



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
RESIDENCIA EN TERAPIA FAMILIAR

**CAMBIOS EN LA AGENCIA: ANÁLISIS NARRATIVO DE LAS SESIONES DE UNA
TERAPIA EN CONSTRUCCIÓN**

TESIS
QUE PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:
CLAUDIA PEDRAZA LEÓN

TUTOR:
MTRO. JORGE ORLANDO MOLINA AVILÉS - FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

MIEMBROS DEL COMITÉ TUTOR:
DR. GERARDO RESÉNDIZ JUÁREZ - FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM
DR. ALEXIS IBARRA MARTÍNEZ – FES IZTACALA
MTRO. FLAVIO SIFUENTES MARTÍNEZ - FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM
MTRA. NORA CLAUDIA RENTERÍA COBOS - FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

CIUDAD UNIVERSITARIA, CD. MX., JUNIO, 2023



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.

Dedicatoria

*A Sergio y Catalina.
Por ser ejemplo de esfuerzo, compromiso
y dedicación en la búsqueda de sus sueños*

Agradecimientos

A quienes han sido una constante en mi vida:

Juanjo, por siempre estar, aun cuando no es tan fácil.

Isa, a quien nunca le faltan ideas para iluminar mi camino.

Hanny, Lalito y Alinare por ser parte de cada nueva aventura.

Sammy y Brenda, por encontrar formas de mantenerse cercanas.

Abejitas (*Susanny, Ana, Vian, Uri, Liza, Ana María, Kike, Yume y Nalle*) por ser soporte y fuente de aprendizaje.

Al comité tutor:

Linda y Jorge, por darme su confianza para explorar este tema de tesis, responder en momentos en los que me encontré en puntos de inflexión y no sabía exactamente hacia dónde moverme, por las reuniones en las que lenguajeamos y pusieron sobre la mesa sus palabras e ideas que ahora también son parte de este texto. Este logro es producto de su compañía y cercanía. Su mirada se queda cercana a mi corazón.

Gerardo, Nora y Dr. Flavio. Por todas las enseñanzas a lo largo de la maestría, por caminar conmigo hasta el último de los pasos de manera respetuosa, profesional y cercana. Sus voces ahora se integran en mi práctica profesional.

Dr. Alexis. Gracias por sus comentarios que apuntaron a nuevas formas de reflexionar y añadir claridad a este texto.

A Zoe

Nada de esto hubiera sido posible sin ti.

A B y D.

La pareja de consultantes que me permitió expandir mi capacidad de respuesta ética y respetuosa. Gracias por dejarme ver lo que era importante para ustedes al decidir retirar su consentimiento para participar en esta investigación

Al CONACYT:

Por el apoyo económico proporcionado para mis estudios de maestría.

Contenido

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Capítulo 1. Agencia	12
1.1. Agencia, una perspectiva general	12
1.2. Agencia en la Psicología y la Psicoterapia	13
1.3. Orígenes de la terapia sistémica y agencia en ese contexto	15
1.2.1 Agencia desde el Modelo del MRI	16
1.2.2 Agencia desde el Modelo Estructural	19
1.4. Agencia en las Terapias Posmodernas	21
1.4.1 Contexto Histórico de las Terapias Posmodernas	21
1.4.2 Prácticas Colaborativas, Narrativas, Dialógicas y Posmodernas	22
1.4.3 Agencia en el Modelo de Soluciones	24
1.4.4 Agencia en el Modelo Narrativo	26
1.4.5 Agencia en las Terapias Dialógicas	28
1.4.6 Agencia desde la Terapia Colaborativa	31
1.5 Agencia en la Terapia Feminista	32
1.6 Agencia en la Adolescencia y Adultez Temprana	34
1.7 Poder en la terapia, rol del terapeuta y agencia	37
1.8 Agencia en esta Investigación	39
Capítulo 2. Narrativa	40
2.1 El Giro Narrativo	40
2.2 ¿Qué son las narraciones?	41
2.3 Narrativa e Identidad	42
2.4 Narrativa, terapia y agencia	43
2.5 Narrativa en esta investigación	44
Capítulo 3. Metodología	45
3.1 Planteamiento del Problema	45
3.2 Justificación Teórica y Metodológica	46

3.3	Pregunta de Investigación	47
3.4	Objetivos	47
3.5	Tipo de Investigación	47
3.6	Técnicas de recolección de Información y Participante	48
3.7	Proceso de Análisis Narrativo	50
3.7.1	Transcripciones	50
3.7.2	Análisis de las narraciones	50
3.7.2.1	Análisis Temático	50
3.7.2.2	Análisis Estructural	51
3.7.2.3	Análisis Dialógico o Performativo	52
3.7.3	Metodología de Análisis Narrativo para Sesiones de Terapia	54
Capítulo 4.	Análisis de los datos	57
4.1	Presentación del caso	57
4.2	Análisis Narrativo	57
4.2.1	Sesión 1	57
4.2.2	Sesión 2	65
4.2.3	Sesión 3	73
4.2.4	Sesión 5	86
4.2.5	Sesión 6	95
Capítulo 5.	Discusión y Conclusión	99
Referencias	109
Anexo	126

Resumen

La agencia es un constructo presente en varias corrientes y modelos terapéuticos, en cada una de ellas hay diferentes formas de definirla y entenderla, sin embargo, hay un denominador común que es la búsqueda de que esta aumente al asistir a terapia. A pesar de que es identificado como un factor de cambio importante, existe poca investigación empírica acerca de la agencia. En los primeros modelos de la terapia sistémica se hace poca referencia al concepto de agencia. En los modelos posmodernos este es un concepto de gran relevancia que se refiere a buscar que las personas se acerquen a sus formas preferidas de vivir y que tengan la sensación de que pueden influir en los contextos en los que se desenvuelven. La agencia en esta investigación es entendida como algo que ocurre dentro de las relaciones y en el lenguaje, por lo que puede ser construida en los diálogos entre personas y en las narrativas. Las narrativas permiten que las personas construyan su identidad, la cual puede transformarse a partir de cómo se cuentan a sí mismas. Esta investigación es de corte cualitativo, fue guiada por un paradigma interpretativo y una aproximación teórica socio construccionista; y busca entender cómo cambia la agencia de las personas en el proceso terapéutico. Para el análisis adapté una metodología propuesta por McLeod & Balamoutsou (1996) la cual fue creada con el objetivo de analizar narraciones dentro un contexto terapéutico. Trabajé con las transcripciones de 5 sesiones de terapia que se tuvieron con una chica de 22 años, quien solicitó el servicio ya que tenía dificultad regulando sus emociones y presentaba ideación suicida. Al analizar la construcción de la agencia dentro de la terapia encontré que algunos puntos clave en el proceso fueron: el rol de las terapeutas como editoras quienes al hacer preguntas permitían una nueva construcción de algunas narraciones y la recuperación de otras que quedaban ocultas por el problema; el deconstruir ideas de la cultura patriarcal que dificultaban que Zoe pudiera tomar distancia de su familia y la violencia que su papá llegaba a ejercer lo cual se relacionaba con las dificultades para regularse emocionalmente; el enfocar sus planes a futuro en los cuales ella se imagina a sí misma yéndose a vivir sola; el recuperar la relación con su mamá quien le da su apoyo para sus planes a futuro; y el facilitar un espacio reflexivo en el que se pudieran hablar acerca de temas en los que el diálogo con su papá estaba cerrado.

Abstract

References to agency can be found on many psychotherapy theories, each one has a different understanding and definition for this concept. However, there's something in common among all of them, that people can have an increased sense of agency after assisting to therapy. Although agency can be considered a contributing factor of change, little empirical researches have been conducted to have a better understanding of this construct.

From the family therapy field, in early systemic models, few references were made about agency. In postmodern models, this is a relevant concept which refers to one's possibility of choosing the preferred ways of living and the feeling that the contexts in which people operate can be influenced. On this research agency is understood as something that happens within relationships and within language, so it can be constructed in the dialogue and in the narratives. The stories people tell about themselves construct their identity and therefor their agency.

This is a qualitative research guided by an interpretative framework and a socio constructionist approach that investigates how agency changes in one person who assisted to a therapeutic process. Narratives told by a 22 years old woman Zoe, on 5 different sessions of the therapeutic process, were analyzes with an adapted version of a methodology proposed by McLeod & Balamoutsou (1996), which was created specifically to work with narratives told in a therapeutic context. Findings suggest that the narratives changed and agency was co-constructed along the process by: facilitating a reflective space, deconstructing ideas of the patriarchal culture which allowed Zoe to take distance from the violence inflicted by the father and helped with emotional regulation, Zoe's decision to focus on the plans she had for a preferred future, finding support from the mother who encouraged her to pursue her future plans, the therapist acting as editors of the problematic stories.

Introducción

*Nos convertimos en las narrativas
a través de las cuales contamos
nuestras vidas
(Bruner, 2004)*

El concepto de agencia se abordará desde diferentes perspectivas y marcos teóricos a lo largo de esta tesis. Al ser un término tan amplio es difícil dar una definición que lo capture en su totalidad. Como una primera definición general, expondré la propuesta por Frie (2018), quien trabaja desde el campo de la psicología, pero reconoce lo multidimensional de este concepto. De acuerdo con este autor, la agencia psicológica se refiere a la capacidad humana para la acción reflexiva, la cual abre la posibilidad de crear nuevas formas de ser y actuar, se relaciona con la forma en la que se elige vivir y las responsabilidades que eso conlleva. Esto se da dentro de un contexto social con los significados colectivos y relaciones existentes, las cuales dan forma a nuestras vidas. La agencia permite una sensación de que se puede influir en los contextos en los que se uno se desenvuelve y se basa en procesos biológicos, sociales y culturales. Elijo esta definición ya que, al considerar diferentes aspectos puede ser usada como referencia, aun con la diversidad de perspectivas que este texto aborda.

El interés por el concepto de agencia surgió en una de mis supervisiones en la maestría, en la que mi supervisora hizo uso de esta palabra para resaltar la importancia de las decisiones que el consultante estaba tomando. Ese comentario generó en mí una combinación de confort, confianza y sobretodo calmó algunos de los miedos que sentía. Mis temores en ese momento estaban ligados a sentir que tenía que hacer algo para ayudar a las personas desde un lugar de experta y cargar una sobre-responsabilidad sobre mis hombros que limitaba el propio proceso de la persona. El integrar el término agencia a mi vocabulario y a mí entendimiento de la terapia abrió nuevas perspectivas más orientadas hacia la co-construcción con los consultantes. Este fue un concepto que seguí leyendo a lo largo de la maestría en diferentes seminarios y desde diferentes modelos, sin embargo parecía algo que se quedaba en algo general, lo cual derivó en mi

interés en seguir profundizando en cómo crear espacios terapéuticos que permitan que la agencia de las personas se haga presente.

Este trabajo está escrito desde mi lugar en el mundo en el que he tenido privilegios producto del esfuerzo de mi familia, tales como el acceso a educación privada, pero dentro de esos espacios me he visto confrontada con retos diversos. También he vivido experiencias en otro país en los que he sido minoría, migrante y de clase trabajadora, en ese contexto el acceso a ciertas oportunidades fue limitado tanto por mi falta de algunas habilidades como por la estructura social. Una de las grandes preguntas que existe en la sociología alrededor de la agencia es ¿qué tanto poder tiene la agencia de las personas dentro de las estructuras sociales? El tener la experiencia dentro de estructuras sociales privilegiadas en las que yo he sido minoría, sin duda creo que ha influenciado el elegir este tema de tesis.

Estas experiencias personales, a la vez considero que se conectan con mi elección de formarme como terapeuta familiar. Una de las razones por las cuales elegí esta maestría y específicamente en la UNAM tiene que ver con uno de los objetivos de la residencia que es capacitar a las estudiantes con un visión más integrativa que permita abordar las situaciones que llegan a terapia desde un ángulo interaccional entre el individuo y los contextos más amplios en los que se desenvuelven (institucional, cultural, político, económico, etc.). Este enfoque me pareció más respetuoso con la complejidad que a veces conllevan las situaciones que enfrentamos en la vida, en lugar de limitarse a trabajar, por ejemplo, a procesos intra-psíquicos. A la vez, la agencia es un concepto en el que también hay esa interacción y negociaciones entre lo individual, los contextos en los que se está inmerso y la construcción de significados que es posible entre los involucrados.

A lo largo de la maestría revisamos diferentes enfoques sistémicos y posmodernos, (con una epistemología sistémica y cibernética: el estructural, estratégico, de Milán y del MRI; fundamentados en el construccionismo social y el constructivismo: el narrativo, colaborativo, dialógicos, centrado en las soluciones y equipos reflexivos) cada

uno con sus propios fundamentos teóricos y formas de generar el cambio. Aun dentro de esta diversidad de visiones y perspectivas, la agencia parecía ser algo en común, a veces no como un objetivo específico a lograr, si no como algo que durante o después del proceso de terapia se esperaba que se consiguiera. Poniendo al centro a las personas al buscar que tengan la mayor influencia posible sobre sus vidas en los contextos en los que se desenvuelven.

Este documento es el resultado de una investigación exploratoria acerca de la agencia en la terapia posmoderna y está dividido en 4 capítulos. En el primero de ellos hago una revisión del estado del arte del concepto de agencia en modelos terapéuticos sistémicos y posmodernos. Este fue un trabajo exhaustivo de recopilación de fuentes de información en las que el concepto de agencia era mencionado, para lo cual consulté libros de los modelos considerados dentro de la terapia familiar y bases de datos en las que se incluyen revistas de terapia familiar. En este capítulo inicial también incluyo información que proviene de marcos de referencia más amplios como el de la sociología, la psicología e investigaciones en terapia, lo cual tuvo el objetivo de ampliar la perspectiva respecto a lo que implica la agencia. En el segundo capítulo escribo acerca de la narrativa, con el cual pretendo dar cuenta de la importancia de las narraciones en el entendimiento de la vida e identidad de las personas.

En el tercer capítulo describo el planteamiento del problema, que tiene que ver con la falta de información empírica acerca de la agencia, siendo un concepto que ha sido más desarrollado desde la teoría; la justificación que parte de un vacío metodológico con el que se siguen priorizando las investigaciones cuantitativas, las cuales dificultan entender el proceso más que los resultados finales. Este capítulo además incluye la pregunta y tipo de investigación, los objetivos, describo la selección de participante y la metodología de análisis narrativa con la cual se facilita entender a las personas como agentes.

En el cuarto se hace un análisis narrativo de historias contadas en terapia. Las narraciones fueron analizadas en términos de su estructura y de la forma en que se co-

construyen con las terapeutas. Todo esto se va ligando con los referentes teóricos que existen acerca del concepto de agencia. Finalmente en el quinto capítulo se discute sobre los hallazgos de la investigación, las limitaciones y preguntas que quedan por responderse.

Capítulo 1. Agencia

1.1 Agencia, una perspectiva general

El concepto de agencia se puede encontrar en las ciencias sociales, la antropología, la psicología, los estudios de género y en la filosofía relacionada con la ética de elección (Eteläpelto, A., Vähäsantanen, K., Hökkä, P., & Paloniemi, S., 2013). La antropología y la sociología tienen algunos aspectos en común en su análisis, como el identificar que hay estructuras sociales, económicas, de poder, etc. en las que habitamos y moldean la forma en la que se manifiesta la agencia.

En el debate actual en la sociología existe un dualismo entre estructura y agencia (King, 2004). ¿Qué tanto la estructura social determina las acciones de las personas? O ¿Hasta qué punto las personas pueden actuar de manera intencionada? Este debate puede rastrearse desde inicios de los años 70, aunque la discusión ha estado presente desde antes pero sin usar exactamente estas palabras (Loyal, 2012). De acuerdo con Padilla (2022) algunos autores tienen una mirada determinista, desde la cual la estructura se ve como algo que restringe a los sujetos, quienes difícilmente puede ejercer su propio juicio y agencia. En la contraparte hay teorías que han tendido a darle prioridad a las acciones del sujeto, las cuales son vistas como el resultado de su autonomía para influir sus propias prácticas y no una consecuencia de la estructura.

Uno de los autores que ha contribuido al debate contemporáneo de la agencia en la sociología es Anthony Giddens con su teoría de la estructuración. Él propone que agencia y estructura no deben ser entendidos como constructos separados, ya que ambos son producto de las interacciones y acciones sociales. Las prácticas producidas por el interjuego entre agencia y estructura resultan en patrones institucionalizados y alienaciones a lo largo del tiempo y espacio (Stones, 2012). Giddens (1976) define la agencia como *la corriente de intervenciones causales, reales o contempladas, de seres corporizados en el proceso en marcha de eventos en el mundo* (p.20, traducción de la autora).

En el cuerpo teórico desarrollado por este autor, otro concepto relevante es el de reflexividad, la cual considera un aspecto inherente a la agencia. Los agentes tienen la capacidad de comprender lo que hacen, en tanto que si se le pregunta acerca de sus acciones puede iniciar un proceso reflexivo y explicarlas. La reflexividad se convierte en un eslabón en el que los individuos pueden construir y mantener el orden social al ser un proceso en el que se ponen en juego el conocimiento del mundo para que su acción sea efectiva. (Gaitán, 2015).

El debate de estructura-agencia que existe en la sociología es significativo para los modelos considerados dentro de la terapia familiar, ya que una de las distinciones dentro de estas terapias es que están abiertas a trabajar con los contextos relevantes para la situación problemática que las personas están viviendo y las relaciones que existen dentro de ellos.

1.2 Agencia en la Psicología y la Psicoterapia

Una de las teorías desde la cual se ha desarrollado más el concepto de agencia en la psicología y es ampliamente usada como referencia para hacer investigación y teorizar acerca de este constructo es la propuesta por Bandura (Frie, 2008; Knox, 2010; Adler, 2012; Huber, J., et al, 2018; de Mol, J., Reijmers, E., Verhofstadt, L., & Kuczynski, L. 2018). Bandura (2006) plantea que la agencia permite a las personas influenciar sus propias vidas y esta se compone de cuatro factores. (1) La intencionalidad, es decir tener propósitos que incluyan planes y estrategias para alcanzarlos. Estos pueden ser individuales o colectivos cuando hay objetivos compartidos con otras personas. (2) Previsión: se refiere a la dimensión temporal de la agencia e implica que las personas puedan imaginar futuros que les guíen y funcionen como motivación en el presente. (3) Auto-reactividad: la capacidad de las personas a construir cursos apropiados de acción, motivándose y regulándose para su ejecución; es un puente entre el pensamiento, las acciones e influencias situacionales o ambientales. (4) Auto-reflexión: las personas no sólo son agentes de acción, si no que también son examinadores del funcionamiento propio, corrigiéndolo y ajustándolo cuando es necesario.

La agencia es un constructo presente en diferentes corrientes terapéuticas, en cada una de ellas hay diferentes formas de definirla y entenderla, sin embargo, hay un denominador común que es la búsqueda de que esta aumente al asistir a terapia. (Bohart & Tallman, 1999; Williams & Levitt, 2007; Blow & Piercy, 1997; Kristmannsdottir, Keski-Rahkonen, & Kuusinen, 2019). Su relevancia radica en el hecho de que las intervenciones o tareas terapéuticas por sí mismas no transforman las situaciones problemáticas de las personas, es cuando las personas se involucran activamente con estas intervenciones lo que genera cambios notables (Hoener, Stiles, Luka, Gordon, 2012).

Williams y Levitt (2007) llevaron a cabo una investigación con 14 terapeutas de distintas corrientes (cognitivo conductuales, constructivistas, construccionistas, humanistas y psicodinámicos) para saber cómo conceptualizan la agencia dentro del proceso de cambio terapéutico. Encontraron varios principios que guiaba la toma de decisiones de los terapeutas para aumentar la agencia, los cuales fueron:

- El proveer a las personas de información que les permitiera entender mejor su problemática y adquirir las habilidades necesarias para lidiar con eso.
- Alentar a las personas a identificar sus intenciones y a partir de eso ejercer su agencia. En las palabras de David Polkinghorne:

“Este tipo de terapia no es como ir el dentista donde entras y te acuestan y ellos hacen todo el trabajo y cuando sales en cierto sentido todo está arreglado. Estos son problemas de la vida humana, [las personas] tienen que lidiar con lo que hacen en su vida, básicamente son los autores, y no hay ninguna dirección en particular que necesiten ir, pero deben tomar decisiones sobre lo que van a hacer” (p.72, traducción de la autora).

- Incluir a los consultantes en la toma de decisiones respecto al proceso terapéutico es una manera de ejercitar la agencia dentro del consultorio.

- Explorar lo que se puede cambiar y lo que no. Los terapeutas entrevistados reconocían que las personas enfrentan restricciones y su auto determinación tiene límites. Algunas ideas, creencias, hábitos, decisiones pasadas pueden limitar el sentido la agencia de las personas. Además están restricciones a la agencia de factores externos como el biológico, la sociedad, la cultura. El reconocer estas restricciones puede aliviar a las personas y evitar el auto-culpabilizarse al ver que hay condiciones fuera de su control inmediato, enfocándose en cambiar condiciones que sean más maleables.
- Todos los terapeutas consideraron que si el vínculo terapéutico se dañaba, se creaba una barrera para facilitar la agencia.

Esta breve introducción es un panorama muy global de la agencia en la psicología y la terapia. El objetivo de lo que resta de este capítulo es entender las diferentes formas en las que la agencia puede ser entendida en la terapia desde modelos sistémicos y modelos posmodernos.

1.3 Orígenes de la terapia sistémica y agencia en ese contexto

Los inicios de la terapia familiar sistémica se pueden rastrear en 1930 cuando fue pronunciada como una disciplina con fundamentos teóricos propios (Sánchez y Gutierrez, 2000). La propuesta que hacen los pioneros de este campo fue el ver un sistema más complejo en lugar de enfocarse exclusivamente en lo individual como centro de la mal función, rompiendo así con una de las principales formas de trabajo en el campo de la salud mental de ese entonces que se orientaba a lo intra-psíquico y a lo médico.

Una de las teorías prevalentes de la época en la que la terapia familiar tuvo sus inicios era la psicoanalítica. De acuerdo con Safran & Gardner-Schuster (2016) en el enfoque psicoanalítico, las personas pueden tener mayor agencia al traer al consciente los deseos inconscientes. Cuando las personas son movidas por impulsos de los que no son conscientes, terminan engañándose acerca de las razones de su comportamiento y limitando su capacidad de elección.

Desde el campo médico, Bohart & Tallman (1999) describen el rol del doctor como el de un experto, quien averiguaba el problema que estaba enfrentando su paciente y establecía un diagnóstico. El único diálogo que se daba entre la persona y el especialista era para reportar los síntomas que se estaban experimentando. El rol del paciente era el de acatar las órdenes médicas y seguir en tratamiento prescrito. Las personas no tenían influencia en la toma de decisión del tratamiento a seguir, de hecho, su situación podía empeorar si decidieran hacer algún cambio o adaptación; por ejemplo, si decidieran tomar una dosis diferente del medicamento recetado. El médico y el tratamiento eran los agentes de cambio.

Una práctica revolucionaria entre los precursores de la terapia familiar fue el observar a las personas con sus familias. Esto abrió espacio para nuevos entendimientos acerca del comportamiento humano los cuales invitaban a pensar en lo relacional y en procesos circulares en lugar de explicaciones lineales. La terapia se comenzó a enfocar en las conductas observables que ocurrían entre personas que se encontraban en un determinado contexto (Montesano, 2012). El trabajo de los terapeutas pasó de la búsqueda de insights o entendimientos del problema a la planificación de intervenciones para modificar las dinámicas entre miembros de la familia. Así mismo la agencia se comenzaría a ver de diferentes maneras.

De acuerdo con Bertrando & Toffanetti (2014) en la década de 1940, la investigación es prolífica en el campo de la terapia familiar y de ahí surgen las principales teorías. Las referencias acerca de agencia en los primeros modelos terapéuticos son escasas o nulas. A continuación, se rastreará la forma en la que esta se presenta.

1.3.1 Agencia desde el Modelo del MRI

Don Jackson, funda el MRI en 1959, con el objetivo de “estudiar y formalizar un método de terapia familiar” (Bertrando & Toffanetti, 2014 p.89). La creación del modelo del MRI tuvo como influencia la cibernética, los sistemas de interacción, (Jackson, 1986 cit. en Eguiluz) y los estudios de la comunicación. Uno de los principales intereses de

este equipo de trabajo fue el comprender la forma en la que se producía el cambio en las personas en un periodo corto de tiempo (Letsinger & Schlanger, 2017).

Para generar el cambio en las personas que acuden a terapia Watzlawick, Jackson & Beavin (1981) propusieron cuatro pasos. El primero de ellos eran tener una definición clara y concreta del problema. El segundo consistía en entender las soluciones que las personas habían estado poniendo en práctica, ya que eso era lo que mantenía el problema. Posteriormente se definían los objetivos para la terapia que eran formulados en términos concretos, simples, observables y centrado en las conductas. Finalmente, el terapeuta hacía un plan con estrategias específicas para generar el cambio.

De acuerdo con Keeney & Ross (1983) uno de los trabajos del terapeuta era generar una “intervención correctiva” que quitara el problema que se presentaba. Al estar situados en una cibernética de primer orden, la posición del terapeuta era entendida como la de un observador externo, manteniéndose fuera del sistema y la distancia para poder observar los efectos de las intervenciones que daba a las familias y modificarlas cuando fuera necesario.

El terapeuta era quien tenía el control del proceso terapéutico, lo cual se justificaba con la idea de que las personas no estaban en la mejor posición de enfocar su problema para darle solución, prueba de eso es que tuvieron que recurrir a terapia (Fisch, Weakland & Segal, 1994). Cercano a un modelo médico en el que el terapeuta decide las intervenciones que alejarán a la persona del problema, la agencia de la persona parecía no ser algo relevante.

El paciente ideal para Fisch, Weakland & Segal (1994) era alguien que diera toda la información de manera clara, considerara todo lo que el terapeuta le propusiera y pusiera en práctica las nuevas conductas que se le proponen. Ellos mismos reconocen que es difícil encontrar estas personas en terapia, encontrando que en la práctica los consultantes “*se resisten a los intentos del terapeuta de llevar a cabo el tratamiento*”

(p.9). Al espacio en el que los consultantes permiten a los terapeutas accionar con sus intervenciones lo llaman *capacidad de maniobra*.

Una de las formas que propusieron para aumentar la capacidad de maniobra es a través de algo que nombraron “oportunidad y ritmo”. Esto implica cambiar de estrategia desde el primer momento que se identifica que la que se eligió no está funcionando. Si se insiste en aplicar estrategias que no están siendo bien recibidas, la persona podría comenzar a resistirse y eso llevaría a la pérdida de credibilidad del terapeuta. El terapeuta debe comprobar constantemente si el paciente está aceptando o no lo que se le propone y ajustarse a las respuestas del paciente.

Es en estas “resistencias” y en estar pendiente que se acepte lo que el terapeuta propone que las personas podían dejar ver hacia dónde querían, o no, que sus vidas se siguieran moviendo, en otras palabras, mostraban su agencia. Las personas no eran abiertamente consultadas acerca de las formas con las que se buscaba generar el cambio, pero sus respuestas a las estrategias formuladas por el terapeuta eran ampliamente consideradas e iban determinando el rumbo de la terapia.

Las intervenciones que planeaban los terapeutas del MRI muchas veces eran dejadas como tareas para hacer fuera de la sesión, buscando que las personas pudieran acceder a nuevos comportamientos. De acuerdo con Russel (2019) las personas acuden a terapia para hacer cambios en sus vidas, no en el consultorio; el dejar tareas hace una conexión entre el trabajo que se hace durante y fuera de la sesión, dejando implícito un mensaje de involucrar activamente a las personas y de asumir la responsabilidad por los cambios que ellos están buscando. Además, las tareas proveen al terapeuta de información importante acerca de lo que está ocurriendo en el sistema. Esta información permite al terapeuta ir ajustando las subsecuentes directivas y monitoreando cómo va se va progresando hacia los objetivos de la terapia.

Aunque el terapeuta tenía el control dentro de la sesión, no podía tener el control de lo que ocurría fuera de ella. Estos eran espacios en los que la agencia de las personas

se podía entrever, al decidir modificar, poner en práctica o no llevar a cabo la intervención prescrita. Definiendo así los siguientes pasos a tomar por el terapeuta.

Mackrill (2009) propone seis formas en las que la agencia ha sido conceptualizada. A una de ellas la llama “construyendo al cliente como un agente transcontextual”. Desde esta aproximación se enfoca el cómo las personas reacomodan su conducta en la vida diaria mientras están en terapia, poniendo poco énfasis en la narrativa que hay acerca de ello. La agencia es investigada a futuro y conforme se va generando información. El modelo del MRI entraría dentro de esta categoría, en la que la agencia está alrededor de cómo las personas cambian su conducta en los contextos que les son importantes sin detenerse mucho en explorar las narrativas o el entendimiento alrededor de ello. Además de que la agencia podría ser entendida como algo a futuro, en la que al cumplir los objetivos planteados para la terapia las personas y las familias podrán seguir sus vidas como ellos desean sin la presencia del problema.

Al terminar un proceso terapéutico, para el modelo del MRI, es importante consolidar la autonomía de la persona. Se le reconoce que todos los cambios han sido logrados gracias su constancia y trabajo duro, adquiriendo la capacidad de superar este problema y otros que se le puedan llegar a presentar. Devolviendo así por completo la agencia a los consultantes, aunque nadie entienda exactamente cómo se dio el cambio, este se atribuye a las personas y sus esfuerzos.

1.3.2 Agencia desde el Modelo Estructural

En el modelo estructural propuesto por Minuchin, uno de los principales objetivos es cambiar estructura familiar (Desatnik 2004). Se busca encontrar nuevas pautas de interacción a través de técnicas provocativas que sirvan como palanca para sacar a las familias de su situación problemática y puedan acceder a otras realidades. (Sánchez y Gutiérrez, 2000).

Colapinto (2019) plantea que, aunque el rol de la terapeuta es muy activo en este tipo de terapia haciendo uso de estrategias e intervenciones para generar movimientos, la familia sigue siendo la principal protagonista y agente de cambio. La familia es vista como la que posee la llave para las soluciones y la terapeuta sólo es un catalizador que ayuda a los miembros a acceder a sus fortalezas ocultas, alentándolas a experimentar con nuevas conductas que previamente habían estado limitadas.

Las familias pueden descartar las intervenciones que no son sintónicas con el sistema (Desatnik, 2004). El terapeuta tiene un rol de liderazgo para generar cambios en la familia, pero es en última instancia la familia la que aceptará o rechazará lo que se le está proponiendo. Desde la teoría de los sistemas, se plantea que esos cambios se mantendrán en el tiempo, al haberse ya modificado la retroalimentación entre los miembros, a través de los mecanismos de autorregulación (Minuchin, 1989). Las interacciones que se mantengan al terminar la terapia serán las que la familia aceptó durante el proceso y su agencia habrá aumentado al generar nuevas pautas de interacción preferidas que les permita adaptarse a su entorno.

La búsqueda de la agencia también se puede rastrear en algunas de las técnicas usadas en el modelo estructural. Retomando lo encontrado en la investigación realizada por Williams y Levitt (2007), uno de los principios para aumentar la agencia dentro de un proceso terapéutico es el facilitar que las personas adquieran habilidades para lidiar con sus problemas. En este sentido, Minuchin y Fishman proponen (1989) una técnica llamada *interacciones alternativas* con la cual pide a los miembros que actúen de determinada forma, para generen nuevas secuencias interactivas que solucionan la situación problemática que la familia presenta. El pedir que actúen de manera específica abre la posibilidad de que aprendan nuevas formas de relacionarse generando además una sensación de logro, aptitud y de que el cambio es posible.

El proveer a las personas información que les permitiera entender mejor su problemática es otro principio para facilitar la agencia encontrado por William y Levitt (2007). Concretamente, en este modelo el terapeuta puede señalar a la familia

interacciones que están contribuyendo a mantener el síntoma al hacer uso de la técnica de *iluminación de una interacción espontánea*, introduciendo al sistema información que antes no era visible para la familia.

Minuchin & Fishman (1989) plantean que las familias tienen múltiples recursos, pero en situaciones problemáticas recurren a soluciones no reflexivas que mantienen la homeostasis. Algunas de las intervenciones que se hacen dejan ver a la familia que ya están actuando de las maneras en las que ellos prefieren, es decir que ya son agentes de sus propias vidas. Por ejemplo, al poner en práctica técnicas como la búsqueda de lados fuertes y la construcción de realidades. En la búsqueda de lados fuertes, la terapeuta resalta los recursos y logros de la familia, los cuales a veces no pueden ser vistos por estar enfocados en la situación problemática. En la construcción de realidades, el terapeuta transmite el mensaje de que los miembros ya cuentan con otras modalidades de interacción usando de la información que la propia familia le ha dado.

1.4 Agencia desde las Terapias Posmodernas

1.4.1 Contexto Histórico de las Terapias Posmodernas

De acuerdo con Pakman (2010), en 1968 hubo varios movimientos sociales en los que estuvieron involucrados ambientalistas, feministas, grupos de derechos humanos, entre otros, que buscaban promover la justicia social para grupos marginados. Estos movimientos tuvieron impacto en algunas profesiones las cuales incluyeron en su trabajo la búsqueda de justicia social.

En los años 80 con los avances de movimientos políticos de derecha que favorecían al mercado y los avances en las investigaciones acerca del cerebro y la farmacología, la terapia técnico-racional (término propuesto por Schön 1991, en Pakman 2010) cobra una gran fuerza. El campo de la salud mental se queda sin una visión política y se separa de otras ciencias sociales, dando primacía a lo biológico y a las psicoterapias con bases científicas.

La terapia técnico racional puede ser entendida como una empresa, como un espacio para solucionar problemas para llevar a las personas nuevamente a un estado de “normalidad”. Desde el conocimiento técnico-racional se considera que la realidad es algo fijo y la forma de actuar sobre ella es a través de técnicas y procedimientos estandarizados, colocando a la persona del terapeuta en una posición de jerarquía. (Ibarra, 2014). Pakman (2010) sugiere que se requiere poner distancia de la terapia como una práctica técnico-racional-solucionadora de problemas, que toma lo concreto de la experiencia de las personas para hacer abstracciones. Eso implicaría revalorar la terapia como una forma de participar en el devenir de la vida, trabajando con experiencias de seres humanos concretos y los sufrimientos que circunstancias específicas les generan.

En la terapia sistémica familiar, los esfuerzos para resistir caer en una terapia técnico racional estuvieron sobretodo en prácticas narrativas, colaborativas y posmodernas (Pakman, 2010). El hacer de lado los intentos por tecnificar la vida de las personas aplicando las mismas estrategias para todos, las cuales se validan a sí mismas argumentando tener una base científica, y preferir escuchar y darles peso a los saberes de las personas para que ellas mismas puedan ir encontrando las intenciones y los deseos que tiene para sus vidas, se podría entender como una forma de trabajo que da espacio a la agencia de las personas.

1.4.2 Prácticas Colaborativas, Narrativas, Dialógicas y Posmodernas

Tarragona (2006) ubica que, a partir del último cuarto del siglo XX, surgieron nuevas formas de pensar en la psicoterapia, este movimiento agrupa varios modelos o escuelas que más allá de tener una teoría unificada, comparten bases epistemológicas y filosóficas, estas son las aproximaciones posmodernas. Entre ellas se puede mencionar: la Terapia Centrada en las Soluciones representada de Steve de Shazer e Insoo Kim Berg; la Terapia Narrativa creada por Michael White y David Epston; y la terapia colaborativa desarrollada por Harlene Andersen.

Smoliak & Strong (2017) afirman que *“la naturaleza y significado de la terapia familiar ha sido reconfigurada a la luz de las críticas posmodernas”* (p. 2263) con las cuales se pasó del uso de una metáfora de la cibernética y de los sistemas al uso de metáforas como la narrativa, la conversación y el diálogo; a través del diálogo e interacciones polifónicas, surgen nuevos entendimientos que conducen al cambio.

Algunas ideas del movimiento filosófico posmoderno que están presentes dentro de estos modelos terapéuticos son (Wampler, Miller & Seedall, 2020; Anderson, 2015): (1) el uso de fundamentos teóricos socio constructivistas, (2) el lenguaje construye significados y conocimientos, de modo que las personas pueden crear discursos que saturan sus vidas de problemas, pero también pueden generar nuevas posibilidades a través del discurso; (3) los significados son construidos en comunidad; (4) el rechazo a las teorías globales o universales, abriendo así espacios para que haya múltiples descripciones y se valore el conocimiento local (5) se da un cambio de lo filosófico a lo político con el cual, al dejar de buscar una verdad universal, se voltea la mirada hacia la opresión que los conocimientos hegemónicos han ejercido en grupos marginalizados.

En los modelos de terapia posmoderna la agencia es un concepto de gran importancia, el cual se refiere a que las personas puedan tomar las decisiones y acciones que los acerque a sus preferencias y a cómo les gustaría ser (Lebow, 2008; Tarragona, 2006). También implica la creencia de ser capaces, competentes, que se puede influir en el medio ambiente y tiene que ver con la intencionalidad (Tarragona, 2015)

Para Anderson (2015, p. 184, traducción de la autora) *“la persona, el yo, el desarrollo y la agencia humana, se ven como entidades y procesos interdependientes, comunales y dialógicos en lugar de procesos interiores autónomos aislados”*.

Dentro de cada una de las terapias posmodernas hay maneras específicas de ver a las personas como agentes de sus vidas y trabajar con este constructo dentro del espacio terapéutico, las cuales se detallarán a continuación.

1.4.3 Agencia en el Modelo de las Soluciones

El modelo de soluciones fue creado a finales de la década de los setenta por dos trabajadores sociales Steve de Shazer y Insoo Kim Berg y colegas que trabajaban en el Centro de Terapia Familiar Breve en Milwaukee. Las influencias de este modelo fueron originalmente el MRI, la terapia de Erickson, el constructivismo y la teoría de comunicación. (Franklin & Reddy, 2019) En este centro estaban interesados en explorar técnicas que resultaran efectivas para la terapia breve. Los conceptos claves de este modelo fueron desarrollados a partir del trabajo directo con las personas.

El grupo de trabajo en el Centro de Milwaukee comenzó a notar que independientemente del motivo de consulta de las personas, había algunas tareas que tenía efectos importantes (O'Hanlon & Weiner Davis, 2010). Cuando se les daba a los consultantes una primera tarea en la que se pedía que observaran lo que sí querían que continuara ocurriendo, se producían cosas positivas al orientar la atención hacia el futuro y crear expectativas de cambio. (O'Hanlon & Weiner Davis, 2010). Al encontrar las cosas que sí funcionaban para cada consultante en particular, en la terapia se buscaba cómo seguir amplificando esas respuestas. También se observó que el explorar los recursos con los que ya contaban las personas, buscar excepciones e identificar objetivos llevaba a cambios más rápidos en las familias. (Franklin & Reddy, 2019).

El establecer metas u objetivos claros dentro de este modelo es fundamental. Estos son definidos por las personas que acuden a terapia, partiendo del supuesto de que cada persona es única y ni los terapeutas ni las teorías saben mejor que ellxs mismos cómo vivir sus vidas (O'Hanlon & Weiner Davis, 2010). Se reconoce que hay diferentes percepciones de la realidad, así que no están en busca de lo "correcto", lo "válido" o lo "verdadero", sino de lo que encaja o se acomoda mejor a la forma de percibir de cada persona o familia. Al preguntar por los objetivos, el énfasis se hace en lo que la persona quiere ver en su vida cuando el problema ya no esté presente (Tarragona, 2006).

En la terapia de soluciones, se proponen las preguntas presuposicionales, las cuales funcionan como intervenciones que llevan a los consultantes a reflexionar y les encaminan a reconocer sus recursos, descubrir soluciones y aceptar que el cambio es inevitable (O'Hanlon & Weiner Davis, 2010). Algunos ejemplos de ellas son:

- Una vez que se ha identificado una excepción, la pregunta ¿cómo conseguiste que eso sucediera? Hace que los consultantes se atribuya el mérito por lo que sí está funcionando.
- ¿Cómo conseguiste que dejara de presentarse (el problema)? Al hacer esta pregunta comienzan a ver las cosas que hacen o podrían hacer ante algo que les parece desagradable.
- ¿Has tenido esa dificultad anteriormente? (en caso afirmativo) ¿Cómo la resolviste? ¿Qué tendríamos que hacer para conseguir que eso volviera a suceder? Algunas veces las personas ya han dado solución a sus problemas, pero lo olvidan, o dejaron de usarla de manera consistente, basta con recordar la solución previa y seguirla aplicando para que la situación cambie nuevamente.

Estas preguntas, así como las preguntas de escala y de afrontamiento, son útiles para facilitar la agencia de las personas, al visibilizar sus capacidades, descubrir sus intenciones y visibilizar un futuro en el que la solución ya ha sido puesta en práctica (Williams, D. C., & Levitt, H. M. 2007; Davies, 2019).

También proponen la pregunta milagro, la cual invita a imaginar un escenario libre del problema, en la respuesta se pueden encontrar claves para la solución de las situaciones difíciles, las cual son retomadas en conversaciones a lo largo de la terapia.

Hitlin & Elder (2007) encuentran una conexión entre la agencia y la posibilidad de imaginar posibilidades a futuro, ya que la agencia incluye establecer metas y crear planes de vida. El creer que hay futuras identidades posibles, motivan las elecciones de agencia actuales y se establece un vínculo entre la orientación hacia el futuro, los valores importantes en la vida de cada persona y la identidad deseada.

1.4.4 Agencia en el Modelo Narrativo

Michael White y David Epston son reconocidos como los precursores la terapia narrativa, la cual es comúnmente clasificada dentro de las terapias posmodernas, pero White prefería que fuera considerada como una terapia post-estructuralista. (Tarragona, 2016). Aunque White y Epston trabajaban por separado, se influyeron mutuamente, teniendo como principales inspiraciones a Gregory Bateson, Michael Foucault con sus escritos acerca del poder y del conocimiento, y las obras de Bruner y Vygotsky (White & Epston, 1993).

Desde este modelo se usa la analogía del texto (White & Epston, 1993), la cual propone que la forma en la que las personas relatan sus experiencias determina el significado que se le da a sus vivencias y modela la forma en que viven sus vidas. Las personas acuden a terapia cuando las narraciones dentro de las que relatan su experiencia o las narraciones en las que están siendo relatados por otros no representan sus vivencias, en la terapia se buscará crear nuevas historias preferidas.

Un primer paso para acceder a las historias preferidas es la deconstrucción de las narraciones dominantes. White (1994) entiende la deconstrucción como procedimientos que alteran el orden de las realidades y las prácticas que han sido dadas por hecho. Algunas prácticas y entendimientos de las realidades son tan familiares para las personas que son difíciles de identificar, pero las someten a llevar ciertas formas de vivir. Al deconstruirlas, se puede tomar distancia de ellas, objetivándolas y convirtiendo en extraño lo que ha sido tan familiar. Como resultado, las personas pueden tomar consciencia de cómo esas maneras pensar han moldeado sus vidas y se abre un espacio para elegir otras maneras que sean preferidas para ellas. En la terapia la deconstrucción puede hacerse alrededor de las narraciones dominantes, las prácticas modernas de poder y las prácticas discursivas.

Las practicas deconstructivas son esenciales para la agencia dentro de este modelo, ya que generan en las personas una sensación de “acción” al darse cuenta de

hasta qué punto las realidades y prácticas que habían sido dadas por hecho estaban determinado su vida y a partir de eso poder decidir cuáles son sus formas preferidas de vivir. *“Esta sensación se debe a la experiencia de escapar de la condición de ser un “pasajero” en la vida y a la sensación de ser uno capaz de desempeñar un papel activo en la modelación de la propia vida, la sensación de poseer la capacidad de influir en los hechos de la vida de conformidad con las finalidades que uno tiene y de conformidad con los logros preferidos.”* (White, 1994, p. 52). La agencia tiene que ver con la sensación de ser capaz de regular o intervenir en la propia vida de acuerdo a las intenciones personales.

White (1994) propone las conversaciones de externalización para deconstruir u objetivar las narraciones dominantes, en las que el problema que aqueja se cosifica y se separa de la identidad de la persona. Al separar al problema de la persona, se abre un espacio para explorar ideas acerca de lo que a esas personas les gustaría ser y lo que prefieren para sus vidas. *“Cuando las personas se separan de sus relatos, pueden experimentar un sentimiento de agencia personal; y a medida que se apartan de la representación de sus relatos, se sienten capaces de intervenir en sus vidas y en sus relaciones.”* (White & Epston, 1993, p.33)

La externalización a la vez facilita el identificar los conocimientos alternativos o subyugados y acontecimientos extraordinarios, que son eventos que quedan fuera de las narraciones dominantes y que pueden dar cuenta de otras formas que las personas han elegido vivir. A lo largo de la terapia, las personas irán reorganizando su experiencia para identificar o generar narraciones alternativas que están llenas de nuevos significados y las posibilidades que las personas experimentan como más “útiles, satisfactorios y con final abierto” (White & Epston, 1993, p.31)

Para Michael White (1991), los términos agente y agencia invocan ideas acerca de “contribuciones” y “saber cómo”, que están relacionados con estados intencionales. El hablar del “saber cómo” también se refiere a los conocimientos de la vida y habilidades que cada persona ha aprendido.

Tarragona (2015) plantea que el sentido de agencia tiene que ver con la intencionalidad y que Michael White estaba particularmente interesado en los estados intencionales, que se relacionan con los propósitos y compromisos de las personas. “*Las personas viven sus vidas de acuerdo a las intenciones que tienen al perseguir lo que valoran... activamente le dan forma a su existencia en sus esfuerzos por alcanzar las metas que anhelan*” (White,2007 p. 103). Las intenciones se pueden explorar al hacer preguntas acerca de los valores, sueños y compromisos que las personas tienen, con estas preguntas al mismo tiempo se está explorando el sentido de agencia. (Tarragona, 2015)

1.4.5 Agencia en las Terapias Dialógicas

De acuerdo con Bertrando & Lini (2019) las terapias dialógicas toman como fundamento las ideas de Bakhtin, un filósofo ruso que considera el diálogo como la base de la condición humana. Uno de los conceptos fundamentales de Bakhtin es el dialogismo, con el cual se reconoce la pluralidad de voces y perspectiva dentro de un discurso. También está el supuesto de que no hay un orden inherente al lenguaje y a la realidad, por lo que no se privilegia ninguna voz sobre otra.

El dialogismo a su vez se distingue por dos características, la polifonía y la heteroglosia. La polifonía se refiere a las diferentes voces o personas dentro del diálogo, todos los presentes en una conversación son invitados a participar a su manera, habiendo espacio para que todas las voces existan. La heteroglosia implica la coexistencia de diferentes lenguajes con sus respectivas connotaciones sociales e históricas. Las ideas de Bakhtin ayudaron a re-conceptualizar la relación terapéutica, poniendo el foco en la sintonía de la terapeuta con los consultantes, entendiendo la sintonía como un proceso corporizado y al terapeuta como un socio activo y receptivo. (Rober, 2017)

Hay varios terapeutas que se definen a sí mismos como dialógicos, tales como Tom Andersen y Peter Rober. Jaakko Seikkula es reconocido como el terapeuta que mejor ha conectado las ideas de Bakhtin con la sensibilidad posmoderna en terapia para

el tratamiento de psicosis con los diálogos abiertos (Bertrando y Lini, 2019). Los diálogos abiertos se caracterizan por ser reuniones abiertas en las que están presentes pacientes psicóticos, la familia, redes de apoyo significativas y terapeutas, y se invita a todos a compartir sus perspectivas, buscando crear un lenguaje común y restablecer las conexiones en la red del paciente (Rober P., 2017). Un aspecto fundamental de los diálogos abiertos es que, a través del diálogo, los recursos de las redes sociales de los pacientes se movilizan y los participantes *“recuperan sus voces y asumen posiciones de mayor agencia con respecto a sus síntomas.”* (Avdi, E., Lerou, V., & Seikkula, J. 2015, p.331)

Avdi, E., Lerou, V., & Seikkula, J. (2015) encontraron que el sentido de agencia en personas con psicosis puede ser reconstruido a través del diálogo cuando los pacientes tienen el rol central en contar sus historias. A través del diálogo se pueden expresar emociones y en conjunto encontrar nuevas palabras y nuevos entendimientos. En una investigación realizada por estos autores en los que se analizan 3 sesiones con una pareja en la que ambos miembros tenían experiencias psicóticas, el incremento en la agencia en él se encontró en el momento en el que tuvo la oportunidad de convertirse en el agente de sus historias, quitándole el lugar de agente a las voces que escuchaba y que tenían poder y control de sus acciones. En el proceso terapéutico, el desarrollo de conversaciones cada vez más dialógicas permitió que él cambiara de una posición de debilidad a una en la que podía hacer algo para lidiar con sus dificultades y aumentar su sentido de agencia. *“Un diálogo “dialógico” preserva múltiples centros de subjetividad o voces y agencia, sin que una de ella sea la dominante”.* (Avdi, E., Lerou, V., & Seikkula, J. 2015 p.523)

En contraposición a lo dialógico está el “diálogo monológico”, el cual se caracteriza por tener a una persona que domina al hablar sin la posibilidad de que la persona que escucha contribuya, por lo que no es posible generar nuevos significados, tiende a ser una comunicación estática, jerárquica y cerrada (Olson, M. E., Laitila, A., Rober, P., & Seikkula, J. (2012). En el caso de la pareja que fueron parte de la investigación realizada por Avdi, E., Lerou, V., & Seikkula, J. (2015), las interacciones monológicas dejaban poco espacio para nuevos entendimientos, expresión de las emociones y una posición de

agencia reducida. Las contribuciones y presencia activa de la persona que escucha es lo que distingue un diálogo de un monólogo (Rober P., 2017)

Dentro de las terapias dialógicas también se puede ubicar la terapia sistémica-dialógica, la cual evoluciona del modelo de Milán, adoptando las ideas de Bahktin y reflexionando acerca de las dinámicas de poder y conocimiento en la terapia (Bertrando & Lini, 2019). Las personas se consideran inmersos en redes sistémicas que son unidas por diálogos continuos y al ir a terapia se busca que los diálogos se amplíen para encontrar nuevas perspectivas. Uno de los principios de esta terapia es el trabajo con las emociones, las cuales son entendidas a la vez como un fenómeno sistémico y dialógico y como experiencias subjetivas que pertenecen a cada individuo dentro de la interacción con otros. Las emociones también son vistas como una respuesta a las reacciones emocionales de otras personas que se encuentran dentro del diálogo

Las emociones son centrales para el proceso de micro-hipotetización en las sesiones de terapia. A diferencia de los modelos sistémicos en los que las emociones no eran usadas como material de trabajo en la terapia, en el modelo sistémico-dialógico, las terapeutas hipotetizan acerca de las “danzas emocionales” y a partir de eso generar intervenciones que permitan que nuevas secuencias emocionales emerjan. (Bertrando & Arcelloni, 2014) *“Si los participantes en terapia experimentan respuestas emocionales alternativas como resultado de la intervención terapéutica, entonces puede ocurrir un cambio, por ejemplo un mayor sentido de agencia o esperanza”*. (Bertrando & Arcelloni, 2014 p.123)

Bertrando (2015) distingue dos grupos de emociones, las dominantes que son las que están más presentes en las personas o sistemas, y las tácitas que no aparecen dentro el campo de la conciencia. Describe las características particulares de cada emoción, por ejemplo el aburrimiento como la sensación de que lo que sea que se haga va a ser ineficaz o improductivo, dejando a las personas sin la posibilidad de hacer cosas significativas, es decir sin agencia. Este autor define la ausencia de agencia como *“la ausencia de toda posibilidad de generar, a través de mi actividad y mis afectos, una*

diferencia significativa” (p.101) Es “La imposibilidad de crear una diferencia que haga la diferencia” retomando las palabras de Bateson.

1.4.6 Agencia desde una Terapia Colaborativa

Harlene Anderson, en colaboración con Harold Goolishian crearon la terapia colaborativa-dialógica, la cual se fundamenta en el construccionismo social, tradiciones hermenéuticas e ideas posmodernas (London, 2019). *La terapia colaborativa no es un método; es acerca de encontrar formas de moverse hacia la persona y de hablar con la persona “en el momento”.* (Anderson, 2007, p.xix traducción de la autora)

Referente a la agencia, se plantea que es a través de las narrativas propias como devenimos como agentes. *La agencia personal se refiere a un sentido de competencia o de habilidad para llevar a cabo o tomar acción, de tener opciones y participar en la creación de opciones. Las narrativas pueden crear identidades que permiten o dificultan el sentido de agencia personal* (Anderson p.17, 2007, traducción de la autora). La terapia se convierte en un espacio en el que se busca que las personas puedan contar y recontar sus historias en primera persona. El rol del terapeuta es el de fomentar espacios y procesos dialógicos, los cuales permiten que la identidad se vaya transformando y que sea posible una sensación de acción o de agencia.

Desde esta perspectiva la agencia tiene una conexión inseparable con la identidad y con las narrativas, temas que son desarrollados por Anderson (1997) . Para esta autora la identidad se entiende como algo construido en el lenguaje y que surge de los significados que existen en el entendimiento humano. Las narrativas son una forma de discurso, un proceso reflexivo que permite organizar, dar sentido y comprender las experiencias y la identidad propia que se encuentran situadas en contextos locales, individuales, sociales, culturales y políticos. Es en las narrativas donde se pueden crear transformaciones en la identidad, y estas se encuentran en constante evolución, construcción y cambio, son escrita, re-escrita y editada continuamente. La identidad es el resultado de la constancia y continuidad de las historias que se cuentan de uno mismo que siempre está en progreso. En la terapia se participa con la persona en un proceso

narrativo de contar y reinventar el pasado, presente y futuro de las personas. Las personas ganan un sentido de agencia en el proceso terapéutico (Anderson & Gehart, 2023)

1.5 Agencia en la Terapia Familiar Feminista

En 1978, Rachel Hare-Mustin publicó el revolucionario artículo titulado “Una Aproximación Feminista a la Terapia Familiar”, en donde se pregunta qué exige el feminismo a terapia familiar y postula que a pesar de que esta reconoce la importancia de los contextos sociales, no se ha examinado las consecuencias de la socialización tradicional y las diferencias que poder que existen en las familias y que pone en desventaja a las mujeres. Terapeutas familiares como Pap, Silversten, McGoldrick, entre otras, continuaron trabajando con ideas feministas dentro de la terapia familiar abriendo nuevas formas de entender la terapia y abordar las problemáticas de las personas (Chapa, 2019) y es una aproximación que se sigue desarrollando.

De acuerdo con Ballou & Sanchez (2014) en la terapia feminista, se toman en consideración los efectos de factores como el sexismo, el poder, el control y la realidad socio-política sobre las experiencias, elecciones y comportamientos de las personas. Estas autoras plantean que algunos de los principios de este tipo de terapia son: el valorar las relaciones igualitarias, deconstruir el poder en las relaciones interpersonales y en sistemas más grandes de relación, y trabajar para reducir las asimetrías de poder. La terapia familiar feminista se puede considerar más una perspectiva filosófica y política en la que los terapeutas están atentas a las diferencias de poder que existen entre los consultantes y se orientan a facilitar la equidad y un poder compartido entre las personas (Haddock et al., 2000)

McNay (2003) sugiere que la agencia es un concepto clave para el feminismo, pero su significado es algo ampliamente discutido. La agencia podría ser entendida de manera simple como la capacidad de las personas de tener un efecto transformador y por lo tanto considerarse una capacidad universal, sin embargo, la universalidad resulta

ser falsa al observar que socialmente la agencia se ejerce de manera desigual y variable, resultando en que algunos grupos tienen más agencia que otros dependiendo del contexto cultural. Por lo tanto, la agencia es un fenómeno situado e inseparable del análisis de poder, que no puede ser reducido a la voluntad de un agente soberano.

Isaacs (2002) identifica dos formas en el que la sociedad patriarcal subordina a las mujeres y crea condiciones de inequidad: (1) al ofrecerles menos oportunidades que a los hombres, en particular al no compartir equitativamente posiciones de poder (2) al ser sujetas a una socialización femenina que las orienta a ser dependientes, maternales, comprometidas, menos competitivas, entre otras. Dentro de esta estructura social, la agencia de las mujeres queda comprometida, pues por esas mismas condiciones impuestas ellas tienen menos posibilidades de desarrollar lo que tradicionalmente se asocia con la agencia: el ser independiente, estar en control, la auto-determinación, con un rango de opciones y la habilidad para buscar una variedad de alternativas. Esta autora propone que una agencia feminista *“sería efectiva en contra de la opresión de las mujeres, requiere que seamos participantes activas contra nuestra propia subordinación.”* (p.132) Además esta autora añade la dimensión colectiva para entender la agencia, en las que las mujeres tendrían que pensarse en relación a otras mujeres para poder ser efectivas en contra de la opresión. La clave está en el movimiento situado en la ambivalencia entre el poder que limita al sujeto y la agencia que el mismo sujeto debe desplegar para mover esos límites.

Para el análisis feminista es importante la recuperación y revalorización de formas femeninas de agencia, las cuales son invisibilizadas o pasan desapercibidas al ser diferentes a los entendimientos centrados en la voluntad, autonomía y racionalidad de las personas (McNay, 2003). La importancia de esta recuperación radica en que al centrarse sólo en esos entendimientos se estaría 3 una perspectiva masculina que no toma en consideración la interdependencia social y *“la idea asociada de que los individuos se forman a través de la interacción encarnada y las normas sociales, en lugar de preexistir a ellas”* (McNay, 2015 p.41). El recuperar y visibilizar las formas de agencia femeninas está ligado a la superación de la desigualdad de género.

1.6 Agencia en la adolescencia y adultez temprana

Socialmente se construyen ideas y entendimientos que ubican a las personas en determinadas posiciones, estas se relacionan con la oportunidad que se les da para tomar decisiones, y el acceso o limitación de ciertas posibilidades (Alpízar & Bernal, 2003). Papalia & Martorell (2021) ofrecen una breve descripción histórica del surgimiento de la construcción sociales de la adolescencia y la adultez temprana. Estas autoras identifican que en el mundo occidental, el término adolescencia comenzó a usarse a partir del siglo XX, mientras que en culturas pre-industriales se saltaba de la infancia al mundo adulto al presentar cambios físicos o cuando se accedía a un trabajo. La academia es uno de los lugares desde los cuales se ha producido conocimiento que contribuye a la construcción social de estos periodos de vida, este conocimiento se postula como científico y al reconocerse como válido, contribuye a la legitimación de prácticas conectadas con formas de poder y control social hacia estos grupos. (Alpízar & Bernal, 2003)

Salas y de Oliveira (2009) entienden la transición hacia la adultez como un proceso de “emancipación individual” en el cual las personas tienen un mayor control de sus vidas al poder elegir y actuar con base a criterios que ellas mismas definen, transformándose así su forma de participar en la sociedad. Estas mismas autoras plantean que la población de jóvenes mexicanos es muy heterogénea, por lo que la transición hacia la adultez variará en función al contexto social, el género, la edad y la región del país en la que se encuentren, todos estos factores puede ponerlos en una posición de ventaja o desventaja social. A partir de esto se puede decir que la forma en que las personas jóvenes viven su agencia en México será muy diversa considerando los factores antes mencionados.

Un factor relevante al hablar de la agencia en personas jóvenes es el poder. La agencia se ve restringida en el sentido de que sólo pueden acceder a un número de opciones limitadas y debido a que tienen que moverse dentro estructuras de poder (Aaltonen, 2013) Se pueden mencionar, por ejemplo, los desbalances de poder que

existen entre ellos y sus cuidadores, como las autoridades escolares, sus padres, etc. *“Encontrar una forma de reclamar su agencia y poder en estos contextos sociales complejos y contradictorios es una tarea demandante para una persona joven quien es probable que también esté experimentando estrés psicológico”* (Gibson & Cartwright, 2013, p.350).

Gibson & Cartwright (2013) elaboran acerca de la posibilidad de personas jóvenes de construir su agencia y consideran que está sujeta a las expectativas sociales que hay acerca de ejercer el control de sus propias vidas o si es esperado que el control sea ejercido por otros. Desde una perspectiva socio constructivista, además de las influencias sociales habría que considerar los discursos sociales alrededor de la individualidad, la libertad y la capacidad de elección.

En un estudio etnográfico realizado por Mäkinen y M. Vanhalakka-Ruoho (2018) con 12 jóvenes de entre 15 y 24 años se encontró que la agencia en las narrativas se construía a través de actividades reflexivas como el darse cuenta de cosas, tener opiniones acerca de algo, comenzar a pensar diferente y obtener nuevas ideas. Esto coincide con otra investigación longitudinal de jóvenes en Nueva Zelanda entre 12 y 17 años quienes han sido expuestos han vivido en entornos de violencia, abuso, y adicciones, con ellos se encontró que el encontrar sentido a lo que les estaba pasando es un elemento clave para desarrollar la agencia, esto les generaba una sensación de control de sus experiencias y de las decisiones que otras personas tomaron acerca de ellos.

La agencia podía también encontrarse en las relaciones con sus pares, en esas interacciones los jóvenes se veían como agentes al alentar a otros, compartir conocimientos personales, brindar ayuda, ser co-agentes y decidir no participar o involucrarse en actividades o relaciones (Mäkinen y M. Vanhalakka-Ruoho, 2018). En otra investigación se encontró que el sentido de agencia aumentaba al tener metas y planes en sus carreras profesionales (Kush & Cochran, 1993)

En un contexto terapéutico, Gibson y Cartwright (2013) llevaron a cabo investigaciones que da cuenta de cómo las personas jóvenes construyen la agencia a lo largo de las sesiones. Encontraron que esta se puede expresar en acciones como el ser ellos quien toman la decisión de ir a terapia, en evaluar si los terapeutas que les están brindando el servicio cubren con las expectativas que ellos tienen, tomando sólo lo que les funciona de lo que se les ofrece en la terapia y rechazando lo que no les es útil, y en verse a sí mismos los generadores principales de los beneficios que surgieron de la terapia.

Gibson y Cartwright (2013) también señalan que el considerar la agencia podría ser de especial importancia con este grupo de personas, pues se ha encontrado que son sensibles a las cuestiones de poder, buscando relaciones igualitarias con los terapeutas en las cuales ellos puedan tomar decisiones acerca de su cuidado. Al comparar lo encontrado con otras investigaciones acerca de la agencia con población adulta, en las narrativas de los jóvenes se encontró una mayor conciencia o receptividad hacia los momentos en los que la agencia está siendo comprometida y la necesidad de ir en contra de los discursos y arreglos de poder que atentan contra ella. Aunque mayoritariamente esto tiende a quedarse en reflexiones internas o críticas hacia la terapia y no siempre es posible que se traduzca en desafíos o resistencias abiertas hacia los adultos. (Rennie, 1994 en Gibson y Cartwright, 2013).

Munford & Sanders (2015) encontraron que para que la agencia se ponga en acción es fundamental tener una voz, lo cual se traduce en palabras de los jóvenes en ser respetados, escuchados, informados e involucrados en la toma de decisiones, pues muchos sentían ser ignorados y que sus opiniones no eran consideradas. El influir y actuar en sus entornos es algo que también contribuye a la agencia, aunque sus estrategias no siempre tengan los resultados esperados. El actuar y negociar en ambientes retadores genera sensaciones de competencia y valía personal.

Sharland (2006) apunta que el enfocarse demasiado en las decisiones individuales puede ocultar la agencia de los jóvenes, pues estructuralmente el mundo de

los adultos a veces les niega convertirse en actores activos. En este sentido es importante que los adultos entablen relaciones de apoyo que abran espacios para que los jóvenes participen en las decisiones y tengan oportunidad de poner en práctica y probar su agencia en situaciones sociales. (Munford & Sanders, 2015)

1.7 Poder en la terapia, rol del terapeuta y agencia

La terapia feminista es una de las aproximaciones que más se ha abocado a cuestionar las relaciones de poder que han mantenido a lo femenino en posiciones de represión. Aunque desde otras corrientes el tema del poder no se aborde tan claramente, es algo que permea al espacio terapéutico, y que dependiendo de la posición del terapeuta respecto a esta se creará un tipo de relación con los consultantes, lo cual también hará que la agencia de las personas se exprese de diferentes maneras.

El poder positivo es uno de los que puede hacerse presentes en la terapia. Este concepto propuesto por Foucault (en White, 1993) plantea que las personas estamos sujetas al poder no por medio de represiones o descalificaciones, sino a través de verdades normalizadoras, las cuales incitan a las personas a configurar o moldear sus vida de ciertas maneras y limitan su capacidad de pensar y actuar.

El poder además está siempre entrelazado con el conocimiento, a lo cual Foucault llama saber/poder. *“El saber/poder opera como aparatos locales que captan y orientan comportamientos y discursos, otorgando identidades y posiciones subjetivas a las personas.”* (Foucault, 2010 en Pakman 2019, p.1909). Dentro de estos aparatos están los saberes/poderes producidos por los “expertos”, quienes generan conocimientos científicos que regulan a las personas, definiendo en la vida cotidiana patrones de identidad, bienestar, salud, etc. (Kapusta & de Barbaro, B. 2019). El saber “psi” tienen un rol clave en las formas de poder político. Algunos intentos de resistirse a ser parte de esos aparatos locales y resistirse a los saberes hegemónicos psi se pueden identificar en los diferentes modelos posmodernos.

White (1993) señala la importancia de ser cautelosos con el control dentro de la terapia y de situar la práctica sobre discursos dominantes, estando atentos a identificar los aspectos que puedan vincularse al control social. Las ideas dominantes de disfunción o psicopatología esconden las complejidades de las acciones humanas, por ejemplo algunas personas consideran que su agencia y responsabilidad son limitada al estar sometidos a relaciones tradicionales de poder que están institucionalizadas en la cultura local (White, 2007). La terapia se compromete con una actividad política que cuestiona las técnicas por medio de las cuales se subyuga a las personas.

Seikkula (2022) plantea que a diferencia de modelos psiquiátricos cuyo principal objetivo es tratar los síntomas para lo cual se basan en un modelo de categorías diagnósticas y la medicación es la primera opción de tratamiento, en el modelo dialógico las decisiones de tratamiento son tomadas entre los consultantes, los médicos y las personas significativas involucradas. Encontrando que la medicación puede obstaculizar el proceso de sanación al tener efectos sedativos que afectan el trabajo personal. (Seikkula & Arnkil 2019). El intentar aplicar estrategias bloquea el que un interés reflexivo genuino emerja.

En los diálogos abiertos uno de sus principios de trabajo es la tolerancia a la incertidumbre. Este implica que desde el rol del terapeuta no hay soluciones o respuestas pre-fabricadas para las personas, pues cada crisis tiene características únicas (Olson, Seikkula & Ziedonis, 2013). Esto les aleja del rol de expertos y les permite compartir la incertidumbre y desesperanza que puede estar presente en los momentos de crisis. (Seikkula en Barnes, 2022). *“Parece importante que los profesionales toleren la incertidumbre y que no se apresuren a aplicar los medios de control probados y comprobados que los manuales profesionales de orientación estratégica proponen (Seikkula & Arnkil 2019, p.94).*

Desde la terapia colaborativa, acerca del conocimiento, Anderson (2023) propone que hay que tener en mente que las personas son expertas en sus vidas y en las situaciones que encuentran, enfocándose en los conocimientos locales (competencias,

valores, costumbres, capacidades, etc.) y conocimientos que van surgiendo dentro del diálogo. El mantener esta mirada es una forma de alejarse de las prácticas “psi” en la que se aplica a las personas métodos estandarizados y se les somete a conocimientos dominantes que enmascaran las complejidades de la vida humana.

En la terapia breve enfocada en soluciones, De Shazer, Dolan, y Korman, (2007) reconocen que existe una jerarquía en la relación terapeuta-consultante, pero se busca que esta sea democrática e igualitaria; el rol del terapeuta es uno que trata de expandir las opciones, no de limitarlas. Estos mismos autores describen que su trabajo consiste en tocar el hombro de las personas señalando una dirección diferente a considerar. Así mismo se entiende que las personas son capaces de construir sus propias soluciones para cambiar su situación, y quienes conocen mejor qué áreas de su vida necesitan cambiar (Yu, 2019) quitándole así peso a los saberes “psi”.

1.8 Agencia en esta investigación

La agencia será entendida como formas de actuar, reflexionar, dialogar, elegir, o influir en lo que se busca para la propia vida y asumiendo las responsabilidades que eso conlleva. Esto puede ser tanto de manera individual como colectiva, en el presente o en el futuro al contemplarlo como una posibilidad. Teniendo una sensación de ser capaz de generar diferencias significativas o de que se puede intervenir en los contextos sociales, en los que las personas desenvuelven. Además es entendida como algo que ocurre dentro de las relaciones y en el lenguaje, por lo que puede ser construida en el diálogo.

Capítulo 2. Narrativa

While science requires narrative for its own legitimation, (there has to be a story to tell why scientific knowledge is important at all), it repays the favor in poor coin. (Lyotard en Czarniawska-Joerges, 2004)

2.1 El Giro Narrativo

Desde los inicios de los 60, el giro narrativo se hizo presente en diferentes disciplinas, entre ellas la psicología y las terapias (Riessman & Quinney, 2005). En las ciencias sociales hubo teóricos quienes tuvieron una gran influencia en este movimiento, entre ellos se puede mencionar: Lyotard con su crítica a las grandes narrativas, Foucault y Derrida quienes apuntan a recuperar las voces de las personas que han sido marginadas y escuchar las historias que ellas tienen para contar. (Hyvärinen, 2010).

Referente al giro narrativo dentro del campo de la psicología, Bruner (1996) hace una distinción entre el conocimiento paradigmático o lógico-científico y el narrativo. Este autor plantea que el conocimiento narrativo se interesa por las acciones e intenciones humanas y las adversidades que estas enfrentan, mientras que el conocimiento paradigmático hace uso de la lógica para generar abstracciones que terminan por olvidarse de lo particular. La forma de interpretar el mundo propuesta por la modernidad ha generado que las narrativas e historias no sean consideradas como una manera de legítima de conocer o como una base razonable para la acción, relacionándolas más con una forma de entretenimiento o con la ficción. (McLeod, 1997)

McLeod, (1997) señala que desde la forma paradigmática de conocer el mundo se deja fuera el contexto social, se buscan las certidumbres y se usa un tipo de lenguaje especializado que es impersonal. En contraparte, las narrativas dan cuenta de eventos específicos en contextos sociales particulares. La psicología se ha fundamentado en el

conocimiento paradigmático, la psicoterapia al guardar una estrecha relación con ese campo de conocimiento también ha recurrido a esta forma de conocer. Las críticas han ido aumentando respecto a las limitaciones que esto implica, comenzando a orientarse más hacia entender la forma en que las realidades son construidas a través de la narrativa.

2.2. ¿Qué son las narraciones?

Riessman (2008) ha identificado que, aunque la forma de definir una narración puede variar, algo que guardan en común es que se componen de secuencias y consecuencias. El contenido puede ser acerca de cualquier tema, pero las historias demandan una conexión consecuente de eventos e ideas dentro de una dimensión temporal. (Polkinghorne, 1988; Riessman, 2008; Bruner cit. en González, 2006; Gergen, 1996) Hay eventos que son seleccionados, organizados y conectados para una audiencia (Riessman en Kelly, 2005). Es a través de esas conexiones que los acontecimientos adquieren significados. Dar forma narrativa implica imponer un patrón significativo a algo que de otra forma sería azaroso y sin conexión. Las narraciones son además una de las principales formas en las que las personas encuentran sentido y comunican sus experiencias (McLeod 2011; Borcsa & Rober, 2016).

Desde una perspectiva socio-construccionista, Gergen (2007, p.165) define las narraciones como “*recursos conversacionales, construcciones abiertas a la modificación continua a medida que la interacción progresa, dispositivos a partir de los cuales se construye la realidad.*” Son herramientas lingüísticas con funciones sociales. Nunca somos los autores únicos de nuestras narraciones, en las conversaciones, las personas toman posturas las cuales pueden ser aceptadas, rechazadas o cambiadas por los involucrados en la conversación (Czarniawska, 2004).

2.3 Narrativa e identidad

Una de las razones por las cuales la narrativa ha ganado tanta popularidad es porque abre nuevas formas de entender la identidad de las personas. (Riessman, 2008; Turner & Bruner, 1986) Esta ha pasado de verse como algo natural o interno a algo que puede ser construido. Las personas, comunidades y organizaciones tienen la posibilidad de crear las narrativas preferidas acerca de quiénes son y cómo quieren ser conocidos. *“En tiempos posmodernos, las identidades se pueden armar y desarmar, ser aceptadas y cuestionadas y representadas para un público”* (Riessman, 2008, p. 19). Esta perspectiva es compartida por varios autores.

De acuerdo con Michael White (2007) no tenemos una identidad única, si no tenemos múltiples posibilidades de sí mismo. La identidad se construye a partir de lo que sabemos de nosotros mismos, que es influenciado por los contextos en los que se habita, y por como nos contamos. En ocasiones las personas no se reconocen a sí mismas en sus relatos, ante esto existe la posibilidad de acceder a otras formas de narrarse. Al referirse a la identidad Michael White usaba la metáfora del territorio, cuando las personas hablan de sus historias preferidas amplían sus territorios y por lo tanto su identidad. Al narrar y re-narrar las historias preferidas, se genera una sensación de enriquecer los pasos que se puede dar en la vida y fortalecer el sentido de agencia. White fue influenciado por Jerome Bruner, quien afirma que *nos convertimos en las narrativas a través de las cuales contamos nuestras vidas.*” (2004, p.15)

Gergen (1996) plantea que las identidades se construyen en las narraciones y son producto de un intercambio colectivo, al verlo de esta manera se deja de lado el interés por la coherencia y estabilidad de la identidad. *“Las personas pueden retratarse de muchas maneras dependiendo del contexto relacional. Uno no adquiere un profundo y durable «yo verdadero», sino un potencial para comunicar y representar un yo.”* (Gergen, 1996, p.181). La identidad se construye entre las personas. Las narraciones del sí mismo son una forma social de dar cuenta, un discurso público que está abierto a ser modificado en la interacción con otros. La forma en que se vayan armando y modificando las

narraciones va a permitir que se mantenga, intensifique o frenen diversas formas de acción.

En la misma línea, Goolishan H., y Anderson H. (1994) plantean que el self es una expresión de la capacidad de narrar de las personas. Somos el producto de narrarnos a nosotros mismos, a otras personas, de las narraciones contadas por otros sobre otros y sobre nosotros mismos. A lo largo de la vida somos autores de una narración que está en permanente cambio y desarrollo, la cual termina siendo el sí mismo. Este sí mismo es además algo aprendido, una manera de contar la individualidad, *“un modo de aprender a caracterizar en el discurso la propia capacidad como agente, como alguien que puede hacer, como actor”* (p.298).

2.5 Narraciones, Terapia y Agencia

Gergen (1999) hace referencia a la agencia como algo que ocurre dentro de las relaciones y en el lenguaje, haciendo de lado entendimientos que lo explican como estados internos. En el proceso de hablar acerca de sus experiencias, las personas van creando y construyendo aspectos de su identidad, uno de estos aspectos es la agencia (Gibson & Cartwright, 2013 ;Mäkinen y M. Vanhalakka-Ruoho 2018). La agencia consiste en buscar la autoría y la autonomía de las narraciones en primera persona (Biagi & Rasera, 2018).

Las narrativas saturadas de problemas hacen que la mirada se centre en ciertas percepciones lo cual dificulta que se abran otras posibilidades hacia el futuro (Magnabosco Marra, 2014). Pero las narrativas también tienen el potencial de llevar a la transformación personal y social, y a recuperar el sentido de agencia al permitir las personas re-contar su historia (Jolly, 2001). El restablecimiento del sentido de agencia es un proceso paralelo a la construcción de nuevas narrativas, las cuales incluyan las intenciones que las personas consideran relevantes para sus vidas. (Goolishan H., y Anderson H, 1994)

Goolishian H., y Anderson H. (1994) sostiene que la agencia y la intención son funciones de las narrativas. El hecho de construir sus historias otorga a las personas un sentido de agencia. Las intenciones también las considera como una forma de tener agencia al identificar las razones que llevan a actuar de determinada manera.

Goolishian y Anderson (1994) describen a la terapia como un proceso conversacional, a través de cual el cambio se da cuando se transforman las historias en el diálogo, permitiendo que surgen historias que son más tolerables en el presente y guardan coherencia y continuidad con historias anteriores. Esto se logra formulando preguntas acerca de las historias de las personas que permiten entender su subjetividad. Desde esta perspectiva influenciada por visiones posmodernas y del construccionismo social, la terapia implica el estar del consultante y de la terapeuta en una conversación en la que se exploran nuevos significados, nuevas narraciones, y nuevos agenciamientos situados en un contexto socio-cultural. El cambio en la terapia podría entenderse como un restablecimiento del sentido de agencia al desarrollar nuevas narrativas.

2.6 Narrativa en esta investigación

La narrativa será entendida como relatos contruidos en los que se establece una conexión entre eventos significativos que están ligados en secuencias temporales. Estas construcciones se hacen en la interacción entre personas, pueden ser modificadas en el diálogo y es a través de ellas que se construye la realidad, la identidad y se da cuenta de la agencia. Las formas en las que se narran las cosas permite cambiar o mantener ciertas pautas de acción.

Capítulo 3. Metodología

Los tres elementos de mi moral son: [primero,] rechazo a aceptar como evidente por sí mismo lo que se nos propone; segundo, necesidad de analizar y saber, porque nada de lo que tenemos que hacer puede hacerse sin una reflexión, así como sin un conocimiento, y esto es el principio de curiosidad; tercero, principio de innovación, es decir, no inspirarse en ningún programa previo y buscar bien —tanto en ciertos elementos de nuestra reflexión como en nuestra manera de actuar— lo que nunca se pensó, se imaginó, se conoció, etc. Por ende, rechazo, curiosidad, innovación. (Foucault, 2016, p.57)

3.1 Planteamiento del Problema

La agencia es considerada un factor de cambio relevante en la terapia, sin embargo, la investigación empírica que existe alrededor de esta es escasa (Huber. et al, 2021). Hitlin y Elder (2007b) describen el concepto de agencia como algo “resbaladizo” para el cual hay definiciones inconsistentes y fallan en anclarlo en la experiencia humana, siendo relevante el continuar realizando investigación que permita nuevos entendimientos acerca de este constructo.

Además la investigación que se ha hecho acerca de la agencia ha estado enfocada en personas adultas y aún hace falta entender más acerca de la experiencia en gente joven. (Gibson & Cartwright, 2013; Duncan, Miller, & Sparks, 2007; Helgeson & Palladino, 2012) El enfocarse en población adulta puede estar relacionado con la idea de que las personas jóvenes son menos capaces de tomar decisiones (Prout, 2007; Zirkelback & Reese, 2010).

3.2 Justificación Teórica y Metodológica

El interés por llevar a cabo investigaciones narrativas en contextos terapéuticos ha aumentado, sin embargo sigue habiendo una marcada preferencia hacia los enfoques cualitativos con los cuales se puede comprobar la efectividad de las terapias, pero estos no aportan nuevas ideas para enfrentar situaciones clínicas. (Borcsa & Rober, 2016). Los métodos cualitativos son necesarios para entender los procesos terapéuticos a detalle, enriqueciendo así el conocimiento acerca de las cosas que funcionan (Lutz, Castonguay, Lambert, Barkham, 2021) y acercándose más a la complejidad que implica este trabajo. Las razones por las cuales elegí un enfoque cualitativo y una metodología narrativa es por el interés en el proceso terapéutico más allá de los resultados finales. Esta investigación es acerca del proceso de terapia en la cual se analizó “con microscopio” el contenido de las sesiones para notar lo que de otra forma pasaría desapercibido (Borcsa & Rober, 2016).

Otra de las razones por las cuales elegí esta metodología es por su conexión con el tema de la agencia. Czarniawska-Joerges (2004) argumenta que una de las características distintivas de las investigaciones cualitativas es que reflejan una perspectiva de las personas como agentes que actúan de manera intencionada y colaborativa, sin embargo, esto es algo que tiende a quedar oculto o implícito, por lo que sugiere que se lleven a cabo investigaciones que destaquen de manera más explícita la agencia. La agencia humana se puede revelar o promover al entender lo que la gente hace en los procesos terapéuticos. (McLeod & Balamoutsou, 1996 en Frommer & Rennie, 2001).

Finalmente, los análisis narrativos que se hacen con datos que surgen de procesos terapéuticos se interesan por las contribuciones que los terapeutas hacen a las narraciones, haciendo posible el presentar la información como un proceso dialógico y colaborativo en el cual se considera la participación de todos. (Borcsa & Rober, 2016). Además de que ponen atención al contexto en el que se produjeron las narraciones, por ejemplo, el contexto de la investigación misma, las relaciones dentro de la terapia, los marcos macro institucionales dentro de la que esta se produce, etc. (Riessman y Speedy,

2007) El poner atención en cómo la participación de todos los involucrados hace que se produzcan ciertas narraciones dentro de determinados contextos es contingente con el construccionismo social desde el cual se plantea que las realidades e identidad de las personas son construidas socialmente.

3.3 Pregunta de Investigación

¿Cómo cambia la agencia en el proceso terapéutico con una persona joven?

¿Cómo se co-construye en las narrativas el sentido de agencia?

3.4 Objetivos

- Entender cómo cambia la agencia en el proceso de terapia de una joven de 22 años
- Comprender cómo se co-construye con las terapeutas las narraciones alrededor de la agencia a lo largo de las sesiones de terapia

3.5 Tipo de Investigación

Esta investigación es de corte cualitativo y fue guiada por un paradigma interpretativo, una aproximación teórica feminista y socio construccionista desde la cual se reconoce la importancia del discurso y las relaciones para construir realidades y significados.

Se usó una metodología narrativa la cual permite enfocarse en las experiencias contadas por una persona y a la vez explorar las narrativas sociales, culturales, familiares e institucionales en la que las personas están inmersas y dentro de la cual se les da forma y organización a sus historias (Creswell & Poth, 2018). Creswell & Poth, (2018) identifican que existe una diversidad de formas de hacer análisis narrativos, algunas características que comparten y que son relevantes en el análisis realizado en esta investigación son: recogen historias que dan cuenta de experiencias individuales, la recolección de historias ocurre en lugares, tiempos y situaciones específicos de los cuales se da cuenta en el reporte, y el análisis se realiza usando una variedad de estrategias.

Otra característica importante es el enfocarse en cuestionar el lenguaje, cómo y porqué se narran los acontecimientos, no simplemente el contenido; además buscan explorar la totalidad de lo que es narrado más allá de fragmentarlo (Riessman & Speedy, 2006). Las historias de las personas son analizadas de forma holística, es decir es tomada como un todo y las secciones que se eligen son interpretadas en el contexto de otras partes de la narrativa, lo cual permite entender los cambios de posición que la persona experimenta. (Lieblich, Tuval-Mashiach & Zilber, 1998)

3.6 Técnica de Recolección de la Información y Participante

La información analizada fue recolectada durante el proceso terapéutico que se tuvo con una adolescente de 21 años, Zoe. Ella fue contactada a través de la página web *Mi Salud*¹, la cual fue creada durante la pandemia de Covid-19 para evaluar los riesgos a la salud mental. En esta plataforma, después de responder un cuestionario, a las personas se les daba la opción de ser contactadas por profesionales de la salud mental en caso de querer recibir atención psicológica. Al ser residente de la maestría en Psicología con Residencia en Terapia Familiar del programa de la UNAM se me dio acceso a la lista de personas que deseaban ser contactadas. Me comuniqué con Zoe para ofrecerle un espacio de terapia quincenal en una modalidad en línea vía Zoom, dentro de la Supervisión Clínica del Modelo de Soluciones que es parte de la maestría.

En esta supervisión, se trabajó con una propuesta posmoderna llamada *Terapeuta Relevo* (Zavala y Zamudio en Sánchez, 2021). Desde esta metodología se considera a la supervisión como una actividad conversacional, dialógica y colaborativa que busca minimizar relaciones jerárquicas entre consultantes, terapeutas y supervisores. La forma en la que opera es conformando un equipo de 5 terapeutas quienes se hacen cargo de atender a un consultante. Un miembro del equipo estuvo al frente en cada sesión, las cuales tuvieron una duración de entre 40 y 50 minutos, mientras que el resto se mantenía con las cámaras apagadas escuchando la sesión. Después de los 40-50 minutos de sesión se hacía un equipo reflexivo de entre 10 y 15 minutos. Al finalizar la terapeuta a

¹ <https://www.misalud.unam.mx/covid19/>

cargo regresaba con la consultante para despedirse y cerrar la sesión. Siempre al inicio estábamos presentes todos los miembros del equipo terapéutico para saludar a Zoe, inmediatamente después de recibirla, apagábamos nuestras cámaras si no nos tocaba ser la terapeuta al frente.

Al contactar por primera vez a Zoe se le hizo saber esta dinámica, también se pidió su consentimiento para grabar las sesiones, a lo cual ella estuvo de acuerdo. El proceso terapéutico dentro de la Supervisión del Modelo de Soluciones tuvo una duración de 8 sesiones. Posteriormente se continuó trabajando con ella, pero las sesiones dejaron de ser grabadas.

Unos meses después de haber terminado el proceso terapéutico en el espacio de supervisión, me aproximé con Zoe para invitarla a participar en esta investigación. Ella aceptó que las grabaciones fueran usadas para este trabajo y firmó un consentimiento informado. Todos los demás miembros del equipo de Terapeutas Relevo también estuvieron de acuerdo en que las sesiones fueran analizadas y sus participaciones pudieran aparecer en esta tesis. De las ocho grabaciones sólo se pudieron recuperar cinco, que son específicamente de las sesiones uno, dos, tres, cinco y seis. Mi participación dentro este proceso tiene un doble rol que es el de terapeuta en una de las sesiones y el de investigadora.

Seleccioné Zoe el caso de Zoe intencionalmente por encontrarse en un momento de su vida en el cual ella estaba considerando tomar decisiones que la acercaban más a la forma en la que ella deseaba vivir, pero en ciertos momentos encontraba obstáculos relacionados a estructuras de poder, que la llevaban a expresar su inconformidad de formas que la ponían en riesgo. El problema de las relaciones de poder es uno de los principales intereses dentro de la investigación narrativa. (Clandinin & Connelly, 2000 Cit. en Creswell & Poth, 2018) Al estar cada vez más cerca de ser independiente, ella podía pensar o imaginar escenarios en los que podía verse a sí misma como agente de su vida, pero en ese momento seguía sujeta a ciertas estructuras que limitaban sus opciones.

3.7 Proceso de Análisis Narrativo

A continuación se dará una breve descripción de dos procesos interpretativos, que son fundamentales para el análisis que llevaré a cabo, estos procesos son la transcripción y tres diferentes formas de analizar las narraciones propuestos por Riessman (2008).

3.7.1 Transcripciones

Riessman (2008) afirma que no existe una manera universal de hacer transcripciones, en cada investigación se tiene que tomar la decisión de cuál es el mejor método que permitirá alcanzar los objetivos planteados y responder la pregunta de investigación. Esta autora reconoce que el transcribir no es una actividad neutral en la que se tiene como resultado una fiel representación de lo que las personas dijeron, ya que los investigadores transforman la información para analizarla.

Para este trabajo hice una primera transcripción de las sesiones en la que todas las expresiones fueron capturadas con el mayor detalle posible, conservando los momentos en los que hubo titubeos, pausas, en los que se repetían palabras y formas de respuesta abreviadas (ej.: mhh, ajá). Fragmentos de ese primer texto serán tomados y re-escritos de acuerdo al tipo de análisis que se lleve a cabo: estructural, temático o dialógico los cuales expondré a continuación.

3.7.2 Análisis de las narraciones

Riessman, (2008) propone 3 tipos de análisis narrativos: temático, estructural y dialógico/performativo. En la tabla 1 se hace una síntesis de todos ellos.

3.7.2.1 Análisis Temático

El análisis temático se enfoca en el contenido de la narración y lo que se puede aprender de la historia, aunque se podría decir que toda la investigación narrativa está interesada en qué información está siendo comunicada, desde el análisis temático el interés está exclusivamente en esto. Se da prioridad a lo que es dicho sin considerar la

forma en que se dice, el contexto o la audiencia (presente o ausente). La forma en la que se presenta la información tiende a ser fácil de leer, omitiendo elementos como interrupciones o pausas que se pudieron haber hecho al hablar, dejando de lado las intervenciones del entrevistador por lo que la narración aparece como una construcción completa del entrevistado. Al ser una investigación enfocada en la agencia en todas las narraciones se tendrá interés en el contenido.

3.7.2.2 Análisis Estructural

El análisis estructural además de enfocarse en el contenido, considera cómo están organizadas las narrativas para lograr fines determinados. Se interesa por qué partes la componen y cómo estas se relacionan entre ellas, cómo la narración es armada por la persona que la relata haciéndola una unidad coherente y comprensible, ya que la forma en que se las personas usan el lenguaje y construyen sus narraciones tiene efectos en quienes los escuchan. Los orígenes de este tipo de análisis pueden ser rastreados en lo propuesto por el antropólogo Lévi-Strauss, y teóricos estructuralistas Algirda Greimas y Roland Barthes quienes analizaron narraciones escritas y encontraron mecanismos comunes entre ellas (Czarniawska, 2004 y Medina, 2011).

El socio-lingüista William Labov se interesa también por las estructuras, pero él se enfoca en narraciones cotidianas y expresadas de forma oral interesado en poner al descubierto el andamiaje de las interacciones conversacionales (Medina, 2011; Hall, 2020). Labov & Waletzky (1967) proponen un análisis funcional en el que entienden las narrativas como una forma de recapitular experiencias del pasado y que son contadas en unidades que empatan con la secuencia temporal en la que se vivió esa experiencia.

De acuerdo con el método propuesto por Labov y Waletzky (en Helm. 1967), una narrativa incluye 6 elementos: (1) orientación: las personas introduce el tiempo, lugar y personajes involucrados en la narración, (2) complicación: eventos en las que aparece una crisis o punto de inflexión, (3) evaluación: el narrador comenta acerca de los significados involucrados, emociones, razones, metas y juicios (propios o de los personajes involucrados), (4) resolución: forma en que se resuelve o lo que resulta de

las complicaciones y (5) coda: el final de la historia y regreso al tiempo presente. Posteriormente Labov (1972) añade otro elemento que es el resumen o abstract en donde se introduce al oyente la narración, dándole una idea general de lo que esta trata.

Otra metodología para llevar a cabo un análisis estructural fue propuesta por James Gee, con la cual la definición de narrativa se flexibiliza y permite entender narraciones que son demasiado largas, dan brincos en el tiempo o se desvían del tema (Riessman, 2008). James Gee (1989) plantea que cuando las personas hablan lo hacen expresando sus ideas en pequeñas unidades que se mantienen conectadas a través de la entonación que se les da y están separadas de otras unidades por ligeras pausas o titubeos. Al remover las interrupciones que naturalmente ocurren al hablar y colocar las oraciones juntas se obtiene una estructura, la estructura ideal contiene líneas que consisten en oraciones simples. Estas líneas pueden ser agrupadas en estrofas acerca de un tema en particular. La función de las estrofas es marcar una perspectiva, por lo que el inicio de cada estrofa implica cambios en tiempo, evento, tema, o punto de vista. Esta técnica que esencialmente consiste en tener en consideración los ritmos y pausas del habla permite al lector tener una participación más cercana con la historia tal como fue contada. (McLeod & Balamoutsou, 1996)

3.7.2.3 Análisis Dialógico o Performativo

Este tipo de análisis interroga cómo la conversación entre personas es producida como una narración, en este es particularmente relevante el contexto (interaccional, histórico, institucional, etc.) en el que las historias son contadas. Se interesa por el a quién pueden estar siendo dirigidas ciertas expresiones, en qué momentos y con qué propósitos. Este tipo de análisis permite ver cómo las identidades son situadas con una audiencia en mente. El análisis dialógico está informado por la teoría literaria de Bahktin (1975 en Riessman, 2008) quien argumenta que todos los textos son polifónicos. Este diálogo puede extenderse hasta el lector, quien también es invitado a involucrarse con el texto y tener su propia voz. (Iser, 1978 citado en Riessman, 2008)

Tabla 1. Tipos de análisis narrativos propuestos por Riessman (2008)

	Temático	Estructural	Dialógico/Performativo
Busca entender	¿Qué se narra?	¿Cómo se narra? ¿Cómo funciona la narrativa?	¿A quién, cuándo y porqué se narra? ¿Para quién se esta hablando y con qué propósito?
Enfoque del análisis	El contenido de la narración, lo que se dice.	La estructura interna, secuencia y organización de la narración a partir de la cual se logran ciertos objetivos.	La forma en la que las historias son co-productas en una interacción entre las terapeutas y Zoe. Es relevante tener en consideración la influencia del contexto social, histórico y cultural.
Presentación de la información	El lenguaje es visto como un recurso para entender las construcciones de la realidad de las personas.	A través de las metodologías propuesta por Labov o James Gee.	La voz del investigador se encuentra presente en la narración
Criterios de elección en esta investigación	Al elegir narraciones que a mi criterio tienen que ver con agencia, en todos los fragmentos se podrán énfasis en el contenido .	Narraciones que facilitan o dificultan que la Zoe se posicione como agente.	Narraciones co-construidas con la terapeuta

En el análisis de las narraciones de Zoe en la terapia se usarán estos tres diferentes tipos de análisis, evidenciando las razones por las cuales se elige uno u otro o alguna combinación entre ellos

3.7.3 Metodología de Análisis Narrativo para Sesiones de Terapia

MCleod y Balamoutsu (2001) proponen una metodología de análisis narrativo específico para la terapia que consiste en 3 etapas. En mi proceso de análisis tomo como base esta propuesta e integro algunos elementos del análisis narrativo de Josselson y Hammack (2021). A continuación describo los pasos que seguí:

- Fase 1: Análisis Preliminar

El objetivo de esta etapa es encontrar una estructura y significado en el texto como un todo. Se hace una primera interpretación de los datos al transcribir las conversaciones. El audio fue transformado en texto usando el software Amberscript. Posteriormente escuché las grabaciones mientras que a la par leía el documento escrito que se había generado, corregí los errores que iba encontrando y a la par fui identificando las historias que fueron contadas. En este primer filtro, seleccioné las historias que tuvieran todos los elementos propuestos por Labov (1972) (resumen, orientación, complicación, evaluación, resolución y coda). Un segundo filtro fue elegir las historias en las que estuvieran presente la agencia, de acuerdo a la definición dada de este constructo en esta investigación. Al terminar este proceso escribí un resumen de las historias y las secuencia en la que se fueron contando. Finalmente hice una representación del caso como un todo, para lo cual escribí un resumen del caso el cual contiene información de lo que pasó en todo el proceso terapéutico con una mirada descriptiva e interpretativa a la vez. La parte interpretativa implicó el escribir desde mi entendimiento lo que fue útil o no para la construcción de la agencia en el proceso terapéutico.

- Fase 2: Micro análisis

En esta etapa se busca comprender eventos terapéuticos específicos y los procesos que se llevaron a cabo para lo cual se eligen segmentos de narraciones para ser micro analizados. A partir de lo generado en la fase 1, definí con cuáles se haría un análisis del tipo estructural, de contenido o dialógico. El elegir hacer

estos tres diferentes tipos de análisis fue una adaptación que yo hice al modelo propuesto por MCleod y Balamoutsu. Esta modificación se hizo con el objetivo de responder a la pregunta de investigación. El involucrar diferentes aproximaciones de análisis me permitió enfocar el proceso de cambio en la agencia como una co-construcción entre: Zoe, la terapeuta al frente de la sesión, el equipo de terapeutas y los contextos relevantes. Esto en línea con el socio construccionismo desde el cual las realidades, significados y narraciones son creados entre las personas.

En estos segmentos además identifiqué las diferentes voces involucradas y las macro-narrativas presentes (Josselson y Hammack, 2021). Las voces fueron entendidas de diferentes formas: (1) como una forma de corporizar las historias al ser expresadas de maneras particulares por la consultante, por ejemplo en un tono de voz alto o mientras se llora, (2) como una forma de dar voz a otras personas dentro de la terapia, por ejemplo al hablar de lo que otros han dicho y (3) como una forma en la que los discursos culturales dominantes están presentes.

- Fase 3: Comunicando lo que se encontró

En esta última parte se hace un resumen de lo encontrado, respetando la unidad del texto completo. Además de que se conecta con interpretaciones teóricas. Para las narraciones que serían presentadas, escuché nuevamente el audio y transformé algunas de las transcripciones de tal forma que las separaciones entre las líneas representaran el ritmo en el que las personas fueron hablando, buscando hacerlas más cercana la experiencia hablada.

Presento los fragmentos de la historia tal como fueron relatados por la participante. Al presentar la información de esta manera se busca que los lectores puedan formar su propio juicio de los datos y hacer sus propias interpretaciones, las cuales podrían ser diferentes a las mías.

Capítulo 4. Análisis de los Datos

Not everything that counts can be counted and not everything that can be counted counts.
(Einstein cit. en Goolishian y Anderson, 1992)

4. 1 Presentación del Caso

En el momento en el que se brindó la atención a Zoe ella tenía 22 años y era estudiante universitaria. Vivía con sus papás y sus dos hermanos menores. Al comenzar el proceso terapéutico se estaban terminando las restricciones impuestas por la pandemia de Covid-19, lo cual es relevante ya que implicó que durante dos años la familia tuvo una convivencia muy cercana al hacer todas sus actividades en casa.

Lo que motivó a Zoe a buscar un espacio de terapia fue la falta de confianza que identificaba en sí misma, tener una visión poco esperanzadora acerca de su futuro y sentir que puede hacer algo en contra suya. Ha pensado en “el límite”, que es quitarse la vida. Desde que tenía 10 años comenzó autolesionarse cuando las emociones eran demasiado fuertes y no encontraba otra alternativa para sacarlas. Lo que espera del proceso terapéutico es aprender a manejar sus emociones, además de que le gustaría verse menos impulsiva, teniendo más confianza y no tomándose las cosas “tan a pecho”.

Anteriormente ya había solicitado un espacio de terapia, sin embargo, el programa de atención psicológica universitaria al que se acercó no tenía espacios disponibles. En este momento solicita nuevamente el servicio ya que consideró que “no podía dejar pasar más tiempo para pedir ayuda”.

4.2 Análisis narrativo

4.2.1 Sesión 1

Durante la primera sesión se habló acerca del motivo de consulta y los objetivos para terapia. De esa sesión tomo la primera transcripción (Figura 1) en la cual Zoe habla acerca de la historia del problema.

Figura 1. Transcripción 1: “El problema conmigo”

Estrofa 1: Sufrí Bullying

01 Um. Bueno eeh
02 Hace años
03 cuando, pues,
04 pues era niña. Eeh
05 Mm. Hay Perdón
06 Eh
07 Amm
08 Pues sí, sufrí bullying cuando iba en la primaria.
09 Y
10 Creo que hasta la fecha como que eso ha.
11 Reper, repercutido, osea.
12 Han pasado muchos años, pero
13 Um.
14 No sé cómo sobrellevarlo, por decirlo así

Estrofa 2: Falta de confianza en mí

15 Y
16 En
17 En otras.
18 Ah. Bueno.
19 Eh agregamos como
20 La falta de confianza que digamos que tengo
21 En mí, porque.
22 A
23 Pues

Estrofa 4: Choques con mi papá me han lastimado

24 Como que tengo ciertos choques con mi papá,
25 por decirlo así.
26 Eh. Entonces
27 Pues hemos tenido como ciertas discusiones en donde.
28 Pues sí se expresa de cierta forma que.
29 Pues me ha
30 Pues lastimado.¿ No?
31 No soy lo que él pensaba

32 Osea Que
33 Ha dicho que.
34 Que no soy lo que él pensaba.

Estrofa 5: Mi elección de carrera decepción para papá

35 O el incluso como haber escogido
36 Una carrera que él no quería
37 que yo estudiara
38 Osea como que lo hace ver.
39 Como si fuera una decepción.
40 Y.
41 Pues otras cosas
42 Más cosas que él ha dicho, no?
43 Pero.
44 Eh
45 Pues sí, osea
46 Eso es lo que,
47 Lo principal, lo que ha ocasionado.

Estrofa 6: Caigo en la desesperación

48 Llega un momento en el que
49 Yo caigo como en la desesperación de
50 Si estoy haciendo las cosas bien o no.
51 Mm. Y.
52 Pues es eso.
53 Lo que ha ocasionado como esas.
54 Mm.
55 Como ese problema conmigo.
56 Y. Y de cierta forma,

Estrofa 7: No sé cómo sacar la frustración

57 También ha impactado como en el estado de humor que
58 Aam
59 Como que a veces es muy cambiante
60 Y eso también me preocupa porque
61 Eeh
62 Pues he tenido como estos arranques así muy feos en los que.
63 Ya.

64 Ya tanta es mi desesperación
65 que ya no sé cómo ni siquiera sacar la la frustración, ¿no?

Estrofa 8: Discusiones y energía acumulada.

66 Por. Esa,
67 Como esas discusiones.
68 A veces pueden ser como pequeñas,
69 Pero osea por mí,
70 Pues dentro de mí como que ya es
71 Osea ya es como mucha, no sé, energía.
72 No sé si decirlo así?
73 Acumulada que tengo

Estrofa 9: He pensado en hacer cosas que me pueden poner en peligro

74 Que incluso eeh
75 Pues sí he pensado en hacer cosas más,
76 Más extremas ¿no?
77 O cosas que ya no.
78 Eeh pues sí que no, no, no, no, que no está bien.
79 Y que pueden poner en peligro.
80 Pues sí.
81 Pueden ponerme en peligro o así.

Estrofa 10: Lo máximo que he llegado

82 Osea hasta lo que he llegado
83 O lo máximo que he llegado
84 Pues es como
85 Pues hacerme
86 Pues hacerme daño, no?
87 Osea sí suena,
88 Suena feo, no?
89 Pero.
90 Pues ya es como el arranque de desesperación que tengo.
91 Osea es eso.

Análisis de la Transcripción 1: “El problema Conmigo”

En esta primera narración Zoe tiene dificultades para contar lo que quiere decir, haciendo constantes pausas, tomando su tiempo para encontrar las palabras y articular lo que buscaba expresar. El presentar la transcripción de acuerdo a la propuesta de Gee (1989) tiene el objetivo de dejar al lector experimentar esa tensión. Además al organizar las estrofas de acuerdo a unidades temáticas se observa que esta es una narración estructurada alrededor de situaciones difíciles que ha tenido que enfrentar en su vida: sufrir bullying, falta de confianza y dudas en ella misma, conflictos con su papá, desesperación y frustración acumulada e ideas que pueden ponerla en peligro a ella misma. Estas situaciones tienen que ver tanto con acciones que vienen del exterior como con lo que le genera internamente en términos de emociones y de la imagen que tiene acerca de sí misma.

La audiencia para quien ella construye esta narración es un grupo de terapeutas, lo cual podría estar relacionado con comenzar a narrar desde el origen del problema. Se narra desde una posición de no agencia en la que elige frases como *“No sé cómo sobrellevarlo”, “yo caigo como en la desesperación”, “tanta es mi desesperación que ya no sé cómo ni siquiera sacar la frustración”,* reconociendo además que ha llegado a pensar en cosas que la pueden poner en peligro.

De esta narración hice dos análisis, uno que es presentado en la figura 1 con la metodología de Gee y otro que se encuentra en el anexo 1 con la metodología de Labov (1972). El análisis estructural de acuerdo a lo propuesto por Labov permite complementar al análisis en términos de tiempos y otras personas involucradas, los cuales abordo a continuación.

Zoe da detalles mínimos acerca de los espacios, temporalidades, pensamientos, intenciones o emociones de las otras personas involucradas. En un principio (líneas 1 a 7) nos lleva al pasado y nos ubica cuando ella era niña, el primer conflicto que enfrenta es el sufrir bullying (línea 8) aunque no ahonda en quiénes lo ejercieron o cómo específicamente lo impacta a ella. Pareciera que esta situación no tiene una resolución,

es un evento que la cambia, que sigue sin saber cómo sobrellevarlo y que se conecta con su identidad actual en la que ella identifica que hay falta de confianza.

Un segundo conflicto (19-47) en la historia de Zoe surge en la relación con su papá en la cual hay discusiones y palabras que la lastiman, y que la dejan sin confianza. Cuando habla de las discusiones usa verbos en presente, dejando saber que es algo que está pasando actualmente, aunque no se sabe en qué momento comenzaron o cuánto tiempo llevan ocurriendo. El papá expresa que Zoe es una decepción por no estar estudiando lo que él quería. Puedo inferir una posición de agencia al haber sido ella quien elige su carrera, pero en la historia ella no puede narrarse de esa manera al enfrentarse con los cuestionamientos y reclamos del papá, quien además lo hace desde una posición de poder. Esto tiene efectos como cambios de humor y arranques que son expuestos en la sección de evaluación (líneas 48-61).

Las palabras de su papá la han impactado al grado de caer en la desesperación y dudar de sí misma, es aquí donde ella ubica su problema actual, en ese espacio en el que se conectan la voz de su papá y las emociones y pensamientos que eso le genera.

Zoe habla de cómo el que esos conflictos se vayan acumulando la llevan a pensar en cosas más extremas (líneas 62-76). Al hacer la evaluación, Zoe expresa que ella misma reconoce el peligro que esto implica (líneas 77 a 89). La no agencia entonces se podría ver en términos de no encontrar formas de lidiar con las emociones que las descalificaciones del papá le generan. Los problemas roban el sentido de agencia de las personas dejándolos con una sensación de que están a disposición de fuerzas inamovibles, se convierten en recipientes pasivos del problema. (Drewery & Winslade, 1997)

Finalmente nos regresa al presente después de habernos contado lo que implican los arranques de desesperación . (líneas 90-91)

En esta primera narración se observa una parte muy reflexiva de Zoe en la cual es muy clara al hablar acerca de sus emociones, juicios e ideas. También plantea la conexión entre los conflictos con su papá y los momentos en los que se ha sentido sobrepasada por sus emociones, se ha cortado o ha pensado en el extremo. Sin embargo en otros momentos de la conversación con Zoe, ella habla de la confusión o desconcierto que le genera el auto lesionarse ya que es algo que ella misma no puede entender. Ella refiere que no sabe cómo explicarse lo que se hace a sí misma, a continuación, se presentan unos fragmentos de la conversación que dan cuenta de esto

Fragmentos de Sesión 1. Confusión y desconcierto referente a su problemática

“Es complicado porque, o sea, ni ni siquiera yo cuando me siento bien por decirlo así, le encuentro como lógica, ¿no? de ¿porqué a veces me siento así y porque a veces no me siento así?, o porque a veces tengo confianza y a veces no?, porque a veces siento que me desespero y hay otras veces que ¿no?”

“Sí me, me pues como que me preocupa, ¿no? En cierto sentido. No? porque digo osea pues que está mal o porque hago ¿esto? Osea por qué me está llevando a hacer algo así? Entonces digo, porque en algún momento estoy entre comillas, bien y después. Algo como esto me lleva a hacer. Eso ¿no?”

“Hasta ahora me cuestiono de dónde saqué eso yo cuando tenía diez, 11 años. O sea, de dónde? No, no sé osea No le encuentro explicación. O. O. No sé. Tal vez fue como algo. Una acción desesperada o una acción que. No sé. No, no lo encuentro.”

El no encontrarle lógica o sentido contribuye a colocarla en una posición de no agencia al disminuir la posibilidad de tener un efecto en la situación por la que está pasando.

Al definir el problema en esta primera sesión, observo que hay un inter-juego entre entenderlo como algo que tiene que ver sólo con ella (falta de confianza en sí misma y la dificultad para lidiar con sus emociones) y como algo que tiene que ver con conflictos con su papá. Cuando habla acerca de su motivo de consulta ella lo define en términos

de encontrar nuevas formas de manejar sus emociones, uniendo el motivo de consulta con esta primera narración, al inicio de la terapia las narraciones de Zoe estaba más orientadas hacia cambiar estados internos. Al focalizar esto los conflictos con su papá pasaban a segundo plano, la interacción entre todos estos factores sería algo que se siguió trabajando en diferentes momentos de la terapia.

A lo largo de la sesión comenzaron a hacerse preguntas acerca de los momentos en los que ella logra contener la intensidad y se aleja de las ideas de hacerse daño. Con esas preguntas orientadas a encontrar excepciones, se identificó que en esas ocasiones escuchaba música y pensaba en lo que sí quiere a futuro, la presencia y acompañamiento de su hermana también ayudaban a que ella se sintiera más tranquila. Este tipo preguntas se ha identificado que ayudan a facilitar la agencia al visibilizar las capacidades y recursos con los que las personas ya cuentan.

En la tabla 1 uno se hace una síntesis de lo analizado en esta primera narración y su relación con la agencia.

Tabla 1. Análisis de Transcripción 1: “El Problema conmigo”

Narración 1	Agencia
<p>Zoe construye una narración en la cual nos cuenta la historia del problema desde el momento en el que ella identifica su comienzo. Habla acerca de haber sufrido bullying en la primaria el cual sigue sin saber cómo sobrellevar.</p>	<p>En esta primera narración Zoe se coloca a sí misma en una posición de no agencia, haciendo afirmaciones como: “<i>No sé cómo sobrellevarlo</i>”, “<i>yo caigo como en la desesperación</i>”, “<i>tanta es mi desesperación que ya no sé ni siquiera sacar la frustración</i>”. Esto es algo que se ha identificado que pasa en las primeras sesiones de terapia (Toivonen, 2019)</p>
<p>Actualmente siente que la falta confianza en ella misma se relaciona con discusiones que ha tenido con su papá en las que él dice cosas que la lastiman, como que es una decepción por haber escogido una carrera que él no quería. Esto la lleva a ir acumulando tensión, desesperación y frustración que la llevan a pensar en hacer algo más extremo.</p>	<p>Zoe pudo tomar la decisión de qué profesión estudiar, sin embargo su posición de agente al narrar esto se ve comprometida por los cuestionamientos de su papá, los cuales le hacen perder confianza en sí misma y la llevan a pensar en acciones que la ponen en peligro.</p> <p>El no saber cómo lidiar con la tensión emocional la coloca en una posición de no agencia, lo cual se complica a veces al no entender qué le pasa o porqué hace eso y no poder encontrar otros cursos de acción. Los problemas roban el sentido de agencia de las personas dejándolos con una sensación de que están a disposición de fuerzas inamovibles, se convierten en recipientes pasivos del problema. (Drewery & Winslade, 1997).</p>
Voces Involucradas	Macro-Narrativas
<p>Voz de Zoe: falta de confianza, acumulación de tensiones. Voz colectiva: bullying en la primaria Voz del papá: cuestiona y descalifica.</p>	<p>Los adultos tienen autoridad y sus opiniones tienen más peso que la de personas jóvenes. Las decisiones de los adultos no deben ser cuestionadas, ya que ellos saben más.</p>

4.2.2 Sesión 2

Al finalizar la sesión 1 se le dejó una tarea a Zoe en la cual se le pidió que pensara en los momentos en los que sí confiaba en ella. Esta se retoma en la sesión 2 y ella narra una experiencia en la que liga la confianza a uno de sus grupos musicales favoritos (Figura 2). Esta narración fue analizada estructuralmente con la metodología de Labov.

Figura 2. Transcripción 2: “El problema conmigo”

<p>01 Um. Mh. A veces. 02 Bueno, de hecho, 03 Esos momentos de confianza a veces pueden venir como de 04 De que. Um. 05 Es que no quiero que suene feo 06 O no quiero que suene como que 07 Aggh dependo de ellos, 08 Pero como que. 09 Em 10 Incluso como que, 11 Um 12 Tener noticias así de las actualizaciones que hacen o así, 13 es como, muy bonito, y me pone feliz. 14 De hecho, 15 Um. Mm. 16 Tengo como una experiencia con eso 17 Mm. 18 Cuando eh 19 El. Cuando pasó lo de.</p>	<p>Resumen</p> <p>Orientación</p>
--	---

35 Un vídeo. Eh una edición.

36 Mm A veces me gusta hacer esas cosas, ¿no?

Complicación

37 Cuando eh tuve una discusión con mi papá.

38 Em. Y fue cuando. Eh.

39 Pues también.

40 Como decía. No, no.

41 No Encontraba como otra alternativa.

42 Entonces como que vi la oportunidad

43 Y quería hacer algo que ya iba más allá de esa,

44 Em. de hacer un corte, ¿no? como tal en el brazo.

45 Ya no era ahí, sino que

Evaluación

46 Cuando se lo dije a una amiga se asustó un poco

47 porque pues a mí también me,

48 Me asustó,

49 Porque

50 Después de que, después,

51 No, en ese momento,

52 Porque en ese momento ni siquiera tenía como

53 La conciencia de que eso estaba mal, no?

54 O no sé, o de que podía hacer más daño de lo que pensaba hacer.

Complicación

55 Mmm. Había un vidrio pues roto.

56 Entonces.

57 Um.

58 Quería como.

59 Ah no quiero decirlo porque incluso suena feo.

60 Bueno, quería hacer

61 más daño de lo que debería hacer o de lo que debía hacer.

62 Terapeuta: Te querías hacer daño a ti?

63 Zoe: Ajá, Pero ya no en el brazo, sino en otro lugar. ¿No?

64 Terapeuta: Tiene que ver un poquito como con lo que nos

65 contabas la vez pasada de llegar al límite?

66 Ajá Entonces, em.	Evaluación	●
67 Pues no sé, osea creo que de esa con		
68 Yo creo que esa confianza,		
69 Esa confianza que siento al escuchar este grupo viene tal vez de ahí.		
70 Porque, um.		
	Resolución	●
71 Cuando iba a hacer eso.		
72 Llegó una notificación de unos mensajes.		
73 De. De uno de ellos. Am.		
74 Hay un servicio de mensajería que		
75 Te llega como por privado y es algo un poco más personal.		
76 Aunque muchos realmente pueden ver los mensajes.		
77 Pero se siente como más personal.		
78 Entonces pues escuché que el celular sonó, entonces.		
79 Como. Y como el celular.		
80 Esas notificaciones tienen un sonido distinto al de.		
81 Al de los mensajes normales como para diferenciarlos.		
	Evaluación	●
82 No sé si eso suene raro, porque es como cierta prioridad. No?		
83 hacía eso.		
	Resolución	●
84 Entonces cuando llegó un mensaje.		
85 Pues la verdad como que,		
86 Pues sí eh. Pues me detuve de hacerlo		

Análisis de la Transcripción 2: “El Problema Conmigo”

En esta transcripción Zoe nos cuenta uno de los momentos en los que ha estado más vulnerable y cercana a llegar al límite. En esa ocasión al no encontrar otra alternativa, iba a hacer algo más allá de autolesionarse. En términos de agencia elegí esta narración ya que permite ver uno de los puntos más extremos en los que Zoe se narra a sí misma como sujeta a las disposiciones del problema, sin encontrar otra forma de lidiar con sus emociones después de una discusión con su papá. También porque en esta narración se comienza a entender el significado que la música tiene para ella.

En el resumen (líneas 1-21), Zoe nos da una introducción en la que nos deja saber cómo la hace sentir su grupo de música favorito. Se mantiene alerta a lo que las personas que la escuchan puedan pensar de lo que está contando y los juicios que puedan hacer, así que nos aclara que no es que dependa de ellos. Al mismo tiempo nos deja sentir la influencia positiva que tienen en su vida, esta la expresa con las *palabras* “*es muy bonito y me pone feliz*”.

En la sección de orientación, Zoe nos ubica temporalmente, duda, se corrige y reajusta a sí misma en las fechas, al final nos ubica en junio. (líneas 20-33). En la sesión uno, cuando habló de autolesionarse o “llegar al extremo” fue algo que le costó trabajo expresar, titubeando o frenándose en decirlo. Las intervenciones del terapeuta fueron clave pues le iba dando opciones o ayudando a completar las ideas. El ajustarse con las fechas pudo haber funcionado como una manera de regularse a sí misma para decirlo. Al inicio de esta narración sólo hay dos personas involucradas que son ella y su papá

El primer punto de inflexión se encuentra en el momento en el que discute con su papá, eso la lleva a querer hacerse más daño que autolesionarse (líneas 37-45). Inmediatamente hace una evaluación e integra a una tercera persona que es la amiga, quien es una voz que introduce un tono emocional de susto al evento que ocurrió, ella conecta con esa emoción hasta momentos posteriores al evento (líneas 46-54). Después regresa al nudo de la historia y añade elementos que dan a entender de manera implícita que quería cortarse con intenciones de quitarse la vida, ahí expresa abiertamente que es algo que no quiere decir (línea 54-65).

Antes de contarnos qué pasó después, nuevamente hace una evaluación (líneas 56-70) en la que se reflexiona acerca de lo que está por decir, introduce la confianza y anticipa un giro radical en la historia, pues pasa del punto crítico de estar considerando quitarse la vida a hablar de la confianza.

Zoe introduce a otra persona que es un integrante del grupo de música que a ella le gusta (línea 71 a 81). Su presencia es a través de mensajes electrónicos. Nuevamente

ella se evalúa y reconoce que da cierta prioridad a esos mensajes, pero se mantiene atenta y prevé que podría haber cierto juicio de la terapeuta, pues habla de que pueda sonar raro (línea 82-83). Finalmente, la narración termina cuando ella se detiene de hacerse daño. (línea 84-86)

Transcripción 3 – “La música como un Rayito de Esperanza: construcción de la agencia con preguntas de la terapeuta”

Después de que Zoe narra la situación que vivió, la terapeuta hace dos preguntas que permite ahondar en los significados, razones, emociones y juicios de Zoe. A continuación, se hará un análisis dialógico buscando entender la co-construcción de la historia.

Figura 3. Transcripción 3 – “La música como un Rayito de Esperanza: construcción de la agencia con preguntas de la terapeuta”

Terapeuta: 01 ¿Qué? ¿Qué ocurrió? ¿Como en ese momento que te detuviste de
02 hacerlo? O sea que. ¿Cómo tuvo que ver el grupo?

Zoe : 03 Pues no sé. O sea, como que me hizo reaccionar de que a lo mejor
04 estaba mal lo que estaba haciendo Y. Y. Um. No sé, eeh fue un poco
05 extraño, no? No sé cómo explicarlo, pero sí iba a hacerlo, pero pues
06 no, no, no fue como ooh mensaje, ¿no? O sea, me hizo como regresar
07 tal vez a la realidad. Eeh. Sí, estaba todavía un poco alterada. Y si
08 estaba llorando muy, muy, muy feo, pero al menos eso como que
09 hizo, como que. Hizo que me detuviera. Y. De hecho hasta yo sé que
10 no lo leyó porque pues son muchos mensajes los que van llegando.
11 Pero pues. Al menos como que dije ah no sé. Di las gracias por
12 haber enviado ese mensaje. Dije que pues sí. Agradecía como esa
13 parte, ¿no? que haya enviado algún mensaje.

Terapeuta: 14 Mhh. ¿Qué estabas valorando como de ese grupo y de y de
15 detenerte en ese momento?, ¿no? con ese mensaje.

Zoe : 16 Um. Usualmente como el horario es cambiante, bueno, cambia aquí
17 es de noche mientras haya de día. Era un mensaje de buenos días y
18 bueno. Buenos días aquí. Buenas noches. Pero decía que. ¿Qué?
19 Esperaba que tuviéramos un buen día. Y cosas así. Em que. Bueno,
20 recuerdo que decía que lo estás haciendo bien. No sé si eso es algo
21 que también ayudó. Y ya.

Terapeuta: 21 ¿Cómo? ¿Cómo es que ayudó? El que. El que el mensaje dijera. Lo
22 estás haciendo bien

Zoe: 23 Um. Pues tal vez como a. No sé. Creo que a veces cuando alguien
24 te dice que lo estás haciendo bien. Queda como ese rayito de
25 esperanza de que. De que sea lo que sea que estés haciendo, bueno,
26 siempre y cuando no sea para dañar a otras personas. Pues. Está
27 bien, no? O como algo así. No sé, creo que es bonito.

Análisis de la Transcripción 3 – “Rayito de Esperanza: construcción de agencia con preguntas de la terapeuta”

Las preguntas de la terapeuta estuvieron orientadas a entender qué fue lo que pasó con Zoe en el momento en el que desistió de hacerse daño (líneas 1–2 y 21–22). Michael White propone las preguntas del panorama de identidad, con las que se buscan las explicaciones y significados que las personas atribuyen a sus vivencias. Al hacer estas preguntas, se invita también a reflexionar acerca de su propia agencia y cómo llegaron a ciertos resultados con sus acciones, poniendo al descubierto sus valores, compromisos, deseos, intenciones, competencias, aprendizajes y conocimientos (DeKruyf, 2008). En este caso las preguntas que hace la terapeuta se interesan por los valores de Zoe.

El recibir un mensaje de este grupo, la lleva a evaluar lo que estaba haciendo, dándose cuenta de que algo “estaba mal” (líneas 3 y 4). El que emita ese juicio de valor permite entender que es algo que no quería estar experimentando, pero a la vez estaba fuera de su control porque no estaba en la realidad, el mensaje la hace regresar a ella

(líneas 3 a 6). La relación positiva y de influencia que este grupo musical tiene en ella es palpable entre las líneas 9 y 13, en donde ella agradece que le hayan enviado el mensaje.

En la relación con este grupo ella valora los mensajes que le envían, en los cuales le recuerdan que está haciendo las cosas bien (líneas 18 y 20), lo cual le da esperanza (línea 24). Más adelante también habla de un mensaje que dice que el ser escuchado es de ayuda. Esto es algo que estaba presente en la relación con su hermana con quien puede compartir cosas y sabe que no va a ser juzgada (líneas 29 a 31). A partir de esto se puede identificar que Zoe tiene al menos dos relaciones en las que los valores con los que le gusta vivir ya están presentes. Los cuales también son opuestos a lo que hay en la relación con su papá quien la hacen dudar acerca de sus elecciones, y la regañan si las cosas no le salen bien lo cual la hace sentir presionada.

Zoe también menciona otros mensajes de este grupo que han sido importante para ella como:

28 “El que todos vamos a nuestro ritmo, no?”, “El que te sientas escuchado como
29 que ayuda mucho, ¿no? A que pues a liberar un poco como la tensión ¿no? Y
30 que. Muchas veces, em, pues necesitamos eso, ser escuchados. No
31 necesariamente que alguien nos diga algo, sino que nos escuche.”
32 Entonces creo que eso también puedo llevarlo como con lo que pasa con mi
33 hermana. ¿No? oses no necesariamente que ella me diga algo, sino que solo
34 me escuche o este al lado de mi.

En la tabla 2 se encuentra una síntesis de la transcripción 2 y 3 y su análisis en relación a la agencia.

Tabla 2. Análisis de Transcripción 2 y 3: “Un Rayito de Esperanza

Transcripción 2 y 3	Agencia
<p>Zoe narra un evento en el que consideró “llegar al límite” después de tener una discusión con su papá. Cuando lo iba a hacer le llegó un mensaje a su celular de su grupo de música favorito, al escuchar la notificación se detiene de hacer lo que estaba pensando y regresa a la realidad. Desde esa ocasión liga los momentos de confianza en ella misma con ese grupo.</p>	<p>En la transcripción 3 Zoe relata el momento más extremo de no agencia en los que se narra a sí misma como sujeta a las disposiciones del problema, sin encontrar alternativas para lidiar con sus emociones después de una discusión con su papá.</p> <p>En la co-construcción de esta narración, la terapeuta hace preguntas acerca del panorama de identidad (White, 2007) para entender los significados que ligan los momentos de confianza a su grupo de música favorito. Al hablar acerca de los significados que atribuyen a los eventos, las personas pueden reflexionar acerca de su propia agencia y cómo llegaron a ciertos resultados con sus acciones, poniendo al descubierto sus valores y deseos. (DeKruyf, 2008). En este caso se pone en evidencia lo que Zoe valora en sus relaciones que es: que le recuerden que está haciendo las cosas bien, el sentirse escuchada y comprendida, y que le transmitan esperanza. Esto lo siente en su relación con su banda favorita y con su hermana.</p>

Voces Involucradas

- Voz de Zoe: Narra cuando estuvo a punto de llegar al extremo.
 - Voz del papá: Discusión con él
 - Voz de una amiga: introduce tono emocional de susto a la narración
 - Voz del grupo musical: mensaje que le da confianza y esperanza.
-

4.2.3 Sesión 3

A lo largo de la sesión 3 se hicieron escalas acerca de la confianza. Se le preguntó a Zoe del 1 al 10 qué calificación le ponía a la confianza en sí misma cuando estaba con diferentes personas. Uno de los objetivos de hacer esto era cuestionar la construcción del problema en la que ella consideraba que tenía que aprender a ser menos sensible. Abordando de esta manera ese inter-juego, que planteo en la transcripción 1, entre ubicar su problema como algo que tiene que ver con ella (la falta de confianza que tiene en sí misma y la dificultad para lidiar con sus emociones) y como algo que tiene que ver con conflictos que tiene con su papá. Buscando pasar a primer plano el conflicto y

descalificaciones que hay de parte de su papá y a segundo plano el sentir que ella tenía que encontrar nuevas formas de manejar sus emociones.

Las escalas se hicieron con 4 diferentes personas: su papá, su hermana, su mamá y una amiga. En la relación con su papá, la confianza en sí misma la evalúa en 0. La transcripción 4 surge al momento de estar hablando de las cosas que su papá hace y por las cuales evalúa la confianza con un número tan bajo.

Figura 4. Transcripción 4: “Él me dijo que si no me parecían las cosas que me fuera de la casa”.

Estrofa 1: Imposición de la autoridad

01 Pues él piensa que
02 Cuando yo le digo que
03 Algo no me parece bien
04 O no está bien.
05 Se molesta
06 Y piensa que
07 Como él es una persona adulta,
08 Yo lo cuestione

Estrofa 2: Violencia verbal

09 Y luego dice cosas bien feas.
10 Como que no sé.
11 Yo ni siquiera he dicho eso.
12 Osea él dice que yo le he dicho
13 Que eso es un tonto,
14 Que yo creo que él es así
15 Cuando yo nunca se lo he dicho.
16 Él pone palabras en mi boca
17 Que yo nunca le he dicho.

Estrofa 3: Descalificaciones

18 Y luego me dice que.
19 Que yo no soy nada.
20 Hace unos meses.
21 Él me dijo que

22 Que yo no tengo la capacidad
23 Para hacer lo que estoy haciendo,
24 Que ni siquiera sabe
25 Porqué se supone que estoy estudiando.
26 Si no soy buena y muchas cosas

Estrofa 4: Cambios radicales

27 Es lo que a veces me molesta,
28 Porque a veces
29 Él es muy.
30 No sé. Osea.
31 Dice cosas buenas
32 Dice que soy.
33 Que hago las cosas bien
34 Y a veces es todo lo contrario.
35 Cambia radicalmente.

Estrofa 5: Monologo paterno, voz de Zoe silenciada

36 Y es muy horrible
37 Porque yo no sé qué pensar.
38 O qué es lo que realmente le molesta
39 Y no quiero preguntárselo.
40 Porque yo sé que él no,
41 Nunca va a decirme qué
42 Y siempre va a decir
43 Que yo estoy mal,
44 Que yo exagero las cosas
45 Porque él es así.

Estrofa 6: Agencia y Co-agencia

46 Hace dos.
47 En agosto él me dijo
48 Que si no me parecían las cosas
49 Que me fuera de la casa.
50 Yo le tomé la palabra
51 Y le dije que sí.
52 De hecho una amiga
53 Me dijo que.
54 Que me fuera con ella a su casa.

Estrofa 7: Él dice cosas muy feas

55 Pues sí me iba a ir
56 Pero ahí él me detuvo
57 Y me dijo que no.
58 Que no me
74 O sea, sí, esa vez
75 Sí me molesté mucho porque
76 Le dije que él luego dice cosas muy feas
77 Muy horribles.
78 Y no, no lo aceptó.
79 Y le dije
80 Y acuérdate que tú me corriste
81 Y me dijo
82 Es que yo en ningún momento lo he hecho.
83 Le dije claro que sí.

Estrofa 9: No entiendo porqué hace eso

84 En ese tiempo en el que mi mamá no estuvo,
85 Fue cuando me dijo cosas.
86 Osea incluso
87 Hasta empezó a revisar mis cosas
88 Para ver si yo en realidad estaba haciendo mis tareas.
89 No entiendo por qué hace eso.

Análisis Transcripción 4: “Él me dijo que si no me parecían las cosas que me fuera de la casa”

Zoe comienza la narración hablando del manejo de poder en la relación con su papá. El papá se posiciona en el lugar de adulto incuestionable (líneas 1 a 8). En esta transcripción se comienzan a identificar otras conductas que son violentas (líneas 9 a 26) como descalificar, mentir para mantener la razón u ofender.

Salles & Tuiran (1996) identifican que hay creencias y mitos acerca de la familia que están arraigados en la sociedad mexicana, a uno de ellos lo llaman el mito de “*El hombre tiene la última palabra o aquí nomás mis chicharrones truenan*” (p.119) desde

esta creencia se considera que el poder en el hogar es ejercido incuestionablemente por el hombre, quien es proveedor y jefe de la casa y por lo tanto sus decisiones u opiniones son inapelables. Este mito se sostiene con ideas patriarcales desde las cuales la figura masculina tiene una posición superior y dominante, justificando así comportamientos agresivos, opresivos o de abuso. El tema del poder tiene especial relevancia en la agencia de personas jóvenes ya que esta se puede ver restringida al tener que moverse dentro de estructuras de poder (Aaltonen, 2013), al aún depender o estar a cargo de adultos. En este caso Zoe se mueve dentro una estructura familiar patriarcal, que le dificulta tener influencia en su propia vida al ser descalificada y agredida, lo cual la lleva a sentirse sin confianza en sus propias decisiones.

En la primera sesión hubo momentos en los que Zoe se preguntaba a sí misma y no lograba explicarse porqué a veces tenía confianza en ella misma y a veces no. O porqué a veces podía hacer algo con sus emociones y a veces no. Al estar hablando de cosas que hace su papá ella menciona que hay veces que él sí puede reconocer cosas buenas de ella (líneas 27 y 35). Al estar tan presente la voz del papá y ser tan fuerte por la posición de poder que él ocupa, escuchar opiniones tan radicalmente distintas de la misma persona podría ser parte de la confusión, al no saber en qué momento puede esperar una respuesta de aprobación o una de descalificación.

El papá al colocarse en una posición de poder y autoridad deja a Zoe en un lugar en el que prefiere no intentar dialogar más, pues considera que sólo seguiría siendo descalificada. La violencia aleja a Zoe de su papá (líneas 36 a 45). Desde las propuesta de terapia dialógicas, esto sería entendido como un “diálogo monológico”, en el cual el papá domina las conversaciones al hablar sin la posibilidad de que Zoe contribuya, por lo que no es posible generar nuevos significados. (Olson, M. E., Laitila, A., Rober, P., & Seikkula, J. 2012). Esto coloca a la persona que escucha en una posición de agencia reducida.

Las estrofas 1 a 5 son expuestas más en forma de crónica que de narración, Zoe expone situaciones que han pasado en la relación con el papá y nos va dando su

interpretación, sin embargo, los eventos no están ligados en secuencias temporales. Se presentan como parte de la transcripción ya que hablan de premisas que se sostienen en la familia y que son relevantes en términos de agencia en la vida de Zoe. A diferencia de las transcripciones anteriores (figura 1, 2 y 3), en esta nos dejar saber más acerca de las creencias y pensamientos de su papá, es decir profundiza más en la visión de él.

A partir de la línea 46 o estrofa 6, Zoe comienza a contar una historia en forma narrativa. Temporalmente nos ubica en agosto, hay tres personas involucradas en este evento: su papá quien la corre de la casa, ella quien decide tomarle la palabra y una amiga quien le da su apoyo. (Líneas 46 a 54)

En términos de agencia, Zoe toma una decisión y elige buscar alternativas de dónde vivir. Una amiga le ofrece recibirla en su casa (líneas 52-54), esta acción la interpreto como co-agencia, la cual en gente joven tiene especial relevancia, e implica el brindar apoyo y soporte a personas de su edad (Mäkinen y M. Vanhalakka-Ruoho, 2018). En otro momento de la sesión Zoe cuenta que su amiga también tuvo problemas con su papá, pero ella sí pudo hacer cambios en esa relación. El compartir experiencias y conocimientos con sus pares también es parte del ser co-agentes. Juntando la experiencia y recursos de ambas, imaginan un futuro diferente para Zoe, y hablan con los papás de las dos para poner en acción su plan.

Los esfuerzos por encontrar nuevas alternativas al final no resultan como Zoe esperaba (líneas 55 a 59). El papá nuevamente desde una figura de autoridad decide que Zoe no se puede ir a vivir con su amiga y la interacción entre ellos regresa al mismo lugar en el que el papá niega las cosas (líneas 70-83). Este fragmento pone en evidencia lo vulnerable que es la agencia de la gente joven y las restricciones que tiene que enfrentar al moverse dentro de estructuras de poder (Aaltonen, 2013). Aunque en esta ocasión Zoe contaba con recursos sociales y personales para comenzar a forjar un futuro distinto en otro hogar, esto no fue posible al estar aún a cargo de su papá.

Al final Zoe da a entender que la figura de su mamá puede llegar a funcionar como mediadora, pues cuando ella no estuvo el papá tuvo nuevas conductas violentas como desconfiar e invadir su privacidad (84-88). Zoe regresa al presente con la última línea (89) en el que ella sigue sin entender qué pasa. En la tabla 3 se encuentra una síntesis de la transcripción 4 y su análisis.

Tabla 3. Análisis de Transcripción 4: “Él me dijo que si no me parecían las cosas que me fuera de la casa”

Transcripción 4	Agencia
<p>En agosto el papá la corre de la casa, Zoe decide tomarle la palabra e irse con una de sus amigas quien le ofrece recibirla. Al ir a hablar con su papá y contarle los planes que tenían, el papá la detiene y le dice que no se vaya. En esa ocasión el papá promete que ya no le va a decir nada, Zoe le reclama que a veces le dice cosas muy feas y después él las niega. Zoe no entiende porqué su papá se comporta de esta manera</p>	<p>La agencia de Zoe se ve restringida al moverse dentro de una estructura familiar patriarcal en la que el poder está centrado en la figura paterna, quien llega a tener comportamientos agresivos, opresivos o de abuso. Esto limita la posibilidad de toma de decisiones y de búsqueda de bienestar de Zoe. En esta narración el papá la corre de la casa, Zoe elige irse, pero nuevamente desde una figura de autoridad el papá no lo permite.</p> <p>Zoe prefiere no intentar preguntarle a su papá qué es lo que le molesta, pues considera que sólo seguiría siendo descalificada. Desde la propuesta de Olson, Laitila, Rober y Seikkula (2012) esto sería entendido como un “diálogo monológico”, el cual convierte la comunicación en algo estático, jerárquico, cerrado y sin la posibilidad de generar nuevos significados. Colocando a la persona que escucha en una posición de agencia reducida.</p> <p>El apoyo de la amiga al ofrecerle su hogar es una manera de posicionarse como co-agentes, esto término involucra el brindar apoyo, soporte y compartir experiencias y conocimientos entre pares (Mäkinen y M. Vanhalakka-Ruoho, 2018). De manera concreta ellas dos imagina un futuro con nuevas opciones para Zoe y crean un plan de acción para llevarlo a cabo.</p>
Voces Involucradas	Macro-Narrativas
<p>Voz de Zoe: decide irse de la casa ante las agresiones. Voz monológica de papá Voz de la amiga: co-agente</p>	<p>Ideas patriarcales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los hombres de la casa tienen la última palabra - Los jóvenes tienen que acatar las decisiones de los adultos

Continuación sesión 3 – Nombrando la violencia

A lo largo de la sesión se siguen construyendo las escalas de la confianza. Zoe ubica que la confianza en sí misma en la relación con su hermana está en 9. Con ella comparte cosas personales, la comprende, la apoya cuando recibe agresiones de parte de su papá, no la juzga, colaboran cuando no saben algo y le tiene confianza.

Con su mamá la confianza estuvo en 8 ya que, aunque no son muy cercanas y no le cuenta muchas cosas por temor a que se las diga a su papá, su mamá no duda de sus capacidades y nunca la ha de hecho menos. Además, piensa que su mamá también ha perdido la confianza en sí misma por la relación que tiene con el papá.

Finalmente la confianza con su amiga también la ubicó en 9 ya que ha sido muy comprensiva, la confianza es recíproca, “se echan porras entre ellas” e intercambian puntos de vista. Al preguntarle a Zoe qué pensaba acerca de las escalas ella responde:

“Creo que alejarme de mi papá sería como una muy buena opción, porque, oh, bueno, eso es lo que me doy cuenta, que solamente con ciertas personas tengo confianza y con él, con él no, y no sé”.

El relacionar la confianza en ella misma a personas y contextos visibilizó para Zoe que hay momentos en los que sí tiene confianza. Esto además le hizo comenzar a ver una nueva forma en la que le gustaría relacionarse con su papá, que es alejándose, abriendo una nueva alternativa de acción. Referente a la co-construcción de la agencia, las preguntas de escala pueden influir en la agencia al visibilizar capacidades, recursos de las personas y escenarios en los que el problema no está presente (Williams, & Levitt, 2007; Davies, 2019).

La terapeuta continuó la conversación haciendo preguntas que permitieran ponerle un nombre a las acciones de su papá.

Fragmento de Conversación Sesión 3: Llegar al extremo para que mi papá esté en paz

Terapeuta: ¿Cómo lo llamarías a eso que tu papá hace Zoe?

Zoe: 01 Es que de alguna forma como que ¿tal vez quieres como tener
02 control sobre la vida de, de nosotros? Bueno de mis hermanos, de
03 mis hermanos y mía. Pero, bueno, que también yo no he dado
04 mucho como mi brazo a torcer, por decirlo así. Y yo creo que eso
05 le molesta a él también. O sea, como que él sienta que yo lo estoy
06 retando. Porque de hecho me lo ha dicho que yo siempre lo reto,
07 que yo siempre lo hago enojar, o intento hacerlo enojar. Y, osea
08 que ya, de hecho me ha dicho que lo tengo harto, que está harto
09 de mí. Y pues eso ha derivado en que yo llegué a pensar cosas
10 como bueno, sí, tal vez como ya no como que me salga de la casa.
11 Si no. Pues llegar como a ese extremo del que la vez estábamos
12 hablando. Tal vez solamente él así se sienta en paz.

En este fragmento se nombra el control que ejerce el papá sobre la familia. Una de las formas en que Zoe ha intentado enfrentar esto es no cediendo ante el poder del papá o intentar irse de la casa. El que sus esfuerzos por hacerse escuchar y encontrar otras alternativas se ven frustradas la deja en una posición de no agencia al ya no encontrar otra alternativa y no querer seguir viviendo eso, lo cual le hace pensar en “el extremo” (líneas 8 – 11).

La decisión de compartir estos fragmentos de la conversación posteriores a la transcripción 4 y previos a la transcripción 5 tiene el objetivo de poner en evidencia la forma en la que la terapeuta fue guiando la conversación e hizo a Zoe hablar de ciertas cosas. Esto es parte de un análisis dialógico, en el cual se considera el cómo los contextos en los que están las personas las llevan narrar ciertas historias. Desde el lugar de terapeutas en formación con perspectiva de género, el nombrar y visibilizar la violencia era algo importante para poder seguir trabajando con los efectos que esta ha tenido y redefinir el motivo de consulta que era tener un manejo diferente de sus emociones. Desde el lugar de terapeutas, la dificultad de lidiar con sus emociones y el

pensar en “el extremo” estaban siendo conceptualizados como efectos de vivir en un contexto violento.

Figura 5. Transcripción 5 – Él me dijo que estaba loca

Terapeuta: 01 Em. Quiero hacerte una pregunta. ¿Hay personas que llamarían	
02 a esto violencia? ¿Te hace sentido a esa palabra? ¿Esto que	
03 hace tu papá? Hay personas que lo llamarían violencia. ¿Cómo	
04 te suena eso?	
	Resumen
Zoe : 05 Pues. Sí. Por qué Ha intentado pegarme. De hecho.	
	Orientación
06 Cuando iba a la prepa.	
	Complicación
07 Una discusión fea que tuvimos. Am. Y él pues sí me apretó del	
08 brazo. Bueno fue de la muñeca. Y sí, me dolió. De hecho, me	
09 dejó marcado el, pues marcada la muñeca y pues sí me dolía.	
10 Me ha dicho que sí me quiere pegar.	
	Orientación
11 De hecho ayer me dijo	
	Complicación
12 Que esa vez cuando yo llegué tarde, no me pegó nada más	
13 porque estábamos en la calle. Así me lo dijo. Pues sí ha	
14 intentado, lo ha intentado hacer	
	Evaluación
15 Y la verdad es que tanto es mi enojo en el momento que pues	
16 sí le he dicho que lo haga, pégame si quieres.	
Terapeuta: 17 Sí. Y pensaría que también estas otras cosas que poníamos en	
18 la lista podrían ser llamadas violencia. Como las cosas que te	
19 dice. Como, cómo te. Te cuestiona, como. Cómo te. Como. No	
20 confía en ti. Como. Como las reacciones que tiene.	
	Complicación
Zoe: 21 Sí. Se lo he dicho. Una vez se lo dije y me dijo que yo estaba	
22 loca. Me dijo que estaba loca, que no sabía lo que decía.	
23 Ha llegado un punto en el que, no sé, de hecho él también tiene	
24 un problema.	
	Orientación
25 La verdad es que en los últimos,	

Complicación

- 26 Las veces que he estado así, enojado, casi peleando o, que me
- 27 Dice cosas muy feas es cuando está borracho.
- 28 Entonces pues sí tiene un problema con el alcohol.



La terapeuta hace una pregunta en la que introduce la palabra violencia (líneas 1 a 4). Zoe comienza a conectar varios eventos que ha vivido dando rápidos saltos temporales. De primera instancia Zoe relaciona la pregunta con la violencia física (línea 5) y nos ubica en el momento en el que ella iba en la prepa (línea 6) y su papá la lastima del brazo (líneas 7-9). Después, aunque no hay nuevos indicadores de tiempo, habla en presente de las intenciones de su papá de pegarle (línea 10). En la línea 11 nos ubica en el día de ayer, cuando su papá le recuerda que en una ocasión quiso pegarle, pero se detuvo ya que estaban en un lugar público (líneas 12 a 14).

La terapeuta añade que lo que estuvieron hablando en la escala de confianza con su papá es algo que también podría llamarse violencia (Líneas 17 a 20). De acuerdo con Williams y Levitt (2007) el proveer a las personas de información que les permita entender mejor su problemática y adquirir las habilidades necesarias para lidiar con eso es una forma de facilitar la agencia. Zoe responde de manera que da a entender que es algo que ella ya había evaluado como violencia, pero el papá la descalifica diciendo que está loca (línea 21 a 22).

Cuando el papá le dice a Zoe que está loca, esa respuesta la posiciona en un lugar que desacredita su juicio y la acusa de no ser racional. La idea de que las mujeres son irracionales y no tienen control de sus emociones tiene una larga historia y es algo que ha prevalecido al ser legitimado por instituciones médicas y jurídicas (Sweet, 2019). Sus orígenes se pueden rastrear a Hipócrates en el siglo V A.C., quien es el primero en hacer una descripción clínica de la histeria y dar prescripciones médicas que justificaban el poder de las parejas sobre las mujeres. (King en Gilman, 1993)

Una de las formas de ejercer violencia ligado al cuestionamiento de la racionalidad es el gaslighting o hacer luz de gas. Sweet, (2019) lo define como una serie de intentos de crear un entorno social surreal haciendo que el otro se sienta loco, dañando el sentido de realidad, autonomía, movilidad e identidad de las personas. Ferrero (2006 citado por Sweet, 2019) describe que el crear un entorno surreal implica el distorsionar las percepciones de las personas. El distorsionar las percepciones de Zoe es algo que se expresa en la transcripción 4 con acciones del papá como: inventar cosas que supuestamente ella ha dicho, decirle que está mal, que exagera, decirle cosas feas y después no aceptarlas, y dudar de ella revisando sus cosas. Dos de las condiciones que propician que esto suceda es el encontrarse en relaciones íntimas en las que hay desigualdad de poder y el movilizar esas desigualdades, estereotipos y vulnerabilidades contra las víctimas.

Zoe añade otro factor que complica los conflictos en su casa, que es el alcohol (línea 23 a 24). Ella identifica que últimamente (línea 25) las peleas están relacionadas con el consumo de esta sustancia (líneas 26 a 28). Al finalizar la narración 5, la terapeuta hace una pregunta en la que Zoe habla de una postura de no poder seguir aceptando las acusaciones de su papá.

Terapeuta: Por un lado escucho que tú lo llamaste violencia y fue cuando te dijo que estabas loca. Y en este punto como ¿qué piensas de eso? ¿Crees que sí es violencia o como sea? ¿Cómo lo tomas?

Zoe: Pues antes lo tomaba como que yo era muy exagerada, no sé como que yo estaba exagerando las cosas y que tal vez él tenía razón. Que yo lo estaba retando, que yo estaba haciendo las cosas mal para hacerlo enojar. Y sí me creía eso de que pues es mi papá y lo tengo que obedecer. Pero llegó un punto en el que dije ya no puedo, ya es muchísimo.

En la tabla 4 se encuentra una síntesis de la transcripción 5 y su análisis en relación a la agencia.

Tabla 4. Análisis de la Transcripción 5: “Él me dijo que estaba loca”

Transcripción 5	Agencia
<p>Previo a la transcripción 5, se hacen escalas de confianza con su hermana, mamá y una amiga. Al ver que su confianza era alta con todas ellas menos con su papá menciona que podría ser una buena opción alejarse de él.</p>	<p>Referente a la co-construcción de la agencia, las preguntas de escala pueden influir en esta al visibilizar capacidades, recursos de las personas y escenarios en los que el problema no está presente (Williams, & Levitt, 2007; Davies, 2019). Con Zoe estas preguntas visibilizaron que hay momentos en los que sí tiene confianza en sí misma. También abrió la posibilidad pensar en tomar distancia con su papá.</p>
<p>Zoe identifica que su papá quiere ejercer el control sobre ella y sus hermanos. El papá le repite que está harto, ya que ella se resiste. Esta situación la lleva a querer irse de la casa o “llegar al extremo” para que él esté en paz.</p>	<p>Zoe queda en una posición de no agencia al resistirse a que su papá ejerza el control sobre ella, llevándola a pensar en extremos al no encontrar otras alternativas. El nombrar la violencia tenía el objetivo de identificarla y trabajar con ella. Williams y Levitt (2007) sugieren que el proveer a las personas de información que les permita entender mejor su problemática y adquirir las habilidades necesarias para lidiar con eso, es una forma de facilitar la agencia dentro de la terapia. Zoe relata que ella ya había nombrado la violencia con su papá pero él la calificó como loca. El cuestionar sus juicios y percepciones es algo que también se ve en acciones como: inventar cosas que supuestamente ella ha dicho, decirle que está mal, que exagera, dudar de ella, decir cosas y después no aceptarlas. Esto daña el sentido de realidad de las personas, su agencia, autonomía, movilidad e identidad (Sweet, 2019). Zoe lo expresa en términos de “ya no sé qué pensar” y ya no quiere hablar con él, quedando sin cursos posibles de acción, pues cuando ha intentado cosas como irse de la casa tampoco ha sido permitido.</p>
<p>La terapeuta nombra la violencia y Zoe narra varios eventos en los que su papá ha ejercido o amenazado con ejercer violencia física contra ella. Zoe ya ha intentado decirle al papá que sus acciones son violentas, pero él la juzga como loca. Zoe agrega otro factor implicado en las discusiones más recientes, que es el consumo de alcohol de parte de su papá.</p>	<p>Zoe queda en una posición de no agencia al resistirse a que su papá ejerza el control sobre ella, llevándola a pensar en extremos al no encontrar otras alternativas. El nombrar la violencia tenía el objetivo de identificarla y trabajar con ella. Williams y Levitt (2007) sugieren que el proveer a las personas de información que les permita entender mejor su problemática y adquirir las habilidades necesarias para lidiar con eso, es una forma de facilitar la agencia dentro de la terapia. Zoe relata que ella ya había nombrado la violencia con su papá pero él la calificó como loca. El cuestionar sus juicios y percepciones es algo que también se ve en acciones como: inventar cosas que supuestamente ella ha dicho, decirle que está mal, que exagera, dudar de ella, decir cosas y después no aceptarlas. Esto daña el sentido de realidad de las personas, su agencia, autonomía, movilidad e identidad (Sweet, 2019). Zoe lo expresa en términos de “ya no sé qué pensar” y ya no quiere hablar con él, quedando sin cursos posibles de acción, pues cuando ha intentado cosas como irse de la casa tampoco ha sido permitido.</p>
Voces Involucradas	Macro-Narrativas
<p>Voz de Zoe: persona en situación de violencia Voz del papá: Agresor Voz de la terapeuta: introduce información acerca de la violencia</p>	<p>Las mujeres están locas</p>

4.2.4 Sesión 5

Zoe inicia la sesión comentando que su mamá ha notado cambios en ella. Ella identifica que estos tienen que ver con el haber decidido no hablar mucho con su papá para no retroceder con los avances que ha tenido, lo cual también ha resultado en ya no tener cambios de humor con los cuales se enojaba por cualquier cosa. También decidió dejar de confrontarlo pues era muy desgastante y prefiere ya no tener conflictos con él. El no hablar con su papá es tanto en momentos de posible conflicto como cuando él quiere tener una conversación casual.

Durante la sesión Zoe habla de que ha tenido más acercamientos con su mamá y narra una conversación que tuvo con ella (Transcripción 6).

Figura 6. Transcripción 6: “Solamente estoy esperando a terminar la carrera para irme”

01 La vez que estuve hablando con mi mamá la semana pasada sí le dije 02 como que hay cosas que me molestan que mi papá diga y haga.	Orientación	●
03 Me dijo que ella también se ha dado cuenta de eso y de hecho ella ha 04 intentado hablar de eso con mi papá.	Resumen	●
05 De, es que no le digas eso a tu hija porque, o sea, la haces sentir mal, 06 osea tú no te das cuenta y a lo mejor no te acuerdas o no sé, y la hace 07 sentir mal. O sea, pero el como que no sé lo que dije o así.	Complicación	●
08 Y entonces cuando hablé con ella le dije que pues sí ya solamente 09 estaba como esperando a terminar pues la carrera ¿no? para ya 10 alejarme y pues irme. Porque pues sí han sido bastantes años que 11 tengo que estar aguantando como comentarios de mi papá, que no le 12 gusta lo que estoy estudiando, o que ni siquiera estoy haciendo bien 13 las cosas, o ni siquiera sabe lo que estoy haciendo y así. O sea, de esas 14 cosas que me incomodan que dice mi papá eh pues se las dije ¿no? O 15 sea, no, no le dije todo exactamente, pero sí le dije una parte ¿no?	Evaluación	●

Complicación

16 Y ella me dijo que sí, que se había dado cuenta que, que había
17 intentado hablar con él, pero como que, como que nada más no sede.
18 O sea, como que dice ya no lo voy a hacer y lo vuelve a hacer otra vez.

Evaluación

19 Entonces le dije pues es que solamente estoy esperando a que pues
20 terminar la carrera y ya después irme, porque no, o sea, no, no, no
21 podría aguantar más tiempo aquí, más que nada porque, también por
22 la edad, o sea, me preocupa un poco eso de tener cierta edad y como
23 que todavía estar en la casa de ellos y más que nada por, por los.
24 conflictos que ya tengo con mi papá.

Resolución

25 Entonces me dijo mi mamá que pues que si yo lo veía de esa forma,
26 que pues que estaba bien, que era mejor, porque sí ha pues ha
27 empeorado mucho la situación en la casa, la verdad no, como que en
28 lugar de que, como que mejore aunque, o sea porque mi mamá habla
29 con él, no hay mejora, creo que hasta al contrario, más, más lo hace.
30 Entonces sí, pues creo que ella también como que se desgasta mucho
31 y ya dice ya no le voy a decir nada y ya que haga lo que quiera y ya.
32 ¿No? o sea es muy no sé.

Coda

33 Entonces creo que mi mamá también ya está como, pues no sé, hasta.
34 cierto punto como harta de eso.

Análisis Transcripción 6: “Solamente estoy esperando a terminar la carrera para irme”

En la parte de orientación (Líneas 1-2) Zoe nos introduce a la conversación con su mamá y nos ubica en la semana pasada. Dentro del proceso terapéutico este es un cambio significativo ya que habla de un acercamiento reciente entre ellas. Anteriormente Zoe comentó que en su casa sólo era cercana con su hermana menor, con quien se siente cómoda, pero a la vez se consideraba una carga para ella. Esta narración me habla de que está encontrando otros puntos de apoyo al abrir con su mamá temas que le molestan.

Las líneas 3 y 4 dan a entender la mamá está al tanto de que cómo se siente Zoe y ha intentado hacer cosas para cambiar la situación. La trama de la historia comienza con un primer intento de la mamá de hablar con el papá (Líneas 5-7). El que la mamá le comparta esto, abre espacio para Zoe para contarle sus planes a futuro de irse de la casa y las agresiones de su papá que se han ido acumulando. (Líneas 8 a 15)

La mamá al escuchar lo que está planeando Zoe reafirma que ella ha intentado mediar la situación, pero el papá no sede. (Líneas 16 a 18). Esto podría estar relacionado con una de las premisas básicas que Díaz-Loving, Rivera, Villanueva y Cruz (2011) identifican en las familias mexicanas que implica el poder y supremacía del padre. La mamá intenta hablar con él, él parece escuchar, sin embargo, en términos de conducta no hay cambios, manteniéndose en su posición superior de jerarquía y autoridad incuestionable.

Los planes que Zoe estaba haciendo parecen tener mayor fuerza cuando escucha lo que su mamá ha intentado, reafirmando que sólo está esperando a terminar la carrera para irse (líneas 19-24). Habla de la preocupación que le genera la idea de seguir en casa de sus papás por más tiempo. Esta preocupación es por los conflictos con el papá. Zoe parece ahora más enfocada en encontrar formas de cambiar la relación con su papá que en encontrar formas diferentes a lidiar con sus emociones.

La mamá le muestra su apoyo (líneas 25-26). Además, se habla de que las cosas se han ido deteriorando con el tiempo, pues el papá no sólo no escucha y no cambia, si no que pareciera que intencionalmente hace eso que sabe que molesta a Zoe. (líneas 27-29). Isaacs (2002) propone que para una agencia feminista se necesita que seamos activas en contra de nuestra subordinación y que las mujeres tendrían que pensarse en relación a otras mujeres para poder ser efectivas en contra de la opresión. En este fragmento observo que la mamá de Zoe ha sido una participante activa dentro de la opresión que existe en la casa, intentando hablar con el papá y estando de acuerdo con los planes de Zoe de querer irse de la casa.

En otros momentos se habló de cómo el papá también es violento con la mamá y demás miembros de la familia, en este fragmento (línea 30 y 31) queda en evidencia que la violencia contra los hijos además implica un desgaste extra para la mamá al intentar como figura de autoridad hacer que las cosas cambien, pero sin posibilidad de influencia en la pareja al estar dentro de una estructura patriarcal.

Ni Zoe ni su mamá puede identificar áreas de flexibilidad o cambio en la relación con el papá, lo cual lleva a Zoe a dejar de intentar cosas dentro del hogar y pensar en buscar nuevos espacios para ella. En otro momento Zoe también menciona que su mamá sólo está esperando a que sus hermanos terminen la universidad para ella también irse. Blow & Piercy (1997) identifican que una manera de posibilitar la agencia en la terapia es explorar lo que se puede cambiar y lo que no, el reconocer restricciones permite enfocarse en cambiar situaciones que sean más maleables. En este caso pareciera que tanto Zoe como su mamá han explorado todas las opciones posibles para ellas sin encontrar algo que les haga sentir cómodas o con bienestar, enfocándose ahora en algo más a futuro que es buscar salir de la casa del papá.

Zoe cierra la narración y nos regresa al presente enfocando el hartazgo de la mamá. (líneas 33 y 34). En la tabla 5 se encuentra una síntesis de la transcripción 6 y su análisis en relación a la agencia.

Tabla 5. Análisis de Transcripción 6: “Solamente estoy esperando a terminar la carrera para irme”

Transcripción 6	Agencia
<p>Zoe tiene una conversación con su mamá en la que hablan de las cosas le incomodan de su papá. Su mamá le cuenta que ella ha tratado de hablar con él para que cambie, pero sus esfuerzos no han tenido resultados. Pareciera que hasta el papá intencionalmente hace lo que sabe que va a molestar a Zoe.</p>	<p>Blow & Piercy (1997) identifican que una manera de posibilitar la agencia en la terapia es explorar lo que se puede cambiar y lo que no. El reconocer las limitaciones permite enfocarse en cambiar situaciones que sean más maleables. La agencia en esta narración está en términos de:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer los intentos que se han hecho para cambiar la situación de violencia que se vive en casa. Al ver que no hay cambios, comenzar a buscar otras posibilidades. 2. Visualizar un futuro distinto en el que planean salirse de la casa.
<p>Zoe le comparte sus planes a futuro a su mamá y le dice que sólo está esperando a que acabe la universidad para irse de la casa ante un escenario en que las cosas sólo han ido empeorando. Su mamá apoya esta decisión.</p>	<p>También se puede hablar de una agencia feminista (Isaacs, 2002) en la que ambas están siendo participantes activas en contra de la subordinación que el papá quiere ejercer sobre ellas y pensándose en relación a la otra para poder actuar en contra de la opresión.</p>

Voces Involucradas

Voz de Zoe: Comparte con su mamá que se va a ir de la casa una vez termine la universidad

Voz del papá a través de la mamá: no voy a cambiar

Voz de la mamá: persona que apoya a Zoe intentando cambiar cosas la relación entre ella y su papá y dando soporte a sus decisiones

Continuación sesión 5

En la sesión 4 Zoe habla acerca de una de las premisas que se comparten en su familia nuclear y extendida, esta es que la familia siempre tiene que estar junta. En la sesión 3 ella comienza a pensar que tal vez la mejor idea sea alejarse de su papá, sin embargo, a lo largo de la sesión 4 se habla acerca de que querer alejarse entra en conflicto con la premisa familiar con la que ha crecido y vivido. En la sesión 5 se retoma este tema el cual sigue dificultando el que Zoe pueda alejarse. A continuación, se

compartirán algunos fragmentos de la conversación previos a la transcripción 7 como parte de un análisis dialógico.

Fragmentos de conversación sesión 5

Terapeuta: Ok. Y también te preguntaba hace ratito si la idea de ser una buena hija o una mala hija era algo que contribuía como a este conflicto de que alejarse pudiera estar mal?

Zoe: Sí, a veces sí me llega eso. A veces sí es confuso. Y Como que entro en cierto conflicto. Crecí con esa idea por lo mismo de que luego mi papá decía como “Ay, es que soy tu padre, y yo te doy, te estoy manteniendo y te estoy dando estudios y cosas así”. Y entonces como, como él me da y yo cuando, tengo que, o cuando tengo que terminar la carrera o esté trabajando como que tengo que devolverle ¿no? Osea. Como que en cierto punto él también me, pues me decía eso o me dice eso de que pues casi casi como de gracias a él estoy en donde estoy ¿no?. Entonces sí a veces entro en conflicto y así como de hay, no sé, es un poco confuso. Porque digo que pues no siempre voy a tener que cumplir sus expectativas, ¿no? O no siempre voy a cumplir como la expectativa de él y tampoco como que soy como la extensión, o somos la extensión de él, y de lo que él no pudo hacer. Y nosotros tenemos que hacer porque somos sus hijos y tenemos que aguantarle todo porque somos sus hijos y él es nuestro papá.

Zoe identifica que antes ella también pensaba así, pues es una idea que creció escuchando toda la vida y la cual también es compartida por sus abuelos y tías.

“Como es que somos los papás y nosotros los mantenemos y como los mantenemos cuando ustedes crezcan, tienen que cuidar de nosotros y tienen que devolvernos por que les dimos y así. Es muy constante y muy común escuchar eso”

La supervisión donde se trabajó con Zoe era del modelo de soluciones, sin embargo, considero que estos fragmentos apuntan hacia la deconstrucción de la idea que es una práctica que forma parte de la terapia narrativa. La deconstrucción contribuye a la agencia de las personas al visibilizar cómo algunas ideas han estado definiendo sus existencias y al abrir un espacio para que ellas puedan decidir sus formas preferidas de

vivir (White, 1991). Al separarse de las creencias que han empobrecido sus vidas también surge la curiosidad acerca de quiénes podrían ser fuera de las prácticas dominantes. En la familia de Zoe se le daba mucho valor a la unión familiar y al ser buena hija, estas ideas sostenían el problema al no permitir a Zoe alejarse de la violencia que su papá ejercía. En la transcripción 7 se comienza a hablar de versiones alternativas de su vida.

Transcripción 7: no siempre voy a tener que cumplir sus expectativas

La terapeuta hace una pregunta y Zoe comienza a narrar algunos eventos que hablan de cómo ella se ha ido desprendiendo de esa ida.

Figura 7. Transcripción 7: “No siempre voy a tener que cumplir sus expectativas”

<p>Terapeuta: 01 Mh. Sí, también me parece que es algo muy común y no sé 02 cómo, ¿cómo le has hecho justo al ser algo tan común para 03 irte desligando un poco de esas ideas?</p>	<p>Resumen</p>	●
<p>Zoe: 04 Mm. De entrada. Como que. Eh? Pues el conflicto de. De lo 05 que quieres hacer y lo que. Lo que tus papás te dicen que 06 haga, ¿no?.</p>	<p>Complicación</p>	●
<p>07 Entonces eh. Sí, le di mucho peso a lo que yo quiero hacer 08 y no lo que mi papá, o sea como que, quería que hiciera. 09 Osea yo me di cuenta después de eso.</p>	<p>Orientación</p>	●
<p>10 Bueno, después de que elegí la carrera</p>	<p>Evaluación</p>	●
<p>11 Y dije bueno, ya elegí lo que yo quería, pues lo voy a hacer 12 ¿no? Entonces, aunque mi papá no lo quiera y aunque mi 13 papá diga que no, entonces sí tengo que hacer el esfuerzo 14 por sacar esto, no por él sino por mí. Y ya fue como así, 15 como que poco a poco me iba desligando esas ideas.</p>		

		Orientación	●
	16 Fue apenas, no sé, los últimos dos años que fui haciendo 17 como más constante de hay no y sí, en los dos años que, los 18 dos últimos años.		
		Complicación	●
	19 Han sido como más conflictos con él, por lo mismo de que 20 no le parecen ciertas cosas y que el sí me ha reclamado 21 varias veces. Es que no eres como la hija que yo esperaba 22 tener. Cambiaste mucho y eres muy rebelde y cosas así. 23 Entonces, sí		
Terapeuta:	24 Um. Um. Y entonces cuando dices que sigue siendo un 25 conflicto interno, que. Que todavía está aquí, ¿es cuando él 26 te dice esas cosas, que no eres la hija que le esperaba o que 27 tendría otras expectativas a las que tú tienes?		
		Evaluación	●
Zoe:	28 Ajá. Exacto. Y osea se quedan ahí. Y como que me da como. 29 No sé, como que me quedo con esas ideas por varios días o 30 semanas o a veces meses, no? Eh. Pensando no lo estoy 31 haciendo bien o que estoy haciendo o así. Y. Am.		
		Resolución	●
	32 Y después como que se me van pasando y así, pero a veces 33 tarda, tarda un poco de tiempo, como que me vaya quitando 34 otra vez para volver, como pues no la normalidad.		
		Coda	●
	35 Pero como a pensar en que lo que yo quiero hacer. Y. Um. 36 Y pues sí.		

Análisis de Transcripción 7: “No siempre voy a tener que cumplir sus expectativas”

En las primeras líneas Zoe articula el conflicto entre lo que se espera de ella de acuerdo a las premisas familiares y lo que ella quiere hacer (Línea 4-6). Al estar respondiendo una pregunta de la terapeuta, la narración comienza con la resolución del conflicto, que es priorizar sus decisiones y no la voz de su papá. (Línea 7-9). Nos da un referente temporal que es el momento en el que elige su carrera (línea 10). Actualmente

está en el 9º semestre, así que se puede inferir que al menos hace cuatro años y medio ella comenzó a priorizar su voz.

En las líneas 11 a 15, Zoe nos comparte su determinación para mantenerse en la carrera que ella eligió. Después de haber deconstruido la idea de que tiene que ser una buena hija y siempre cumplir con las expectativas de su papá, se abrió el espacio para contar este evento en el que ella toma una decisión con la que antepone sus preferencias. Referente a la agencia, la elección de una profesión es algo significativo para jóvenes ya que se conecta con abrir caminos profesionales a futuro. Esta decisión tiende a estar ligada a un plan profesional de vida y moldea la identidad ocupacional de las personas (Sánchez-Martín, 2020). En la elección de carrera intervienen contextos sociales, culturales, sistemas de creencias y valores familiares (Montiel, 2019). Es una decisión para la que se consideran factores individuales y colectivos, en este caso Zoe priorizó la parte sus propios intereses al hacer su elección.

Zoe vuelve a ajustar los tiempos. (líneas 16 y 18) y ahora nos ubica en los dos últimos años. El que Zoe dé prioridad a lo que ella quiere ha complicado la relación con su papá, aumentando los conflictos con él (líneas 19 a 23).

La terapeuta interviene para saber más acerca del conflicto interno que esto genera en Zoe (líneas 24 a 27). Esto extiende la narración en términos de lo que implica para Zoe las ideas que él tiene (líneas 28 a 31). Pareciera que la voz de su papá se convierte en una voz internalizada que la hace dudar acerca de sus acciones por largos periodos de tiempo. Cuando estas ideas se van, dejan una huella que no permite volver a Zoe a la “normalidad” (líneas 32 a 34), pero sí la dejan pensar en lo que quiere hacer.

En la tabla 6 se encuentra una síntesis de la transcripción 7 y su análisis en relación a la agencia.

Tabla 6. Análisis de Transcripción 7: “No siempre voy a tener que cumplir sus expectativas”

Transcripción 7	Agencia
<p>Zoe habla acerca del conflicto que existe entre lo que sus papás quieren que haga y lo que ella quiere hacer. Ella identifica que un evento en el que le dio más peso a lo que ella quería hacer y no a lo que su papá quería fue cuando eligió su carrera.</p> <p>A partir de hace dos años los conflictos con el papá han aumentado porque no le parece lo que hace Zoe. Los reclamos del papá son internalizados por Zoe, la hacen dudar de ella misma y la dejan intranquila por días o meses.</p>	<p>Agencia dentro del proceso terapéutico: A través de preguntas se deconstruye la idea de unión familiar y ser buena hija, la cual sostiene la violencia ejercida por el papá y dificulta a Zoe el tomar sus decisiones. Al hacer esto se abre un espacio para que Zoe narre un evento en el que ella priorizo su voz, que fue su elección de carrera. La deconstrucción contribuye a la agencia de las personas al visibilizar cómo algunas ideas pueden estar definiendo sus vidas y que ellas puedan decidir sus formas preferidas de vivir (White, 1991).</p> <p>La elección de una profesión es una decisión significativa en términos de agencia. Esta se conecta con un plan profesional de vida y moldea la identidad ocupacional de las personas (Sánchez-Martín, 2020).</p>
Voces Involucradas	Macro-Narrativas
<p>Voz de Zoe: conflicto en priorizar sus propias decisiones</p> <p>Voz del papá: Zoe es una rebelde</p> <p>Voz de la familia: Los hijos tienen que devolver a los papás lo que se les ha dado.</p>	<p>Los hijos son propiedad de los padres y tiene que alinearse a las decisiones de ellos.</p> <p>Los hijos son una extensión de los papás</p>

4.2.5 Sesión 6

Durante la sesión 6 se le comenta a Zoe que sólo quedaban 2 sesiones más en la modalidad de Terapeuta Relevo, de tal manera que ella pudiera decidir cómo le gustaría usar las sesiones restantes. También se le pregunta acerca de su experiencia en el proceso terapéutico, a lo cual responde que ha visto algunos cambios. Ella identifica que la frustración que a veces siente ya no ha sido tanta y que cuando aparece ahora

solamente llora o trata de hacer otras cosas para no lastimarse como escuchar música, o ver video también de su grupo de música favorito.

Esta sesión Zoe ya menciona el escuchar música como una actividad deliberada para regular su frustración. Saarikallio, Randall y Baltazar (2020) encontraron que la música podía tener efectos en la agencia en gente joven sobre todo cuando decidían escucharla premeditadamente para influenciar su estado de ánimo.

Pregunta milagro

Zoe comenta que una de las cosas que le gustaría seguir trabajando en las sesiones que le quedan es la falta de confianza. El involucrar a las personas a tomar decisiones dentro de su propio proceso es algo que también está relacionado con la agencia, pues permite que ellas determinen el rumbo de hacia adónde seguir. (Williams y Levitt 2007)

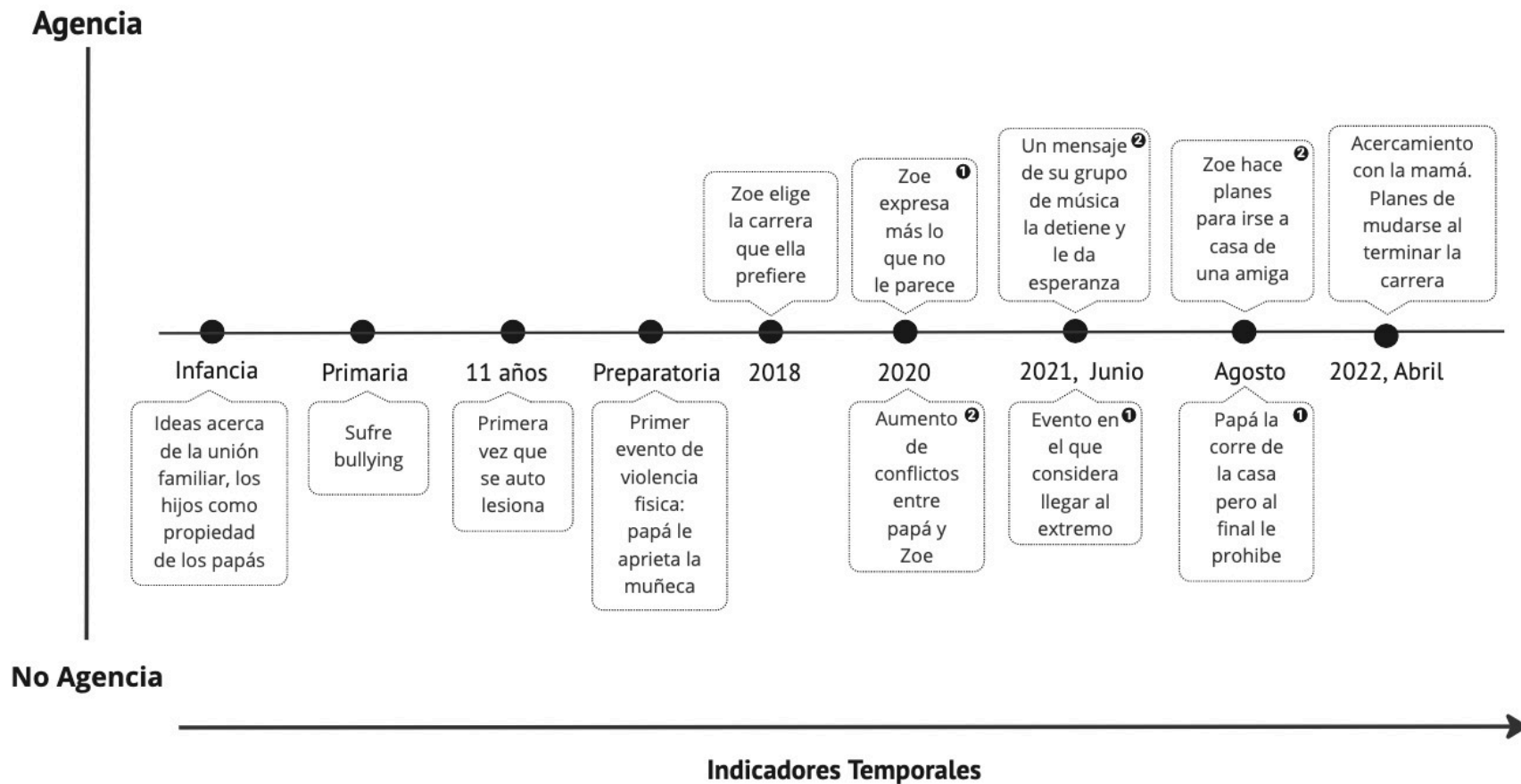
Ella responde que le gustaría reforzar la confianza y seguridad que tiene en ella misma de tal manera que si falla en algo no piense que es una decepción. El terapeuta hace la pregunta milagro centrándola en ¿cómo se imagina ella su vida sin las ideas y voces que la hacen sentir falta de confianza dejaran de estar o fuera inmune a ellas.? La pregunta milagro facilita la construcción de la agencia al visibilizar sus intenciones y construir una imagen del futuro en el que ellas quieren vivir (Williams, D. C., & Levitt, H. M. 2007; Davies, 2019)

Zoe imagina el poder silenciar o bajar el volumen a las personas que dicen cosas malas e intentan atacarla. A la vez le gustaría subirle el volumen a las personas que le hacen críticas constructivas y le dan sugerencias sin imponerle las cosas. Al final de la una de las conclusiones de Zoe es que quiere ser más selectiva en cuanto a las personas que la rodean, para esto piensa que necesita tomar en cuenta no sólo lo que las personas dicen de ella, si no también cómo se expresa de otras personas.

La terapia continuó por 2 sesiones más con el equipo terapéutico. Posterior a eso se tuvieron otras sesiones fuera del espacio de supervisión en las cuales se siguieron construyendo planeas para su vida profesional. Desafortunadamente no se cuenta con material video grabado de ninguna de estas.

En la figura 8 se hace una línea del tiempo con los eventos narrados por Zoe en las transcripciones anteriores relacionados con la agencia y ordenados cronológicamente.

Figura 8. Línea temporal con eventos narrados relativos a la agencia y no agencia



Capítulo 5. Discusión y Conclusión

“Creo que una de las tareas, uno de los sentidos de la existencia humana, aquello en lo que consiste la libertad del hombre, es jamás aceptar nada como definitivo, intocable, evidente, inmóvil. Nada de lo real debe erigirse para nosotros en una ley definitiva e inhumana. En esa medida, puede considerarse que debemos alzarnos contra todas las formas de poder, pero no entendido simplemente en el sentido restringido de poder de un tipo de gobierno, o de un grupo social sobre otro; eso no es más que un elemento entre otros. Llamo «poder» a todo lo que tiende de hecho a hacer inmóvil e intocable lo que se nos ofrece como real, como verdadero, como bien ... Todos los puntos de fijación, de inmovilización, deben considerarse como elementos en una táctica, en una estrategia; vale decir, en el marco de un esfuerzo por devolver a las cosas su movilidad, su posibilidad de ser modificadas o de cambiar.” (Foucault, 2016, p.57)

Discusión

Re-elaboración de las historias

McLeod & Balamoutsou, (1996) encontraron que las historias posteriores a la primera narración contada en terapia eran en gran medida una reelaboración o un intento de dar un cierre narrativo. Esto fue consistente con lo encontrado en esta investigación, en donde a lo largo de la terapia se retoman todos los temas presentados en la primera transcripción: (1) las discusiones con el papá, (2) el pensar en hacer cosas más extremas, (3) la elección de carrera, y (4) la confianza. A continuación se profundiza en cada uno de estos temas presentes en la transcripción 1 y su transformación en el proceso terapéutico:

1. Referente a las discusiones con el papá, en la primera narración una de mis interpretaciones es que había un inter-juego entre ubicar su problema como algo que tenía que ver sólo con ella (ej. la falta de confianza en sí misma y la dificultad para lidiar con sus emociones) y como algo que tenía que ver con conflictos que tenía con su papá. Uno de los desafíos para los terapeutas al escuchar a las personas re-contar sus vidas es el ayudarlas a encontrar narraciones que permitan comprender los orígenes y el significado de sus problemas actuales, de tal manera que el cambio se torne narrativamente concebible, alcanzable y creíble (Goolishan y Anderson 1994). En las 5 sesiones aquí presentadas, las terapeutas le dieron más peso a la segunda parte, enfocando la relación con su papá, nombrando la violencia y buscando disminuir los efectos de ella. Esta forma de re-contar las situaciones por las que estaba pasando fue haciendo sentido para Zoe, y le permitió ir encontrando en sus narraciones formas de generar cambios en los que ella tenía más agencia, como tomar distancia de su papá o reafirmar la decisión de salirse de su casa en cuanto termine la carrera.
2. En cuanto a pensar en “llegar al extremo”, en la segunda transcripción se habla acerca de eso y se encuentra en su banda de música favorita un aliado que la aleja de esos pensamientos al transmitirle esperanza respecto a que hay cosas que está haciendo bien y regresarle la confianza en sí misma. En la sesión 5 ella plantea el escuchar música o ver videos de su grupo favorito como una actividad deliberada para influenciar su estado de ánimo y no llegar a lastimarse.
3. Respecto a su elección de carrera, en la transcripción 7 el significado de esa acción cambia de ser algo que decepcionó a su papá a ser una decisión que le permitió priorizar sus preferencias y desligarse de las creencias familiares con las cuales se ejerce control sobre los hijos.
4. En la sesión 6 Zoe decidió que lo que le gustaría seguir trabajando en terapia es la falta de confianza en ella misma. Este tema se abordó en la sesión 3, cuando se hicieron escalas y se visibilizo que con su mamá, hermana y amiga la confianza tenía puntuaciones altas y con su papá no. A partir de esto, Zoe comienza a pensar que tal vez sería mejor alejarse del papá. Los significados encontrados esa sesión no hicieron el cambio narrativamente concebible para ella, por lo que

se siguió elaborando y re-elaborando alrededor de este tema. Al retomarlo en la sesión 6 ella concluye que sería importante ser selectiva con las personas que la rodean.

Definición de agencia

En el planteamiento del problema argumenté que el concepto de agencia es definido y entendido de diferentes maneras y ha sido principalmente abordado desde la teoría, haciendo falta anclarlo con datos empíricos. Blunden sugiere que *la agencia cubre una gama de fenómenos distintos y diferentes unidades son necesarias para un análisis de todo el campo* (2022, p.98). Algunos de los conceptos con los que se sobrepone la agencia son autonomía, intencionalidad, reflexividad o libre albedrío (McNay, 2002). A partir del análisis de las sesiones de terapia con Zoe, puedo decir que la agencia es un término en el que se condensan los conceptos y acciones antes mencionados, a los que además añadiría: separarse de ideas dominantes, recuperar conocimientos locales, abrir espacios de diálogo y planear-actuar en conjunto con otras personas significativas. Pareciera que todos los fenómenos con los que se vincula la agencia son necesarios para que una persona pueda dirigir su vida hacia donde prefiere, complicando el dar una definición sin tener que involucrar toda esta gama de conceptos.

Agencia y relación terapéutica

En el marco de referencia se rastreaba la manera en la que la agencia ha ido apareciendo en los modelos considerados como parte de la terapia familiar. Los modelos sistémicos revisados, enfocados en generar un cambio no la tenían dentro de sus consideraciones principales. Una posible explicación para esto es que casi todos los fundadores de la terapia familiar tuvieron formación médica y psiquiátrica, desde donde se compartía la premisa de que los pacientes debían de ser “rescatados, salvados o emancipados” de sus familias (Bertrando & Toffanetti, 2014), la cual les daba más un rol de hacerse cargo de las intervenciones y no el de construir con las personas el proceso de cambio.

A lo largo de los años las psicoterapias han hecho esfuerzos para separarse del mundo médico (Bohart & Tallman, 1999). En las terapias dialógicas y posmodernas se pueden encontrar esfuerzos claros de esa separación, es en estas prácticas terapéuticas en donde también se hace referencia directa a la agencia. El hecho de que en estos modelos esté más presente el concepto de agencia puede estar conectado con el tipo de relación que se crea, donde se buscan espacios más horizontales en los que se pueden tomar decisiones en conjunto entre terapeuta y consultante. Desde esta forma de relacionarse, el proceso de cambio se vuelve algo prioritario y no sólo que intervenciones van a generar una transformación (McNamee, 2009). El poner el énfasis en el proceso más que en el resultado final abre la posibilidad de ir creando significados alrededor de la agencia de manera coordinada.

Agencia y modelos terapéuticos

En mi análisis hago referencia al entendimiento de la agencia principalmente desde dos modelos de terapia que son el de soluciones y el narrativo, los cuales comparten premisas al ser parte del movimiento postmoderno, pero también tienen diferencias significativas en sus prácticas. Esto podría estar hablando de la importancia del rol del terapeuta en ir conceptualizando los casos de tal manera que las teorías se ajusten a las necesidades de las personas y no viceversa.

Centrándome en los modelos, podría decir que desde el de soluciones la agencia se facilitó al ir construyendo la idea de un futuro en el que Zoe pudiera tomar decisiones para ya no estar expuesta a la violencia. Acorde con la teoría, las preguntas de escala y del milagro fueron útiles para eso (Williams, D. C., & Levitt, H. M. 2007). Desde el modelo narrativo el deconstruir creencias de la cultura patriarcal, poniendo distancia sobre ellas y convirtiéndolas en algo extraño, visibilizó cómo estas habían estado determinando su vida, y posteriormente abrió nuevas posibilidades. Además el reflexionar acerca de sus motivaciones, intenciones y valores facilitó entender qué era importante para ella y tomar una postura acerca de lo que quería, esto es consistente con lo que se ha encontrado en

investigaciones referentes a la agencia en gente joven (Mäkinen y M. Vanhalakka-Ruoho 2018). Así mismo, el trabajo estuvo guiado por una perspectiva feminista, desde el cual se cuestionó el ejercicio del poder y las formas de opresión existentes en la familia de Zoe.

Familia, posmodernidad y agencia

Uno de los temas importantes al trabajar con Zoe fue el de los valores y premisas familiares. Palacio (2009) escribe acerca de las tensiones que enfrentan las familias contemporáneas, ella identifica que en las familias nucleares tradicionales se tenían roles definidos los cuales eran distribuidos por el padre y estaban mediados por cuatro exigencias: (1) el orden familiar tiene prioridad ante el individual (2) el padre se encuentra por encima de todos los demás miembros y sus deseos (3) la sabiduría y capacidad de decisión está en el padre y los adultos, y (4) el privilegio de lo masculino quien protege a lo femenino. Este modelo de familia mimetiza a los miembros, quienes se ven limitados al no poder ser agentes de elección individual, funde sus deseos en una masa homogénea, niega subjetividades y forma corporalidades para responder al ejercicio de poder. Todas estas exigencias generan disimetrías propias del patriarcado.

Esta misma autora plantea que este orden social se derrumba y han ido surgiendo modelos familiares diferentes, en los que hay espacio para la individualización, la capacidad de elección y decisión. En los que el amor, la familia, la libertad, el respeto a la diversidad, los derechos y autonomía personal co-existen.

Las funciones que cumplía la familia de Zoe estaban más cercanas a las de un rol tradicional, en la que el poder estaba centrado en la figura paterna. Los efectos de un sistema patriarcal y en el que había violencia llevaban a Zoe a pensar en “el extremo”, para ver si así su papá estaba tranquilo. Al mismo tiempo Zoe, su mamá y hermana lograban construir un núcleo más cercano entre ellas, en el que la capacidad de elección era posible y con el que hacían un frente unido para proteger sus derechos y capacidad de agencia.

La agencia es una acción conjunta que se ubica en el espacio de diálogo, por lo que en situaciones de conflicto es valioso explorar las redes relacionales más amplias que dan significado a las acciones en curso (Avdi, Lerou, & Seikkula 2015; Biagi & Rasera, 2018). En este sentido, en la relación con el papá el diálogo no era posible, y las redes más amplias como la familia extendida daba soporte a las acciones de él, dejando a Zoe sin agencia. Pero también dentro ese mismo núcleo familiar, al ampliar la mirada y enfocar las redes relacionales con la mamá y hermana la co-agencia era posible y se buscaban formas de escapar al control.

Conclusiones

Esta investigación buscaba entender cómo cambiaba la agencia dentro de un proceso terapéutico. En las narraciones de Zoe se encontraron múltiples formas en lo que esto sucedió, tales como: encontrar en su grupo de música favorita un aliado que le dio tranquilidad y esperanza, disponer de la música como una herramienta para regular sus emociones, entender la confianza en sí misma como algo que también está conectado a las personas de las que se rodea, por lo que se da cuenta que es importante ser selectiva; decidir tomar distancia de su papá, dejar de confrontarlo ya que eso la desgastaba demasiado y preferir no tener ni conversaciones casuales con él; acercarse más a su mamá, quien le da soporte para escapar de la violencia y para sus planes a futuro; y cuestionar premisas familiares. Algo que tienen en común esas nuevas formas que Zoe encuentra para narrarse es que se posiciona a sí misma como agente, como alguien que puede hacer cosas o tomar decisiones y no como alguien atada a fuerzas inamovibles.

El segundo objetivo era comprender cómo se co-construye la agencia con las terapeutas. Uno de los patrones que observo en las narraciones de Zoe es que en todas ellas se pueden encontrar elementos tanto de agencia como de no-agencia, a excepción de la primera transcripción en la cual el foco está sólo en el problema. Las terapeutas tomaban como material de trabajo los momentos en los que Zoe se posicionaba a sí

misma como agente, co-construyendo nuevos significados a través de: hacer preguntas, enfocar ciertos aspectos de la historia, deconstruir ideas, ahondar en su forma de entender las cosas o en sus emociones, e introducir información nueva. En otros momentos las terapeutas también fungían como soporte al ofrecer palabras cuando era muy difícil hablar de ciertas situaciones u ofrecían una gama de opciones para que Zoe pudiera ponerle palabras a lo que estaba viviendo. Todas estas acciones ayudaba a crear historias más sustanciosas en cuanto a lo que era importante para Zoe.

Esto está en línea con lo encontrado por McLeod & Balamoutsou (1996) quienes identifican que las terapeutas invitan a las personas a contar historias, participando como editoras de la narración al seleccionar ciertos elementos, ofrecer ideas de re-escritura o conectar historias que la misma persona ha contado en otros momentos. Goolishan y Anderson (1994) también hablan del rol de editor de las terapeutas para transformar las historias.

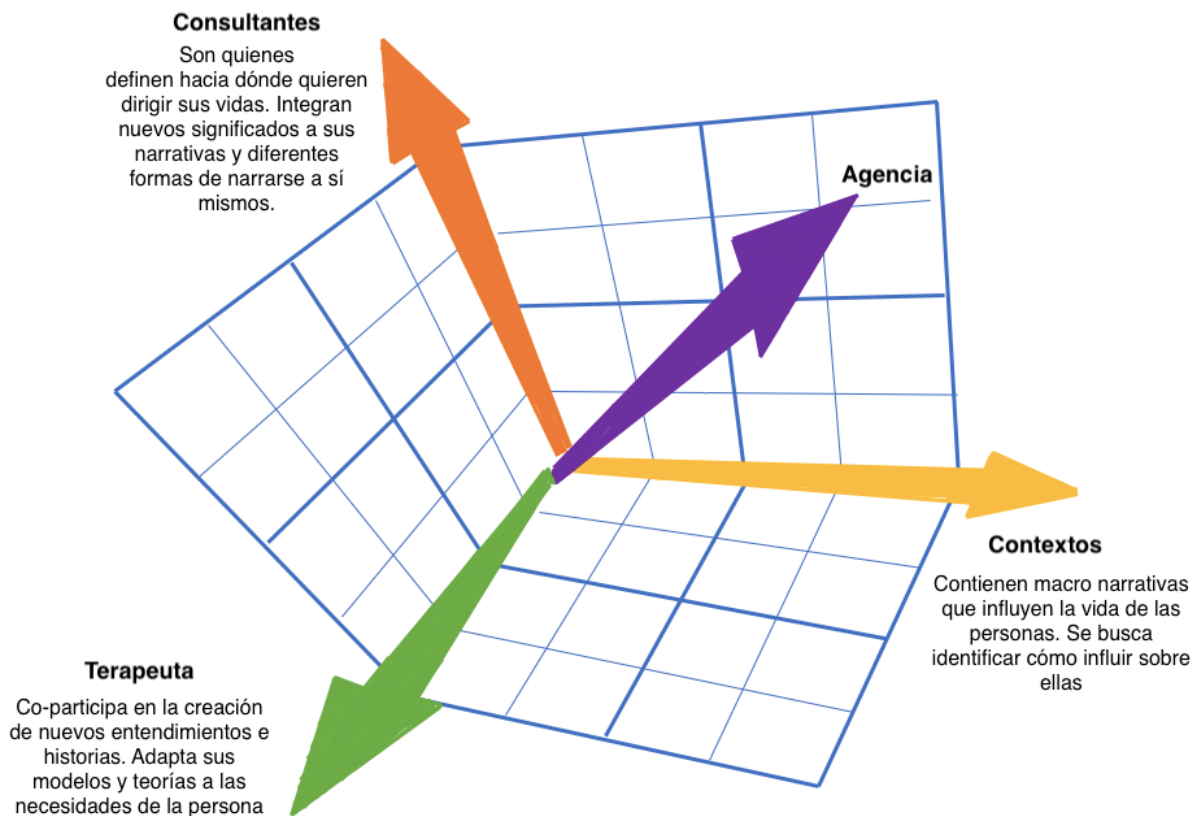
Propondría que la co-construcción de la agencia se da la en interacción entre diferentes factores:

- Los consultantes, quienes son los expertos en sus vidas y van definiendo hacia dónde quieren dirigirlas durante el proceso terapéutico, integrando nuevos significados, narrativas y acciones en sus vidas.
- La persona del terapeuta, quien co-participa en la creación de nuevos entendimientos y nuevas narrativas. También corporiza los modelos o teorías con los que trabaja y desde los cuales hay diferentes formas de construir la agencia (ej.: el diálogo, la deconstrucción, el considerar que las personas ya están haciendo cosas que les funcionan en sus vidas, el involucrar a los consultantes en la tomar decisiones acerca de su propio proceso terapéutico etc.). Desde los marcos de referencia en los que fundamento este análisis la agencia también implicaría tomar una posición política y poner distancia de los saberes-poderes “psi” para dar valor a los saberes locales de cada consultante.

- Los contextos en los que se desenvuelven las personas, donde hay macro narrativas que influyen en sus vidas. Se busca cambiar lo que es posible dentro de los límites que estos imponen o encontrar nuevos significados para entender las restricciones y enfocarse en lo que es maleable.
- Los diferentes significados que la agencia puede tomar tales como: autonomía, intencionalidad, reflexividad, libertad, de-construir ideas dominantes, recuperar conocimientos locales, influencia, abrir espacios de diálogo y ser co-agente.

La interacción de todos estos elementos al trabajarse dentro del espacio terapéutico crea movimientos en la agencia de la persona. En la figura 9 represento esto dentro de un esquema.

Figura 9. Factores que intervienen en la construcción de la agencia



Algunas preguntas que dejaría en consideración para la construcción de la agencia en la terapia serían: ¿Para esta persona qué podría significar el tener agencia dentro de sus contextos? ¿Cómo esta conversación podría contribuir a que las personas se narren como agente de su vida? ¿Qué voces dentro de las narraciones están respaldando la agencia y cuáles la están atenuando? ¿Qué de las teorías podría facilitar que la persona enfrente su situación problemática? ¿Cómo posicionarme como terapeuta para que pueda facilitar la agencia?, es decir, ¿Sería conveniente ser un socio conversacional, ser editor de la historia, compartir algún tipo de información, intervenir por medio de preguntas, ayudar a poner en palabras ciertas cosas, etc.? ¿Cómo se podría expandir el rango de cursos de acción para esta persona? ¿Alguno de los conceptos con los que se relaciona la agencia está presente o notablemente ausente en las narraciones? ¿De qué manera esta persona podría tener influencia sobre aspectos que parecen inamovibles en sus contextos?

A partir de ver lo multifacética que es la agencia tanto en su forma de entenderla teóricamente como de facilitarla dentro de la terapia, algunas de las preguntas que dejaría para futuras investigaciones son:

- Desde la perspectiva de los consultantes: ¿Para ellos qué involucraría la agencia? ¿Cómo se van dando cuenta que la agencia en sus vidas va cambiando? ¿Qué hacen sus terapeutas que facilita su agencia tanto fuera como dentro del consultorio?
- Desde la perspectiva de los terapeutas ¿Qué características tienen las narraciones en las que las personas se posicionan como agentes? ¿Cómo consideran que se integra el concepto de agencia en su práctica? ¿Qué de su trabajo facilita que las personas puedan caracterizarse a sí mismas como agentes de sus narraciones?

De tal manera que se cuente con más herramientas metodológicas y desde lo empírico para entender este constructo.

Al analizar el contenido de las sesiones, el enfoque estuvo puesto en elaborar una interpretación holística, conectando las partes de la historia con el todo, el todo ilumina ciertas partes y a la vez esas partes ofrecen una imagen más compleja del todo. Por ejemplo, el significado de “llegar al extremo” en el caso de Zoe sólo puede ser entendido al conectar las historias de violencia ejercida por el papá, las ideas de una estructura patriarcal que sostienen la violencia, los intentos que ha hecho para salir de esa dinámica y las emociones que todo eso le genera.

Las narrativas no buscan ser objetivizadas al hacer el análisis, reconociendo que estas ocurrieron en un contexto y que es el punto de vista de un observador. Asimismo, tampoco busco que el concepto de agencia sea reificado, el compartir fragmentos de la intervenciones de las terapeutas tenía también el objetivo de visibilizar que fueron conversaciones vivas en la que los significados estaban sujetos a ser trabajados, negociados y cambiados. Los significados encontrados no son definitivos o fijos, si no que fueron dados en un tiempo y espacio específico y probablemente continuarán cambiando en la vida de Zoe.

Limitaciones

Una de las limitaciones es que al ser un análisis interpretativo, existe la posibilidad de que diferentes personas pueden encontrar diferentes significados en las historias presentadas, los cuales además podrían ser re-elaborados con diferentes aproximaciones.

Otra limitación está en mi doble rol como investigadora y como terapeuta. El haber participado en el proceso terapéutico me hace estar muy cercana a la forma en la que se fue trabajando con Zoe y probablemente me limita de ver ciertas cosas o me hacer asumir algunas otras.

Referencias

- Aaltonen, S. (2013). 'Trying to push things through': Forms and bounds of agency in transitions of school-age young people. *Journal of Youth Studies*, 16(3), 375–390. <https://doi.org/10.1080/13676261.2012.733807>
- Adler, J. M. (2012). Living into the story: Agency and coherence in a longitudinal study of narrative identity development and mental health over the course of psychotherapy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(2), 367–389. <https://doi.org/10.1037/a0025289>
- Alpizar, L., & Bernal, M. (2003). La Construcción Social de las Juventudes. *Ultima década*, 11(19). <https://doi.org/10.4067/S0718-22362003000200008>
- Anderson, H. (1997). *Conversation, language, and possibilities: A postmodern approach to therapy*. Basic Books.
- Anderson, H., "Postmodern/Poststructural/Social Construction Therapies" in Sexton T. & Lebow, J. (2015). *Handbook of Family Therapy* (1st ed.). Routledge.
- Anderson (2023). Conceptual Framework: Emerging Orienting Sensitivities for Relationships and Conversations that Invite Transformation and Possibility. In Anderson, H., & Gehart, D. R. (Eds.). Collaborative-dialogic practice: Relationships and conversations that make a difference across contexts and cultures. *Routledge*.
- Anderson, H., & Gehart, D. R. (2007). Collaborative Therapy. In *Routledge eBooks*. <https://doi.org/10.4324/9780203944547>
- Archer, M. S. (2009). Teoría social realista: el enfoque morfogenético. *Ediciones Universidad Alberto Hurtado*

- Avdi, E., Lerou, V., & Seikkula, J. (2015). Dialogical Features, Therapist Responsiveness, and Agency in a Therapy for Psychosis. *Journal of Constructivist Psychology*, 28(4), 329–341.
<https://doi.org/10.1080/10720537.2014.994692>
- Ballou, M., & Sanchez, W. (2014). Feminist Therapy. En Teo T. (Ed.), *Encyclopedia of Critical Psychology* (pp. 715–723). Springer New York.
https://doi.org/10.1007/978-1-4614-5583-7_530
- Bandura, A. (2006). Toward a Psychology of Human Agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164–180. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00011.x>
- Barnes, J. M., MA. (2022, October 18). Re-humanising Mental Health Systems: A Discussion with Jaakko Seikkula on the Open Dialogue Approach. *Mad in America*. <https://www.madinamerica.com/2022/10/jaakko-seikkula-open-dialogue/>
- Blow, A., & Piercy, F. P. (1997). Teaching Personal Agency in Family Therapy Training Programs. *Journal of Systemic Therapies*, 16(3), 274–283.
<https://doi.org/10.1521/jsyt.1997.16.3.274>
- Blunden, A. (2022). *Hegel, Marx and Vygotsky: Essays on social philosophy*. Brill.
- Bertrando, P. (2015). *Emotions and the therapist: A systemic-dialogical approach*. Karnac.
- Bertrando, P., & Arcelloni, T. (2014). Emotions in the Practice of Systemic Therapy. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 35(2), 123–135.
<https://doi.org/10.1002/anzf.1051>

- Bertrando, P., & Lini, C. (2019). Theory and Practice of Systemic-Dialogical Therapy. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 40(2), 176–189.
<https://doi.org/10.1002/anzf.1365>
- Biagi, B. A. D. D., & Rasera, E. F. (2018). A mudança em terapia familiar: construindo agenciamento. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 27(60), 26–38.
<https://doi.org/10.38034/nps.v27i60.385>
- Bohart, A. C., & Tallman, K. (1999). *How Clients Make Therapy Work: The Process of Active Self-Healing* (1st ed.). Amer Psychological Assn.
- Borcsa, M., & Rober, P. (2016). The Challenge: Tailoring Qualitative Process Research Methods for the Study of Marital and Family Therapeutic Sessions. *Research Perspectives in Couple Therapy. Discursive Qualitative Methods*. Springer. 1–9.
https://doi.org/10.1007/978-3-319-23306-2_1
- Brockmeier, J., & Carbaugh, D. (2001). *Narrative and identity: Studies in autobiography, self and culture*. J. Benjamins.
- Bruner, J. (2004). Life as Narrative. *Social Research: An International Quarterly*, 71(3), 691–710. <https://doi.org/10.1353/sor.2004.0045>
- Bruner, J. (1991). The Narrative Construction of Reality. *Critical Inquiry*, 18(1), 1–21.
<https://doi.org/10.1086/448619>
- Carlson, S.T. & Haire, A. (2014). Toward a theory of relational accountability: an invitational approach to living narrative ethics in couple relationships. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (3), 1-16.
- Chapa, A. (2019). Feminismo y deconstrucción de género: ayer, hoy y mañana. *Gaceta Políticas*, 274. <https://www.politicas.unam.mx/gacetas/gaceta274.pdf>

- Colapinto, J. (2019). Structural Family Therapy. In: Lebow, J.L., Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham. https://doi-org.pbidi.unam.mx:2443/10.1007/978-3-319-49425-8_334
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2017). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). SAGE Publications, Inc.
- Czarniawska-Joerges, B. (2004). *Narratives in social science research*. Sage Publications.
- Davies, C. (2019). Kim-Berg, Insoo. In J. L. Lebow, A. L. Chambers, & D. C. Breunlin (Eds.), *Encyclopedia of Couple and Family Therapy* (pp. 1640–1641). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_886
- De Mol, J., Reijmers, E., Verhofstadt, L., & Kuczynski, L. (2018). Reconstructing a Sense of Relational Agency in Family Therapy. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 39(1), 54–66. <https://doi.org/10.1002/anzf.1278>
- DeKruyf, Lorraine, "An Introduction to Narrative Therapy" (2008). *Faculty Publications - College of Counseling*. 15. <https://digitalcommons.georgefox.edu/gsc/15>
- Desatnik (2004). En Eguiluz, L. *Terapia familiar sistémica: Su uso hoy en día*. Editorial Pax.
- De Shazer, S. (1984). The Death of Resistance. *Family Process*, 23(1), 11–17. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1984.00011.x>
- De Shazer, S., Dolan, Y. M., & Korman, H. (2007). *More than miracles: The state of the art of solution-focused brief therapy*. Haworth Press.
- Díaz-Loving, R., Rivera Aragón, S., Villanueva Orozco, G. B. T., & Cruz Martínez, L. M. (2011). Las premisas histórico-socioculturales de la familia mexicana: su

- exploración desde las creencias y las normas. *Revista Mexicana De Investigación En Psicología*, 3(2), 128-142. Recuperado a partir de <https://www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com/index.php/RMIP/article/view/137>
- Drewery, W., & Winslade, J. (1997). The theoretical story of narrative therapy. In G. Monk, J. Winslade, K. Crocket, & D. Epston (Eds.), *Narrative therapy in practice: The archaeology of hope* (pp. 32–52). Jossey-Bass.
- Duncan, B. L., Miller, S. D., & Sparks, J. (2007). Common factors and the uncommon heroism of youth. *Psychotherapy in Australia*, 13, 34–43.
- Eguiluz, L. (2004). *Terapia familiar sistémica: Su uso hoy en día*. Editorial Pax.
- Eteläpelto, A., Vähäsantanen, K., Hökkä, P., & Paloniemi, S. (2013). What is agency? Conceptualizing professional agency at work. *Educational Research Review*, 10, 45–65. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2013.05.001>
- Fisch, R., Weakland, J. H., Segal, L. (1994). *La táctica del cambio: Cómo abreviar la terapia*. Herder Editorial.
- Franklin, C., & Reddy, S. M. (2019). Solution-Focused Couple and Family Therapy. In J. L. Lebow, A. L. Chambers, & D. C. Breunlin (Eds.), *Encyclopedia of Couple and Family Therapy* (pp. 2742–2749). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_893
- Frie, R. (2008). *Psychological Agency: Theory, Practice, and Culture* (MIT Press) (1st ed.). A Bradford Book.
- Foucault, M, (2016). *El origen de la hermenéutica de sí: Conferencias de Dartmouth, 1980* (H.-P. Frachaud, D. Lorenzini, & E. Castro, Eds.). Siglo Veintiuno Editores.

- Frommer, J., & Rennie, D. L. (Eds.). (2006). *Qualitative psychotherapy research: Methods and methodology* (2. ed). Pabst.
- Gaitán, P. (2015). Uses and limits on reflexivity in the work of Anthony Giddens. *Acta Sociológica*, (67). <https://doi.org/10.1016/j.acso.2015.04.001>
- Gee, J. P. (1989). Two styles of narrative construction and their linguistic and educational implications. *Discourse Processes*, 12(3), 287–307.
<https://doi.org/10.1080/01638538909544732>
- Gergen, K. J. (1999). Agency. *Theory & Psychology*, 9(1), 113–115.
<https://doi.org/10.1177/0959354399091007>
- Gergen, K. J. (1996). *Realidades y relaciones: Aproximaciones a la construcción social* (1. ed). Paidós.
- Gergen, K. J., Estrada, Á. M., & Diaz Granados Ferráns, S. (2007). *Constructivismo social: Aportes para el debate y la práctica* (1a ed). Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales.
- Gibson, K., & Cartwright, C. (2013). Agency in young clients' narratives of counseling: "It's whatever you want to make of it". *Journal of Counseling Psychology*, 60(3), 340–352. <https://doi.org/10.1037/a0033110>
- Giddens, A. (1976). *New Rules of Sociological Method*. Routledge.
- Gilman, S. L. (Ed.). (1993). *Hysteria beyond Freud*. University of California Press.
- González. (2006). Teoría narrativa de la psicología social en el modo de ser literario. *Athenea digital*, 0(9). <https://raco.cat/index.php/Athenea/article/view/40418>

- Goolishian H., y Anderson H. (1994) Algunos Dilemas Posmodernos de la Psicoterapia en Schnitman, F. (Ed.). *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad* (1. ed). Paidos.
- Haddock, S. A., Zimmerman, T. S., & MacPhee, D. (2000). The Power Equity Guide: Attending to Gender in Family Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26(2), 153–170. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2000.tb00286.x>
- Hall, C. (2020). *Social Work as Narrative: Storytelling and persuasion in professional texts (Routledge Revivals)* (1st ed.). Routledge.
- Hare-Mustin, R. T. (1978). A Feminist Approach to Family Therapy. *Family Process*, 17(2), 181–194. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1978.00181.x>
- Helgeson, V. S., & Palladino, D. K. (2012). Agentic and Communal Traits and Health: Adolescents With and Without Diabetes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(4), 415–428. <https://doi.org/10.1177/0146167211427149>
- Hitlin, S. & Elder Jr, G.H. (2007). Agency: An empirical model of abstract concept. En *Constructing Adulthood: Agency and Subjectivity in adolescence & Adulthood*. Advances in Life Course Research, Vol. 11: Ross Macmillan (Ed. p.33-67). JAI Press.
- Hitlin, S., & Elder, G. H. (2007b). Time, Self, and the Curiously Abstract Concept of Agency. *Sociological Theory*, 25(2), 170–191. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9558.2007.00303.x>
- Hoener, C., Stiles, W. B., Luka, B. J., & Gordon, R. A. (2012). Client experiences of agency in therapy. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 11(1), 64–82. <https://doi.org/10.1080/14779757.2011.639460>

- Huber, J., Nikendei, C., Ehrenthal, J. C., Schauenburg, H., Mander, J., & Dinger, U. (2018). Therapeutic Agency Inventory: Development and psychometric validation of a patient self-report. *Psychotherapy Research, 29*(7), 919–934. <https://doi.org/10.1080/10503307.2018.1447707>
- Hyvärinen, M. (2010). Revisiting the Narrative Turns. *Life Writing, 7*(1), 69–82. <https://doi.org/10.1080/14484520903342957>
- Ibarra, A. (2014). Formas Colaborativas de Habla en la Supervisión: Una mirada desde la Psicología Discursiva. *International Journal of Collaborative Practice, 5*(1), 117–137.
- Isaacs, T. (2002). Feminism and Agency. *Canadian Journal of Philosophy Supplementary Volume, 28*, 129–154. <https://doi.org/10.1080/00455091.2002.10717585>
- Jolly, M. (Ed.). (2001). *Encyclopedia of life writing: Autobiographical and biographical forms*. Fitzroy Dearborn.
- Josselson, R., & Hammack, P. L. (2021). *Essentials of narrative analysis*. American Psychological Association.
- Kapusta, A., de Barbaro, B. (2019). Foucault, Michel. In: Lebow, J.L., Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham. https://doi-org.pbidi.unam.mx:2443/10.1007/978-3-319-49425-8_959
- Kelly, N. (2005). *Narrative, memory and everyday life*. University of Huddersfield.
- Keenev, B. P., & Ross, J. M. (1983). Cybernetics of Brief Family Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy, 9*(4), 375–382. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1983.tb01525.x>

- King, A. (2004). *The structure of social theory*. Routledge.
- Knox, J. (2010). *Self-Agency in Psychotherapy: Attachment, Autonomy, and Intimacy (Norton Series on Interpersonal Neurobiology)* (Illustrated). W. W. Norton & Company.
- Kristmannsdottir, G., Keski-Rahkonen, A., & Kuusinen, K. (2019). Changes in the sense of agency: Implications for the psychotherapy of bulimia nervosa- A case study. *Journal of Clinical Psychology, 75*(8), 1415–1428.
<https://doi.org/10.1002/jclp.22787>
- Kush, K., & Cochran, L. (1993). *Enhancing a Sense of Agency Through Career Planning*. 6.
- Labov, W. y Waletzky, J. (1967) en Helm, J. *Essays on the Verbal & Visual Arts: American Ethnological Society Proceedings*. American Ethnological Society
- Labov, W., & Waletky, J. (1967). *Narrative Analysis: Oral Versions of Personal Experience*.
- Lanamann J. (1998) En McNamee, S., & Gergen, K. J.. (Eds.) *Relational Responsibility: Resources for Sustainable Dialogue* (1st ed.). SAGE Publications, Inc.
- Lebow, J. L. (2008). *Twenty-First Century Psychotherapies: Contemporary Approaches to Theory and Practice* (1st ed.). Wiley.
- Letsinger, R., & Schlanger, K. (2019). Mental Research Institute. *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*, 1864–1867. https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_600
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., & Zilber, T. (1998). *Narrative research: Reading, analysis and interpretation*. Sage Publications.

- London, S. (2019). Anderson, Harlene. En: Lebow, J.L., Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham. https://doi-org.pbidi.unam.mx:2443/10.1007/978-3-319-49425-8_830
- Loyal, S. (2012). Agency-Structure. *The Wiley-Blackwell Encyclopedia of Globalization*. <https://doi.org/10.1002/9780470670590.wbeog008>
- Lutz, W., Castonguay L., Lambert M., Barkham, (2021). Traditions and New Beginnings: Historical and Current Perspectives on Research in Psychotherapy and Behavior Change. En Barkham, M., Lutz, W., & Castonguay, L. *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (7th ed.). Wiley.
- Mäkinen S., y Vanhalakka-Ruoho M. (2018) en Cohen-Scali, V., Rossier, J., & Nota, L. (Eds.). *New perspectives on career counseling and guidance in Europe*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-61476-2>
- Mackrill, T. (2009). Constructing Client Agency in Psychotherapy Research. *Journal of Humanistic Psychology*, 49(2), 193–206. <https://doi.org/10.1177/0022167808319726>
- Marra, M. (2014). El Construccinismo Social como abordaje teórico para la comprensión del abuso sexual. *Revista De Psicología*, 32(2), 219–242. <https://doi.org/10.18800/psico.201402.002>
- McNamee, S. (2009). Postmodern Psychotherapeutic Ethics: Relational Responsibility in Practice. *Human Systems: The Journal of Therapy, Consultation & Training*. 2009;20 (1): 57-71.
- McLeod, J. (1997). *Narrative and psychotherapy*. Sage Publications.

- McLeod, J. (2011). *Qualitative Research in Counselling and Psychotherapy* (Second). SAGE Publications.
- McLeod, J., & Balamoutsou, S. (1996). Representing narrative process in therapy: Qualitative analysis of a single case. *Counselling Psychology Quarterly*, 9(1), 61–76. <https://doi.org/10.1080/09515079608256353>
- McLeod, J., & Lynch, G. (2000). “This is our life”: Strong evaluation in psychotherapy narrative. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 3(3), 389–406. <https://doi.org/10.1080/13642530010012039>
- McNay, L. (2003). Agency, Anticipation and Indeterminacy in Feminist Theory. *Feminist Theory*, 4(2), 139–148. <https://doi.org/10.1177/14647001030042003>
- McNay, L. (2015). *Agency* (L. Disch & M. Hawkesworth, Eds.; Vol. 1). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199328581.013.2>
- Medina, J. (2011). La naturaleza del arte de la narración: Una aproximación al Enfoque de William Labov en un Cuento de O. Henry. *Letras*, 53(85), 52–60.
- Minuchin, S. (1989). *Familias y terapia familiar*. Gedisa.
- Minuchin, S., & Fishman, C. H. (1984). *Técnicas de terapia*. Ediciones Paidós.
- Montesano, A. (2012). La perspectiva narrativa en terapia familiar sistémica. *Revista De Psicoterapia*, 23(89), 5–50. <https://doi.org/10.33898/rdp.v23i89.638>
- Montiel, E. (2019). Elección de carrera: motivos, procesos e influencias y sus efectos en la experiencia estudiantil de jóvenes universitarios de alto rendimiento académico. *Reencuentro. Análisis De Problemas Universitarios*, 31(77), 55-74. Recuperado a partir de <https://reencuentro.xoc.uam.mx/index.php/reencuentro/article/view/988>

- Munford, R., & Sanders, J. (2015). Young people's search for agency: Making sense of their experiences and taking control. *Qualitative Social Work, 14*(5), 616–633.
<https://doi.org/10.1177/1473325014565149>
- O'Hanlon, W. H., & Weiner Davis, M. (1990). *En busca de soluciones: Un nuevo enfoque en psicoterapia*. Paidós.
- Olson, M. E., Laitila, A., Rober, P., & Seikkula, J. (2012). The Shift from Monologue to Dialogue in a Couple Therapy Session: Dialogical Investigation of Change from the Therapists' Point of View. *Family Process, 51*(3), 420–435.
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2012.01406.x>
- Olson, M. E., Seikkula, J., & Ziedonis, D. M. (2013). The Key Elements Of Dialogic Practice In Open Dialogue: Fidelity Criteria. *UC San Diego School of Medicine*.
<https://www.umassmed.edu/globalassets/psychiatry/open-dialogue/keyelements1.109022014.pdf>
- Padilla. (2022). *Feminización de la migración, agencia y violencia. migrar para sobrevivir: el caso de las mujeres centroamericanas en tránsito por México*. (Tesis de Licenciatura). UNAM.
<http://132.248.9.195/ptd2022/agosto/0827700/Index.html>
- Pakman, M. (2010). *Palabras que permanecen, palabras por venir micropolítica y poética en psicoterapia* (1a. ed). Gedisa.
- Pakman, M. (2019). Micropolitics and Poetics in Couple and Family Therapy. In: Lebow, J.L., Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham. https://doi-org.pbidi.unam.mx:2443/10.1007/978-3-319-49425-8_858

Palacio M. C. (2009). Los cambios y transformaciones en la familia. Una paradoja entre lo sólido y lo líquido. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 1, 46 - 60.

Recuperado a partir de

<https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/revlatinofamilia/article/view/5570>

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience human development* (Fourteenth edition). McGraw-Hill Education.

Polkinghorne, D. (1988). *Narrative knowing and the human sciences*. State University of New York Press.

Prout, H. T. (2007). Counseling and psychotherapy with children and adolescents: Historical, developmental, integrative and effectiveness perspectives. En H. T. Prout & D. T. Brown (Eds.), *Counseling and psychotherapy with children and adolescents: Theory and practice for school and clinical settings* (4th ed., pp. 1–31). New York, NY: Wiley.

Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage Publications.

Riessman, C. K., & Quinney, L. (2005). Narrative in Social Work: A Critical Review. *Qualitative Social Work*, 4(4), 391–412.

<https://doi.org/10.1177/1473325005058643>

Riessman, C. K., & Speedy, J. (2007). Narrative Inquiry in the Psychotherapy Professions: A Critical Review. En D. Clandinin, *Handbook of Narrative Inquiry: Mapping a Methodology* (pp. 426–456). SAGE Publications, Inc.

<https://doi.org/10.4135/9781452226552.n17>

- Rober, P. (2017). Dialogical Practice in Couple and Family Therapy. In: Lebow, J., Chambers, A., Breunlin, D. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8_821-1
- Russell, W. P. (2019). Directives in Couple and Family Therapy. In J. L. Lebow, A. L. Chambers, & D. C. Breunlin (Eds.), *Encyclopedia of Couple and Family Therapy* (pp. 769–773). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_520
- Saarikallio, S. H., Randall, W. M., & Baltazar, M. (2020). Music Listening for Supporting Adolescents' Sense of Agency in Daily Life. *Frontiers in Psychology, 10*, 2911. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02911>
- Safran, J., & Gardner-Schuster, E. (2016). Psychoanalysis. *Encyclopedia of Mental Health, 339–347*. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-397045-9.00189-0>
- Salas, M. M., & de Oliveira, O. (2009). *Los jóvenes en el inicio de la vida adulta: Trayectorias, transiciones y subjetividades*. 25.
- Salles, V., & Tuiran, R. (1996). Mitos y creencias sobre la vida familiar. *Revista Mexicana de Sociología, 58*(2), 117. <https://doi.org/10.2307/3540971>
- Sanchez y Gutierrez, D. (2000). *Terapia Familiar - Modelos y Tecnicos*. Manual Moderno.
- Sánchez, L. P., Hernández, H. G., Espino, E. A. G., García, M. J. M., Ramírez, R. M., Velasco, N. O., Heredia, M. E. R., Martínez, M. F. G., Varela, M. R. F., Pacheco, R. R. H., & others. (2021). *Narrativas sistémicas en la sociedad actual*. UNAM | FES-Iztacala | LEED. <https://books.google.com.mx/books?id=wVxBEAAAQBAJ>

- Sánchez Martín, M. (2020). Influencias socio-familiares en la elección de los estudios de formación profesional. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 12(1), 44–62.
<https://doi.org/10.17151/rlef.2020.12.1.4>
- Seikkula, J., & Olson, M. (2003). The Open Dialogue Approach to Acute Psychosis: Its Poetics and Micropolitics. *Family Process*, 42(3), 403–418.
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00403.x>
- Seikkula, J., & Arnkil, T. E. (2019). *Diálogos abiertos y anticipaciones terapéuticas: Respentando la alteridad en el momento presente*. Herder.
- Sharland, E. (2006). Young people, risk taking and risk making: Some thoughts for social work. *British Journal of Social Work*, 36, 247–265.
[doi:10.1093/bjsw/bch254](https://doi.org/10.1093/bjsw/bch254)
- Smoliak, O., & Strong, T. (2017). Postmodernism in Couple and Family Therapy. In J. Lebow, A. Chambers, & D. C. Breunlin (Eds.), *Encyclopedia of Couple and Family Therapy* (pp. 1–7). Springer International Publishing.
https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8_218-1
- Speedy, J. (2007). *Narrative Inquiry and Psychotherapy* (1st ed.). Red Globe Press.
- Stones, R. (2012). Structuration. *The Wiley-Blackwell Encyclopedia of Globalization*.
<https://doi.org/10.1002/9780470670590.wbeog544>
- Sude, M.E. (2019). Person of the Therapist in Couple and Family Therapy. In: Lebow, J.L., Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham. https://doi-org.pbidi.unam.mx:2443/10.1007/978-3-319-49425-8_1058

- Sweet, P. L. (2019). The Sociology of Gaslighting. *American Sociological Review*, 84(5), 851–875. <https://doi.org/10.1177/0003122419874843>
- Tarragona, M. (2006). Las Terapias Posmodernas: una Breve Introducción a la Terapia Colaborativa, la Terapia Narrativa y la Terapia Centrada en Soluciones. *Psicología Conductual: Revista Internacional De Psicología Clínica Y De La Salud*, 14(3), ISSN 1132-9483.
- Tarragona M. (2015) en García Martínez, F. *Terapia sistémica breve: Fundamentos y aplicaciones* (Segunda edición : julio de 2015). RIL editores.
- Toffanetti, D., & Bertrando, P. (2014). *Historia de la terapia familiar: Los personajes y las ideas (Psicología Psiquiatría Psicoterapia) (Spanish Edition)*. Ediciones Paidós.
- Toivonen, H. (2019). *Constructions of Agency and Nonagency in Psychotherapy* (Doctoral Dissertation). JYU dissertations. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7870-9>
- Turner, V. W., & Bruner, E. M. (Eds.). (1986). *The Anthropology of experience*. University of Illinois Press.
- Wampler, K. S., Miller, R. B., & Seedall, R. B. (2020). *The Handbook of Systemic Family Therapy* (Volume 1). Wiley-Blackwell.
- Watzlawick, P., Jackson, D., Beavin, J. (1981). *Teoría de la comunicación humana*. Herder.
- White, M. (1994). *Guías Para Una Terapia Familiar Sistémica*. Gedisa.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice* (1st ed). W.W. Norton & Co.

White, M., & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos* (5 ed).
Paidós.

Williams, D. C., & Levitt, H. M. (2007). Principles for facilitating agency in
psychotherapy.

Yu, F. (2019). Miracle Question in Couple and Family Therapy. In: Lebow, J.L.,
Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) Encyclopedia of Couple and Family
Therapy. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_1072

Anexo

Figura 1. Transcripción 1: “El problema conmigo”

Orientación

- 01 Um. Bueno eeh
- 02 Hace años
- 03 cuando, pues,
- 04 pues era niña. Eeh
- 05 Mm. Hay Perdón
- 06 Eh
- 07 Amm

Conflicto

- 08 Pues sí, sufrí bullying cuando iba en la primaria.
- 09 Y

Evaluación

- 10 Creo que hasta la fecha como que eso ha.
- 11 Reper, repercutido, osea.
- 12 Han pasado muchos años, pero
- 13 Um.
- 14 No sé cómo sobrellevarlo, por decirlo así
- 15 Y
- 16 En
- 17 En otras.
- 18 Ah. Bueno.

Conflicto

- 19 Eh agregamos como
- 20 La falta de confianza que digamos que tengo
- 21 En mí, porque.
- 22 A
- 23 Pues
- 24 Como que tengo ciertos choques con mi papá,
- 25 por decirlo así.
- 26 Eh. Entonces
- 27 Pues hemos tenido como ciertas discusiones en donde.
- 28 Pues sí se expresa de cierta forma que.
- 29 Pues me ha
- 30 Pues lastimado.¿ No?
- 31 No soy lo que él pensaba
- 32 Osea Que

- 33 Ha dicho que.
34 Que no soy lo que él pensaba.
35 O el incluso como haber escogido
36 Una carrera que él no quería
37 que yo estudiara
38 Osea como que lo hace ver.
39 Como si fuera una decepción.
40 Y.
41 Pues otras cosas
42 Más cosas que él ha dicho, no?
43 Pero.
44 Eh
45 Pues sí, osea
46 Eso es lo que,
47 Lo principal, lo que ha ocasionado.

Evaluación

- 48 Llega un momento en el que
49 Yo caigo como en la desesperación de
50 Si estoy haciendo las cosas bien o no.
51 Mm. Y.
52 Pues es eso.
53 Lo que ha ocasionado como esas.
54 Mm.
55 Como ese problema conmigo.
56 Y. Y de cierta forma,
57 También ha impactado como en el estado de humor que
58 Aam
59 como que a veces es muy cambiante
60 Y eso también me preocupa porque
61 Eeeh

Conflicto

- 62 Pues he tenido como estos arranques así muy feos en los que.
63 Ya.
64 Ya tanta es mi desesperación
65 que ya no sé cómo ni siquiera sacar la la frustración, ¿no?
66 Por. Esa,
67 Como esas discusiones.
68 A veces pueden ser como pequeñas,

69 Pero osea por mí,
70 Pues dentro de mí como que ya es
71 Osea ya es como mucha, no sé, energía.
72 No sé si decirlo así?
73 Acumulada que tengo
74 Que incluso eeh
75 Pues sí he pensado en hacer cosas más,
76 Más extremas ¿no?

Evaluación

77 O cosas que ya no.
78 Eeh pues sí que no, no, no, no, que no está bien.
79 Y que pueden poner en peligro.
80 Pues sí.
81 Pueden ponerme en peligro o así.
82 Osea hasta lo que he llegado
83 O lo máximo que he llegado
84 Pues es como
85 Pues hacerme
86 Pues hacerme daño, no?
87 Osea sí suena,
88 Suena feo, no?
89 Pero.

Coda

90 Pues ya es como el arranque de desesperación que tengo.
91 Osea es eso.