Trujano (2014) realizó una intervención con un adolescente de 13 años, a quien compañeros y autoridades de su contexto escolar lo patologizaban como “bully” debido a sus comportamientos violentos. Mediante la utilización de la deconstrucción en un proceso terapéutico de diez sesiones, se generaron nuevas formas de interpretación y actuación por parte del adolescente, lo cual también generó que se sintiera mejor consigo mismo. Se otorgó un significado diferente a la violencia a través de herramientas como la externalización del problema. Se logró cambiar su forma de ver y de actuar frente al problema, así como deconstruir significados diferentes de sus experiencias, impactando favorablemente su manera de percibirse, modos de afrontamiento y comportamiento en general.

Uribe y Nadurille (2013) explican que hablar del espacio valorado por las personas, y de cómo acceder a él en las conversaciones, nos remite a lo que en la práctica narrativa se conoce como lo que está “ausente pero implícito” en todas las expresiones de nuestra vida; estas preguntas intentan hacer visible por ejemplo lo que tiene que ver con esperanzas de que las cosas puedan estar mejor, o sueños de una vida plena, esta descripción rica se logra a partir de generar conversaciones que cuenten la historia de la relación previa de la persona con estos temas ausentes pero implícitos, también pueden introducirse preguntas que alienten al o la joven a identificar las sabidurías y habilidades que les permitieron mantenerse conectados/as con esos sueños, esperanzas o deseos que no habían sido dichos ; es a través

de estos temas que podremos conectarnos con el mundo valorado por la o el joven, esto nos permite encontrar puntos de entrada para generar conversaciones que ayuden a que la historia subordinada aparezca y que construyan una identidad preferida.

Tavano (2009) describe cómo puede utilizarse el mapa de disolución de conflicto de Michael White, con los padres y adolescentes para ayudar a resolver conflictos desde la terapia narrativa. El autor explica cómo la práctica de “reubicación” se combina con la ceremonia de definición y prácticas de testigos externos para crear conversaciones que permiten a miembros de la familia a volver a participar en formas que se basan en la aceptación, cuidado y el respeto. El mapa de disolución de conflictos apoya a las parejas en dejar de usar maneras inútiles, rutinarias y habituales de responder, este mapa invita a las personas implicadas en la relación a actuar como “testigos externos” uno al otro en el contexto de las prácticas de la ceremonia de definición. Antes de adoptar un papel de “testigo externo” la persona se reposiciona. Por ejemplo, si una persona se coloca como un amigo, a menudo es posible que la otra persona responda de manera muy diferente a la habitual.

Tavano (2009) menciona que por lo general, la relación padres-adolescentes se construye como una jerarquía con fronteras y atribución de roles, algunos enfoques mencionan que el amor debe ser duro, y que los padres deben ser crueles para que el adolescente no se vuelva rebelde, estas ideas hacen difícil a los padres responder de forma diferente a lo que es la crianza tradicional, aun cuando estas respuestas son ineficaces o contribuyen a que el problema se mantenga, el mapa de disolución de conflictos de Michael White (2004 como se citó en Tavano 2009), proporciona un camino a seguir para estas familias.

Tavano (2009) menciona que en el mapa de la disolución de conflictos, uno de los padres se prepara para entrar en el centro de la ceremonia de definición reposicionándose como una figura que es reconocida fuertemente, esto apoya al padre para liberar de sus formas habituales de responder, además de adoptar una posición alternativa que podría ser más favorable para él/ella, por otro lado, el otro padre se encuentra como testigo externo y se le pide responder a diferentes categorías de preguntas:

- a) Identificación de la expresión: mientras escuchas las historias de tu pareja, ¿qué expresiones llamaron tu atención?
- b) Descripción de la imagen: ¿Qué sugieren estas expresiones a usted acerca de sus propósitos, valores, creencias, esperanzas, sueños y compromisos?
- c) Expresión de respuestas: ¿Cómo puede decir que se siente escuchando a su pareja? ¿Cómo te sentiste respecto a sus expresiones? ¿Cómo funciona esto en su propia vida? ¿Cómo resuenan historias de tu pareja con tus propias experiencias?
- d) Reconocimiento de resignificación: ¿Cómo el ser testigo de esta conversación afecta a tu percepción de ti mismo? ¿Dónde te ha llevado esta experiencia? En respuesta a estas historias, ¿de qué manera podría esto estar cambiando el sentido de ti mismo o entendimientos sobre tu vida?

En resumen, en una primera etapa, el terapeuta entrevista a los padres durante una ceremonia de definición. El otro padre, se encuentra como testigo externo de la conversación, en la tercera fase, el padre es entrevistado sobre sus respuestas desde la posición de testigo externo. Durante la etapa cuatro los padres tienen una oportunidad para discutir el proceso. Luego, los papeles se invierten en la próxima sesión. Este tipo de reposicionamiento y la participación en las ceremonias de definición es posible en un número de combinaciones. Por

ejemplo, los padres pueden cambiarse mientras el adolescente es el testigo externo, los padres pueden ser entrevistados sin la persona joven o viceversa.

3.3 La relación padres-hijos en la adolescencia.

Desde una perspectiva del desarrollo, Micucci (2005) menciona que al comienzo de la pubertad, es común que la relación entre padres e hijos, se experimente un distanciamiento ya que, los adolescentes prefieren tener más privacidad y se vuelven en cierta manera, renuentes a que sus padres supervisen gran parte de sus actividades, por lo cual, estos últimos se sienten amenazados ante este deseo.

Papalia et. al., (2010) añade que, la supervisión eficaz por parte de los padres depende de cuánto permitan los adolescentes que ellos sepan acerca de su vida cotidiana, esto puede depender de qué tanto las relaciones de los adolescentes con sus padres sean afectadas por las situaciones de su trabajo, su estatus marital y socioeconómico. La naturaleza de esta relación se transforma, pues además, los adolescentes más grandes desean relacionarse con sus padres de igual a igual (Micucci, 2005).

Micucci (2005) también plantea que durante la adolescencia media, los adultos y adolescentes suelen estar en desacuerdo respecto de lo que entienden por autonomía; mientras que para los padres la autonomía requiere responsabilidad, los adolescentes definen la libertad respecto a la autoridad de los adultos, además añade que, los adolescentes dejan de considerar a los padres como las figuras de autoridad que solían ver en la infancia, en cambio, empiezan a distinguir sus errores.

Con relación a las ideas anteriores, Micucci (2005) menciona que los padres perciben que el adolescente ya no los ama ni los necesita, no obstante, aunque los progenitores se

sientan más alejados de sus hijos, en el plano emocional, la mayoría de los adolescentes aún se sienten cerca de ellos; el cambio radica en que ahora el joven tiene mayor intimidad con sus pares.

Por otro lado, Tavano (2009) menciona que, desde diversas narrativas culturales, la relación padres-adolescentes se construye como una relación jerárquica en donde es necesario se distingan los papeles de cada uno; generalmente se anima a los padres a que ejerzan su autoridad, que sean rígidos y pongan consecuencias al comportamiento del adolescente, sin embargo, estas ideas generan que para los padres resulte difícil tener un comportamiento fuera de este estilo de crianza, aun cuando ellos mismos observan que sus estrategias son ineficaces y que además contribuyen a que el problema se mantenga, esto a su vez genera conflictos que pueden llegar a tener repercusiones importantes en la relación.

De acuerdo con la idea anterior, la narrativa ofrece una alternativa a la solución de estos conflictos comunes durante la adolescencia, ya que las ideas provenientes de la perspectiva del desarrollo, fomentan un relato dominante de la relación entre padres y adolescentes. A continuación se abordará con más detalle cuáles son los conflictos más comunes y cómo la psicología ha intervenido para solucionarlos desde diversas perspectivas.

3.3.1 Conflictos y solución en la relación padres-hijos

Según los apartados anteriores, durante la adolescencia, padres e hijos presentan diferentes visiones acerca de la realidad, lo que para un grupo es correcto, para el otro no. El adolescente se encuentra en la búsqueda de su identidad, los padres ya no son para el adolescente su principal referente, sino que ahora su grupo de pares lo son, el adolescente también busca autonomía e independencia, mientras que los padres quieren estar cerca de él para no perder el control. Esto genera diversos conflictos en la relación como desequilibrio

y dificultades emocionales. A continuación se presentan diferentes investigaciones acerca de cómo los conflictos entre padres y adolescentes afectan el desarrollo del adolescente y diferentes áreas de su sistema familiar, así como las diferentes estrategias de resolución de los mismos a partir de distintas intervenciones.

Branje, Doorn, Valk y Meeus (2009) realizaron un estudio en donde adolescentes reportaron las diferentes estrategias de resolución de conflictos que utilizan con sus padres y madres, y si esas estrategias actúan como moderadores en la relación entre padres e hijos y en los problemas de comportamiento de los adolescentes. Los resultados reportaron que la estrategia de retirarse del problema, se relaciona con una baja resolución de conflictos, por otro lado, se encontró que los conflictos con los padres están significativamente relacionados con la externalización y la internalización de problemas, además de estar diferencialmente relacionados con el ajuste adolescente.

Con relación a la estrategia descrita anteriormente, Wijsbroek, Hale, Van Doorn, Raaijmakers, Meeus (2010) realizaron una investigación en una muestra de 1113 estudiantes de secundaria, en la cual encontraron que evitar el conflicto con los padres, se relaciona con la existencia de conductas problemáticas como la delincuencia.

A diferencia de estos resultados, García, Maíquez, Rodríguez y Padrón (2008) realizaron un estudio con una muestra de 295 familias biparentales, incluyendo en cada familia, al padre, la madre y un hijo o hija adolescente con edad comprendida entre 12 y 17 años. Se encontró que todos los miembros de la tríada utilizan la negociación, el hacer ver su postura y reducir la tensión como las estrategias más utilizadas para la resolución de conflictos. Además se encontró que la tríada se plantea como meta más buscada la relacional y la valoración mutua.

Con relación a lo anterior, Jaffee y D' Zurilla (2003) investigaron en 117 estudiantes de secundaria la relación entre las habilidades sociales de adolescentes y sus padres para resolver problemas y la relación con la agresión y la delincuencia; se encontró que las habilidades para la solución de problemas de los adolescentes fueron significativamente relacionados con la agresión y la delincuencia, la agresión se asoció con el uso frecuente de la estrategia de evitación en la resolución de problemas.

Una investigación en donde se encontraron resultados diferentes fue la realizada por García, Rodrigo, Hernández, Máiquez, y Deković, (2013), quienes trabajaron con 295 adolescentes y sus familias, en esta investigación se encontraron resultados diferentes en comparación con las investigaciones citadas anteriormente, pues el estilo de resolución más reportado fue la negociación, lo cual mostró mayores asociaciones positivas con la comunicación, el apoyo y la confianza.

Por otro lado, Moed, Gershoff, Eisenberg, Hofer, Losoya, Spinrad, y Liew (2014), realizaron una investigación con 139 díadas de padres y adolescentes, en donde realizaron un análisis secuencial para examinar si aumenta la emoción negativa entre padre-hijo cuando se da una discusión, los resultados reportaron que cuando se maneja con la emoción menos negativa y cuando los esfuerzos para poner fin al conflicto se están haciendo por los padres y adolescentes, pueden proporcionar a los adolescentes la oportunidad de aprender a cómo llegar a un acuerdo aprendiendo a negociar sus necesidades y deseos, a hacer valer sus preferencias; esto demuestra que el conflicto no siempre es negativo, sino que puede ayudar al adolescente a tener una comprensión y visión más enriquecedora del conflicto con el fin de llegar a una resolución adecuada.

En otros términos, se han realizado investigaciones en donde se analizan las interacciones en el sistema familiar, y cómo se dan los conflictos desde esta perspectiva. Por ejemplo, Montañés, Bartolomé, Montañés y Parra (2008), estudiaron las variables del contexto familiar que actúan como factores de riesgo o de protección ante las conductas problemáticas de los adolescentes, ellos encontraron que existen herramientas para disminuir los conflictos familiares como la comunicación, el estilo educativo democrático, las normas establecidas que permitan satisfacer las necesidades tanto del adolescente como del padre, así como los vínculos afectivos y las amistades sanas, todo esto conlleva a vivir una adolescencia plena, mejores relaciones con los padres, además de prevenir conductas de riesgo como la delincuencia y el consumo de drogas.

Con relación a lo anterior, Sbicigo y Dell’Aglío (2012) realizaron una investigación con 656 adolescentes brasileños, en donde analizaron si el entorno familiar actúa como predictor del ajuste psicológico en la adolescencia; los resultados mostraron que la cohesión, el apoyo y tasas bajas de conflicto familiar fueron predictores significativos del ajuste psicológico.

Con relación a la comunicación, y su relación en los conflictos entre padres y adolescentes, se han realizado las siguientes investigaciones, en donde se han realizado intervenciones con escenarios conversacionales, las cuales reportan cambios significativos.

Pérez, Álvarez, Aguilar, Fernández, y Salguero (2013) realizaron una revisión teórica en donde concluyen que el problema por el que no se resuelven los conflictos son la falta de comunicación entre las personas implicadas, para ello el diálogo es una adecuada herramienta para resolver los conflictos que suceden dentro del salón de clases (por ejemplo, entre compañeros de clases), sin embargo en ocasiones una de las partes no se atreve a dar el primer

paso, por lo que se necesita de una persona externa que actúe como mediador y ayude a la resolución de conflictos llegando a acuerdos para satisfacer las necesidades de ambas partes.

Por otro lado, Ospina, Ortega, Pinzón, López, Castillo, Collazos, Libreros, y Parra (2012) a través de encuentros conversacionales, generaron un espacio en donde se dialogó acerca de la adolescencia; la experiencia generada a través de encuentros conversacionales permitió conocer cuáles son aquellas ideas que giran en torno a la adolescencia y movilizar algunas de ellas en pro del bienestar del núcleo familiar, se encontró que a través de las redes conversacionales se permite la creación y colaboración, desde diálogos solidarios y discusiones reflexivas, las cuales son generadoras de cambio en las dinámicas relacionales.

Por otra parte, Tumiña y Ladino (2015), realizaron una investigación en la cual analizaron la influencia que tiene el sistema familiar, las pautas interaccionales y la comunicación familiar en las interacciones violentas de adolescentes escolarizados de edades de 13 y 18 años; los resultados reportaron que los primeros escenarios conversacionales generaron relatos relacionados a la historia en cuanto a la significación dada a la pauta violenta y a la configuración de las dinámicas relacionales a partir del déficit, en los escenarios finales, emergieron discursos diferentes que dieron posibilidad a dinámicas relacionales distintas y posibilitadoras de cambio, por último los cambios emergentes dieron lugar a la movilización de los sistemas y a la resignificación de la pauta violenta en los adolescentes.

Otra investigación significativa, fue la realizada por Sillars, Holman, Richards, Jacobs, Koerner y Reynolds (2014) examinaron las asociaciones entre patrones de comunicación de la familia y formas de conflicto observados en las conversaciones que involucran a los padres y sus adolescentes; El estudio probó presuntas conexiones entre patrones de comunicación familiar y las interacciones familiares observadas, en el caso de la

orientación a la conversación sugiere una inclinación a negociar verbalmente, por otro lado, la orientación a la conformidad refleja un énfasis en la autoridad de los padres.

3.3.2 Importancia de la familia en la adolescencia

Las familias, de acuerdo con Lutte (1991), son diferentes en muchos aspectos, como el tiempo histórico, la organización social, la composición de la familia (número de sus miembros, edades, sexo), la personalidad y la historia de cada uno, el tipo de relaciones entre los padres y los hijos, etc. Y según Estrada (2002), cada familia, transmite valores y creencias de la cultura en la que vive, y en función de esto, crea códigos propios a través de los cuales se forman las relaciones interpersonales de los integrantes; de la misma manera, la familia funge un rol primario, pues es en donde pueden observarse relaciones estrechas, de protección, amor y cariño, o por lo contrario, interacciones violentas y peligrosas para el desarrollo de sus integrantes.

Valdés (2007), coincide con la idea anterior, y añade que es en la familia donde se concreta un sistema de creencias y valores para las personas, los cuales se van transmitiendo por generaciones; también se originan situaciones e interacciones que influyen de forma importante en el desarrollo de la autoestima y la identidad personal de cada uno de sus integrantes, además se forman circunstancias que favorecen el aprendizaje de las personas para asumir responsabilidades y solucionar problemas.

De acuerdo con Rodrigo y Palacios (1998 como se citó en Valdés, 2007) la familia cumple las siguientes funciones para los hijos:

- Asegurar supervivencia y un sano crecimiento físico
- Otorgarles un clima de afecto y apoyo en donde se desarrolle un compromiso emocional

-Facilitarles una estimulación que genere en ellos la capacidad para relacionarse de forma competente en su entorno, así como responder a la adaptación del mundo que les toca vivir.

-Permitir la aparición de cambios que permitan el adecuado desarrollo vital de sus integrantes, estos cambios abarcan: cambios en límites, reglas y normas entre los miembros de la familia.

Las funciones de la familia expuestas anteriormente, se relacionan con los cambios que se presentan durante la adolescencia, al respecto, Fishman (1990) menciona que la familia es la fuente de las relaciones más duraderas y primer sustento económico del adolescente; añade que, de todos los cambios que vive el adolescente, los que más lo afectan son los que se producen en su familia.

Se considera importante tomar en cuenta a padres y adolescentes en el momento en el que se presenta un cambio, ya que todos los miembros de la familia se ven expuestos a éstos. Lutte (1991), afirma que las relaciones entre los padres y sus hijos, se deben transformar conservando los aspectos positivos de confianza, de afecto, de apoyo e integrarlos en una relación más auténtica.

Es importante mencionar que la familia cambia a lo largo del tiempo, y en la adolescencia, se presentan diferentes cambios en las relaciones de padres e hijos lo cual abre posibilidades para construir o generar nuevas formas de relación.

En la presente propuesta de intervención, se retoma el enfoque narrativo pues de acuerdo a White y Epston (1993), permite situar la experiencia de la familia en el curso del tiempo, lo que genera que las vivencias se interpreten y tomen sentido al incluirse en los relatos, los cuales se dotan de múltiples significados; todos los miembros de la familia

participan en la búsqueda de nuevas posibilidades que ponen en duda la descripción saturada de problemas de la historia dominante; reescribir, o resignificar, propone resituar la experiencia de la familia en nuevas narraciones, de modo que el relato dominante quede invisible. En el transcurso de esta actividad, se reescriben las vidas de las personas, sus relaciones y las relaciones con sus problemas. Permite un acercamiento flexible para cuestionar el discurso típico de la familia adolescente en que los padres ven el comportamiento de los hijos como problema, y a la vez los hijos ven la actitud de los padres como el problema.

Capítulo 4: Propuesta de intervención para resignificar la relación padres-hijos en la adolescencia

4.1.- Justificación

En los capítulos anteriores se aborda el tema de la adolescencia desde la perspectiva del desarrollo viendo en esta etapa cambios biológicos, físicos, cognoscitivos y sociales. Dentro de los cambios sociales, se encuentran los que suceden en la relación de los adolescentes con sus padres, esto en ocasiones genera crisis en la interacción, provocando que tanto padres como hijos comiencen a relatar una historia dominante en donde hay un problema presente que impide que la relación sea satisfactoria para ambos.

Respecto a estas historias dominantes, los adolescentes por lo regular no tienen participación activa dentro de la resolución de problemas, pues generalmente esto cae en manos de sus padres u otras autoridades como maestros o policías. Estas problemáticas, llevan a que los adolescentes como explican Uribe y Nadurille (2013), lleguen a terapia con historias de fracaso escolar, desobediencia, mala conducta, conflictos con los padres, hermanos, o compañeros de clase, flojera, mala actitud, etc. Estas historias generan, tanto en los adolescentes como en sus familias, descripciones negativas acerca de su identidad.

Las historias dominantes llevan a que también se presenten problemas en la comunicación de padres e hijos por ejemplo, Gómez (2008), realizó una investigación en la Ciudad de México, con adolescentes de entre 10 y 15 años de edad, pertenecientes a la colonia Ampliación Miguel Hidalgo de la delegación Tlalpan; encontró que la falta de comunicación y alejamiento afectivo con los padres, así como temor por parte de los adolescentes para comunicarse con sus padres, son situaciones que se asocian con conductas

de riesgo (complicaciones académicas, consumo de tabaco y alcohol); estas problemáticas en la relación con los padres, favorecen que el adolescente no vea su entorno como seguro, se muestre inseguro en sus futuras relaciones, baje su rendimiento académico o cometa alguna conducta que dañe su integridad como consumo de drogas o sexo sin protección.

Por el contrario, el hecho de que los adolescentes busquen a sus padres para la solución de problemas a través de la comunicación afectiva y un vínculo estrecho, se establece como un factor de protección, como lo muestra la investigación realizada por Sbicigo y Dell'Aglio (2012), en donde los resultados mostraron que la cohesión, el apoyo y tasas bajas de conflicto familiar fueron predictores significativos del ajuste psicológico, esto conlleva a vivir una adolescencia plena, mejores relaciones con los padres, además de prevenir conductas de riesgo como la delincuencia y el consumo de drogas.

Por otro lado, Gómez (2008) sugiere desarrollar estrategias de intervención en donde se incluya a los adolescentes y sus familias, pues afirma que la comunicación entre padres e hijos favorece el desarrollo integral de los adolescentes. Con relación a esto, Jaffee y D'Zurilla (2003) proporcionan apoyo empírico a la recomendación de que las intervenciones para el tratamiento y prevención de problemas de conducta de los adolescentes deben hacer hincapié en la formación de resolución de problemas para ellos.

Una de las aportaciones que busca la terapia narrativa para adolescentes, es ofrecer un espacio de conversaciones en donde se relate lo que es valorado por ellos y de esta forma poder construir una identidad acorde a ello.

Con relación a los padres que buscan ayuda psicológica, Tavano (2009) señala que éstos suelen encontrarse con una dificultad cuando consultan a terapeutas, pues generalmente

buscan quien les dé un diagnóstico sobre el problema que tiene su hijo, es decir, que les confirme que su hijo es el problema y no ellos, o por otro lado, herramientas para cambiar el comportamiento de su hijo adolescente, algunas posturas que suelen tener los terapeutas son asumir una posición favoreciendo a algún miembro de la familia o que algunos integrantes comiencen a unirse más que otros; añade, que los adolescentes generalmente no están interesados en participar en este tipo de sesiones pues esperan que los terapeutas estén más del lado de sus padres. Por ello, es importante que se diseñen intervenciones terapéuticas en donde padres y adolescentes participen y trabajen de manera conjunta con el problema.

Tal es el caso de la presente propuesta desde la Terapia Narrativa que, a diferencia de otras intervenciones, busca cambiar los relatos en donde los problemas están presentes, hacia relatos alternativos que sean más preferidos por las personas, además de buscar trabajar con padres y adolescentes, en donde se escuchen ambos relatos y posturas respecto al problema. En este espacio de conversación, se pretende que la familia se re-posicione frente al problema, logrando obtener una resignificación de su relación, con lo cual relaten historias alternativas que sean preferidas por ellos, en donde el conflicto esté ausente, padres valoren lo preferido por sus hijos y adolescentes valoren lo que es preferido por sus padres, produciendo que la relación sea más satisfactoria para ambos, lo cual a largo plazo es un factor importante para prevenir conductas de riesgo en los adolescentes.

4.2. Pregunta de investigación.

¿De qué forma la terapia narrativa favorece la resignificación de la relación padres-hijos en la adolescencia?

Objetivo general: crear una propuesta de intervención teórica desde la terapia narrativa para resignificar la relación de padres e hijos durante la adolescencia.

Objetivos específicos:

- Conocer el relato dominante de la relación de padres y adolescentes, así como los efectos que ha tenido el problema en sus vidas.
- Lograr que padres y adolescentes separen el problema de su identidad, e identifiquen la influencia que han tenido frente al problema.
- Lograr que padres y adolescentes se re-posicionen frente al problema.
- Lograr que padres y adolescentes re-signifiquen su relación.
- Lograr que padres y adolescentes re-signifiquen su relación a través de un público significativo para ellos.
- Lograr que padres y adolescentes utilicen las herramientas aprendidas en el futuro.

4.3 Propuesta de intervención

La presente propuesta de intervención familiar, está sugerida para llevarse a cabo en seis encuentros, cada uno de ellos se divide en momentos, los cuales organizan la secuencia de las preguntas y hacia quiénes van dirigidas, además de indicar si hay algún cambio de lugar, es decir, si algún miembro de la familia debe permanecer en la sala de espera.

Se plantea incluir dentro de cada encuentro a madre, padre e hijo /a adolescente. También puede adaptarse para ser trabajada con otros familiares del adolescente como tíos, abuelos, u otras personas que estén a cargo del adolescente que pueden llegar a terapia. Dentro de la propuesta, se propone hacer uso distintas herramientas de la terapia narrativa. El orden sugerido es el siguiente:

Primer encuentro: conocer el **relato dominante** de los padres y el adolescente en donde se obtenga conocimiento acerca de la historia y los efectos que el problema ha tenido en diferentes aspectos de sus vidas.

Segundo encuentro: trabajar **externalización del problema** con el objetivo de separar la identidad de la familia del problema y que los integrantes puedan acordar un nombre para llamar al problema, además de conocer la influencia que han tenido ellos frente al problema.

Tercer encuentro: se plantea abordar la **ceremonia de testigos externos** con el fin de re-posicionar a padres e hijos frente al problema lo que permita conocer relatos significativos en las vidas de ambos acerca de la adolescencia.

Cuarto encuentro: se propone trabajar **acontecimientos extraordinarios** para que padres y adolescentes logren resignificar su relación en términos de lo que han hecho para enfrentar el problema.

Quinto encuentro: se realizarán **conversaciones de re-membresía**, se propone invitar a personas significativas para padres y adolescentes con el fin de que formen parte de la sesión relatando aspectos positivos acerca de los miembros de la familia, útil para lograr la resignificación de la relación.

Sexto y final encuentro: se realizará una **entrega de certificado** para la familia, con el objetivo de concretar lo abordado durante las sesiones y se realizarán **preguntas de re-descripción** para analizar la resignificación de la relación y los relatos alternativos que se hayan generado a través del proceso terapéutico, haciendo hincapié en utilizar las herramientas aprendidas en el futuro. A continuación se describe la estructura de cada uno de los seis encuentros.

Primer encuentro: presentación y conocimiento de los relatos dominantes.

El objetivo del primer encuentro, es conocer el relato dominante de la familia, éste se entiende desde lo expuesto por White y Epston (1993) quienes señalan que al inicio, las personas dan explicaciones comunes y generales de los problemas que les aquejan. Al respecto Payne (2002) menciona que, la terapia narrativa inicia en el momento donde el terapeuta atentamente invita a la persona a conversar acerca de sus problemas; regularmente dentro de las primeras historias se puede apreciar frustración, desesperación y dolor.

Cuando la persona ha terminado su narración, la tarea del terapeuta es hacer preguntas para extender y aclarar el relato; esto también ayuda para lograr entrar en detalle acerca de las dificultades y consecuencias que el problema trae a la vida de la persona; por medio de las respuestas que se generen, la persona y el terapeuta trabajan en conjunto sobre recuerdos y experiencias que serán la base de la terapia (Payne, 2002). Durante este encuentro, se pretende conocer la historia del problema, al finalizar el terapeuta realizará preguntas para conocer los efectos del problema en la vida y relaciones de la familia, así como la identidad que han construido a partir de la presencia del problema, además de conocer los valores que tanto padres como adolescente prefieren tener en sus vidas.

A través del relato dominante y las preguntas, el terapeuta conocerá:

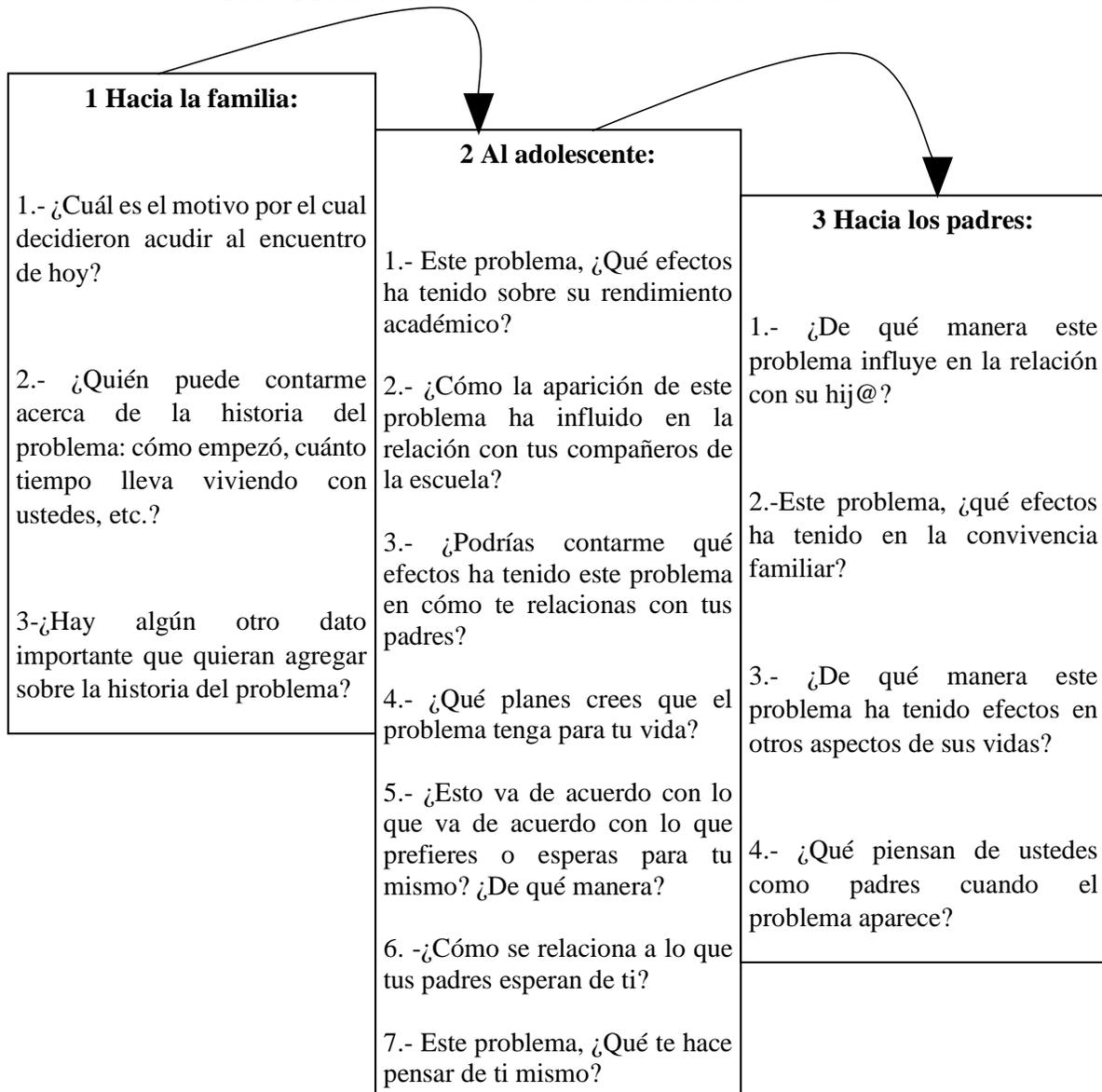
- Cuáles son las creencias básicas de la familia
- Cuáles historias familiares determinan su identidad
- Cómo definen tanto padres y adolescente su identidad familiar
- Sobre las personas que se involucran en el problema
- Qué postura asume cada uno respecto al relato dominante

-Cuál es el significado de adolescencia para padres y adolescente.

En primer lugar se presentan preguntas dirigidas hacia la familia con la finalidad de conocer la historia del problema. En un segundo momento, se plantea realizar preguntas al adolescente, las cuales tienen el objetivo de brindarle un papel activo en la intervención, otorgándole valor a su voz escuchando su percepción sobre el problema. El hecho de conocer los efectos que el problema tiene sobre la vida académica y personal del adolescente, tiene el objetivo de conocer la identidad que el joven ha construido sobre su adolescencia y lo que prefiere y valora para su vida, además de conocer cómo se ha construido la relación con sus padres. En último lugar se presentan preguntas dirigidas hacia los padres, con el fin de conocer cómo es la relación con su hijo /a, la identidad que han construido como padres, además de conocer los efectos que el problema ha tenido en sus vidas

Las preguntas diseñadas para este encuentro se presentan en la tabla 1.

Tabla 1 Primer encuentro: Conociendo el relato dominante.



Después de conocer el relato dominante, el terapeuta pedirá a la familia que para el segundo encuentro, respondan a alguna de las siguientes preguntas:

- 1.- Si el problema fuera un animal, ¿A qué animal se parecería?
- 2.- Si el problema tuviera forma, ¿Qué forma tendría? ¿De qué color sería?
- 3.- Si el problema fuera una persona, ¿Qué apariencia tendría?

Segundo encuentro: dándole nombre al problema

El objetivo de este encuentro, será trabajar “externalización del problema”. Payne (2002) afirma que uno de los objetivos de esta dinámica es ayudar a la persona a recuperar el control de su vida; bautizar el problema es tomar la iniciativa, poner una identificación de forma consciente, además permite tener más claros y normalizar los problemas. Cuando se pone nombre al problema, las personas se separan de él, lo ven objetivamente y pueden ser capaces de planificar sus respuestas. La externalización del problema fue propuesta por White y Epston (1993), ellos mencionan que el uso de esta herramienta ayuda a las familias a:

-Disminuir los conflictos respecto a quién es el responsable del problema. Esto es de utilidad en la relación padres y adolescentes, pues regularmente uno responsabiliza al otro de la ocurrencia del problema. Payne menciona que “esta faceta de la externalización del problema es especialmente importante cuando se trabaja con parejas en conflicto y con familias de adolescentes rebeldes” (2002, p. 68).

-Combate la sensación de fracaso que aparece en la familia ante la persistencia del problema y sus intentos por resolverlo. Tavano (2009), menciona que los padres constantemente se sienten desesperados ante la búsqueda de soluciones para sus hijos adolescentes.

-Ofrece un espacio de diálogo sobre el problema.

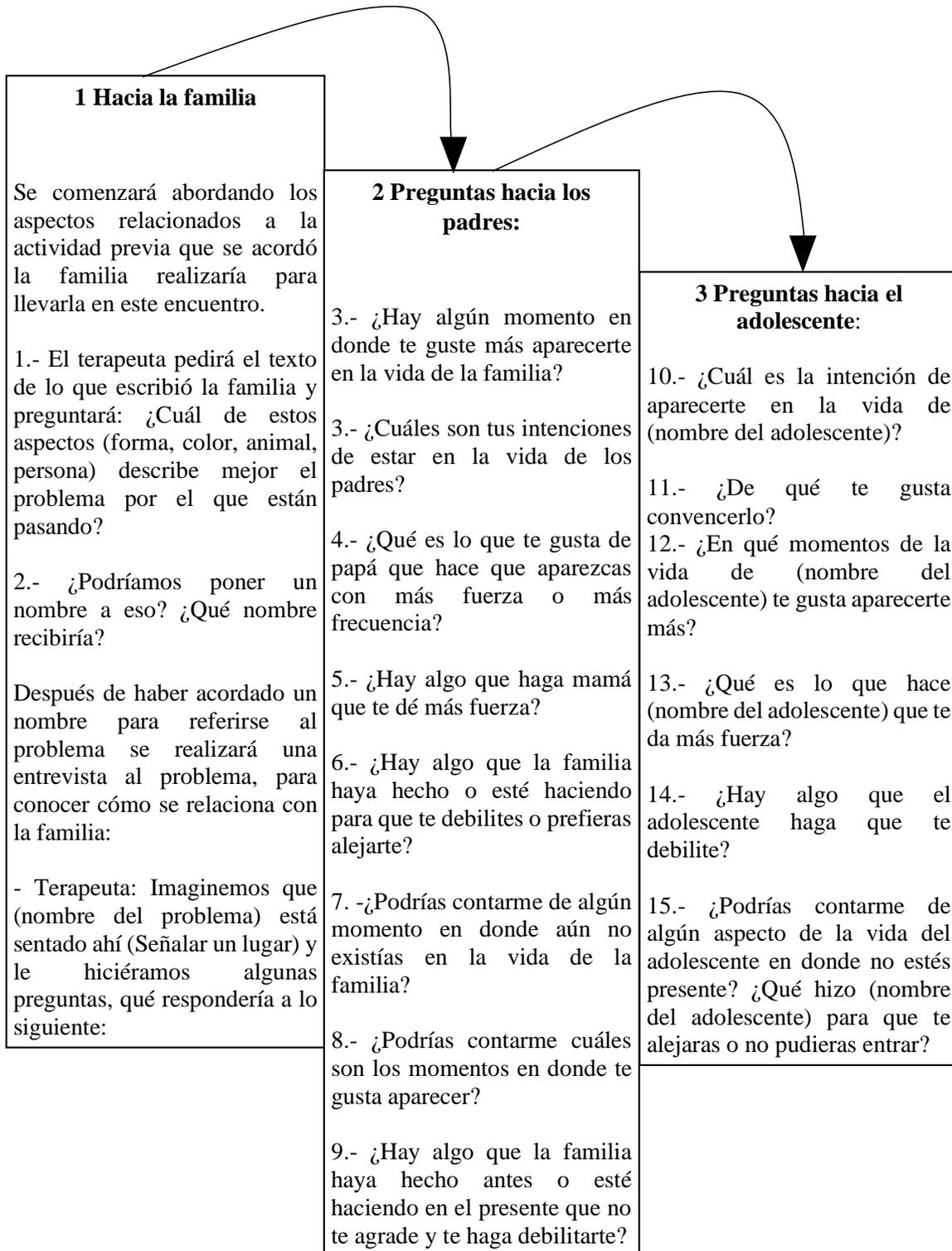
En ocasiones, cuando las familias van a terapia, Payne (2002) menciona que los miembros pueden estar en desacuerdo con la definición del problema, esto puede generar que sea difícil cooperar en cualquier intento de resolver el problema y sus efectos; en estas circunstancias, la externalización puede establecer una definición que sea aceptable para todos los miembros de la familia lo que favorece el contexto en donde

las personas pueden llegar a acuerdos y trabajar juntas para resolver sus dificultades. Esto es de vital importancia para la presente intervención pues padres e hijos adolescentes suelen estar en constante conflicto como se revisó anteriormente.

Durante este encuentro, en un primer momento, se abordarán las respuestas de las preguntas planteadas al término del primer encuentro, con el objetivo de que la familia genere un nombre en conjunto para llamar a la experiencia que están viviendo, nombrar al problema, da la pauta para un primer acuerdo entre padres e hijos. El definir juntos el problema ayuda a separarlo de su identidad y darse cuenta que juntos pueden enfrentarlo, disminuyendo el conflicto de pensar que el otro es el que ocasiona el problema.

Posteriormente, se propone realizar una entrevista a la familia imaginando que responden como si el problema se encuentra presente en el encuentro. Primeramente se realizarán preguntas a los padres y después al adolescente. Las preguntas planteadas, tienen el objetivo de separar el problema de la identidad de la familia, además de que padres e hijos conozcan los efectos que el problema está teniendo en su relación, además de posicionarlos en momentos donde el problema no ha estado presente, lo cual es una pauta para comenzar a construir un relato alternativo. Las preguntas planteadas en la tabla 2, siguen dando un papel activo no sólo a los padres sino también al adolescente. Se continúa generando un espacio de escucha.

Tabla 2 Segundo encuentro: Conociendo el problema



Tercer encuentro: Testigos externos, ceremonia de definición.

El objetivo de este encuentro es reposicionar a los miembros de la familia frente al problema a través de la práctica de ceremonia de definición en donde los padres y adolescente se posicionarán como testigos externos. Uno de los objetivos de esta actividad es reforzar la experiencia de los participantes, que tanto padres como adolescentes se reposicionen frente al problema, pudiendo observar desde otro enfoque, o posición el problema a trabajar. Payne (2002) menciona que pueden compartir sus propios recuerdos con la persona, no para cuestionar o restar importancia a su relato sino para reforzarlo con las reflexiones que les genera.

Antes de realizar la ceremonia de definición, se realizará un reposicionamiento con los padres pues como lo dice White (2007), cuando se convoca testigos externos en la familia de la persona, (en este caso padres y adolescente), se tiene que ayudar a que se reposicionen antes de participar como público sobre todo cuando tienen conflictos con las personas cuyas vidas están en el centro de la ceremonia de definición.

Por lo regular, los miembros de la familia logran apartarse mejor de las respuestas acostumbradas si se les invita a conversar sobre sus modos habituales de relacionarse. Esto también puede ser de utilidad si se encuentra una familia renuente a participar en la ceremonia. Una manera adecuada de lograrlo de acuerdo a White (2007), es llevarlos a adoptar una postura diferente desde la cual les sea más fácil participar en la ceremonia de definición, esto puede realizarse si se les invita a compartir relatos de experiencias de vida en donde hayan sentido reconocimiento, comprensión o aceptación y se les ayuda a identificar las figuras que le hicieron sentirse de ese modo. Una vez que se identificaron las figuras, se puede indagar cómo expresaron el reconocimiento, el amor o la aceptación y se alienta a los miembros de la familia, en este caso los padres, a explicar el tipo de habilidades

empleadas por estas figuras, de esta forma se enriquece el relato del saber-hacer relacional asociado a esas expresiones y resulta más sencillo trasladarlo a la ceremonia de definición. Una vez que se haya trabajado esta parte, se procederá a ayudar a los padres a mantener la posición para la ceremonia de definición, suele ser adecuado llegar a un acuerdo acerca de la posibilidad de interrumpir la conversación si se llega a notar que los padres caen en respuestas habituales, esto sería útil también en el caso de padres autoritarios. Las preguntas planteadas también tienen el objetivo de valorar y reconocer las experiencias que los padres vivieron en su adolescencia. Las preguntas diseñadas para este reposicionamiento se presentan en la tabla 3.

Tabla 3 Tercer encuentro: Reposicionamiento de los padres previo a la ceremonia de testigos externos

<p>1 Primer momento</p> <p>1.- El terapeuta pregunta a los padres: ¿Podrían contarme sobre alguna persona que fue significativa para ustedes a lo largo de su adolescencia? ¿Alguna persona que les haya demostrado amor, aceptación o reconocimiento a lo largo de esta etapa?</p>	<p>2 Segundo momento: Preguntas después de escuchar el relato de los padres:</p> <p>1.- Si los conocimientos de amor, aceptación y reconocimiento que (persona significativa) les mostró estuvieran más a su alcance, ¿de qué forma la relación con su hijo sería diferente?</p> <p>2.- ¿Qué sentimientos o emociones aparecían en usted cuando (persona significativa) le mostraba amor, aceptación o reconocimiento?</p> <p>3.- ¿Qué gestos o acciones hacía (persona significativa) que les permitieron vincularse desde el amor, aceptación y reconocimiento?</p> <p>4.- ¿En qué momentos usted ha mostrado esos gestos o acciones con su hijo?</p> <p>5.- ¿De qué manera podría aplicar esas acciones en la relación con su hijo?</p>
--	---

Posteriormente, dentro del encuentro, en un primer momento se les pedirá a los padres que se queden un momento en la sala de observación, (en el caso de contar con ella, de otro modo se les pedirá que se sienten fuera del área de visión del terapeuta), en donde tendrán el papel de testigos externos, mientras el terapeuta tendrá una conversación con el adolescente quien estará al centro de la ceremonia de definición y realizará la narración. En un segundo momento se plantea que intercambien papeles: los padres entran a conversar con el terapeuta para realizar el recuento, mientras el adolescente escucha como testigo externo, y una vez finalizada la conversación, en un tercer momento, el adolescente regresa al centro de la ceremonia para realizar la recapitulación. Se añade un cuarto momento en donde se preguntará a los miembros de la familia sus experiencias acerca de la ceremonia de definición.

La estructura de este encuentro es la siguiente:

-Primer momento, la narración: se invita al adolescente a que cuente alguna historia de alguna figura significativa de quien haya sentido apoyo. El terapeuta conversará con el adolescente mientras los padres permanecen en la sala de observación como testigos externos. Las preguntas diseñadas para el primer momento de este encuentro, tienen el objetivo de generar en el adolescente un reconocimiento sobre cualidades de alguna persona significativa. Las preguntas diseñadas al término del relato del adolescente, tienen el objetivo de expresar lo valorado y preferido por él, lo cual genera conocimiento para los padres y los cuestiona frente a las prácticas de relación que han mantenido con su hijo, favoreciendo que se re-posicionen frente al problema, reconociendo sentimientos y valores preferidos por el adolescente para abrir el espacio hacia una relación diferente y más preferida para ambos.

-Segundo momento, el recuento: se realizará un intercambio en donde el adolescente pasará a la sala de espera para tomar el papel de testigo externo mientras los padres entran para estar al centro de la ceremonia. Los padres realizarán un recuento de lo escuchado por su hijo. Las preguntas dirigidas hacia los padres, tienen el objetivo de enriquecer su experiencia y hacer más rico el relato de su hijo. De acuerdo a White (2007), el recuento no da el contenido completo de la narración, ni resume lo que escucharon en su papel de testigos externos, sino es un recuento de los aspectos que más les atrajeron de la narración original. De esta manera, contribuye a enriquecer los relatos y con ello la identidad de las personas que están en el centro de la ceremonia, además contribuyen a expandir las historias de vida alrededor de temas compartidos, tales historias resuenan en las personas ya que representan lo que valoran además de brindar reconocimiento.

El recuento se realizará siguiendo las cuatro categorías de indagación propuestas por White (2007), menciona que pueden resonar en las personas que están al centro de la ceremonia, pues es de gran ayuda para desplazar identidades y conclusiones de vida negativas. Las preguntas diseñadas en la tabla cuatro, son planteadas de acuerdo a las categorías siguientes:

1.- La primera categoría estará enfocada en lo que se expresó. Se pedirá que los padres identifiquen y hablen sobre lo que escucharon de su hijo, lo que más les atrajo,

2.- En la segunda categoría, se preguntará acerca de las imágenes, se les pedirá a los padres que describan las imágenes que surgieron mientras escuchaban el relato de sus hijos, las cuales pueden tomar forma de metáforas, o imágenes mentales acerca

de su identidad o relaciones. Aquí se alienta a reflexionar sobre lo que estas imágenes pueden reflejar de los propósitos, valores o creencias de la persona, sobre todo lo que quiere para su vida y valora.

3.- Dentro de la tercera categoría se preguntará a los padres sobre lo que resonó en su interior, se les pedirá que relaten por qué les atrajo esas expresiones y que se enfoquen cómo resonaron con su propia experiencia.

4.- En la cuarta categoría se les pedirá a los padres que identifiquen los modos en que estas historias les removieron, a qué momento las transportaron, qué lugares, reflexiones, pensamientos o entendimientos de su vida. Este reconocimiento será un relato acerca de las formas en que estos relatos tocaron aspectos de sus vidas.

Antes de realizar el recuento se hablará con los padres acerca de cómo se realizará el recuento como lo sugiere White, (2007):

- Se centrarán en los aspectos del relato que más les llamaron la atención.
- El recuento se expresará de una forma no impositiva
- Responderán desde lo personal y hablarán de las razones por las cuales ese aspecto les llamó la atención.
- Se abstendrán de formas de responder como dar punto de vista, consejos o juicios.
- Se aclarará que el terapeuta puede interrumpir pues asume las consecuencias éticas de los recuentos, esto ayuda a las personas a quitar los temores que puedan aparecer al realizar esta actividad.

-Tercer momento, la recapitulación: este momento sigue las mismas cuatro categorías de indagación del recuento, pero en la segunda categoría, se trabaja con las imágenes de vida e identidad del adolescente, es decir, se preguntará sobre las imágenes que surgieron a partir de escuchar el recuento de los testigos externos (sus padres). Preguntar al adolescente en el tercer momento, favorece que reconozca sentimientos y opiniones de sus padres, re-posicionarse frente al problema, pudiendo identificar nuevas formas de relacionarse con sus padres.

-Cuarto momento: Durante el cuarto momento de este encuentro, el hecho de reunir a padres y adolescente crea un escenario para que la familia converse sobre lo que para cada uno significó este encuentro y situar en un futuro próximo estas acciones mencionadas para la mejora de su relación.

Después de haber realizado el reposicionamiento con los padres, se corresponderá a realizar la ceremonia de testigos externos. Las preguntas diseñadas se plantean en la tabla 4.

Tabla 4: Tercer encuentro: ceremonia de testigos externos

<p>1 Primer momento: La narración</p> <p>*Adolescente al centro de la ceremonia *Padres como testigos externos</p> <p>1.- El terapeuta pregunta al adolescente: ¿Podrías contarme una historia de algún momento de tu adolescencia en donde hayas recibido apoyo de una persona significativa?</p> <p>Al término del relato el terapeuta realizará las siguientes preguntas:</p> <p>2.- ¿Qué valores demostró esa persona contigo en ese momento?</p> <p>3.- ¿Qué gestos, palabras o acciones mostró esa persona que te hizo pensar que tenía esos valores?</p> <p>4.- ¿Podrías contarme de algún momento en donde tus padres hayan demostrado esos valores contigo?</p> <p>5.- ¿De qué manera actuaste con ellos en ese momento? ¿Tu comportamiento era diferente?</p> <p>6.- ¿Qué efectos crees que tendría tu vida si estos momentos ocurrieran más a menudo?</p> <p>7.- ¿Qué te dirían esos efectos acerca de ti?:</p>	<p>2 Segundo momento: El recuento</p> <p>*Padres al centro de la ceremonia *Adolescente como testigo externo</p> <p>Después de haber escuchado el relato del adolescente y sus respuestas, el terapeuta realizará las siguientes preguntas a los padres:</p> <p>1.- Mientras escuchaban a (nombre del adolescente) ¿qué fue lo que más les llamo la atención? (primer categoría)</p> <p>2.- ¿Qué imágenes surgieron en ustedes mientras escuchaban a su hijo (segunda categoría)</p> <p>3.- ¿Qué de lo que escucharon les hizo pensar en esas imágenes? (tercera categoría)</p> <p>4.- ¿De qué manera esto que escucharon les removió en su propia historia, en su propia adolescencia? (cuarta categoría)</p>	<p>3 Tercer momento: La recapitulación</p> <p>Se intercambian lugares: el adolescente regresa al centro de la ceremonia, mientras sus padres regresan a la sala de observación. El terapeuta preguntará al adolescente lo siguiente:</p> <p>1.- Al escuchar a tus padres, ¿qué expresiones llamaron más tu atención? (primer categoría)</p> <p>2.- Al escuchar a tus padres, ¿qué imágenes de ellos surgieron en ti? (segunda categoría)</p> <p>3.- ¿Qué de lo que escuchaste te llevó a esas imágenes? (segunda categoría)</p> <p>4.- Estas imágenes, ¿qué te sugiere de lo que es importante para tus padres, de lo que valoran en sus vidas?</p> <p>5.- ¿Qué de lo que escuchaste se relaciona con lo que es importante para tu mamá?</p> <p>6.- ¿Qué de lo que escuchaste de tu papá se relaciona con lo que es importante para él?</p> <p>7.- Esto que escuchaste, ¿tocó algún aspecto de tu vida?</p> <p>8.- Lo que escuchaste de tus padres te llevó a darte cuenta de aspectos que antes ignorabas? ¿De qué manera? (Cuarta categoría).</p>	<p>4 Cuarto momento: Preguntas sobre la experiencia</p> <p>Padres y adolescente en el centro de la ceremonia.</p> <p>1.- Terapeuta pregunta a la familia: ¿podría contarme cada uno qué se lleva de la experiencia del encuentro de hoy?</p> <p>2.- ¿Cómo sería su relación si comenzaran a emprender acciones desde lo que comentaron y escucharon el día de hoy?</p>
---	---	--	---

Cuarto encuentro: en busca de acontecimientos extraordinarios

Después de la práctica de testigos externos, el objetivo de este encuentro, es lograr que padres y adolescentes mencionen episodios de sus vidas, en donde no ha estado presente el problema. A través de preguntas, se obtendrán los recursos de la familia para tener una vida sin el problema. Se buscará expandir estos relatos. Identificar los acontecimientos extraordinarios ayudará a resignificar la relación entre padres y adolescentes, pues al relatarlos, estarían construyendo una historia alternativa de sus vidas en donde el problema está ausente.

Se utilizarán preguntas de acontecimientos pasados, actuales, y futuros. White y Epston (1993) describen estos tipos de acontecimientos:

Los acontecimientos extraordinarios pueden identificarse mediante una revisión histórica de la influencia de las personas sobre el problema. Se les puede pedir que recuerden hechos o sucesos que contradigan los efectos que el problema tiene sobre sus vidas y relaciones. Los acontecimientos extraordinarios pasados pueden facilitar la creación de nuevos significados en el presente, los cuales permiten a las personas volver atrás y revisar su historia personal y la de sus relaciones.

Una subcategoría de estos acontecimientos extraordinarios históricos la constituyen los que se producen entre sesiones, o los que se pueden encuadrar dentro del relato de la terapia. Proporcionan un recurso importante para generar nuevos significados e historias.

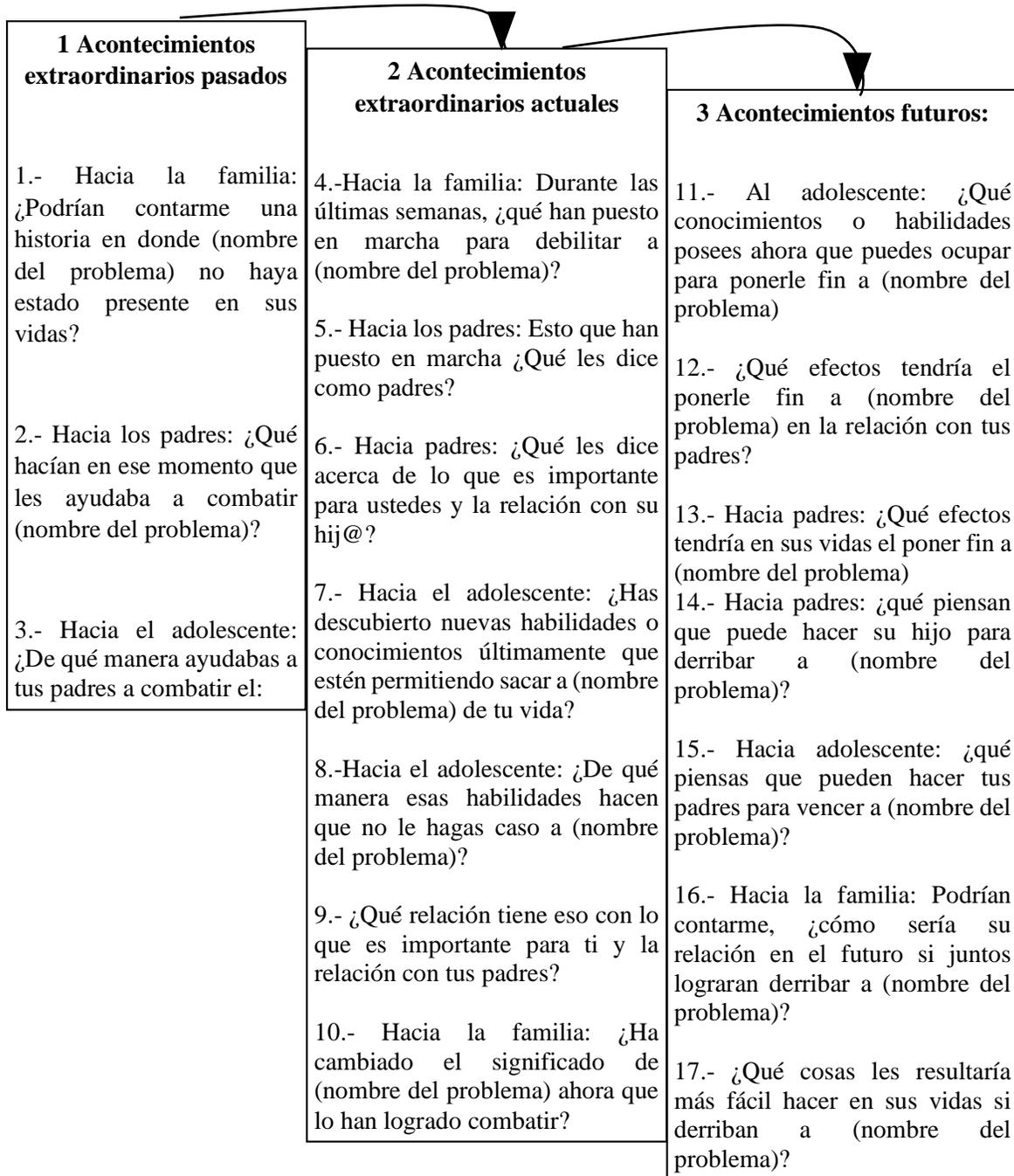
Los acontecimientos extraordinarios actuales son aquellos que se presentan en el transcurso de cada sesión. Frecuentemente, las personas se fijan en ellos gracias a la curiosidad del terapeuta, y porque éste los invita a que los hagan más perceptibles. La

inmediatez de estos acontecimientos extraordinarios actuales les da mucha fuerza, y están directamente disponibles para que la persona genere significados nuevos a partir de ellos.

En el caso de los acontecimientos extraordinarios futuros, pueden identificarse revisando las intenciones o planes que tiene la persona para escapar de la influencia del problema, o investigando sus esperanzas de liberarse de ciertos problemas.

Las preguntas planteadas en la tabla 5 sobre acontecimientos pasados orientadas al adolescente, tienen el objetivo de que padres e hijos relaten acciones en donde al hacer frente al problema hayan tenido éxito. Esto puede dotarlos de herramientas importantes que puedan utilizar en un futuro cercano, además de reforzar aquellas historias en donde el problema estuvo ausente. Además de darse cuenta que tuvieron un papel activo frente al problema, pudiendo detener su aparición o bien haberlo resuelto, permitiendo que se dé una resignificación de la relación. Las preguntas planteadas sobre acontecimientos actuales, tienen el objetivo de dar reconocimiento a las nuevas acciones que la familia está poniendo en práctica para construir una identidad más acorde a lo que prefieren para sus vidas. Por su parte, las preguntas diseñadas sobre acontecimientos extraordinarios futuros, tienen el objetivo de situar a la familia en un futuro en donde puedan emplear nuevas formas de relacionarse, además de visualizar los efectos positivos que traería para sus vidas si juntos acaban con el problema. Las preguntas propuestas se presentan en la tabla 5.

Tabla 5 Cuarto encuentro: guía para búsqueda de acontecimientos extraordinarios



Durante este encuentro se explicará a la familia que a lo largo de la sesión se conversará sobre las formas en que el problema no ha estado presente en sus vidas. El encuentro se llevará a cabo en tres momentos: se iniciará con acontecimientos extraordinarios pasados, después actuales y finalmente se conversará sobre el futuro. Al término del encuentro, se pedirá a la familia que invite a personas significativas para participar en el próximo encuentro.

Quinto encuentro: re-membresía

Payne (2002) menciona que las personas pueden consolarse y apoyarse en los recuerdos de individuos importantes a los que han perdido: familiares y amigos con los que han perdido el contacto o que han fallecido, desconocidos que contribuyeron significativamente a la vida de la persona en alguna situación, gente famosa cuyos ejemplos de integridad y valor enriquecieron indirectamente a la persona. Con ayuda del terapeuta, la persona invita metafóricamente a esta gente a unirse una vez más a “su club de vida”.

De acuerdo a White (2002a), la metáfora del club de vida, sugiere posibilidades para que las personas emprendan una revisión de las pertenencias a su club de vida, por medio de las prácticas de re-integración las personas pueden opinar mejor sobre qué voces habrán de ser reconocidas cuando de su identidad se trate y sobre quiénes estarán autorizados a hablar de tales cuestiones; esta idea de re-integración también sugiere posibilidades y brinda oportunidades para que las personas reconozcan más directamente las contribuciones importantes y valiosas que otras personas han hecho en sus vidas, cuando esas oportunidades son aprovechadas en la realización de prácticas de reintegración, estas personas generalmente lo experimentan como un importante reconocimiento hacia ellas.

En terapia, de acuerdo a Campillo (2009), la tarea de las conversaciones de re-membresía consiste en traer al presente los aprendizajes generados en las relaciones más importantes de la persona, lo cual ayudará a re-editar su historia.

White (2002a), menciona que al realizar estos reconocimientos de las contribuciones de los otros, las personas experimentan que su vida es descrita con mayor riqueza, estos actos también pueden hacer que las personas reactiven pertenencias que permanecían inactivas, volviéndose a vincular con algunas de las figuras de su historia.

El objetivo del presente encuentro, es expandir el relato de la familia, enriquecer a las identidades de cada uno de los miembros a través de la voz de figuras significativas para ellos. Con ello se pretende, alejar las conclusiones negativas del relato dominante y construir conclusiones de identidad más positivas.

Durante este encuentro se realizarán preguntas a los invitados de la familia quienes estarán presentes en la sesión, para ello, padres y adolescente, acudirán al encuentro con aquellas figuras que son significativas para ellos. En el caso del adolescente, previamente se le habrá pedido invitar a algún amigo que sea significativo para él. En el caso de los padres, de igual forma previamente se les habrá dado la indicación de invitar a alguna persona quien podrá ser familiar o amigo, que haya contribuido a su vida de forma significativa en el pasado o presente, con quien hayan compartido experiencias y aprendizajes, alguien quien les haya dejado alguna enseñanza de vida.

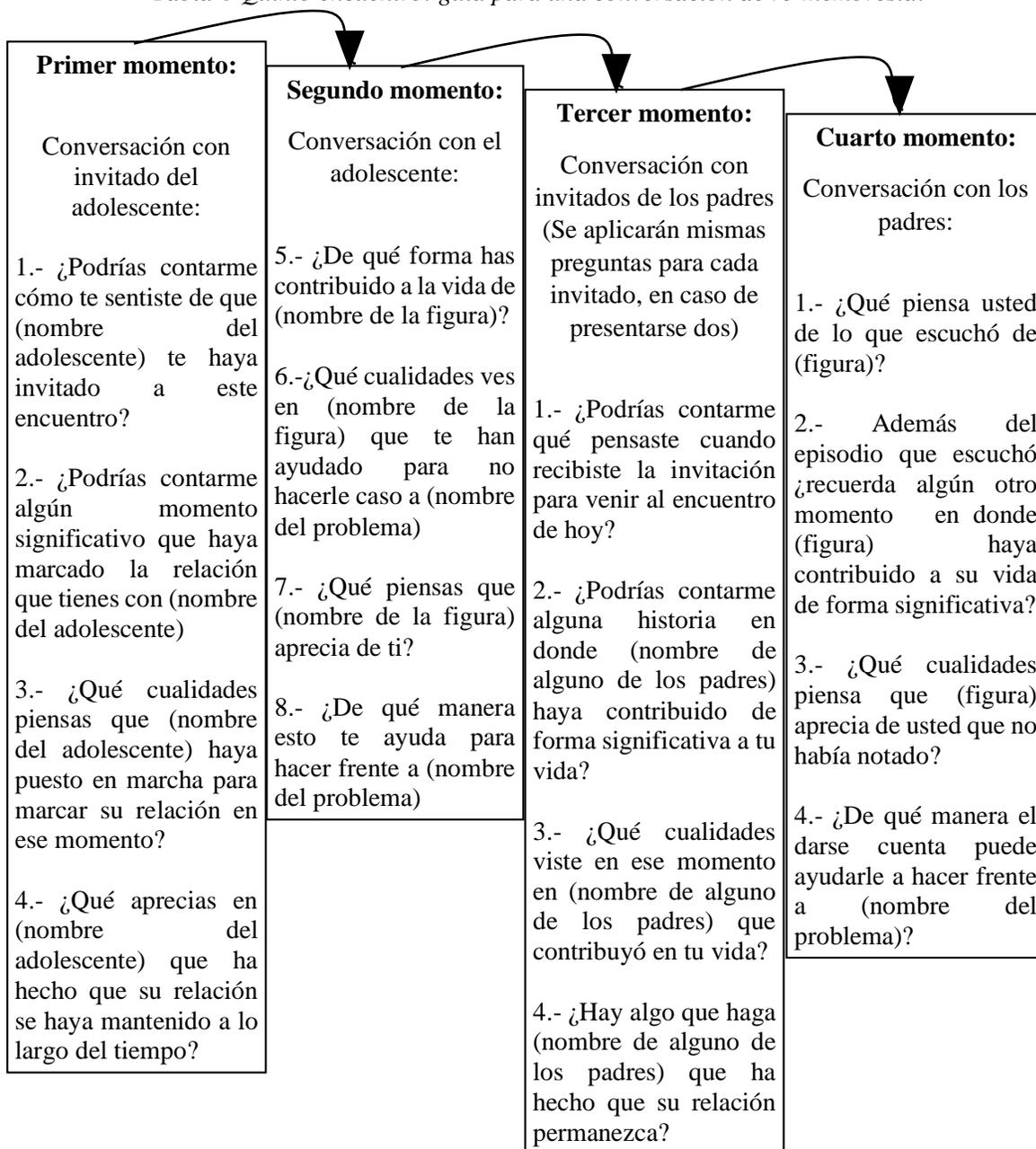
A continuación en la tabla 6, se proponen preguntas cuya utilidad es guiar las conversaciones de re-membresía. En un primer momento se invitará a la figura (invitado) del adolescente a entrar en la sesión para realizar las preguntas que se encuentran en la tabla, estas preguntas tienen el objetivo de conversar acerca de las contribuciones del adolescente en la vida de esa figura. Durante el segundo momento, se preguntará al adolescente sobre las contribuciones que esa figura (invitado) ha hecho en su vida y de qué forma él ha contribuido en la vida de esa figura. Se pretende a través de estos relatos, reforzar y expandir la identidad del adolescente, darle reconocimiento sobre sus cualidades para mantener una relación afectiva.

En el tercer momento, se invitará a la figura (invitado) de los padres a estar dentro de la sesión para conversar a través de preguntas sobre la contribución que los padres han hecho

a su vida con el objetivo de dar reconocimiento a las cualidades de los padres, y con ello reforzar una identidad más positiva. Por último, en el cuarto momento, se conversará con los padres acerca de las contribuciones de la figura (invitado) a sus vidas, se pretende a través de estos relatos los padres reconozcan cualidades y los lleve a construir una identidad más positiva.

Las preguntas propuestas para este encuentro se presentan en la tabla 6.

Tabla 6 Quinto encuentro: guía para una conversación de re-membresía:



Sexto y último encuentro para revisar los cambios a partir de la resignificación: Entrega de certificado

Payne (2002) menciona que la terapia termina cuando la persona decide que su relato de sí misma es suficientemente rico para abarcar su futuro., la última sesión es una celebración; la persona puede invitar a personas para ella significativas para compartir su experiencia; la ocasión puede festejarse por medio de una ceremonia, como la entrega de un certificado terapéutico.

Respecto a esta idea, Payne (2002) afirma que el terapeuta puede utilizar documentos escritos, ya sean de su propia creación o de la creación de la persona; estos documentos permiten describir el progreso de la persona quien puede conservarlos para uso futuro en caso de ser necesario. En palabras de Payne: “se utilizan para consolidar el progreso porque la palabra escrita es más permanente que la hablada, y porque, en la sociedad occidental, goza de mayor autoridad” (p.31).

El objetivo de este encuentro, es realizar la entrega de un certificado para la familia, a partir de la resignificación de su relación, padres y adolescentes podrán invitar al público que deseen, para ser testigos de esta celebración final.

Primeramente, se procederá a realizar las siguientes preguntas de re-descripción, con el fin de revisar la resignificación de la relación entre padres e hijo adolescente, y finalmente se realizará entrega del certificado siguiente.

El objetivo de estas preguntas es obtener una re-descripción acerca de la relación de los adolescentes con sus padres. Algunas preguntas orientadas al futuro para encaminar lo trabajado a lo largo de la intervención. Las preguntas planteadas se presentan en la tabla 7.

Tabla 7 Encuentro final: Preguntas de re-descripción y entrega de certificado.

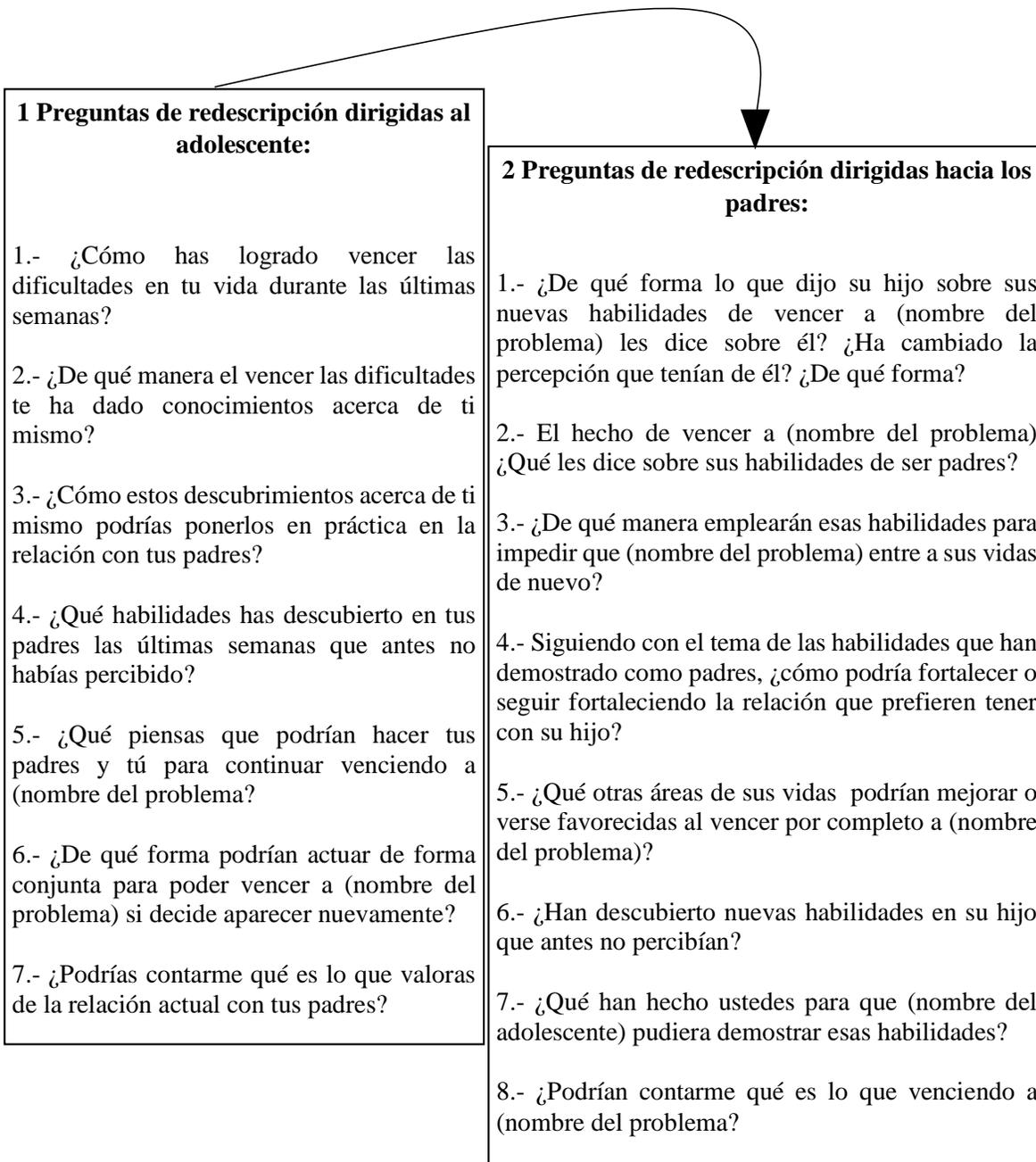


Figura 1

Certificado para padres y adolescente

CERTIFICADO PARA (NOMBRES DE ADOLESCENTE Y SUS PADRES)

Se entrega este certificado a (nombre de los integrantes de la familia) pues a lo largo de estas semanas han descubierto distintas herramientas y habilidades para poner fin a (nombre del problema).

(Nombre de los padres) reconocen que (nombre del adolescente) cuenta con (habilidades del adolescente reconocidas por los padres) para poner fin a (nombre del problema).

(Nombre del adolescente) reconoce que (nombre de los padres) cuentan con (habilidades de los padres reconocidas por el adolescente) para debilitar a (nombre del problema).

Cada vez que la familia vea este certificado recordarán utilizar sus habilidades en conjunto para vencer a (nombre del problema).

Concedido el (Fecha)
Firmado (nombre del terapeuta)

Al término de realizar estas preguntas, se procederá a realizar la entrega de certificado, el cual se presenta en la figura 1. La entrega de certificado se realizará en voz alta, haciendo alusión a mirarlo cada vez que lleguen a encontrarse con alguna dificultad que pueda afectar su relación.

4.4 Ejemplo de caso clínico

A continuación se presenta un análisis de caso desde la terapia narrativa tomado de Tavano (2009), para ejemplificar el uso de la ceremonia de definición en la relación padres-hijos adolescentes. En este caso, se puede apreciar que a través del uso de una de las herramientas de la terapia narrativa, la relación padres-hijos puede resignificarse, los padres pueden conocer nuevas formas de relacionarse con sus hijos, en donde comiencen a relatar una historia preferida para todos.

Este caso explica cómo el re-posicionamiento frente al problema y las prácticas de testigos externos, crean conversaciones que permiten que los miembros de la familia encuentren formas de relacionarse basadas en la aceptación y el respeto. La familia que acude al encuentro, llega con un relato dominante en donde la relación-padres adolescente se da a través de conflictos, discusiones y la adolescente se ve inmersa en situaciones de riesgo. El terapeuta pregunta cómo les gustaría que fuera la relación con su hija, la respuesta abre la ceremonia de testigos externos en donde los padres recuerdan personas significativas en su adolescencia, lo cual genera que reconozcan formas diferentes de relacionarse con su hija, alejadas del conflicto y más cercanas a los valores preferidos por ellos. A continuación se presenta el caso de la familia integrada por Margaret (madre), John (padre) y Jenny (hija-adolescente).

Los padres de Jenny están divorciados, ellos acuden al encuentro en donde relatan una historia dominante definiendo la conducta de Jenny como “rebelión extrema”, pues Jenny no acude a clases, fuma marihuana y en ocasiones ha robado dinero de sus padres. Comentan que Jenny se estaba convirtiendo en una extraña para ellos, los problemas estaban

empeorando y últimamente el conflicto era su única forma de comunicarse. Margaret comentó que conflicto, distancia, ira, dolor, preocupación y decepción en la familia eran efectos que la “la rebelión extrema” estaba teniendo en sus vidas.

Se le preguntó a Margaret sobre qué tipo de relación preferiría tener con Jenny, ella pensó que le gustaría tener una relación de amistad y aceptación con su hija. Esta respuesta fue un punto clave para una conversación de reposicionamiento. Se pidió a Margarita entrevistarla más a detalle sobre estas preferencias, y se le preguntó a John si él estaría dispuesto a actuar como testigo externo de la conversación, para después preguntarles sobre sus reflexiones. Ambos aceptaron la invitación.

Ceremonia de definición

Dentro de este encuentro, se preguntó a Margaret por qué prefería tener una relación de amistad y aceptación con Jenny; ¿ella había encontrado a un padre que tenía una amistad con su adolescente? Después de un tiempo, Margaret recordó su tío Bob, quien durante su adolescencia había sido una persona muy tolerante y amable con ella. Durante este periodo Margaret encontró apoyo en su tío Bob. Recordaba a su tío como un hombre de pocas palabras, pero que siempre demostró aceptación, cuidado y respeto hacia todos los adolescentes, a diferencia de algunos de los adultos en su comunidad. Él siempre tomó el tiempo para escuchar a los jóvenes que llegaban a montar los caballos los fines de semana. Margaret siempre había sentido que tío Bob realmente escuchaba a los jóvenes. Él enseñó a Margaret mucho sobre caballos, tanto que desarrolló una fuerte pasión por esta práctica en su vida adulta. El terapeuta preguntó a Margaret cómo sería aplicar lo que le enseñó su tío para hacer frente a la “rebelión extrema” en la que se encontraba la familia: ¿Si los conocimientos y habilidades del tío Bob estuvieran más a su disposición, haría posible que

la relación de amistad y aceptación con Jenny? Margaret pensó que esto sería un camino mucho mejor para la familia.

De acuerdo a lo anterior las preguntas de reposicionamiento incluyen los siguientes hallazgos:

- Margaret Identificó las palabras para describir a Tío Bob, qué acciones y gestos de él encajaban con la amistad y la aceptación que buscaba con Jenny.
- Describió las palabras que tío Bob utilizaba en aquel tiempo para tener una posición de escucha con los adolescentes
- Qué de sus movimientos, expresiones faciales, postura y acciones, se ajustaban con esas palabras.
- Reflexionó sobre si hubo algún aspecto de las expresiones de Tío Bob que se relacionaban con la amistad y la aceptación.
- Reflexionó sobre qué valores Tío Bob demostraba con estas palabras y acciones.

Posteriormente Margaret intercambió lugar con John, ahora siendo testigo externo de la conversación. El terapeuta preguntó a John si alguna de las expresiones de Margaret había llamado su atención. John comentó que tenía gratos recuerdos del tío Bob. A John le resonó el escuchar cómo el tío Bob escuchaba a los jóvenes, lo cual le hizo transportarse hacia recordar que cuando él era joven y su padre lo había abandonado, recordó al padre de un amigo que era su entrenador de béisbol, quien siempre lo escuchaba. El terapeuta preguntó a John qué impacto tuvo en él el escuchar la conversación con Margaret, y mencionó que había encontrado un rayo de esperanza para la familia.

Para el próximo encuentro el terapeuta conversó con la familia acerca de las particularidades de conocimientos, habilidades y prácticas de tío Bob. Se conversó acerca de los diferentes escenarios que podían surgir en el futuro con Jenny y de qué manera el tío Bob hubiera respondido ante tales situaciones. Esto les ayudó a poner en práctica los conocimientos adquiridos, por ejemplo en una situación cuando Jenny llegó tarde a casa, Margaret sabía que en el pasado se habría enojado mucho con Jenny y terminarían discutiendo. Esta vez, sólo dijo, “Sé que tus amigos son importantes pero no debes llegar tarde a casa de nuevo”. El terapeuta pidió a Margarita evaluar su respuesta en una escala de 10 en comparación con las posibles respuestas del Tío Bob Margaret calificó su respuesta con un 6. Entonces Margaret y John comenzaron a discutir una serie de respuestas posibles del tío Bob. Con el tiempo, Margaret y John informaron que eran capaces de responder a los comportamientos de Jenny de maneras más preferidas por ellos en donde había armonía.

A través del encuentro de ceremonia de testigos externos la “rebelión extrema” de Jenny se deshizo junto con el conflicto padre-hijo.

Conclusiones

Como se desarrolló en la presente tesina, la adolescencia es una etapa de la vida en donde el individuo se enfrenta a diversos cambios. Por un lado, desde una perspectiva del desarrollo, se encuentran los cambios a nivel físico producidos por la función de las hormonas lo que también produce el desarrollo sexual. Aunque estos cambios son los más notorios, no son los únicos. También comienzan a haber cambios a nivel cognitivo, el adolescente comienza a darse cuenta de su capacidad de pensamiento. Por otro lado, se presentan cambios a nivel social, dentro de esos cambios, se presenta que el adolescente prefiere pasar más tiempo con su grupo de pares, además la relación del adolescente con sus padres se ve afectada y en algunos casos llega a ser problemática, pues mientras el adolescente está en búsqueda constante de su identidad, deseando mayor independencia y privacidad en sus actividades, los padres, buscan tener el control que solían tener cuando el adolescente era niño, además existe un deseo constante de que el adolescente “le cuente todo” a los padres. Esto ocasiona que tanto padres como adolescentes, generen relatos, significados e identidades negativas, que no tienen coherencia con lo que les gustaría vivir de su relación.

El uso de las herramientas de la terapia narrativa, ofrece un espacio de conversaciones y escucha, en donde pueda construirse un relato alternativo en la familia, en donde padres y adolescente comiencen a relatar historias de vida que prefieren vivir y con las que se encuentran más satisfechos y va más acorde identidades en donde se valore lo que ellos quieren en sus vidas. El uso de la externalización del problema, permite que padres y adolescentes separen su identidad del problema, se termine el conflicto de quién es responsable de éste y reconozcan la influencia que han tenido sobre el problema, lo cual lleva hacia una resignificación y reconocimiento de aquellas ocasiones en donde han podido hacer

frente al problema, lo cual también se relaciona con los acontecimientos extraordinarios, que generan que la familia identifique aquellos momentos en donde su relación ha sido preferida por ellos e identificar las herramientas que utilizaron para que eso sucediera; esto permite llegar a una resignificación en donde la familia comienza a relatar una historia alternativa. Por otro lado, en la ceremonia de definición, se construye un reposicionamiento en los padres como primer paso para después otorgar reconocimiento a las personas que fueron importantes para ellos durante su adolescencia y que esos conocimientos puedan traerlos al presente para ponerlos en práctica con sus hijos, también esta ceremonia permite al adolescente reconocer cualidades en los adultos para reposicionarse frente al problema de autoridad con sus padres que posiblemente exista en la relación y sea un motivo de conflicto. Esta ceremonia tiene la oportunidad que la familia reconozca figuras importantes en sus vidas y conocimientos acerca de sus relaciones preferidas, lo cual da un giro de significado a la relación padres-hijos. En el caso de las conversaciones de re-membresía se concluye que éstas permiten que los relatos de la familia sean enriquecidos por personas significativas para ellos y reconoce la importancia de la amistad para los adolescentes, lo cual es de vital importancia para ellos durante esta etapa, esta herramienta permite que tanto adolescentes como padres reconozcan cómo otras personas valoran cualidades en ellos, lo que les permite tomar un significado distinto de su relación. El certificado implica un reconocimiento acerca de los logros que han tenido como familia además de ser un recordatorio para el futuro, un recurso que puede extenderse una vez terminado el proceso terapéutico, para recordar las herramientas que pusieron en marcha para mejorar su relación.

Es importante resaltar, que la presente propuesta de intervención desde la terapia narrativa, permite que el problema sea trabajado de forma conjunta, lo cual es ideal para la relación padres-adolescentes, pues en ocasiones se encuentran en constante conflicto por hacer al otro el responsable del problema. Otros enfoques de intervención, sólo llegan a tomar en cuenta a los padres o a otras autoridades que están a cargo de los adolescentes, presente propuesta otorga un papel activo en el adolescente en donde su voz puede ser validada y tomada en cuenta, en donde además de valorar lo que prefiere y valora para su vida, se genera una resignificación de esta etapa a partir de sus valores.

Es importante que se abran espacios de expresión y escucha entre los adolescentes y sus padres, pues durante esta etapa, en ocasiones, padres e hijos llegan a tener una dificultad en la comunicación y no expresan las ideas, pensamientos o sentimientos que tienen, lo cual comienza a generar distanciamiento, respecto a esto, lo que plantea generar la presente propuesta, es un espacio en donde pueden expresarse libremente sin temor a ser juzgados, sin auto-etiquetas y sin estigmas.

Se busca que con ayuda de las preguntas generadas en la presente intervención padres y adolescentes relaten una experiencia de esta etapa en donde haya una convivencia sana, mayor diálogo entre ambos, una comunicación más de acuerdo con lo que ellos desean, y por consiguiente, mayor satisfacción en sus vidas. La familia es el principal sistema en donde el adolescente se desarrolla, y forma parte importante de su historia, si se genera un relato alternativo para el adolescente, esto llevaría a un desarrollo familiar más pleno, y en consecuencia podría prevenir conductas de riesgo como consumo de drogas o delincuencia. En cuanto a los padres de familia, estos nuevos significados que podrían generarse, puede llevar a que se sientan más comprendidos, y también pongan en marcha, un nuevo

significado de autoridad con sus hijos, construido a partir de sus experiencias y de la relación que ellos prefieren tener con sus hijos lejos.

Es importante que esta propuesta se tome en consideración para ser ejecutada en otros ámbitos en donde pueda resultar funcional, por ejemplo, en el ámbito educativo, lo cual podría resultar de gran beneficio, pues podría ser una herramienta para prevenir conductas de riesgo y los adolescentes tendrían mayor satisfacción y bienestar. Por ejemplo, podría utilizarse la ceremonia de testigos externos o conversaciones de re-membresía para resolver algunas problemáticas entre compañeros de clase.

Es indispensable que se implementen este tipo de intervenciones, en donde se pone énfasis en trabajar en la relación padres-adolescentes, generalmente, se trabaja sólo con el adolescente, haciéndolo responsable de las conductas que presenta, o por otro lado, sólo haciendo responsable al padre o a la madre. Si se tiene una mirada más allá de esto, una mirada completa, en donde se vea al adolescente y al padre en una relación familiar, y que ambos interaccionan para que se presenten ciertas problemáticas, se tendría una comprensión más amplia del problema. Si se trabaja con la relación padres-adolescentes, se podrían disminuir diferentes problemáticas como las conductas de riesgo en los adolescentes y el desarrollo familiar sería más sano, lo cual es una base importante para lograr una adultez sana y satisfactoria.

Referencias

- Álvarez, J.L. y Jurgenson, G. (2013). *Cómo hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología*. México: Paidós
- Branje, S., Doorn, M., Valk, I. y Meeus, W. (2009). Parent-Adolescent conflicts, conflict resolution types, and adolescent adjustment. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 30 (1), 195–204. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0193397308001639>
- Bruner, J. (1996). *Realidad mental y mundos posibles: los actos de la imaginación que dan sentido a la experiencia*. Barcelona, España: Gedisa
- Campillo, R. M. (2009). *Terapia narrativa: autoaprendizaje y co-aprendizaje grupal*. México: Publicaciones Ollin
- Castillo, I., Ledo, H. y Del Pino, Y. (2012). Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico. *Norte de salud mental*. X (42), pp. 59-66. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3910979.pdf>
- Estrada I., L. (2002). *El ciclo vital de la familia*. México: Grijalbo Gestar
- Fishman, H. Ch. (1990). *Tratamiento de adolescentes con problemas: un enfoque de terapia familiar*. Barcelona: Paidós
- Horrocks, J. E. (2001). *Psicología de la adolescencia*. México: Trillas
- García, F. (2013). *Terapia sistémica breve. Fundamentos y aplicaciones*. Santiago, Chile: RIL Editores. Recuperado de

https://www.researchgate.net/profile/Felipe_Garcia14/publication/275463971_Terapia_Sistemica_Breve_Fundamentos_y_Aplicaciones/links/58b5946daca27261e516599d/Terapia-Sistemica-Breve-Fundamentos-y-Aplicaciones.pdf

García, M., Maíquez, M., Rodríguez, B. y Padrón, I. (2008). Estrategias y metas en la resolución de conflictos cotidianos entre adolescentes, padres y madres. *Infancia y aprendizaje*. 31(3), 347-362. Recuperado de http://iturcorgcp54.webjoomla.es/neurocog/images/documentos/publicaciones/ion/padron/estrategias_metas.pdf

García, M., Rodrigo, M.J., Hernández, J.A., Maíquez, M. y Deković, M. (2013). Resolution of parent–child conflicts in the adolescence. *Eur J Psychol Educ*. 28 (1), pp. 173-188. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/236833642_Resolution_of_parent-child_conflicts_in_the_adolescence

Gergen, k. (2006). *Construir la realidad*. Barcelona, España: Paidós

Gergen, K. y Gergen, M. (2011). *Reflexiones sobre la construcción social*. Barcelona, España: Paidós

Gómez, E. (2008). Adolescencia y familia: revisión de la relación y la comunicación como factores de riesgo o protección. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10 (2), pp. 105-122

Jaffee, W. y D' Zurilla, T. (2003). Adolescent Problem Solving Parent Problem Solving, and Externalizing Behavior in Adolescents. *Behavior Therapy*, 34 (1), pp. 295-311.

Recuperado de

<http://www.sciencedirect.com.pbidi.unam.mx:8080/science/article/pii/S0005789403800023>

- Labajos, J. (1998). *Identidad del adolescente. En Aguirre, A. (Ed). Psicología de la adolescencia.* (pp. 173-194). Colombia: Alfaomega
- Limón, G. (2005). *El giro interpretativo en psicoterapia: terapia, narrativa y construcción social.* México: Pax México
- Linares, J.L. (2012). *Terapia familiar ultramoderna: la inteligencia terapéutica.* Herder: Barcelona, España.
- Lutte, G. (1991). *Liberar la adolescencia.* España, Barcelona: Herder
- Macías, R. (2012). *Entendiendo y tratando el corazón de la familia: un modelo dinámico, sistémico integrativo.* México: El saber Instituto
- McKinney, P. J., Fitzgerald, H.E. y Strommen, E.A. (2000). *Psicología del desarrollo: edad adolescente.* México: El manual moderno
- Micucci, J.A. (2005). *El adolescente en la terapia familiar: cómo romper el ciclo del conflicto y el control.* Buenos Aires, Argentina: Amarrortu
- Moed, A., Gershoff, E., Eisenberg, N., Hofer, C., Losoya, S., Spinrad, T. y Liew, J. (2014). Parent–Adolescent Conflict as Sequences of Reciprocal Negative Emotion: Links with Conflict Resolution and Adolescents Behavior Problems. *J. Youth Adolescence* 44 (1), pp. 1207-1622. doi: [10.1007/s10964-014-0209-5](https://doi.org/10.1007/s10964-014-0209-5)

- Montañés, M., Bartolomé, R., Montañés, J. y Parra, M. (2008). Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes. *Ensayos, 17 (1)*, pp. 391-407. Recuperado de http://www.uclm.es/ab/educacion/ensayos/pdf/revista23/23_20.pdf
- Ospina, M., Ortega, X., Pinzón, K., López, L., Castillo, D., Collazos, J., Libreros, A. y Parra, A. (2012). Mitos familiares sobre la adolescencia: experiencia polifónica desde la “conversa-acción”. *Textos y sentidos, 5 (1)*, pp. 1-22. Recuperado de <http://biblioteca.ucp.edu.co/OJS/index.php/textosysentidos/article/view/844/804>
- Papalia D. E., Wendkos, S. y Duskin, R. (2010). *Desarrollo humano*. España: Mc Graw Hill
- Pérez, E., Álvarez, J., Aguilar, J., Fernández, J. y Salguero, D. (2013). El diálogo como instrumento para la resolución de conflictos en escolares de educación secundaria. *INFAD Revista de Psicología, 1 (2)*, pp. 189-194. Recuperado de http://infad.eu/RevistaINFAD/2013/n1/volumen2/INFAD_010225_189-194.pdf
- Payne, M. (2002). *Terapia narrativa: una introducción para profesionales*. España, Barcelona: Paidós
- Rizo, M. (2015). Construcción de la realidad, Comunicación y vida cotidiana – Una aproximación a la obra de Thomas Luckmann. *Intercom-RBCC, 38 (2)*, pp. 19-38. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/interc/v38n2/1809-5844-interc-38-02-0019.pdf>
- Sbicigo, J. B. y Dell’Aglío, D. D. (2012). Family Environment and Psychological Adaptation in Adolescents. *Psicología: Reflexão e Crítica, 25 (3)*, 615-622. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722012000300022

- Sillars, A., Holman, A., Richards, A., Jacobs, A., Koerner, A. y Reynolds-Dyk, A. (2014). Conversation and Conformity Orientations as Predictors of Observed Conflict Tactics in Parent-Adolescent Discussions. *Journal of Family Communication*, 14 (1), 16–31. Recuperado de <http://eds.a.ebscohost.com.pbidi.unam.mx:8080/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=d06545a3-544e-4af9-a7af-ac787de01e39%40sessionmgr4004&vid=1&hid=4105>
- Suárez, M. (2004). *El enfoque narrativo en la terapia*. En Eguiluz, L (Ed). *Terapia familiar. Su uso hoy en día* (pp.139-160). México: Pax México
- Tavano, N. (2009). Parent-teen conflict dissolution. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*.4 (1), 3-9.
- Tarragona, M. (2006). Las terapias posmodernas: una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología conductual*. 14 (3), pp. 511-532. Recuperado de <https://my.laureate.net/Faculty/webinars/Documents/Psicologia2014/terapias%20posmodernas.%20Colaborativa%20narrativa%20y%20TCS.pdf>
- Trujano, P. (2014). Deco-construyendo el hostigamiento escolar: un caso con intervención terapéutica narrativa. *Psicología y salud*. 24 (2), pp. 295-302. Recuperado de <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/933/1721>
- Tumiña, S. y Ladino, W. (2015). Investigación-Intervención de la influencia del sistema familiar en las interacciones violentas de adolescentes. *Revista Evaluación e Intervención Psicológica*. 1 (1), pp. 1-13. Recuperado de <http://graduados.unincca.edu.co/Revistas/index.php/UNINCCA/article/view/1/2>

- Uribe, L. y Nadurille, M. E. (2013). El papel de lo ausente pero implícito en el trabajo con adolescentes. En F. García (Ed). *Terapia sistémica breve*. Santiago, Chile: RIL Editores. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Felipe_Garcia14/publication/275463971_Terapia_Sistemica_Breve_Fundamentos_y_Aplicaciones/links/58b5946daca27261e516599d/Terapia-Sistemica-Breve-Fundamentos-y-Aplicaciones.pdf
- Valdés, A. (2007). *Familia y desarrollo. Intervenciones en terapia familiar*. México: El Manual Moderno.
- White, M. y Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Madrid, España: Paidós
- White, M. (1994). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona, España: Gedisa
- White, M. (2002a). *Reescribir la vida. Entrevistas y Ensayos*. Barcelona, España: Gedisa
- White, M. (2002b). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona, España: Gedisa
- White, M. (2007). *Mapas de la práctica narrativa*. Chile: PRANAS Ediciones
- Wijsbroek, S. A., Hale, W. W., Doorn, M.D., Raaijmakers, Q. A., Meeus, W. H. (2010). Is the Resolution Style "Exiting Statements," Related to Adolescent Problem Behavior? *Journal of Applied Developmental Psychology, 3 (1)*, pp.60-69. Recuperado de <https://eric.ed.gov/?id=EJ869964>

Zamora, P. (2013). La construcción de identidad en la adolescencia. *Revista del Colegio de Ciencias y Humanidades para el Bachillerato*. 1 (19), pp. 57-63. Recuperado de <http://revistas.unam.mx/index.php/eutopia/article/download/44589/40276>