



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
RESIDENCIA EN TERAPIA FAMILIAR

“LA DIFERENCIACIÓN Y EL CICLO VITAL DESDE UNA
POSTURA CRÍTICA:
PROCESOS Y TRAYECTORIAS JUVENILES EN EL CONTEXTO MEXICANO”

REPORTE DE EXPERIENCIA PROFESIONAL
QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE
MAESTRO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

OMAR VÍCTOR ERNESTO RUBIO PLASCENCIA

DIRECTORA DE REPORTE:
MTRA. OFELIA DESATNIK MIECHIMSKY
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

COMITÉ TUTOR:
DR. ALEXIS IBARRA MARTÍNEZ
DRA. BLANCA ESTELA HUITRÓN VÁZQUEZ
MTRA. CARMEN SUSANA GONZÁLEZ MONTOYA
DRA. NÉLIDA PADILLA GÁMEZ
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

Los Reyes Iztacala, Estado de México
Noviembre de 2018



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

A los maestros con los que me crucé, inesperadamente, desde el inicio de mi caminar académico, pero sobre todo, a los que trascendieron dicho espacio: a Juan, a Flor y a Pedro, que me encontraron áspero y tosco, -entreviendo lo que yo aún no podía ver- me ayudaron a dar forma a mis habilidades, a mis palabras. Estuvieron para orientar, sugerir y acompañar en tiempo clave, cuando no sabes por dónde pisar. Fueron grandes guías, y posteriormente, grandes compañeros.

Por supuesto, *a mis maestras de posgrado*, en los que encontré una forma de replantear todo, de cuestionar, de posicionarme. Una manera diferente de explorar las cosas: con curiosidad pero con sagacidad, con apertura pero con seguridad. Gracias por construir -en conjunto conmigo y todas mis compañeras y compañeros- un camino de desafíos, confrontaciones, alianzas y afianzamiento. Las dudas que resonaban en todos los páramos de mi historia, jamás se hubieran silenciado si no hubiese sido por el retumbar de sus palabras, empoderadas y llenas de experiencia. A Ofelia, a Rosario, a Susana, a Laura, a Alexis; y al resto de mis apreciadas profesoras. Agradezco cada conversación que construyeron con lo que era y soy ahora.

A mis compañeros de posgrado, por defenderme y/o señalarme cuando era necesario, por su dedicación y competencia, pero sobre todo su colaboración en los momentos más angustiantes del desafío. Sé que estarán haciendo una gran labor en cada posicionamiento que sostienen, en cada espacio que cuestionan, en cada relación que diversifican, amplían, liberan, fortalecen, recuerdan, atestiguan, profundizan. Gracias porque esas acciones están ligadas a mí a través de nuestras conversaciones y nuestros aprendizajes en conjunto.

A mis compañeros de vida, por reflejar lo más apreciado de mí, pero también lo más difícil. Gracias porque fueron la mejor forma de navegar por lugares de incógnita, saliendo vivos de todo, pero lo que es más, logramos ser felices, logramos ser nosotros, logramos reírnos y logramos saber un poco más del mundo.

A mi familia, por brindarme todo lo necesario para una satisfactoria y gratificante vida; pero sobre todo **por permitirme ser**, por darme esa libertad que tanto necesito para escribir y pensar, equivocarme y aprender. Por ser figuras de amor perpetuo que nunca se apagan cuando los laberintos de las emociones lo complican todo. Gracias madre, Victoria Plascencia, por tu mirada comprensiva y tu temperamento firme. Gracias padre, Ernesto Rubio, por tu presencia en momentos tan importantes, por enseñarme tanto sobre tantas cosas, por dejarme ver tu historia que tanto respeto y admiro. Gracias hermano, por ser un modelo de ser humano, por permitirme apreciar tu amistad y hacerme parte de una alianza que reconforta. Gracias hermana, por siempre estar ahí, por ayudarme a ser feliz y valiente. Sepan que su amor y cuidados construyeron la posibilidad de realizar esto.

A mi esposa, por ser la llama constante de mi vida, por su lealtad, por su amor, su amistad, por su sonrisa, sus apapachos y permitirme construir una vida maravillosamente agradable

en lo cotidiano y lo inesperado. Gracias por enseñarme tantas cosas y aun así dejarme verte desde lo terrenal.

A la gente que cree, que permite aprender, que sugiere y busca el cambio y el crecimiento, por más doloroso que sea. No olvido que tengo un compromiso con ustedes, con la sociedad, de aquí y por delante. Mi deuda es grande, hagamos lo mejor que podamos con el tiempo que se nos da.

ÍNDICE

Introducción (p. 6)

Capítulo I: Antecedentes y contexto de la Terapia Familiar

Antecedentes histórico-filosóficos del concepto de Diferenciación (p. 8)

Características del campo psicosocial en México (p. 9)

La terapia familiar como alternativa para abordar la problemática señalada (p. 15)

Caracterización de los escenarios donde se realizó el trabajo clínico (p. 17)

Algunas reflexiones en torno a los escenarios (p. 20)

Capítulo II: Fundamentos de la terapia familiar

Análisis teórico conceptual del marco epistemológico de la Terapia Familiar

Teoría General de los Sistemas (p. 23)

Cibernética de primer y segundo orden (p. 26)

Teoría de la Comunicación Humana (p. 28)

Teorías postmodernas: el enfoque constructivista y construccionista de la realidad (p. 32)

Análisis de los principios teóricos y metodológicos de los modelos de intervención en terapia familiar sistémica y posmoderna

Terapia Breve Centrada en los Problemas (p. 37)

De la analogía del texto en antropología a las ideas de Michael W. (p. 46)

El modelo reflexivo de Tom Andersen (p. 61)

El modelo colaborativo de Goolishian y Anderson (p. 66)

Capítulo III: Desarrollo y aplicación de competencias profesionales

Habilidades clínicas terapéuticas

Casos atendidos (p. 73)

Análisis y discusión de temas que sustentan los casos presentados (p. 73)

Descripción y desarrollo de dos casos clínicos (p. 121)

Análisis y discusión teórico-metodológica del primer caso clínico desde una diferenciación contextual en el marco de la adolescencia (p. 135)

Propuesta y líneas generales de intervención para el desarrollo de una diferenciación contextual en el marco de la adolescencia (p. 139)

Análisis y discusión teórico-metodológica de segundo caso clínico desde una diferenciación contextual en el marco de la adultez temprana (p. 143)

Propuesta y líneas generales de intervención para el desarrollo de una diferenciación contextual en el marco de la adultez temprana (p. 146)

Análisis del sistema terapéutico total a partir de su participación en los equipos terapéuticos de observación, con base en la cibernética de 2° orden. (p. 152)

Habilidades de investigación

Investigación con enfoque cuantitativo: Creencias sobre diferenciación en el joven adulto universitario (p. 155)

Investigación con enfoque cualitativo: Historia de vida sobre la trayectoria de un joven adulto universitario. (p. 157)

Habilidades de enseñanza y difusión del conocimiento; atención y prevención comunitaria

Producto tecnológico I: Manual didáctico sobre las técnicas del modelo estructural (p. 159)

Producto tecnológico II: Manual Teórico-Práctico del Modelo de Terapia Breve Centrada en el Problema: (p. 159)

Producto tecnológico III: Video Escenificación de un ejemplo de un caso atendido desde el modelo de terapia estratégica (p. 160)

Programa de intervención comunitaria: Taller de Bioenergética para Parejas en Pombos, PE; Brasil. (p. 162)

Presentación de trabajos en foros académicos: IV Congreso ALFEPSI de psicología latinoamericana (p. 162)

Presentación de trabajos en foros académicos: III Coloquio de Investigación en Terapia Familiar: prospectivas y nuevos escenarios en la posmodernidad (p. 163)

Habilidades de compromiso y ética profesional

Consideraciones éticas que emergen de la práctica profesional (p. 163)

Capítulo IV: Consideraciones finales

Habilidades y competencias profesionales adquiridas (p. 168)

Reflexión y análisis de la experiencia (p. 170)

Implicaciones en la persona del terapeuta, en el profesionista y en el trabajo de campo (p. 172)

Referencias (p. 174)

Introducción

Ingresé al posgrado de terapia familiar a la edad de 25 años por el influjo de resoluciones en la que todo joven adulto se ve inmiscuido a dicha edad. A pesar de que dicha resolución fuese parte de un *deber ser* propio de la etapa, no puedo dejar de notar, hoy en la actualidad, que increíblemente fue una decisión personal. Pero, ¿no se supone que siempre *debería* ocurrir así? ¿Acaso no es dicho a los jóvenes adultos que son ellos, y nadie más, los que deben tomar sus propias decisiones? El presente escrito está basado sobre la idea de que en principio, es así, pero que de muy diversas y enigmáticas formas, no siempre es lo que sucede.

Cabe señalar que, sin duda -, antes de poder reflexionar sobre estas cuestiones pasé por circunstancias que de algún modo, fueron señal de alerta para ser afrontado cuando llegase el momento. De manera curiosa, siempre me pareció tener una especie de distanciamiento con respecto algunas de las características más reconocidas de la familia, o al menos, ésa era mi impresión como el menor de mis hermanos. Yo tenía la oportunidad de verlos 'adelantarse' en tomar las riendas de su vida y de esta manera, tenía tiempo de sobra para pensar de qué manera quería proseguir yo. Esto me llevó a pensarme de una manera distinta, pese a todas las cosas que compartía con ellos y con el resto de mi familia. Me parece que el lugar que se me otorgó impremeditadamente fue privilegiado puesto que propició, -hoy en día puedo dar cuenta de eso-, un campo fértil para desarrollar reflexión y autonomía en mi vida.

Aunado a este cúmulo de experiencias personales, durante mi último semestre de licenciatura (un periodo crítico para todo joven adulto), entré en contacto con un concepto muy específico relacionado a la autonomía del joven adulto. El concepto, llamado *diferenciación del self*, me fue presentado durante la supervisión de mi práctica clínica, a partir del caso de una joven cuyo dilema la dividía entre quedarse dentro de la comodidad que le ofrecía una relación fuerte con su madre, pero que al mismo tiempo, precisaba de ciertas renunciaciones en su vida, o bien, emprender una serie de movimientos que requerían una gran cantidad de esfuerzo, pero que la colocarían en un panorama, -así mencionado por ella- 'más propio'. El caso me tocó profundamente debido a que me obligó a observarme a mí mismo, en una circunstancia diferente, en un periodo de vida similar.

Es así como inició el interés por reflexionar acerca de lo que sucede con el joven en instancias a reclamar su autonomía, su individualidad, su identidad. ¿Dónde es que inicia este proceso exactamente? ¿Hay realmente un comienzo y una conclusión? ¿Existe un patrón a seguir? ¿Contiene aspectos universales? ¿Cómo saber si una persona es realmente autónoma? Para contestar dichas interrogantes, será importante revisar el panorama social e histórico sobre el cual se han formado algunos de estos conceptos. Conocer su historia y su desarrollo permitirá al lector tener una idea más clara de lo que trata la presente tesis, y permitirá al mismo la posibilidad de colocarse en una posición crítica respecto a los conceptos que más adelante se presentarán.

Capítulo I: Antecedentes y contexto de la Terapia Familiar

Antecedentes histórico-filosóficos del concepto de Diferenciación

Para hablar de autonomía es importante delimitar aquello de lo que se hablará como 'autónomo'. En este caso, hacemos referencia al individuo, es decir, al individuo autónomo. El término individuo proviene del latín, *individuum* que significa indiviso e indivisible, probablemente utilizado por primera vez por el español romano Séneca en un sentido filosófico, para designar con el concepto aquello que, al dividirse, pierde su carácter de *individuo*, sin embargo planteó que el individuo no era un individuo aislado, por lo que podía existir más de una vez. En el pensamiento moderno, fueron los filósofos Kant, Kierkegaard y Hegel quienes más escribieron al respecto. Kant, a través de la autonomía moral, estableció que todo individuo debe tener la posibilidad de regirse a sí mismo a partir de una voluntad libre, y no por normas dadas a partir de una autoridad; en este sentido, el individuo debe ser capaz de gobernarse usando las leyes del razonamiento práctico, pero dadas por sí mismo. Por otro lado, Hegel entendía el concepto de individuo a través de su potencialidad de 'individualización', es decir, un individuo sólo puede llegar a ser un individuo completo a través de su determinación. En ese sentido, podía llegar a existir la idea de un 'individuo universal' que es a la vez concreto y completo. Fue Kierkegaard quien mencionó la individualidad como una categoría subjetiva, parte esencial del espíritu humano, contrapuesta a la masa, a la homogeneización, que denominaba como parte del carácter animal del ser humano (Fernández, 2014).

Las ideas de estos grandes pensadores, sin embargo, no emergieron aisladas a un contexto social y político dado. Previo a ellas, durante el siglo XVII se gestaban ya cambios paradigmáticos que posteriormente serían enmarcados como el *siglo de las luces*, o *ilustración*, debido a su empeño por disipar las opacas incógnitas a través de las luces de la razón. Quizá el más álgido punto de las contribuciones de este periodo se vio materializado durante la *Revolución francesa*, y la *Declaración de los derechos del hombre y del ciudadano* en 1789. En dicho documento, se establecen como derechos naturales e imprescriptibles del hombre y la mujer: la libertad, la propiedad, la seguridad y la resistencia a la opresión (artículo 2°). A su vez, la libertad se entendería como la posibilidad de actuar con libre voluntad, siempre y cuando no se dañe a cualquier tercero (artículo 4°) y por último, quedaba estipulado, a partir del derecho de resistencia a la opresión, que en cualquier caso, en donde alguno de los derechos se vean coartados, el individuo en cuestión podía rebelarse, resistirse o defenderse de aquello que lo colocaba en tal situación. De esta manera, se establecía *jurídicamente* la apertura a un pleno ejercicio y desarrollo de la individualidad, justificada ésta con base en un uso adecuado de la razón, a la igualdad y al cuidado de los derechos de los otros. Tal como lo menciona Rodríguez (2010) al respecto:

“(…) De hecho, la revolución fue legitimada por la idea de la autonomía natural de los individuos: sus derechos fueron descubiertos por el entendimiento racional de la filosofía en el caso francés, o por el sentido común del hombre en el caso norteamericano, y de esta manera ambos no solo preceden el nuevo orden, sino que son sus creaciones legislativas. Ya fuera por el contrato social ficticio de los incisos o por la voluntad divina y el carácter manifiesto de los derechos, el poder

coercitivo del Estado es finalmente justificado por acuerdos libremente insertados o por la libre comprensión de individuos autónomos.” (p. 543)

Los efectos de tales eventos no sólo transformaron el aparato político jurídico de Francia y un elevado número de naciones, también fue uno de los eventos históricos más importantes respecto al señalamiento de los derechos humanos como parte esencial, que constituyen a todo individuo, y mejor aún, como base para que todo individuo tuviera la posibilidad de construir su propia conformación individual.

Características del campo psicosocial en México

Sobre la emancipación y la transición a la adultez

Dentro del marco legal, en México se establece que la emancipación se obtiene cuando la patria potestad deja de pertenecer a los tutores designados a un individuo. El otorgamiento de este derecho implica que el sujeto en cuestión tiene la capacidad para “enajenar o gravar bienes inmuebles o establecimientos mercantiles, industriales u objetos de valor sin consentimiento de sus padres o tutores” (Código civil, 2007, Capítulo I: Título X). La emancipación, de esta manera, se puede obtener por concesión paterna, por concesión judicial, por matrimonio, por vida independiente (todos estos anterior a la mayoría de edad) o bien, por la mayoría de edad, respaldando lo anterior los artículos 641, 643, 646 y 647 del ya mencionado código civil.

Por otro lado, desde el punto de vista sociológico, la emancipación es alcanzada en algún punto de la transición de *joven a adulto* y presupone diversos aspectos, como la entrada a una nueva categoría social (caracterizada por una productividad distinta a la de la juventud) vista como fin último de dicha transición; este aspecto –benefició sobre todo a las instituciones que regulan las políticas públicas y administran los recursos dirigidos a dicha población (Brunet & Pizzi, 2013). La transición a la adultez tiene un fuerte carácter demográfico y económico, en donde, por un lado, se enfatizan los cambios en el significado de familia y el abandono del hogar familiar-y, por el otro, se atienden aspectos como el grado escolar, la situación laboral, la vivienda y el patrimonio (Moreno, López, & Segado, 2012).

Uno de los modelos más aceptados desde los estudios sociodemográficos, hace referencia a la transición a la adultez principalmente a partir de cinco eventos: la salida de la escuela, el primer empleo, el final de la coresidencia con los padres, la primera unión y el primer hijo que, en su conjunto, es llamado el modelo ‘normativo’ de transición a la adultez y que se desarrolla- de manera cronológica. (Coubés y Zenteno, 2004).

Sin embargo, resulta difícil normativizar lo que debe corresponder al joven adulto emancipado en nuestro contexto. Tan sólo en México, de acuerdo a la Encuesta Nacional de la Juventud (ENJUVE, 2000), el 90.4% de los jóvenes entrevistados mencionaron haber comenzado a trabajar antes de los 20 años de edad, es decir, sólo el 9.6% de la población juvenil comenzó a trabajar una vez alcanzada la mayoría de edad (IMJUVE, 2002), lo cual sugiere que el ingreso al campo laboral se da de manera prematura respecto a la adultez, acarreando posibles dificultades para la emancipación de los jóvenes adultos, ya que una temprana inserción al campo laboral implica menos posibilidades para una adecuada formación profesional.

Lo anterior contrasta con la condición de permanencia o salida del hogar de los jóvenes, en - la que sólo el 32.9% de los jóvenes entre 20 y 29 años de edad viven fuera de casa de sus padres (IMJUVE, 2012). Lo anterior reafirma la idea de que la inserción al campo laboral temprana, o incluso tardía, no garantiza las condiciones óptimas para vivir fuera del hogar familiar.

Algunos otros datos de importancia son los de la población económicamente activa. De 29,787 jóvenes entrevistados entre 14 y 29 años (ibíd.), sólo 50% de ellos son económicamente activos. A pesar de que se considera desde una edad temprana (14 años), los datos sugieren una oferta laboral insuficiente para la población juvenil.

Otros estudios internacionales, como el realizado por la plataforma Dada Room¹, reportó que los jóvenes mexicanos salen del hogar a una edad promedio de 28 años. Esto corresponde a lo reportado por la ENJ, y reafirma la idea de que al menos en el contexto mexicano, la emancipación no es una meta fácil de alcanzar. Muchos son los factores que podrían estar dificultando las tareas a realizar. Mientras tanto, en países de primer mundo, algunos cambios son ya deslumbrados respecto a las tareas propiamente establecidas para el joven adulto. Tal como Moreno, López, y Segado (2012) mencionan al respecto:

“Los jóvenes ya no siguen pautadamente la secuencia lineal de abandonar el hogar familiar, acabar los estudios, conseguir un empleo, adquirir la independencia económica y formar una familia. Al contrario, buscan formas alternativas de adquirir su propia autonomía e identidad al margen de esta secuencia. Dejar la casa de los padres adquiere un nuevo significado para la sociología de la juventud y para los propios jóvenes. Las formas de adquisición de la independencia no se asocian únicamente con la emancipación familiar, sino más bien con una pluralidad de procesos interdependientes” (p. 16).

¿Qué es lo que posibilita en algunos contextos la evolución respecto a los estándares en los ciclos de vida? En México, podríamos decir, existe un gran número de variables que podrían afectar la posibilidad de nuevas configuraciones para los jóvenes adultos; por ejemplo, en cuanto a la composición familiar, en México, 34.2% de los hogares son hogares ampliados (INEGI, 2016), es decir, hogares conformados por la familia nuclear y otros parientes, ya se trate de primos, tíos o abuelos, ocasionando que los jóvenes adultos pasen

¹ Plataforma de búsqueda y compartición de apartamento en América Latina

más tiempo interactuando con la familia o con las demandas de la misma, y pasen menos tiempo en actividades personales, lo cual podría terminar mitigando algunos de los posibles caminos a tomar. Otro factor podría ser la economía, pues como se mencionaba anteriormente, la escasa oferta laboral y los bajos salarios no siempre permiten a los jóvenes considerar la posibilidad de salir de casa o emprender sus propios proyectos. Un tercer factor se debe a las creencias y valores en torno a la familia, también conocido como familismo, que se refiere a la creencia cada vez más extendida de la importancia de la familia (Popenoe, 1988 1994) y en el contexto mexicano, eso no es una excepción, sobre todo en cuestión del género femenino, que son quienes más lidian con el aspecto de las etiquetas sociales y las expectativas que se tienen respecto al rol que deben cumplir.

Sobre este apartado, Hicks y Anderson (1989) mencionan que las mujeres son presionadas socialmente para que contraigan matrimonio y se dediquen a labores de crianza, ya que al no hacerlo son percibidas como egoístas, irresponsables, hedonistas, inmaduras o incluso posibles víctimas de algún desorden de personalidad. Esto repercute en el reducimiento de posibilidades para la joven adulta, que de atreverse a cumplir otras metas, deberá enfrentar las consecuencias de tales etiquetas. Tan sólo en el año 2000 en México, sólo un 0.6% de la población total correspondía a mujeres en hogares unipersonales, de los cuales, sólo 29.1% hacía referencia a mujeres solteras, mientras que un 70.9% estaba conformado por mujeres viudas y divorciadas (INMUJERES, 2005). Lo anterior podría ser entendido con base en lo mencionado por Hicks y Anderson (Ibíd.) sobre las dificultades de ser una mujer que no sigue los ideales para formar su vida alrededor de un compañero (*women by their own*); por ejemplo, la idea generalizada de que son mujeres vulnerables, solitarias, que están en esa condición porque no fueron capaces de 'conseguir' una pareja, lo cual está reforzado y consolidado así por la misma presión hacia ellas mismas sobre el deber ser y que se refleja en los estudios realizados por Hernández y otros (2009). En estos estudios se encuentra que mujeres jóvenes anteponen el tema de la familia como principal interés de sus vidas, en contraposición a los hombres jóvenes, que lo colocan en el tercer puesto.

De vuelta al panorama de las y los jóvenes, Patricio Solís (2014), académico del Colegio de México, señala que en México se observa una creciente dificultad respecto a la emancipación familiar. Para para ello, analizó diferentes trayectorias de emancipación a partir de cuatro posibles estados y sus combinaciones, que se plantean a continuación:

- *Soltero residente.* (estado 1) No ha existido unión previa y correside con la familia de origen.
- *Unido neolocal.* (estado 2) Existe una unión de pareja y no correside con la familia de origen ni la familia política.
- *Unido corresidente.* (estado 3) Existe una unión de pareja y correside con la familia de origen o la familia política.
- *Soltero independiente.* (estado 4) No ha existido unión previa y tiene una residencia independiente de su familia de origen.

Entre los resultados de su estudio. Solís encontró que la trayectoria más común era pasar del estado 1 al estado 3, y de ahí, al estado 2 (secuencia 132). Es decir, un joven soltero

pasa de vivir con sus padres a unirse en pareja, manteniendo la coresidencia con sus padres o los de su pareja, para finalizar, en la mayoría de los casos, viviendo en una casa propia.

Sin embargo, generaciones más actuales comienzan a tener dificultades para pasar del estado 3 al estado 2, es decir, una vez unidos en pareja, se mantienen viviendo en casa de la familia de origen o la familia política por tiempos más prolongados. Esto se reafirma observando que las uniones neolocales o uniones con residencia propia (2) decayeron tanto en hombres (de 47.6% a 31.6%) como en mujeres (de 57.1% a 40.0%).

Otro cambio notorio, sobre todo en los jóvenes varones, es la prolongación de la soltería, pero no la soltería independiente (4) sino la soltería coresidente permanente, viviendo con los padres (1), lo que crece significativamente, del 8.5% al 22.1%, mientras que en mujeres este porcentaje aumentó de 10.2% a 15.6% de casos.

Ambas tendencias son descripciones de nuevas configuraciones de emancipación, en donde, por un lado, se observa un incremento de coresidencias con la familia de origen o política, una vez consolidada la unión, y por el otro, un incremento del tiempo en soltería no independiente, probablemente asociados a un entorno de mayores dificultades económicas en donde se caracteriza por una prolongación de la etapa de dependencia de los padres. (Ibíd.) Lo anterior nos habla de un cambio en los patrones de formación de uniones y emancipación residencial en México, que en palabras de Solís: *“parecen ser indicativos de las crecientes dificultades que enfrentan los jóvenes para lograr autonomía residencial y formar sus nuevas familias.”* (p. 5)

Asimismo, Pérez y Giorguli (2014) encontraron que jóvenes con niveles educativos más altos son menos propensos a formar uniones libres y más propensos a postergar el nacimiento del primer hijo, en comparación con jóvenes sin estudios universitarios. Por otro lado, parece ser que el ingreso al mercado laboral, al menos para los varones, actúa como acelerador de las transiciones familiares (año de primera unión y llegada del primer hijo) no resultando así para las mujeres, que por el contrario, al permanecer en actividad laboral, retrasan dichas transiciones en comparación con las mujeres que no tienen empleos remunerados. Esto denota, una vez más, en palabras de Pérez y Giorguli: *“diferencias de género arraigadas y persistentes sobre la importancia del hombre como proveedor y la incompatibilidad del empleo y la vida familiar en el caso de las mujeres”.* (p. 17)

Es importante mencionar que estas configuraciones o transiciones a la adultez ocurren dentro de un marco político, económico y social sumamente desigual, que Filgueira y Filgueira (2002) definen como dual y familista. Esto quiere decir, por una parte, que el acceso a la protección social depende de la participación y permanencia en el mercado de trabajo formal, mientras que el sector de la población que se desplaza al mercado de trabajo informal no tiene acceso a él, por lo que en este sentido, es dualista. Lo mismo ocurre en el caso de la educación, que a pesar de ser ‘pública y gratuita’ se observa una segmentación entre servicios de buena y mala calidad, que dependen en gran parte del lugar de residencia (rural o urbano, por ejemplo) y del nivel socioeconómico del estudiante que, en última

instancia, repercute en las posibilidades de ingreso al mercado laboral, formal o informal, reforzándose de esta manera, el régimen dualista.

Asimismo, el fracaso de las instituciones por ayudar a los jóvenes en su transición a la adultez, propicia que el apoyo familiar sea fundamental a la hora de enfrentar situaciones de vulnerabilidad social y económica, de ahí el aspecto ‘familista’ del régimen social mexicano. (Pérez y Giorguli, 2014)

Incluso cuando el individuo logra acceder a una formación educativa y a un mercado laboral formal, deben sortearse algunas dificultades derivadas de la estructura misma de ambos sectores. Se comparten a continuación, algunas de las características tanto del mercado laboral, como del sistema educativo mexicano que repercuten en la transición a la adultez. (Ibíd.)

Mercado de trabajo	Sistema educativo mexicano
<ul style="list-style-type: none"> • Persistencia de un amplio sector informal, con acceso restringido a esquemas de protección y seguridad social 	<ul style="list-style-type: none"> • Expansión del sistema educativo, especialmente en lo referente a la cobertura de la educación media básica y media superior.
<ul style="list-style-type: none"> • Incremento en la rotación laboral y aumento en la duración de los periodos de desempleo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Estratificación en cuanto a la calidad de la educación según modalidad (presencial, a distancia, técnica); especialmente notoria entre zonas rurales y urbanas.
<ul style="list-style-type: none"> • Persistencia de condiciones de trabajo precarias, especialmente entre los jóvenes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Elevada deserción y no terminación de nivel.
<ul style="list-style-type: none"> • Cambio en la estructura del empleo: incremento de los empleos en servicios de baja calificación y semicalificados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Flexibilidad y facilidad para moverse entre diferentes modalidades (a distancia, técnica, escolarizada general).
<ul style="list-style-type: none"> • Disminución en los empleos manuales no calificados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Elevada competencia por el acceso a los espacios públicos de nivel media superior y superior.
<ul style="list-style-type: none"> • Incremento en la participación laboral femenina. Más acelerado hasta los noventa, más moderado en la última década. 	

De esta manera, las autoras concluyen:

Los resultados en las transiciones institucionales nos adelantan ya un esquema de trayectorias heterogéneas en la adultez dependiendo del nivel educativo y la trayectoria laboral. (...) [que] se vincula también con trayectorias familiares distintas. De hecho, más que una estandarización en las trayectorias familiares, lo que se observa es una polarización durante la etapa de la juventud (p. 18)

Por último, Igor González (2014) menciona cuatro principales tensiones o 'paradojas' a las cuales deben enfrentarse los jóvenes mexicanos. La primera de ellas tiene que ver con que los y las jóvenes cuentan con un mayor acceso a la educación, sin embargo, tienen cada vez menos oportunidades para acceder a un campo laboral acorde a su preparación, lo cual contrasta con lo que ocurría en generaciones de sus progenitores, donde existían mejores posiciones de trabajo aún con escolaridades menores. A esto se le ha llamado 'devaluación educativa'. (Hopenhayn, 2004) .

Otra paradoja se refiere a la cantidad de información a la cual los jóvenes pueden acceder hoy en día, y los pocos espacios formales de poder en los que pueden participar. Se dice que el saber es poder, incluso Foucault equiparaba el concepto de conocimiento con el de poder, al cual llamaba poder/conocimiento (1980). Sin embargo, no existe una relación directa en nuestro contexto con respecto a la interrelación de ambos conceptos. De hecho, la juventud se percibe como 'excluida y poco representada por el sistema político'. (Hopenhayn, 2004)

La tercera paradoja está relacionada a la nueva manifestación de vinculación y colectividad asumida por los jóvenes, que responde, por una parte, a la facilidad otorgada por los medios de comunicación y tecnológicos para hacerlo, y por otro lado, a la búsqueda de nuevos espacios y alternativas ante el fracaso de los espacios institucionales. La paradoja se crea cuando estos espacios de vinculación se ven coartados por la creciente violencia e inseguridad de nuestras ciudades, que impide a los jóvenes apropiarse de los espacios de manera definitiva, establecerse y desarrollar sus proyectos a largo plazo.

La última paradoja a la que se refiere González, trata sobre la incipiente expectativa de autonomía o emancipación juvenil, que sin embargo, sufre las peores condiciones para alcanzarla, por todas las razones antes ya mencionadas.

...

¿Cómo es que estas diferentes tensiones, paradojas, configuraciones heterogéneas de emancipación, y en general, el complicado proceso de transición a la adultez que se vive en México afectan, como diría Minuchin (1974), el sentido de pertenencia o separación de los jóvenes en nuestro contexto? ¿Qué repercusiones o efectos podemos especular sobre la manera en que los procesos emancipatorios se ciñen sobre la identidad o el sentido de autonomía emocional de los y las jóvenes respecto a sus familias de origen?

...

El problema respecto a la emancipación y la transición a la adultez, no sólo corresponde ya a la complejización, a la fragmentación y al fallo en la estandarización de la misma, sino a la manera en que los cambios logrados por los jóvenes adultos son absorbidos por la familia de origen, la cual, con toda razón, se verá incapaz de asimilar en muchas ocasiones, todo lo que el proceso de transición a la adultez comprende y demanda. En este sentido, la experiencia de la familia de origen, así como su comportamiento relacionado a ésta, influirá a su vez, en la manera en que se relacionen mutuamente con los jóvenes, en contextos

determinados y referidos a premisas particulares que imprimirán un significado que favorecerá u obstaculizará diversos procesos.

A partir de esto se vuelve importante no sólo complejizar, sino buscar las maneras en que estas situaciones puedan ser abordadas y canalizadas por profesionales aptos. Ante lo cual, la psicología, y en específico, la terapia familiar, ha encontrado un campo fértil de oportunidades para incidir en dicha problemática, proponiendo las condiciones para que las familias sean capaces de afrontar los retos que devienen de la misma

La terapia familiar como alternativa para abordar la problemática señalada

Desde el punto de vista psicológico, se habla de la transición a la adultez a la par que se habla de individuación, o para ser más específicos, la individuación es parte de la transición a la adultez pero al mismo tiempo la rebasa, de manera que puede ocurrir antes, durante y después de la transición a la adultez. Algunos autores proponen que la adultez propiamente definida, está caracterizada por los atributos de una persona que ha alcanzado un grado satisfactorio de individuación, como el autocontrol, el autoconocimiento, el pleno dominio de sus emociones y sentimientos, la capacidad de afrontar desafíos y retos con mayor seguridad. Pero particularmente, ¿Qué es la individuación?

Jung manifiesta que la individuación equivale a la *realización del sí mismo*, que se desarrolla como un proceso de auto-descubrimiento de la propia singularidad, y no siempre ocurre de manera lineal, tal como menciona el propio Jung (1962) “*no existe un desarrollo lineal (...) Un desarrollo uniforme se da, como máximo, en un comienzo; más tarde, todo apunta al centro*” (p. 204). Sin embargo, para Jung, el desarrollo psicológico del individuo nunca termina, ¿Qué aspectos nos hablan entonces de una plenitud en la adultez?

Hay otro concepto en psicología, desarrollado a partir de la mitad del siglo XX, llamado la *diferenciación del self*, adscrito por Murray Bowen (1913-1990) para designar el proceso por el cual una persona va tornándose independiente emocionalmente de su familia de origen, pero no perdiendo, sin embargo, la capacidad de involucrarse afectivamente con ella y/u otras personas. Dicho proceso, al igual que ocurre con el concepto de individuación, no ocurre de manera discontinua, sino que va desarrollándose gradualmente a lo largo de la vida, sin embargo, el concepto nos permite reconocer un estado óptimo de *diferenciación* que se atenúa en la adolescencia y suele culminar en algún punto de la adultez (aunque no necesariamente). De esta manera, un estado óptimo de diferenciación permite al individuo desenvolverse plenamente en su ambiente, en relación con sí mismo y en relación con los demás.

Desafortunadamente, como se mencionaba anteriormente, un gran número de familias dentro del contexto local, y de forma más general en un contexto latinoamericano, continúan

asistiendo a terapia para resolver dificultades derivadas de un estado de demasiada 'individualidad' o demasiada dependencia, que en otros términos se refiere a la cercanía o lejanía de los miembros de la familia, lo cual puede ser un factor decisivo para el adecuado desarrollo o no de una diferenciación plena.

Uno de los primeros terapeutas en hacer una tipología de dichas familias, fue Salvador Minuchin (1974) llamándolas *familias aglutinadas* y *familias desligadas*. Partiendo desde las características observadas en estas familias, Minuchin desarrolló estrategias para el manejo de las mismas, las cuales se usan hoy en día en la terapia familiar para reestablecer el equilibrio en la estructura. Es decir, para el modelo estructural, una familia en armonía, idealmente, tendrá límites claros, el subsistema conyugal tendrá límites cerrados para proteger la diferenciación del sistema y facilitar la integración de sus miembros, el subsistema parental tendrá límites claros entre él y los niños, el subsistema fraterno tendrá sus propios límites y estará organizado por edad, sexo, u otras dimensiones con base en las cuales la familia se organizará; estas dimensiones estarán establecidas por la cultura familiar, del mismo modo en que existirán ordenamientos jerárquicos entre las partes y subsistemas. Lo anteriormente señalado culmina en un balance entre proximidad y distanciamiento entre los distintos miembros y subsistemas, lo que a su vez, repercute en la posibilidad de que los miembros se desarrollen individualmente, sin perder de vista la pertenencia hacia el grupo.

Por otra parte las terapias breves son un campo fértil para el manejo de una gran diversidad de situaciones, entre las que se encuentran aquellas relacionadas a los dilemas vividos por los jóvenes durante su transición a la adultez. La metodología de las terapias breves se caracteriza por su efectividad para encontrar solución al problema presentado por la familia o el individuo, independientemente de la naturaleza del mismo. Entre sus líneas principales de intervención se encuentran la orientación hacia el problema actual, el énfasis en los intentos de solución o en las excepciones del problema dependiendo el modelo, el establecimiento de metas concretas y alcanzables, la utilización de la postura o la idiosincrasia del cliente para la fluidez terapéutica, así como la finalización de la terapia una vez resuelto el problema presentado. (Haley, 1980; Weakland, Fisch y Segal, 1984; O'hanlon, Weiner-Davis y Beyebach, 1990).

Por último, los modelos llamados postmodernos, como es el caso de terapias narrativas, colaborativas o con equipos reflexivos, que trabajan desde principios que permiten a los individuos ser protagonistas tanto del propio proceso terapéutico como de la creación de sus propias historias. En el caso de los modelos narrativos, lo que se busca es fomentar la creación de relatos alternativos que encajen mejor con aquello que la persona desea para sí o de sí mismo. (White y Epston, 1993; Payne, 2002). En los modelos colaborativos se enfatiza el carácter generador de la conversación, por lo que el intercambio y no el consenso es lo que se vuelve prioritario, buscando llegar a una mayor comprensión a partir de la escucha de todas las voces, (Anderson, 1997) Asimismo, los equipos reflexivos buscan presentar o reflejar diversos aspectos de una misma situación, propiciando así que los usuarios puedan reflexionar sobre lo 'no visto' de acontecimientos que anteriormente le parecían habituales. (Andersen, 1994). De esta manera, se vuelve central para estos

modelos escuchar y comprender tanto como sea posible, las situaciones y problemáticas que viven los jóvenes y sus familias de hoy en día, inmersos en dilemas cada vez más complejos, envueltos en modos de vida. Asimismo, las propuestas postmodernas cuestionan la noción de un yo autocontenido y autónomo. Plantean que ese yo es un producto de la historia y no algo que trasciende épocas y geografías. De igual manera, cuestionan las equivalencias que la psicología tradicional establece entre autonomía y salud, así como entre interdependencia y patología.

Si bien la terapia familiar puede aportar de maneras diversas a la atención a los jóvenes adultos y sus familias, la misma no se reduce a ello. Hoy en día la terapia familiar se vuelve imprescindible para intervenir y reflexionar en aquellos espacios, dilemas y problemáticas sociales, de las cuales se derivan gran parte de las situaciones que complican los ciclos vitales de las familias. En pocas palabras, la terapia familiar debe tener un aspecto político, y debe abogar más que nunca por los intereses de aquellos para los que en un principio la terapia fue creada, es decir, para el bienestar de la población, con condiciones justas, accesibles, y para la compleja gama de situaciones que se suscitan día a día.

Asimismo, es importante destacar el carácter personal de cada terapeuta. De acuerdo a la cibernética de segundo orden, cada profesional imprime a los procesos vividos por las familias y sus integrantes, significados distintos que deben ser trabajados a lo largo de, o previo a dicho proceso; de manera que no obstaculicen los cambios deseados por las familias, y sea percibido, dentro del nuevo sistema (terapeuta - familia), como un aliado adecuado para el acompañamiento de tales procesos.

Caracterización de los escenarios donde se realizó el trabajo clínico

Los escenarios de la práctica clínica que se describirán a continuación forman parte del programa de la Residencia en Terapia Familiar de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la Universidad Nacional Autónoma de México.. El objetivo del programa consiste en capacitar al estudiante en una especialidad de la psicología de alta calidad en el área de salud, a través de una formación teórico-práctica supervisada en diferentes escenarios clínicos, que promueven una visión integrativa para abordar problemas interaccionales entre individuo y sistemas familiares.

Asimismo, la residencia acumula un total de 2032 horas que se reparten entre seminarios profesionalizantes y la inmersión del alumno en diferentes espacios que le permiten intervenir con una población heterogénea, diversificada y distribuida en distintos sectores de la sociedad que enriquecen la formación del terapeuta. De esta manera, los escenarios clínicos corresponden a los siguientes espacios:

- ◆ Clínica de Terapia Familiar de la Facultad de Estudios Superiores de Iztacala.

- ◆ Clínica de la Unidad Médico Familiar -, Tlalnepantla-. del ISSSTE
- ◆ Clínica de Terapia Familiar en el Colegio de Ciencias y Humanidades de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Clínica de Terapia Familiar de la Facultad de Estudios Superiores de Iztacala.

A pesar de existir una gran demanda en los tres escenarios, la Clínica de Terapia Familiar de FES Iztacala es quizá el escenario más representativo de la residencia debido a su localización y a la apropiación del espacio tanto del alumnado como del cuerpo académico, ahí concurren seminarios y reuniones, además de la ya mencionada atención clínica hacia la comunidad. Cuenta con tres cuartos distintos y una oficina de los cuales se utilizan principalmente el área donde se lleva a cabo la conversación terapéutica y el salón desde el cual se observa, divididos ambos por un espejo bidireccional que permite mirar hacia uno u otro lado dependiendo cuál de ellos se encuentre iluminado. Además del espejo, ambos cuartos se conectan por una red telefónica que permite la comunicación supervisor-terapeuta y viceversa; asimismo, cuenta con un equipo de micrófonos y sonido que posibilita escuchar la conversación que ocurre en el primer cuarto desde el cuarto de observación. La población que acude a este escenario suele ser más heterogénea, debido a que, al ser un servicio ofrecido a la comunidad en general, es (común) recibir familias o personas con problemáticas y temáticas tan diversas como la población en sí, sin embargo, también es frecuente recibir un gran número de consultantes pertenecientes a la comunidad estudiantil, específicamente de la FES Iztacala.

El servicio - tiene un costo de 50 pesos, para solicitarlo basta con llenar una papeleta con algunos datos básicos la cual puede obtenerse en la parte posterior de un buzón colocado afuera de la clínica. Otra manera de solicitar el servicio es ponerse en contacto con alguno de los terapeutas o profesores de la residencia, ya sea de manera personal, por medio del correo electrónico, o a través de la línea telefónica de la clínica. Una vez realizado este paso, alguno de los terapeutas se pondrá en contacto con el usuario en un tiempo variado dependiendo de la lista de espera de ese momento.

Unidad Médico Familiar, Tlalnepantla del ISSSTE.

El segundo escenario se trata de la Unidad Médico Familiar del ISSSTE, Tlalnepantla, que corresponde a un primer nivel de atención en salud, e implica una gran demanda de servicios por - la población afiliada a esta institución. El servicio de psicología se brinda en un espacio específico para tal fin, y puede ser brindado por la psicóloga de cabecera, es decir, perteneciente al cuerpo sanitario de la unidad médico familiar, o por el equipo de terapeutas pertenecientes a la residencia en terapia familiar, dependiendo el caso. El espacio se configura de manera distinta a la de la clínica de Terapia Familiar de FES Iztacala debido a que no cuenta con una cámara Gesell o espejo unidireccional que permita dividir el cuarto de conversación terapéutica con el cuarto de observación. En lugar a ello, se cuenta con un pintarrón de frente al terapeuta (el cual no puede ser observado por el consultante) que utiliza el supervisor para comunicar sus ideas sobre la sesión. Al ubicarse dentro de un contexto hospitalario, es común tener consultantes con enfermedades

crónicas, de larga evolución, en etapas iniciales, o en estados controlados, así como sus familias, con una gran diversidad de características que esto implica.

El acceso al servicio de psicología en el presente escenario no tiene costo, y se realiza a partir de la derivación directa que hace el médico cuando lo considera pertinente, de manera que todo paciente atendido por la clínica es derecho-habiente del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales para los Trabajadores del Estado (ISSSTE).

Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Azcapotzalco

El tercer escenario es el Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Azcapotzalco, mejor conocido como CCH Azcapotzalco. Los colegios de ciencias y humanidades, a su vez, forman parte de una de las tres modalidades del nivel medio superior que ofrece la Universidad Nacional Autónoma de México. Parte de su filosofía está encaminada a reconocer la importancia de la cultura como medio de transformación social. El servicio de psicología se ofrece a través de la vinculación con el Departamento de Psicopedagogía del mismo plantel quien es el encargado de la derivación de estudiantes o empleados y sus familias al servicio de terapia familiar. De manera más específica, el servicio se brinda en la sala de lectura ubicada en el edificio del Sistema de Laboratorios para el Desarrollo y la Innovación (SILADIN). Dentro de la sala, el espacio se encuentra conformado por el área central, que es el espacio del terapeuta y los usuarios; y el área del equipo. Al igual que en la Unidad Médico Familiar, en el CCH el equipo y el terapeuta no se encuentran divididos por alguna barrera física, por lo que el equipo terapéutico permanece a espaldas de los usuarios para no ser vistos-; asimismo, se utiliza una pintarrón para sostener la comunicación entre ambas partes, y mantener la discreción y el flujo de la sesión al mismo tiempo.

Para solicitar el servicio en el presente escenario, es requisito pertenecer a la comunidad de alumnos, profesores y trabajadores del plantel. Sin embargo, las características de cada caso pueden llevar al equipo a trabajar con otros miembros familiares o no del alumno. Si este requisito es cubierto, el alumno puede solicitar el servicio en el departamento de psicopedagogía, y éste a su vez, hará el contacto con el supervisor encargado, corresponsal de la FESI. Por otro lado, durante el ciclo escolar 2016-A el departamento de psicopedagogía derivó casos relacionados a los temas de violencia sexual e ideación suicida, lo anterior como resultado de las evaluaciones aplicadas al ingreso de los alumnos, permitiendo identificar aquellas problemáticas de mayor riesgo para el desenvolvimiento del alumno. El servicio no tiene costo alguno, y generalmente es brindado lunes y martes en turno matutino.

Para finalizar, es importante recalcar que cualquiera sea el escenario, el terapeuta en formación esté siempre acompañado por un terapeuta-supervisor que orienta principalmente en dos vertientes: por un lado el proceso terapéutico de la familia o individuo que acude al servicio, y por otro, el proceso de formación del terapeuta. Respecto al primero de ellos, es común que el supervisor realice un asesoramiento sobre la estrategia a implementar, lo cual puede incluir la metodología, técnicas y posturas de un modelo, sin embargo, debe estar siempre encaminado a la resolución del problema (o problemas) del

consultante. Asimismo, el segundo proceso se centra en cuestiones como el estilo terapéutico, las emociones dentro de la sesión y el cuidado de ciertos hábitos o temas que puedan dificultar el proceso o vulnerar al terapeuta, lo cual se verá en otro apartado del presente trabajo.

Algunas reflexiones en torno a los escenarios

El realizar un servicio comunitario en diferentes escenarios clínicos tal como sucede a lo largo de la maestría, permite casi de manera inevitable las comparaciones entre unos y otros. Dicho de otro modo, la experiencia, a lo largo de cada uno de ellos permite el reconocimiento de patrones en torno a la manera en que se vive el servicio dado. A continuación, explicaré algunos de los contrastes que más llamaron mi atención durante mi estancia en la residencia.

En primer lugar sería importante reconocer que, aun cuando no se trata de centros especializados, los diferentes escenarios se encuentran con diferentes tipos de poblaciones, siendo los escenarios del CCH Azcapotzalco y la UMF Tlalnepantla los que albergan poblaciones más focalizadas, de manera que en el CCH sería posible esperar un mayor trabajo con jóvenes adolescentes, con sus padres, o bien con toda la familia, mientras que en el caso de la UMF es más común trabajar con población que tiene algún tipo de diagnóstico médico. Por otro lado en la Clínica de Terapia Familiar de FES Iztacala es difícil hablar de un tipo específico de población, aunque sí es común encontrar a un gran número de estudiantes como usuarios del servicio, así como familias y parejas de la comunidad. Esto es importante porque requiere del terapeuta diferentes habilidades y conocimientos que posteriormente podrían colocar al mismo en la posición de conocerse mejor. Por ejemplo, el terapeuta podría reconocerse más hábil en el trato con adolescentes que con pacientes en los que se manifiesta alguna enfermedad crónica, o viceversa. La percepción de comodidad y seguridad en el escenario clínico no sólo tiene que ver con la supervisión o el caso en sí, sino también con este tipo de consideraciones.

Un segundo aspecto a considerar corresponde a la manera en que se vive el espacio geográfico de los escenarios, tanto en el caso del equipo terapéutico como en el del terapeuta en turno. Aquellos espacios que no cuentan con una barrera divisoria física demandan de los terapeutas un comportamiento distinto a cuando se encuentran detrás del espejo. Cuando se trata del equipo terapéutico, el terapeuta observador no tiene oportunidad de comentar con sus compañeros lo que está observando, pero a cambio se ve empujado a construir una visión propia del caso hasta que al hacer la pausa pueda discutirlo con el resto del equipo. Esto a mi parecer tiene importantes repercusiones sobre todo cuando el terapeuta se encuentra en el periodo de terminación de la formación y debe aprender a generar hipótesis y explicaciones más complejas sin ayuda de su supervisor. Por otro lado, cuando los terapeutas se encuentran 'detrás del espejo' corren el riesgo de

perder el hilo de la conversación, distraerse o simplemente ausentarse del caso más fácilmente que cuando la familia o el terapeuta puede verlos, sin embargo, el tener la posibilidad de intercambiar información con el equipo, permite enriquecer las observaciones y al mismo tiempo permite llegar a consensos sobre lo que será la posible intervención final de manera más práctica y sencilla.

En el caso del terapeuta en turno, el encontrarse frente a una familia sin tener a la vista los rostros de sus compañeros y supervisor, puede ser en un principio intimidante, pero en cambio, puede resultar cómodo y confidencial para los usuarios. Lo paradójico respecto a esta situación es que al transcurrir las sesiones, ambos polos sólo pueden dirigirse hacia el otro lado, es decir, lo que antes intimidaba al terapeuta será aquello que lo hará sentirse cómodo después, mientras que los usuarios irán de confiar sólo en el terapeuta, a confiar de igual manera en el resto del equipo. Lo mismo acontece con la situación inversa, cuando terapeuta y equipo reciben al usuario, y éste se ve intimidado por la presencia de tantas personas, a las cuales, con el correr de las sesiones, deposita gran parte de su confianza y aprecio. Cabe destacar que de manera puntual todo proceso terapéutico inicia con un acuerdo de confidencialidad y permiso para la grabación de las sesiones con fines pedagógicos. Dicho acuerdo se promueve desde una postura ética profesional que permite el desarrollo de la confianza en el marco terapéutico.

Todo indica que cada escenario cuenta con sus propias ventajas y desventajas. El hecho de poder experimentar diferentes escenarios, con diferentes poblaciones y diferentes estilos de supervisión sólo afianza el enriquecimiento que otorga la diversidad de experiencias y permite al terapeuta en formación ampliar su visión respecto a su propio ejercicio y respecto al panorama social sobre el cual tendrá que incidir una vez terminada su formación.

Capítulo II: Fundamentos de la terapia familiar

Análisis teórico conceptual del marco epistemológico de la Terapia Familiar

En el presente apartado se desarrollan tanto -algunos de los fundamentos de la terapia familiar misma, -sus principios y epistemología-, como la base de aquellos modelos que fueron primordialmente utilizados para el manejo y – evolución del trabajo de los casos clínicos que posteriormente serán analizados bajo el desarrollo del capítulo tres.

Fundamentos de la Terapia Familiar Sistémica

El tratamiento de problemas psicológicos dentro del marco familiar comenzó a desarrollarse a partir de los años 50's con las aportaciones de diversas personas y diversas áreas. Tres son las principales ramas que influyeron en la construcción de una epistemología que fundamenta la terapia sistémica actual: La Teoría General de los Sistemas, de Ludwig von Bertalanffy, (1968) la Teoría de la Comunicación Humana de Watzlawick, Beavin y Jackson (1967) basado en las investigaciones de Gregory Bateson y y el equipo del MRI, (1956) – así como la Cibernética de Wiener (1948). Posteriormente la Terapia Familiar fue enriqueciéndose a partir de las aportaciones del constructivismo, con autores como Maturana y Varela, Ernest von Glasersfel y Heinz von Foerster; así como del construccionismo social, con Gergen como máximo representante. Es menester describir con más detalle cada una de ellas.

Teoría general de los sistemas

Es necesario estudiar no sólo partes y procesos aislados, sino también resolver problemas decisivos hallados en la organización y el orden que las unifican, resultantes de la interacción dinámica

Ludwig von Bertalanffy

La Teoría General de los Sistemas es atribuida al biólogo austriaco *Ludwig von Bertalanffy* pocos años después de finalizar la segunda guerra mundial. Desde su juventud, Bertalanffy mostró ser capaz de adentrarse en diferentes disciplinas a través de sus estudios. Fue así como cursa historia del arte, filosofía y biología, siendo esta última la rama por la que más se interesa. Bertalanffy es pionero en la concepción organicista de la biología, trascendiendo la dicotomía 'mecanicista vs vitalista' en la explicación de la vida. En lugar de esto, considera al organismo como un sistema abierto y dotado de propiedades específicas. El concepto organicista de la vida dentro de una Teoría General de la Biología más tarde llegó a ser el fundamento para la Teoría General de los Sistemas (Arnold y Osorio, 2008).

Antecedentes de la Teoría General de los Sistemas

Diversos son los autores que influyeron en la construcción de una disciplina integradora del conocimiento; entre los primeros antecedentes podemos encontrar a Gottfried Leibniz con la 'filosofía natural' y a Nicolás de Cusa con la 'Coincidencia de los opuestos', a Teofrasto

Paracelso con su medicina mística, alquimia y astrología y posteriormente la dialéctica de Marx y Hegel.

Algunas obras preliminares a la Teoría General de los Sistemas fueron las '*Gestalten físicas*' de Köhler en 1924 y posteriormente en 1927 encaminadas a describir las propiedades más generales de los sistemas inorgánicos. Otra obra es la de Lotka en 1925 que se ocupa de un concepto más general de los sistemas y no sólo desde la física, se interesó en problemas de poblaciones más que en problemas biológicos de organismos individuales. Lotka concibió las comunidades como sistemas, sin dejar de ver en el individuo una suma de células. (Bertalanffy, 1976)

Algunos de los factores más evidentes para la creación de una ciencia integradora es la misma especialización de dicha ciencia, puesto que dejaba a un lado las relaciones que se formaban o se podían formar entre las diversas ramas del conocimiento. En palabras de Bertalanffy:

La ciencia moderna se caracteriza por la especialización siempre creciente, impuesta por la inmensa cantidad de datos, la complejidad de las técnicas y de las estructuras teóricas dentro de cada campo. De esta manera, la ciencia está escindida en innumerables disciplinas que sin cesar generan subdisciplinas nuevas. En consecuencia, el físico, el biólogo, el psicólogo y el científico social están, por así decirlo, encapsulados en sus universos privados, y es difícil que pasen de palabras de uno de estos compartimientos a otros. (1976, p. 30)

Aunado a esto, diversas ciencias y tecnologías se desarrollaron en paralelo a la Teoría General de los Sistemas o posterior a ella, entre las que se encuentran la *teoría clásica de los sistemas*, la *Computarización y simulación*, la *teoría de los compartimentos*, la *Teoría de los conjuntos*, la *Teoría de las gráficas*, la *Cibernética*, la *Teoría de la información*, la *teoría de los autómatas*, la *Teoría de los juegos*, la *Teoría de la decisión* y la *Teoría de las colas*, entre otras.

Es así como surge la nueva disciplina llamada *Teoría General de los Sistemas* (TGS). Su tema es la formulación y derivación de aquellos principios que son válidos para los sistemas en general. La TGS se presenta como una forma sistemática y científica de aproximación y representación de la realidad y abre las puertas hacia una práctica estimulante para formas de trabajo transdisciplinarias. (Cathalifaud y Osorio, 1998)

Descripción y objetivos

Si hacemos una comparación entre los sistemas de las diferentes ramas de la ciencia, encontraremos que existen propiedades generales de esos sistemas, estas propiedades pueden ser similitudes estructurales o isomorfismos en diferentes campos, de manera que pueden encontrarse principios que rigen el comportamiento de entidades que son intrínsecamente muy distintas. Conceptos, modelos y leyes parecidos surgen una y otra vez en campos muy diversos, la Teoría General de los Sistemas es capaz de dar definiciones - de semejantes conceptos.

Las metas principales de la TGS se exponen a continuación (Bertalanffy, 1976):

- ♦ Concebir una tendencia general hacia la integración en las varias ciencias, naturales y sociales.
- ♦ Tal integración podría exponerse en la Teoría General de los Sistemas.
- ♦ La TGS puede ser un recurso importante para buscar una teoría exacta en los campos no físicos de la ciencia.
- ♦ Al elaborar principios unificadores que corren 'verticalmente' por el universo de las ciencias, esta teoría nos acerca a la meta de la unidad de la ciencia.
- ♦ Esto puede conducir a una integración, que hace mucha falta en la instrucción científica.

Sistemas abiertos y cerrados

Uno de las principales aportaciones de la TGS es la correspondiente a la descripción de los sistemas abiertos y cerrados. Los sistemas cerrados, menciona Bertalanffy (Ibíd.) son los sistemas que se consideran aislados del medio circundante, de aquí que los sistemas cerrados puedan encontrarse mayoritariamente en la física y la química. Otra característica de los sistemas cerrados es que en ellos cierta magnitud de entropía (desorden) debe aumentar hasta el máximo, y el proceso acabará por detenerse en un estado de equilibrio.

Sin embargo, encontramos sistemas que por su naturaleza no son sistemas cerrados, sino abiertos. Estos sistemas corresponden a los sistemas conformados por los organismos vivientes. De esta manera, los sistemas abiertos "se mantienen en continua incorporación y eliminación de materia, constituyendo y demoliendo componentes, sin alcanzar, mientras la vida dure, un estado de equilibrio químico y termodinámico, sino manteniéndose en un estado llamado uniforme que difiere de aquel" (Ibíd, p. 39). Estos términos han sido tomados para explicar que las familias corresponden a sistemas abiertos que no se encuentran en un estado de equilibrio absoluto sino que a lo largo de su ciclo vital, dicho equilibrio se verá interrumpido generando crisis (entropía) para el sistema familiar, de esta manera, hay un proceso continuo de homeostasis y de cambio a lo largo de la vida.

Conceptos principales

- ♦ Totalidad

La conducta del sistema familiar no puede entenderse como la suma de las conductas de sus miembros; se trata de algo cualitativamente distinto que incluye, además, las relaciones existentes entre ellos; es decir, el conjunto y sus relaciones adquieren un nivel de organización superior con diferentes propiedades que el que presentan sus partes y la suma de ellas.

- ♦ Causalidad circular o circularidad

Reconoce las relaciones familiares como recíprocas, pautadas y repetitivas, lo cual conduce a la noción de secuencia de conductas.

Equifinalidad

Se refiere al hecho de que un sistema puede alcanzar el mismo estado final a partir de condiciones iniciales distintas; el término sugiere no centrarse en buscar una causa única en los problemas. La equifinalidad es la capacidad demostrada por los sistemas de conseguir un mismo fin a partir de puntos iniciales distintos.

- ♦ Teleología

Teleología implica un sistema que tiene un propósito y se comporta de modo tal que logra alcanzar dicho propósito.

- ♦ Autoregulación

Es la característica que tiene todo sistema vivo de establecer sus propias reglas de funcionamiento y ritmo de desarrollo. Corresponde al modo en el cual la familia mantiene su equilibrio de interacciones (reglas, límites, retroalimentación).

- ♦ Homeostasis (Morfofostasis)

Se refiere a la tendencia que tiene todo sistema hacia la búsqueda del equilibrio, de la constancia, de la permanencia sin cambios en la estructura del sistema. Está relacionada a la retroalimentación negativa.

- ♦ Morfogénesis

Se refiere a la tendencia que tiene todo sistema hacia la transformación, hacia el cambio de estructura, hacia el cambio drástico, incluso hacia la muerte o destrucción (Montalvo, 2014)

Cibernética

La palabra cibernética proviene del griego *kubernetes* y significa timonel. Wiener escribió su primer libro sobre cibernética en el año de 1948 en un intento por unificar el desarrollo de diversas teorías de los mensajes, posteriormente en 1950 Wiener publica la primera edición oficial del libro *Cibernética y Sociedad* junto con la colaboración de Claude Shannon, Warren Weaver y Norbert Wiener. Desde entonces la cibernética se ha convertido en un prolífico campo de investigación (Wiener, 1988).

La tesis principal de esta obra consiste en que sólo puede entenderse la sociedad mediante el estudio de los mensajes y de las facilidades de comunicación de que ella dispone, y además, que, en el futuro, desempeñarán un papel cada vez más preponderante los mensajes cursados entre hombres y máquinas, entre máquinas y hombres y entre máquina y máquina.

El propósito de la cibernética es desarrollar una lengua y unas técnicas que permitan encarar los problemas de comunicación y regulación y al mismo tiempo, establecer un repertorio adecuado de ideas y métodos para clasificar sus manifestaciones particulares por conceptos (Ibíd.)

De esta manera, la cibernética conocida como de primer orden, hace referencia a los sistemas que no cambian sus objetivos mientras no se les den nuevas instrucciones al respecto. Se trata de unos sistemas prediseñados, mecanicistas y controlados, poco aptos para representar los sistemas sociales complejos que evolucionan y cambian autónomamente.

Conceptos principales

- ♦ Mensaje

Cúmulo de datos conformados por los datos introducidos, conocidos como *entrada* (input) que implica un gran número de combinaciones para obtener un efecto, conocido como *salida* (output) sobre el mundo exterior. Esta última es combinación de los datos recibidos en ese momento y de los hechos registrados en el pasado, mejor conocido como *memoria* y que guarda el aparato.

- ♦ Información

La información se refiere al contenido que puede ser objeto de intercambio con el mundo externo, mientras nos ajustamos a él y hacemos que se acomode a nosotros. El proceso de recibir y utilizar informaciones consiste en ajustarnos a las contingencias de nuestro medio y de vivir de manera efectiva dentro de él.

- ♦ Entropía

Consiste en la medida de desorden de un sistema; a mayor desorden, más alta la entropía

- ♦ Neguentropía

Contrario a la entropía, la Neguentropía tiene al orden, al establecimiento de un equilibrio dentro de los sistemas.

- ♦ Retroalimentación

Capacidad de una máquina o un organismo para regularse de acuerdo a su funcionamiento real y no respecto a lo que se espera de ella y presupone la existencia de sentidos que actúan mediante miembros motrices que funcionan como elementos que registran una actividad. Este mecanismo debe frenar la tendencia mecánica hacia la desorganización o en otras palabras, debe producir una inversión temporal de la dirección normal de la entropía.

Las características descritas hasta ese momento fueron posteriormente conocidas como la cibernética de primer orden, debido a que hacían referencia a los sistemas que no

cambiaban sus objetivos mientras no les dieran instrucciones al respecto. Es decir, el 'observador' de dichos sistemas era ajeno al sistema, por lo que se creía que podía manipularlo sin tomar parte en el juego.

Cibernética de segundo orden

De esta manera, uno de los elementos que pasó por alto la composición de la cibernética de Wiener, fue el no considerar a un observador como parte de los procesos comunicativos que se daban dentro de los sistemas observados. Es ante esta carencia epistemológica, que Heinz von Foerster se abre paso ante el desarrollo de una nueva forma de plantear la cibernética, y acuña el término 'Cibernética de segundo orden' en su trabajo titulado *Cybernetics of Cybernetics* (1974) para hacer referencia al lugar que ocupa el observador como parte de lo observado.

Así, según von Foerster (1996) el objetivo de la Cibernética de segundo orden es explicar el observador a sí mismo, es decir, la cibernética de la cibernética se refiere a los sistemas que son capaces de modificar su objetivo o finalidad (o su camino) por sí mismos, sin necesidad de ser guiados por alguien o algo desde fuera del sistema.

Esta nueva concepción de la cibernética tuvo grandes repercusiones en el campo práctico de la psicoterapia, debido a que se tradujo a la concepción del terapeuta como parte del sistema en el cual pretendía sólo ser observador y dirigente. Al no poder sostener más esta concepción de observador externo, los terapeutas adaptaron ingeniosamente un espejo unidireccional entre un cuarto y otro, de manera que esta falta de observación externa por parte del terapeuta se compensa con la observación de otros terapeutas que se consideran dentro de un sistema más, distinto del sistema familiar.

Teoría de la Comunicación Humana

No es posible concebir el desarrollo de la Teoría de la Comunicación Humana sin las aportaciones teóricas de uno de los más grandes pensadores del siglo XX: Gregory Bateson. Su trabajo destaca por haber encontrado el enlace (la pauta que conecta) entre las teorías predominantes de la comunicación provenientes de la cibernética, con el proceso de comunicación, estudiado desde una visión antropológica. Bateson puso especial énfasis en la interacción del hombre con su entorno en el sentido amplio, que se efectúa a través de dicha comunicación, agregó que todo sistema se organiza alrededor de ella, de ahí su fundamental importancia. Todo suceso es un mensaje y lo que cuenta es qué tipo de relación se establece entre los comunicantes.

Bateson trabajó en el Hospital de la Administración de Veteranos de Palo Alto desde 1949 hasta 1952, destacando su investigación realizada junto con John Weakland sobre el discurso de los esquizofrénicos. Dicha investigación tuvo su producto final en el texto "*Hacia una teoría de la esquizofrenia*" en donde se planteaba por primera vez que la esquizofrenia

podía ser considerada como un fenómeno comunicativo y un producto de las relaciones familiares (Vargas, 2004)

Los trabajos de Bateson y su equipo dieron lugar a lo que posteriormente sería la *Teoría de la Comunicación Humana*, trabajo liderado principalmente por P. Watzlawick, quien fue tutorado de Bateson. En la Teoría de la Comunicación Humana se concentran las aportaciones que Bateson hizo al campo de la psicoterapia, incluso sin haberlo hecho intencionalmente. A continuación, se presentan los axiomas elaborados por P. Watzlawick, J. Beaving y Don D. Jackson (1995):

Axiomas de la comunicación humana

- ♦ La imposibilidad de no comunicar

Se refiere sustancialmente a que por mucho que uno lo intente, no puede dejar de comunicar. Actividad o inactividad, palabras o silencio, tienen siempre valor de mensaje: influyen sobre los demás, quienes, a su vez, no pueden dejar de responderá tales comunicaciones y, por ende, también comunican. '*No es posible no comunicarse*'. (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1985 p. 52)

- ♦ Los niveles de contenido y relaciones de la comunicación

Este axioma hace referencia a que en la comunicación no sólo se transmite información, sino que, al mismo tiempo, –refiere conductas, es decir que toda comunicación implica un compromiso y, por ende, define la relación. De esta manera, el aspecto informativo de un mensaje hace referencia al *contenido* del mensaje, mientras que el aspecto conativo del mensaje hace referencia a la *relación* que se establece entre los individuos que participan en el proceso de comunicación. El axioma se proclama de la siguiente manera: '*Toda comunicación tiene un aspecto de contenido y un aspecto relacional tales que el segundo clasifica al primero y es, por ende, una metacomunicación*'. (Ibíd. p. 56)

- ♦ La puntuación de la secuencia de los hechos

Para un observador, una serie de comunicaciones puede entenderse como una secuencia interrumpida de intercambios. Sin embargo, los participantes de dicha información hacen una *puntuación* de dicha secuencia de hechos, lo que significa que cada persona establecerá el ángulo o la posición desde la cual partirá su mensaje, dependiendo de la manera en que el comunicante vea una situación sobre la que se está estableciendo la comunicación. De esta manera, el axioma dice: '*La naturaleza de una relación depende de la puntuación de las secuencias de comunicación entre los comunicantes*'.(Ibíd. p. 60)

- ♦ Comunicación Digital y Analógica

Relacionado al segundo axioma, la comunicación digital y analógica hacen referencia a los canales de transmisión y recepción de los mensajes, de manera que una comunicación digital estaría conformada por el lenguaje, debido a que el lenguaje está arbitrariamente establecido, o en otras palabras, *digitalizado*. Mientras que la comunicación analógica se

refiere a la analogía que se hace entre un acto y un contenido, de manera que la comunicación analógica estaría dada por la comunicación no verbal. El axioma lo resume de la siguiente manera: '*Los seres humanos se comunican tanto digital como analógicamente. El lenguaje digital cuenta con una sintaxis lógica sumamente compleja y poderosa pero carece de una semántica adecuada en el campo de la relación, mientras que el lenguaje analógico posee la semántica pero no una sintaxis adecuada para la definición inequívoca de la naturaleza de las relaciones*'. (Ibíd. p. 68)

- ♦ Interacción simétrica y complementaria.

Se refiere al proceso relacional de la comunicación, en donde dichas relaciones están basadas en la igualdad o la diferencia. En el primer caso, los participantes tienden a igualar especialmente su conducta recíproca, y así su interacción puede considerarse *simétrica*. En el segundo caso, la conducta de uno de los participantes complementa la del otro, constituyendo un distinto tipo de unidad y recibe el nombre de *complementaria*. El axioma lo expresa de la siguiente manera: '*Todos los intercambios comunicacionales son simétricos o complementarios, según estén basados en la igualdad o en la diferencia*'. (Ibíd. p. 70)

Principales patologías de la comunicación

Otra de las aportaciones importantes de la obra de Watzlawick y colaboradores, es el haber creado una tipología de las patologías comunicacionales, que mantienen estrecha relación con el rompimiento o desviación de los axiomas previamente mencionados, a continuación, se mencionan dichas patologías.

- ♦ La imposibilidad de no comunicar.

En el que se pueden dar tres posibilidades, entre las que se encuentran:

- a. Rechazo de la comunicación. En donde se comunica abiertamente que no hay intenciones de comunicar, aunque, teniendo en cuenta, que una relación se establecerá del mismo modo.
- b. Aceptación de la comunicación. En donde se abre la disposición para el intercambio de la información.
- c. Descalificación de la comunicación. En donde la comunicación de alguna de las partes, queda invalidada, por ejemplo a través autocontradicciones, incongruencias, cambios de tema, tangencializaciones, cambios de tema, o bien, mediante la utilización de un síntoma, como puede serlo un dolor de cabeza, por ejemplo.

- ♦ La estructura de niveles de la comunicación (contenido y relación)

Los aspectos de relación y de contenido se refieren a dos aspectos comunicacionales distintos; ante estas dos vías, varias posibilidades pueden manifestarse en el transcurso del proceso comunicativo. Entre dichas posibilidades, se encuentran:

- a. Los participantes pueden estar de acuerdo con respecto al contenido de sus comunicaciones y a la definición de su relación.
- b. Los participantes pueden estar en desacuerdo con respecto al nivel de contenido y también al de relación.
- c. Los participantes pueden estar en desacuerdo en el nivel del contenido, pero ello no perturba su relación.
- d. Los participantes pueden estar de acuerdo en el nivel de contenido, pero no en el relacional.

Por ende, es una posibilidad que dos personas intenten resolver un problema relacional en el nivel del contenido, y viceversa.

Por último, y como mencionan Watzlawick, Beavin y Jackson, (1985):

(...) de particular importancia clínica, son todas aquellas situaciones en las que una persona se ve obligada de un modo u otro a dudar de sus propias percepciones en el nivel de contenido, a fin de no poner en peligro una relación vital con otra persona. (p. 82)

Los desacuerdos que se presentan en el nivel de relación, involucran inevitablemente la definición de uno mismo (self) y del otro. Entre las posibilidades de dichas definiciones, podemos encontrar la confirmación, el rechazo y la desconfirmación.

- a. Confirmación. Se presenta cuando un individuo acepta la definición que otra persona le ha dado, por ejemplo el carácter de subordinado que un alumno acepta frente a la jerarquía preestablecida de su maestro.
- b. Rechazo. Otra posibilidad es el rechazo manifestado directa o indirectamente de la definición que otra persona quiere otorgar a dicho individuo.
- c. Desconfirmación. La tercera posibilidad se presenta cuando uno de los individuos niega la realidad de otro individuo.

- ♦ La puntuación de la secuencia de hechos

Las patologías comunicacionales que pueden presentarse desde este axioma se presentan cuando por lo menos uno de los comunicantes no cuenta con la misma cantidad de información que el otro, pero no lo sabe, lo cual lleva a interacciones de acusaciones infundadas en la especulación, creando así un círculo vicioso que no se puede romper a menos que la comunicación misma se convierta en el tema de la comunicación (metacomunicación).

Una de las consecuencias de este tipo de interacción se refiere al concepto de la *profecía autocumplidora*, el cual se trata de una conducta que provoca en los demás la reacción frente a la cual esa conducta sería una reacción apropiada.

- ♦ Errores de “traducción” entre material analógico y digital.

Se refiere a los errores de traducción entre la comunicación digital y la comunicación analógica, por ejemplo en el caso en que una persona intenta dar un mensaje de que no hará daño a nadie (desde un nivel analógico) y ante lo cual debe someter a otra persona para hacerlo, al momento de traducirlo a un nivel digital, el mensaje sería distinto, pues se interpretaría como una amenaza o una acción de violencia.

Así mismo, afirma que hay mensajes que ya no pueden ser manifestados desde un nivel digital, por lo que entra sólo el campo analógico; tal es el caso de las personas que han fracasado en sus intentos de no comunicarse digitalmente y terminan utilizando un dolor de cabeza para lograrlo. Ante estas situaciones, aclaran Watzlawick y cols. (1985) “la simbolización también tiene lugar cuando la digitalización ya no es posible y que ello suele suceder cuando una relación amenaza con abarcar áreas sociales o moralmente prohibidas como por ejemplo, el incesto”. (p. 103)

- ♦ Patologías potenciales en la interacción simétrica y complementaria.

Suelen presentarse cuando en una relación se lleva a cabo de manera que no permite la complementariedad y la simetría de manera alternada, llevando la interacción a un estado rígido comunicacional. Los dos polos de esta rigidez son conocidos como *escalada simétrica* y *complementariedad rígida*. Las cuales, se explican a continuación:

- a. Escalada simétrica. Se refiere a la “escapada” que surge en una relación donde la competencia se ha convertido en un riesgo, entendiéndose por escapada todas aquellas acciones de rechazo del otro, por ejemplo a partir de disputas y luchas entre individuos y naciones. Por el contrario en una relación simétrica sana, cada participante puede aceptar la “mismidad” del otro, lo cual lleva al respeto por el otro y a la confianza en ese respeto.
- b. Complementariedad rígida. Se caracteriza por una relación en donde uno de los individuos exige que el otro individuo confirme una definición que el primer individuo hace de sí mismo y que no concuerda con la forma en que el segundo individuo ve al primero, lo cual lo obliga a cambiar su propia percepción de tal forma que complemente y así corrobore la definición del primer individuo. En estas relaciones predomina la desconfirmación encubierta o explícita, más que el rechazo abierto que predomina en la escalada simétrica.

Terapias Posmodernas: El enfoque Constructivista y Construccinista de la realidad.

El Posmodernismo significa una crítica, más que una época en sí. Representa ante todo un cuestionamiento y alejamiento de las narraciones fijas, los discursos privilegiados, las verdades universales, la realidad objetiva, el lenguaje de las representaciones y el criterio

científico del conocimiento como algo objetivo y fijo. En suma, rechaza el dualismo fundamental (un mundo real externo y uno mental interno) del modernismo y se caracteriza por la incertidumbre, la impredecibilidad y lo desconocido. (Schnitman, 1994)

Constructivismo

El verbo 'construir' proviene de la forma latina *con struere*, que significa ordenar o dar estructura. La naturaleza continua de los procesos de estructuración (organización) es el núcleo de desarrollo del constructivismo.

Según Mahoney (2005) el constructivismo no es algo nuevo o limitado. La filosofía oriental lo anticipó con las enseñanzas de Lao Tse (s. VI a.C.) y Buda (560-477 a.C.). El Tao resume la tradición de una antigua sabiduría que reconoce la fluidez de la vida y la unión esencial de los elementos aparentemente opuestos (el yin y el yang). El budismo también reconoce la naturaleza cambiante (temporal) de la vida, especialmente de la vida interior. El príncipe Siddharta (más conocido como Buda) comprendió que cumplimos un papel importante en la construcción de nuestros mundos gracias al significado de nuestros pensamientos, fantasías, y todas las formas de imaginación.

Por otra parte, en la cultura occidental, los aspectos esenciales del constructivismo fueron enunciados por el filósofo presocrático Heráclito (540-475 a.C.), que sostenía que todo cuanto existe debe fluir (filosofía del proceso) en donde la persona cambia por la experiencia.

Siguiendo con Mahoney, los tres autores citados más a menudo como los precursores del constructivismo son Vico, Kant, Vaihinger y Schopenhauer. Giambattista Vico (1688- 1744) escribió sobre filosofía, historia y sobre la construcción humana de la experiencia. Immanuel Kant (1724 - 1804) describió la mente como un órgano activo de auto-organización. Sostenía que más que ser un recipiente pasivo de la experiencia, construimos nuestro conocimiento por medio de categorías. Percibimos, sentimos y pensamos de acuerdo con determinados esquemas y puede que existan otros modos más allá de aquellos a los que estamos habituados. Arthur Schopenhauer (1788-1860) recogió estas intuiciones de Kant y desarrolló una teoría de la voluntad y la representación. Hans Vaihinger (1852-1933) desarrolló la filosofía del como si, aquella tendencia del ser humano a continuar con nuestras actividades 'como si' algunas cosas fueran así, explorando el valor de las ficciones mentales.

Algunos de los constructivistas más importantes del siglo XX son , Jean Piaget, Lev Vigotsky, Jerome Bruner, Francisco Varela, Heinz von Foerster, Ernst von Glasersfeld, entre otros.

El constructivismo sostiene que (Mahoney, 2005):

1. La experiencia humana supone una actividad continua.
2. La mayor parte de la actividad humana está dedicada a los procesos de ordenamiento, a las pautas de organización de la experiencia; estos procesos

de ordenamiento son principalmente emocionales, tácitos y categoriales y representan el aspecto central de la creación de significados.

3. La organización de la actividad personal es fundamentalmente autorreferente o recursiva, al hacer del cuerpo la piedra angular de la experiencia y al estimular un sentido fenomenológico del sí mismo o identidad personal.
4. La capacidad de autoorganización y creación de significados está fuertemente influida por los procesos sociosimbólicos; las personas existen dentro de redes vivas de relaciones, muchas de las cuales están mediadas por el lenguaje y por sistemas simbólicos.
5. Cada vida humana refleja los principios de la dialéctica dinámica del desarrollo; el complejo flujo que se da entre las tensiones esenciales (contrastes) se refleja en los patrones y ciclos de experiencia, que pueden conducir a episodios de desorden (desorganización) y, bajo algunas circunstancias, a la reorganización (transformación) de las pautas nucleares de actividad, incluyendo la creación de significado y la relación con uno mismo y con los demás.

Los cinco temas básicos del constructivismo (Ibíd.), son: a) actividad, b) orden, c) identidad, d) relación sociosimbólica, y e) desarrollo vital. Estos temas se describen brevemente a continuación:

- ♦ Actividad

Afirma que los seres humanos somos participantes activos de nuestras propias vidas. Somos agentes que actúan en y sobre el mundo, somos agentes activos en el proceso de la experiencia.

- ♦ Orden.

Reconoce que los seres humanos necesitan orden. Organizamos nuestro mundo y reaccionamos al orden dentro de él. Desarrollamos esquemas y creamos significados. Esto explica gran parte de la dificultad que experimentamos en nuestros proyectos de cambio. Las emociones son una poderosa fuerza biológica en nuestra organización. Desempeñan un papel crítico al dirigir la atención, al dar forma a las percepciones, al organizar la memoria y al estimular el compromiso activo con el aprendizaje que la vida exige inexorablemente.

- ♦ Identidad.

Organizamos el mundo gracias a que nos organizamos a nosotros mismos. El constructivismo subraya la unicidad de cada autoorganización vital. Se enfatiza el ser individual. La identidad es un proceso, no una entidad. De otro modo se podría decir que la identidad es una coherencia fluida de la perspectiva según la cual experimentamos. Sin embargo, el sentido de uno mismo emerge y cambia principalmente en las relaciones con los otros.

Relación sociosimbólica.

Nacemos dentro de relaciones y es dentro de estas relaciones donde vivimos y aprendemos en mayor medida. La organización activa de un sí mismo no tiene lugar sólo en un cuerpo, también se da simultáneamente con y a través de vínculos sociales y sistemas de símbolos. Y al mismo tiempo, experimentamos y transmitimos gran parte de nuestra construcción de significado en forma de narrativa (historias).

- ♦ Desarrollo vital.

En su énfasis - en la dinámica perpetua del desarrollo, el constructivismo habla de ciclos y espirales de experiencia. Esto implica que a lo largo del desarrollo el individuo intenta conseguir un equilibrio que puede ser que nunca quede estrictamente establecido. El constructivismo enfatiza los procesos de desarrollo a partir de la necesidad de dos tipos de cambios, en algunas ocasiones estos cambios serán graduales y en otras serán grandes saltos cualitativos.

Construccionismo social

Por otra parte, dentro de lo que se ha denominado 'Psicología posmoderna' se ha desarrollado otra tendencia, autodenominada *Socio-Construccionismo* que tiene sus orígenes en la sociología del conocimiento y en los desarrollos de la etnometodología entre muchas otras fuentes de inspiración.

Supuestos básicos (Gergen, 1985):

1. La manera en que experimentamos el mundo no dicta en sí mismo los términos por los cuales el mundo es comprendido. Lo que tomamos como conocimiento del mundo no es producto de la inducción ni de la comprobación de hipótesis generales.
2. Los términos en los cuales se entiende el mundo son artefactos sociales, productos de intercambios entre personas, e históricamente localizados. Desde la posición socioconstruccionista, el proceso de comprensión no es automáticamente producido por las fuerzas de la naturaleza, sino que es el resultado de una tarea cooperativa y activa entre personas en interrelación.
3. El grado en el cual una forma de comprensión prevalece o es sostenida a través del tiempo no depende fundamentalmente de la validez empírica de la perspectiva en cuestión sino de las vicisitudes de los procesos sociales (comunicación, negociación, conflicto, retórica).
4. Las formas de comprensión negociadas tienen una significación crítica en la vida social, al estar conectadas integralmente con muchas otras actividades en las cuales la gente está implicada.

Las explicaciones de fenómenos psicológicos no se ubican en el individuo ni en categorías psicológicas asociadas a este (creencias, cogniciones, conductas, eventos, inconsciente): son condicionadas por las pautas de interacción social que el sujeto se encuentra. El sujeto individual queda disuelto en estructuras lingüísticas y en conjuntos relacionales (el Yo como

red de relaciones). La noción del *self* como estructura psicológica más o menos permanente se pone en entredicho, dando paso a conceptualizaciones discursivas o fragmentadas donde la identidad se configura según las relaciones establecidas en contextos locales.

Harlene Anderson (1999) destaca que éste trasciende la contextualización social de la conducta y la simple relatividad, ya que el contexto se considera como un dominio de múltiples relaciones creadas en el lenguaje, donde tanto las conductas como los sentimientos, las emociones y las comprensiones son comunales.

Kenneth Gergen (1996) afirma que el constructivismo y el construccionismo social son escépticos acerca de la existencia de garantías – que son fundamento para una ciencia empírica; ambos cuestionan la idea de un mundo independiente del observador y se oponen a plantear un conocimiento como algo edificado en la mente por medio de la observación desapasionada. Sin embargo, más allá de estos puntos de convergencia, las tesis constructivistas son antagónicas del construccionismo: los constructivistas postulan un mundo mental para, a continuación, teorizar sobre su relación con un mundo externo. En cambio, para los socioconstruccionistas, los conceptos con los que se denominan tanto el mundo como la mente son constitutivos de las prácticas discursivas, están integrados en el lenguaje y, por consiguiente, están socialmente refutados y sujetos a negociación.

El enfoque constructivista sigue alojado en el seno de la tradición del individualismo occidental; en cambio, el construccionismo social sitúa las fuentes de la acción humana en relaciones, y la comprensión del funcionamiento individual queda remitida al intercambio comunitario.

Ante el surgimiento de estas nuevas posturas sobre la concepción de la realidad, la psicoterapia se vio fuertemente criticada debido a que en su práctica, muchos elementos contradecían gran parte de los supuestos que proclamaban esta nueva visión epistemológica. Sin embargo, las psicoterapias emergentes inspiradas en estas nuevas visiones lograron de las formas más exhaustivas posibles, poner en práctica los principios que las sostienen, claro está, sin dejar de ser fieles al propósito básico de la psicoterapia: abonar en el desarrollo y bienestar del ser humano. El aspecto de la efectividad jamás fue dejado a un lado.

Asimismo, las consecuencias del socioconstruccionismo fueron diversas. Por un lado, puso en tela de juicio todos aquellos discursos que se postulaban como legítimos e irrefutables, la mayor parte de ellos basados en los principios de la ciencia, que ostentaba el principal puesto en los discursos de poder sobre los cuales se justificaba la mayor parte de decisiones que concernían a la humanidad. Por otro lado, puso de relieve la importancia de las palabras, las comunicaciones y los discursos en la construcción de la realidad, y en ese sentido, se estimuló y fortaleció la idea de ‘realidades’, generando una nueva propuesta sobre la importancia de todos los discursos y todas las voces, particularmente aquellas que se encuentran en una situación más vulnerable o invisibilizada.

Análisis de los principios teóricos y metodológicos de los modelos de intervención en terapia familiar sistémica y posmoderna

Modelo de Terapia Breve centrada en los problemas

Orígenes del modelo (Wittezaele y García, 1994)

Uno de los personajes más trascendentales para el desarrollo de la terapia sistémica fue sin lugar a dudas, Gregory Bateson. Desde la década de los 30's había dado gran importancia al aspecto relacional de la conducta humana dentro de su investigación. *Naven*, que fue la obra final de los estudios realizados en la tribu de Nueva Guinea *iatmul*, dio un panorama bastante fructífero acerca de los procesos de complementariedad y cismogénesis que emergen de patrones reiterativos de interacción.

Posteriormente, en el año de 1953, Bateson recibe una beca para estudiar los procesos de comunicación de familias con miembros esquizofrénicos en el Hospital de veteranos de Palo Alto. Este proyecto fue conocido con el nombre de *Proyecto Bateson*, en el que participaron Donald Jackson, Jay Haley, John Weakland y Bill Fry.

De la investigación realizada durante en el proyecto emerge *Hacia una teoría de la esquizofrénica*, en el año de 1956, y que tiene como aporte esencial el concepto de *doble vínculo*. Este acontecimiento impulsó de alguna manera la producción de más de 70 artículos relacionados con los procesos de comunicación dentro de los sistemas familiares, de ahí que el proyecto Bateson pasara de la comunicación a la terapia y la hipnosis, la psiquiatría y la esquizofrenia.

Años más tarde, durante los inicios de los 60's es fundado el *Mental Research Institute* (MRI) por Don Jackson y Virginia Satir, y posteriormente, se crea el modelo de Terapia Breve.

Milton Erickson como influencia en el desarrollo del MRI

Como parte de la investigación de Bateson, el proyecto debía ponerse en contacto con diferentes psicólogos y psiquiatras para observar los procesos comunicacionales que se daban dentro de una conversación terapéutica; de esta manera, Gregory Bateson contacta a Milton Erickson, un renombrado hipnoterapeuta que se distinguía por inusuales métodos en el campo de la psicoterapia, el cual había conocido en el año de 1942 gracias a las conferencias 'Macy' sobre las innovaciones de la cibernética.

Es así como en el año de 1955 los psiquiatras Jay Haley y John Weakland comienzan a hacer visitas semanales a Milton Erickson, con el propósito de estudiar extensamente el tipo de comunicación terapéutica que él empleaba.

A lo largo del estudio, el 'proyecto Bateson' se percató de que muchos de sus postulados acerca de la comunicación encajaban perfectamente con la comunicación que se daba en el proceso de interacción entre hipnotizador – sujeto, por ejemplo los tipos lógicos y los

niveles de comunicación, así como las directivas paradójicas de acción y prescripción, poniendo en práctica una forma de doble vínculo terapéutico.

Gran parte del conocimiento y de la experiencia clínica de Milton Erickson fue como una especie de legado para el Mental Research Institute, que desarrollaría el modelo de terapia breve centrada en problemas, así como el posterior desarrollo del modelo de terapia estratégica, encabezado por Jay Haley, pues hizo que los terapeutas familiares dejaran de concentrarse en los procesos de homeostasis de las familias y se enfocaran en descubrir los procesos de cambio de las mismas.

Principios generales

A continuación se describen las líneas generales sobre las cuales trabaja el Modelo de Terapia Breve según Fisch, Weakland y Segal (1984):

- ♦ *Orientación hacia el problema.*

Uno de los principios más importantes del modelo, se refiere al hecho de que debe trabajarse con la queja directa del paciente, es decir, su dolencia será el punto central sobre la cual el terapeuta deberá enfocar el cambio. A diferencia de otros enfoques, el problema será aquel que exista en el presente del paciente, es decir que no se vuelve necesario explorar las profundidades de la infancia, o incluso los inicios de la dolencia actual, a menos que el paciente insista en ello o que ese evento del pasado repercuta en la queja actual.

- ♦ *Soluciones que intensifican la dificultad original.*

Cuando las dificultades que se presentan en el individuo son manejadas de manera inadecuada, y se insiste en implementar dicha solución de manera reiterativa sin obtener éxito alguno, la solución misma se convierte en el problema. Se trabaja bajo la premisa de que las personas insisten en dichos intentos de solución debido a que son la manera más coherente y lógica que ellos conocen para resolver el problema, sin embargo, es necesario que a partir de ciertas acciones estratégicamente planeadas, los pacientes puedan descubrir que hay otras formas completamente distintas de solucionar sus problemas.

- ♦ *Cambios de 180° grados.*

Parte del objetivo del modelo de Terapia Breve es promover un cambio a partir de una acción que sea completamente distinta a la que el paciente implementaba para resolver su problema. En la mayor parte de los casos, dicha acción sale de la lógica del paciente, por lo que se vuelve necesario adiestrarse en el arte de vender ideas.

- ♦ *Pequeñas metas.*

Se concibe que el cambio se efectúa más fácilmente si la meta del cambio es razonablemente pequeña y está claramente establecida. Se parte del supuesto de que un paciente que experimenta un pequeño pero evidente cambio de lo que creía un problema inmodificable, la experiencia misma lo llevará a nuevos cambios inducidos sobre la problemática y sobre otras áreas de su vida.

- ♦ *Resolución del problema.*

La terapia se da por concluida en el momento en que el paciente manifiesta ser incapaz de realizar las acciones que le generaban la dolencia inicial, o bien, cuando el paciente ha cambiado su concepción acerca del problema, de manera que ha dejado de concebirlo como tal. Respecto a este punto, se hace énfasis en la credibilidad del testimonio del paciente acerca de la resolución de su problema, lo cual tiene coherencia con el hecho de que aceptamos como problema lo que el paciente nos relate como tal. Una de las formas en las que el terapeuta puede evaluar los resultados de la terapia es a partir de preguntas sobre acciones específicas que el paciente haga, si estas acciones van en contra de aquello que provoca la dolencia, entonces se da por exitosa la terapia.

- ♦ *Se trabaja a partir de la postura de cada paciente.*

Esto implica que el terapeuta debe reconocer cuáles son aquellos valores, creencias y prioridades que están fuertemente consolidadas en la cosmovisión del paciente, ya que en gran medida son responsables del modo en que actúan o no actúan dichos pacientes. Al conocer estos aspectos, el terapeuta puede utilizar ciertas ideas de los mismos pacientes para que éstos cooperen más fácilmente con las instrucciones y tareas que el terapeuta solicite. Se parte del supuesto de que un paciente, al escuchar algo congruente con su manera de pensar, le será imposible rechazar cualquiera de las tareas que solicite el terapeuta, aun cuando estas ideas estén fuera de toda lógica racional. La postura del paciente se puede obtener con ciertas preguntas estratégicas que el terapeuta plantea, pero mayormente se obtiene del discurso mismo del paciente a lo largo de la entrevista.

Intervenciones

Las intervenciones son todas aquellas acciones que el terapeuta emprende deliberadamente con un objetivo premeditado, y que generalmente están enfocadas a favorecer el cambio, o al menos, preparar el terreno para el mismo.

En el siguiente cuadro se muestran aquellas intervenciones relacionadas a la capacidad de maniobra del terapeuta, las intervenciones generales y las intervenciones específicas.

Capacidad de maniobra	Intervenciones generales	Intervenciones específicas
Oportunidad y ritmo	No apresurarse	Forzar algo que sólo puede ocurrir de manera espontánea
Tomarse el tiempo necesario	Los peligros de una mejoría	El intento de dominar un acontecimiento temido, aplazándolo.

El uso de un lenguaje condicional	Un cambio de dirección	El intento de llegar a un acuerdo mediante una oposición.
El cliente debe concretar	Cómo empeorar el problema	El intento de conseguir sumisión a través de la libre aceptación.
Actitud igualitaria		La confirmación de las sospechas del acusador mediante la autodefensa.

Concernientes a la capacidad de maniobra del terapeuta.

La capacidad de maniobra del terapeuta se refiere a la libertad que puede tener el terapeuta de actuar en la forma que considere más adecuada, es decir, ser capaz de poner en práctica lo que juzgue más apropiado en el transcurso del tratamiento. Se parte del supuesto de que los pacientes, ya sea de manera deliberada o inconscientemente, obstaculizan el esfuerzo terapéutico en la mayoría de los casos debido a su angustia o al temor de que el problema llegue a empeorar, debido a esto, el terapeuta debe ser lo bastante hábil como para mantener siempre su libertad de emprender acciones que sean adecuadas para maniobrar en el caso.

A continuación, se presentan algunas de las acciones más importantes que el terapeuta puede emprender para mantener su capacidad de maniobra:

- ♦ *Oportunidad y ritmo.*

Se refiere a la capacidad del terapeuta de encontrar las oportunidades para intervenir en los momentos en que el paciente y las circunstancias lo permitan mejor, así como de respetar el ritmo que el paciente mantenga, entendiéndose por ritmo como el terreno que el paciente cede o no cede ante las ideas que el terapeuta va introduciendo. De esta manera, a partir del ritmo, el terapeuta debe reconocer las posibles resistencias del paciente, y adecuarse a la postura del paciente en vez de aferrarse a la postura propia y a las estrategias que había elaborado previas a la consulta. Esto implica que el terapeuta esté constantemente evaluando las respuestas que manifieste el paciente ante sus preguntas, sugerencias e intervenciones.

- ♦ *El tiempo necesario.*

Se refiere a la capacidad del terapeuta para no permitir ser presionado a dar respuestas inmediatas ante las exigencias o cuestionamientos de los pacientes, pues se ha observado

que los pacientes las exigen ya sea de manera consciente e intencionada, o encubierta e inconsciente.

De esta manera, cuando una situación así surja, el terapeuta debe ser capaz de tomarse el tiempo necesario para no dar una respuesta que comprometa su veracidad o su capacidad de resolver el problema. Para salir de esta situación, el terapeuta puede ser honesto al mencionar que no le es posible dar una respuesta tan apresuradamente, pues necesita disponer de más información para tomar una postura.

- ♦ *El uso de un lenguaje condicional.*

El uso de un lenguaje condicional corresponde a una intervención que puede ser utilizada ante escenarios similares como el que describimos en la intervención anterior, cuando el paciente pide al terapeuta que tome partido respecto a cualquier asunto o interrogante. En general, son preguntas que invitan al terapeuta a comprometerse antes de que desee hacerlo.

De esta manera, el terapeuta puede mantener intacta su capacidad de maniobra si responde de una manera condicionada, es decir, si en su respuesta mantiene abierta diversas posibilidades, por ejemplo: -Hasta donde me ha contado usted, estaría de acuerdo en que su pareja se ha estado comportando de una manera muy injusta con usted, me gustaría escuchar el testimonio de él para tener la historia completa-..

El lenguaje condicional también puede ser utilizado al momento de impartir una tarea para casa o de pedirle al paciente que haga una cierta acción que podría ayudarle a resolver su problema siempre y cuando se realice de una manera determinada. De esta manera, si la sugerencia o la tarea no dan resultado, el fracaso podría ser adjudicado al pobre desempeño del paciente, y no del terapeuta.

- ♦ *El cliente debe concretar.*

Se refiere a la capacidad del terapeuta para ayudar al paciente a que concrete la queja o dolencia por la cual asiste a terapia. Esto implica que el terapeuta tenga la habilidad para hacer las preguntas necesarias y cuántas veces sea necesaria para conseguir que el paciente sea completamente claro a la hora de expresarse. Cuanto menos vaga y ambivalente sea la queja, más claro tendrá el terapeuta hacia dónde debe dirigir el cambio.

- ♦ *Actitud igualitaria*

La actitud igualitaria hace referencia a la capacidad del terapeuta para saber brindar una imagen que inspire confianza y no superioridad. Se parte del supuesto de que una posición de superioridad inhibe al paciente y dificulta su cooperación. De esta manera, el terapeuta debe encontrar la manera de estar "al nivel" de la persona a la que está entrevistando. Este tipo de actitud podría ser muy útil en el trabajo con niños o adolescentes, por ejemplo. La idea es hacer que la persona vea al terapeuta como un igual. Sin embargo, en pacientes que consideren la superioridad como algo beneficioso, debe implementarse una postura de - experto, de manera que los pacientes se sientan seguros de su terapeuta.

Intervenciones Generales

Las intervenciones generales son todos aquellos actos que el terapeuta realiza con la finalidad de preparar el terreno para una futura intervención principal. En ocasiones, es posible que los problemas se solucionen con la mera implementación de una intervención general. Las intervenciones generales tienen la ventaja de que pueden utilizarse en cualquier momento de la terapia y de la sesión, siendo una herramienta imprescindible para el terapeuta breve.

A continuación, se describe cada una de ellas. (Fisch, Weakland y Segal, 1984):

- ♦ *No apresurarse.*

Se trata de darle al paciente la indicación de no apresurarse. Esta intervención - resulta muy útil en aquellos problemas - donde la intención -es frenar o promover algo que sólo sucede de manera espontánea, como pueden ser problemas de ansiedad, problemas para controlar respuestas orgánicas, problemas de desempeño sexual, entre otros. Se parte del supuesto de que los cambios requieren de una adaptación por parte del paciente, por lo que un cambio apresurado podría generar un desequilibrio fuerte en la vida de éste. También podría darse el caso en el que un paciente no requiera de un cambio de un 100% sino uno de 75% para que el problema quede resuelto y el paciente cómodo, y sólo a partir de no apresurarse es que se puede ir asimilando esto. Por último, es bien sabido que “los cambios que se realizan lentamente, y paso a paso son más sólidos que los que ocurren de manera repentina”. (Ibíd. p. 180)

- ♦ *Los peligros de una mejoría*

Los peligros de una mejoría hacen referencia a aquellas situaciones que podrían devenir como consecuencia de haber resuelto el problema. Se les denomina peligros deliberadamente, con la intención de que el paciente advierta el cambio como algo que debería pensar dos veces. Resulta importante que el terapeuta sea capaz de convencer al paciente de esto a partir de imaginar escenarios en donde - él o alguna persona cercana a él resulte afectada por el cambio. Incluso es posible utilizar escenarios en donde el cambio realmente -pudiese representar un peligro para el sistema. El objetivo de esta intervención puede ser variado, por una parte, podría utilizarse como una extensión de la intervención de no apresurarse, pues el solo hecho de concebir al cambio como un peligro, vuelve más lento - dicho proceso. Otra manera de utilizar esta intervención es con la intención de motivar al paciente, en donde el supuesto ‘peligro’ sea realmente una oportunidad. Por último, se utiliza esta intervención para presionar al paciente a que obedezca a futuras tareas o encargos, después de que no ha cumplido uno que se le ha dejado con anterioridad, es decir, se interpreta como falta de cooperación al hecho de que el paciente no siguió una instrucción o tarea y al preguntarle sobre los posibles peligros de una mejoría se intenta dar el mensaje de que el terapeuta tampoco estará dispuesto a cooperar si el paciente no coopera, en una especie de “quizá no es tu momento de cambiar y deberíamos dejar esta terapia hasta que sea ese momento”.

- ♦ *Un cambio de dirección.*

Un cambio de dirección se refiere a la capacidad del terapeuta de cambiar de postura, directriz o estrategia, y al hacerlo, ofrece al cliente una explicación de por qué lo hizo. Un cambio de dirección se vuelve necesario cuando el terapeuta entra en discusión con el paciente acerca de la terapia en sí. También se vuelve necesario cuando el terapeuta descubre que el tratamiento no está obteniendo los resultados esperados, pese a que el paciente está siguiendo las directrices del terapeuta. Cuanto antes se dé cuenta el terapeuta de la necesidad de un cambio de dirección, más fácil será llevarlo a cabo.

- ♦ *Cómo empeorar el problema.*

Existen ocasiones en que, pese a la puesta en marcha de diversas estrategias para obtener un cambio, éste no se logra. Lo común es que el terapeuta imparta las directrices al paciente de lo que tiene que hacer para conseguirlo, sin embargo, se ha observado que resulta útil hacer precisamente lo contrario cuando los demás recursos se han agotado. Es decir, se dice al paciente todas aquellas acciones, que generalmente corresponden a sus intentos de solución, que tendría que seguir haciendo para que su problema se mantenga, e incluso, empeore, exagerando los posibles escenarios tanto a corto como a largo plazo.

Intervenciones Específicas

Las intervenciones principales son aquellas acciones que deliberadamente hace el terapeuta con el propósito de inducir un cambio en el paciente. Éstas se utilizan después de haber recogido los datos suficientes y haberlos integrados en un plan del caso ajustado a las necesidades específicas de la situación específica. La esencia de estas intervenciones consiste en interrumpir las soluciones previamente ensayadas por los pacientes.

A continuación, se describe cada una de ellas (Fisch, Weakland y Segal, 1984):

- ♦ *El intento de forzar algo que sólo puede ocurrir de manera espontánea.*

En esta categoría se encuentran todos aquellos pacientes que tienen una dolencia o una queja que sólo los involucra a ellos, al menos directamente. Se trata de problemas o quejas relacionadas al funcionamiento corporal o el rendimiento físico, ya sea éste sexual, intestinal, -urinario, muscular, respiratorio- entre otros; lo que tienen en común es que son problemas de orden mental o corporal.

Es común que la mayor parte de las personas presenten algún tipo de estos problemas, sin embargo, por regla general, no conceden demasiada atención a dichas perturbaciones, y éstas desaparecen al poco tiempo. Sin embargo, cuando se tienen pacientes con este tipo de dolencias en la consulta, se trata de personas que conciben a cualquier clase de perturbación como un problema que debe ser corregido mediante un esfuerzo voluntario. Al hacerlo consciente, el paciente se ve en la dificultad de solucionar una dificultad o perturbación que sólo puede desaparecer de manera espontánea, es decir que su intento de solución se convierte en el problema principal.

Para esta clase de problemas, el terapeuta debe ser capaz de hacer que el paciente sencillamente renuncie a sus intentos de solución, incluso que abandone todo intento por hacer algo, y en cambio, se le pide que realice otra acción que contradiga a la primera, ya que resulta improbable que el paciente se encuentre cómodo al no realizar acción alguna. La estrategia global consiste en invertir el intento del paciente -por superar el problema, para lo cual se dan ciertas razones y directrices que lleven al paciente a fracasar en su rendimiento, -

- ♦ *El intento de dominar un acontecimiento temido aplazándolo*

Esta intervención se utiliza en pacientes que se ven atrapados en situaciones de terror o ansiedad, ya sea a través de fobias, bloqueos de rendimiento o situaciones similares, son problemas autorreferenciales justo como en la categoría anterior, la idea general es que el paciente perciba al acontecimiento temido como algo que no está en condiciones de dominar, y por lo tanto, lo aplaza, generando mayor angustia al respecto.

La intervención consiste en exponer al paciente a la tarea temida, al mismo tiempo que se le pide una ausencia de dominio (o un dominio incompleto) de la situación temida.

- ♦ *El intento de llegar a un acuerdo mediante una oposición.*

Los problemas que caen dentro de esta categoría implican un conflicto en una relación interpersonal en temas que requieren una mutua cooperación. Un ejemplo de estos problemas son las riñas entre esposos, los conflictos entre padres e hijos, disputas entre compañeros de trabajo, entre otros. El punto central de estos conflictos es que una persona intenta someter a la otra a sus exigencias, pidiéndole que realice conductas concretas y además exige que la otra parte les trate con el respeto y la atención que piensan que se les debe.

La intervención en este punto consiste en hacer que el solicitante que esté más dispuesto a cooperar se coloque en una actitud de inferioridad, es decir, en una postura de debilidad. Una de las maneras de lograrlo es convencer al paciente cooperador de que al adoptar esta postura, él ganará la batalla, ya estará consiguiendo que la otra persona haga lo que deseaba en primera instancia. En el caso de padres e hijos, una sencilla manera de hacerlo es explicar a los padres que sus regaños ya no tienen efecto sobre las conductas de sus hijos, debido a que lo han repetido tantas veces que sus hijos simplemente los ignoran, por lo que los padres deben volverse imprevisibles, adoptando conductas que desorienten a sus hijos, generalmente bajo una postura fingida de debilidad.

- ♦ *El intento de conseguir sumisión a través de la libre aceptación.*

La siguiente intervención se da también dentro de un conflicto relacional, en el que el intento de solución es obtener espontaneidad mediante la premeditación, es decir, una parte le pide a la otra que sea espontáneo, lo cual implica una paradoja dentro de la relación. El motor de estas situaciones está dado por la aversión a pedir abiertamente lo que uno desea, ya que es visto como algo impositivo y dañino para la integridad de la otra persona, generalmente aparece en conflictos de pareja.

La intervención para este tipo de problemas consiste en lograr que la persona que solicita algo lo haga directamente. Es decir, el terapeuta debe convencer a la parte demandante de que su falta de claridad está provocando el conflicto, pero al hacerlo, debe reconocer su lado benevolente de no querer imponer, y utilizar esa misma benevolencia para convencerlo de ayudar a la otra persona a que finalmente realice lo que se espera de ella.

- ♦ *La confirmación de las sospechas del acusador mediante la autodefensa.*

Esta clase de problemas se caracteriza por la presencia constante de una sospecha de una persona de que la otra está realizando un acto que ambas partes consideran equivocado, ya sea que dicho acto se trate de infidelidad, alcoholismo, delincuencia, mentiras, entre otros. La idea general es que una de las partes acusa a la otra, y esta segunda persona responde mediante negaciones y autodefensa, que posteriormente son interpretadas como la confirmación de las sospechas de la primera persona. Fisch, Weakland y Segal (año) han llamado a este intento de solución “El juego del acusador y del defensor”.

La intervención para este tipo de problema consiste en que el terapeuta debe dar fin al juego, y para hacerlo, debe convencer a una de las partes, generalmente la parte acusada, de abandonar todo intento por defenderse, e incluso aceptar las acusaciones, sobre todo si tal aceptación se lleva en un grado obviamente absurdo.

Otra intervención para manejar esta situación es llamada “interferencia”, y consiste en reducir el valor informativo de la comunicación interpersonal, convirtiendo en inútiles los intercambios verbales entre dos partes al no haber modo de saber si realmente se están refiriendo a los hechos en cuestión. Un ejemplo sería pedirle a la parte acusada que ciertos días actúe como si realmente haya -cometido el acto por el cual se le acusa y otros días no, mientras que la otra parte debe adivinar cuáles han sido las ocasiones en que sí ha cometido el acto (dicha intervención debe ser cuidadosa, y debe evitarse en casos de infidelidad o en casos donde el acto a realizar realmente ponga en peligro la integridad de la relación). La idea general es interrumpir el juego en el que una persona acusa y la otra se defiende, puesto que ya no se sabe en qué momento el acto es espontáneo y cuándo una instrucción que el terapeuta les dio.

Consideraciones finales

Las intervenciones del Modelo de Terapia Breve han sido desarrolladas a lo largo de años de investigación y trabajo clínico. Desde sus inicios como institución innovadora, el MRI ha sido capaz de afinar y ampliar cada una de estas intervenciones, así como su metodología e implementación, siendo un modelo cada vez más amplio y eficaz.

El modelo de Terapia Breve ha sido fuertemente criticado debido a su aparente “superficialidad”. Para este modelo, no hace falta tener un conocimiento de las profundidades del ser, ni conocer a fondo a los pacientes que acuden a sesión, sin embargo, sí es imprescindible tener un conocimiento profundo de la teoría del cambio, pues el cambio es la principal meta del modelo.

Sin lugar a dudas es posible entrever la necesidad de la existencia de este modelo para la sociedad actual, pues se adecúa a una población moderna que demanda un servicio en donde problemas concretos y palpables puedan ser resueltos en el menor tiempo posible.

Así mismo, es importante reconocer el aporte que tiene el presente modelo para la formación del terapeuta sistémico, no sólo como un conjunto de intervenciones sino también como una forma nueva de ver y manejarse en el mundo.

De la analogía del texto en la antropología a las ideas de Michael White

La terapia narrativa surge a partir de los trabajos realizados por Michael White y David Epston, de Adelaide, Australia y Auckland, Nueva Zelanda, respectivamente. White tenía formación como trabajador social mientras que Epston tenía formación en el campo de la antropología; ambos se interesaron por el trabajo del otro, lo cual los llevó a colaborar y a desarrollar en conjunto las ideas que dieron nacimiento al modelo narrativo. Por otra parte, las ideas que más influenciaron el desarrollo de la terapia narrativa fueron la *hermenéutica*, el *post-estructuralismo* y el movimiento *narrativo* que surgió en la antropología, los cuales serán descritos a continuación, con la intención brindar un panorama histórico que dio a pie al surgimiento de la terapia narrativa.

Sobre Bateson y la Hermenéutica

En diversos puntos de su carrera, White ha expuesto las ideas que ayudaron a consolidar el modelo narrativo. En un principio, tanto White como Epston utilizaron conceptos derivados de la cibernética y la teoría sistémica, pues éstos conformaban el marco teórico y epistemológico para la formación del terapeuta familiar, sin embargo, desde sus inicios, White estuvo inclinado a darle un giro a su formación: “*Hacia fines de los setenta me interesé más en examinar algunas de las ideas en que se apoyaban las escuelas de terapia familiar. Decidí volver hacia atrás y hacer mi propia interpretación de esas ideas.* (White, 2002 p. 15)” Entre su revisión, encontró que las ideas de G. Bateson le resultaron particularmente interesantes para llegar a una comprensión distinta de la terapia, específicamente, el aspecto de la interpretación. Bateson argumentaba al respecto, que no hay una realidad objetiva externa a nosotros, sino que la realidad es entendida a partir de las premisas y supuestos que conforman nuestros ‘mapas del mundo’ que a su vez, están determinados por el contexto receptor. Un ejemplo de lo anterior lo da la escena de un leñador que para talar un árbol con un hacha, debe corregir la dirección de cada uno de sus golpes basándose en la información que recibe de las hendiduras del tronco.

Así pues, es la hermenéutica el cuerpo del *arte de la interpretación*, que a grandes rasgos, puede definirse como el método de la interpretación de los textos, entendiendo la realidad como un texto en sí. En este sentido, la hermenéutica se caracteriza principalmente por la idea de que la verdad es el «fruto de una interpretación»; la corriente ha sido impulsada fuertemente a partir de la obra de Wilhelm Dilthey y Hans-Georg Gadamer y sus respectivas

contribuciones respecto al *círculo hermenéutico* (Andersen, 1995) el cual se refiere a la tendencia que señala que todas las personas viven su vida de acuerdo a un marco vivencial que se ha conformado en el pasado. Un marco conceptual será entendido, a su vez, como un cúmulo de significados en una búsqueda constante de significados nuevos. Este es el aspecto que da el carácter circular a la cuestión hermenéutica. En palabras de Andersen (Ibíd.):

(...) De manera que lo que entendemos se relaciona con lo que oímos y lo que vemos. Y lo que vemos y oímos se relaciona con lo que buscamos y escuchamos. No vemos aquello que no buscamos y no oímos aquello que no escuchamos. (p. 3)

De esta forma el filtro que nos permite ver y oír ciertas cosas está determinado por nuestros prejuicios, o como Heidegger los llamaba: *pre-entendimientos*. Estos pre-entendimientos no son ideas simples y de rápida formación, sino que por el contrario son ideas que van formándose a través de un determinado número de experiencias que no suelen ser fáciles de remover, pues ellas representan los pilares de nuestra manera de entender. Es decir, son los supuestos básicos bajo los cuales aprehendemos la realidad, por lo cual se entiende que la manera en que entendemos el mundo es de carácter subjetivo. El aprendizaje dentro del ámbito hermenéutico se da cuando lo que se percibe es distinto o nuevo a las ideas o prejuicios que se tenían respecto a ello, y es sólo a través del aprendizaje que se conforma el círculo hermenéutico y viceversa. Esta premisa básica -coincide con lo explicitado por Korzybski y retomado por Bateson cuando mencionan que “el mapa no es el territorio”.

La hermenéutica forma parte del modelo narrativo porque nos brinda un escenario donde nos es posible entender que las personas tienen interpretaciones diversas sobre experiencias que viven día a día a lo largo de su vida, y que dichas interpretaciones de hecho tienen un gran impacto en la manera en que se vive dicha experiencia. El modelo narrativo, así como la hermenéutica, niegan la existencia de una realidad objetiva, y las consecuencias de esta afirmación son explotadas al afirmar que a través de lo subjetivo, las posibilidades son ilimitadas. Así también, ambos están interesados en acceder a una verdadera comprensión, y ambos poseen un método para conseguirlo. Quizá el mérito más grande de M. White haya sido el haber ignorado aquello que todo sistémico tomó del pensamiento ‘batesoniano’, es decir, las metáforas de la cibernética y la teoría de los sistemas; y el haber incorporado en su lugar, uno de los elementos más valiosos de las ciencias sociales, expandiendo la periferia de la terapia misma hacia nuevas metáforas y nuevos horizontes.

La analogía del texto en la antropología

La analogía del texto es uno de los principales elementos constitutivos en la obra de White. A lo largo de sus escritos, es posible notar la influencia de grandes autores pertenecientes a la escena de las ciencias sociales. Entre ellos, se destaca la presencia del antropólogo Clifford Geertz y su ‘antropología simbólica’, en cuyo contexto existía ya la tendencia a desplazarse de “*los ideales de explicación de leyes-y-ejemplos hacia otro ideal de casos e interpretaciones*” (Geertz, 1980, p. 165). La analogía o metáfora afirma que de un texto

devienen diferentes significados cada vez que damos lectura al mismo, no porque cambie el contenido en sí, sino porque la interpretación que hacemos de él es distinta, y que de hecho la interpretación del texto-sociedad va a ser fijada a partir de otro texto, que en el caso de Geertz se refiere a un texto antropológico. De esta manera, lo que prevalece a través del tiempo, más allá de los contenidos, son los significados que hacemos de ellos. El aspecto trascendental de la analogía del texto fue su capacidad para expandirse al campo de la experiencia humana. Es decir, se reformuló la propuesta sustituyendo el texto por la experiencia que debía ser *narrada* o *relatada* para de esta forma se adquiriera significado, asimismo, se señaló que estos relatos o narraciones podían realizarse desde una gran variedad de formas, influyendo cada una en la manera en que se formará el significado (White, 1993).

Al igual que sucede con los textos, los relatos deben tener ciertas características para que puedan llegar a ser narraciones con sentido, es decir, las narraciones deben conectarse dentro de una secuencia lineal, pueden desarrollarse en el pasado, el presente o el futuro, o dentro de los tres espacios temporales, pero deben tener una continuidad, a partir de la cual se facilita el surgimiento de sentido o significado, que a su vez ayudará a organizar las experiencias de las personas. Así lo argumentaban ya autores que constituyeron importantes influencias para el modelo de White, como los psicólogos Gergen y Gergen (1984) y J. Bruner (1987). Éste último menciona al respecto:

Los procesos lingüísticos y cognitivos moldeados culturalmente que guían los relatos del sí mismo en la vida narrativa alcanza el poder de estructurar la experiencia, de organizar la memoria, de segmentar y construir los eventos mismos de la vida. Al final, nosotros nos convertimos en las narrativas autobiográficas a través de las cuales contamos nuestras vidas. (Bruner, 1987; p. 15)

De esta manera, White concluye sobre las ventajas de la analogía del texto, de la siguiente manera:

Así, la analogía textual nos introduce en un mundo intertextual, y ello en dos sentidos. En el primero, afirma que la vida de las personas está situada en textos dentro de textos. En el segundo sentido, cada vez que se cuenta o se vuelve a contar un relato, a través de su realización, surge un nuevo relato, que incluye al anterior y lo amplía. (White, 1993, p. 30)

Sin embargo, a pesar de existir la posibilidad de entendernos bajo un indeterminado número de textos, no todos los textos son iguales en su permanencia. El antropólogo Edward Bruner, otro de los grandes referentes de White, destacó la existencia de ciertas narrativas históricas que influyen, o incluso determinan, la manera en que los grupos o entidades sociales se constituyen, y por ende, organizan su experiencia. Estas narrativas pueden evolucionar gradualmente o pueden imponerse a partir de eventos o circunstancias que irrumpen drásticamente, como catástrofes naturales, el inicio o el fin de una guerra, etc. (Bruner, 1986). El ejemplo más citado de lo anterior es el caso de dos grandes narrativas que gobernaron la manera en que grupos indígenas norteamericanos fueron retratados. En el primer caso, la narrativa predominante era observar el pasado como una época gloriosa

y de máximo esplendor para las etnias indígenas, mientras el futuro se caracterizaba por la asimilación y la disolución étnica. La segunda narrativa, que tomó mayor fuerza a partir de la década de los cincuentas, hacía referencia al pasado indígena como un pasado de explotación, mientras que el futuro se caracterizaba por una época de resurgimiento y resistencia. Sobra decir que ambas narrativas de hecho tuvieron repercusiones en los actos y las maneras de vivirse de los grupos indígenas norteamericanos.

En este sentido, la analogía del texto no sólo lleva en sí misma un carácter interpretativo-constructivo de la 'realidad', sino crítico, acerca de lo que se propone como el 'discurso dominante' de dicha realidad. Es decir, uno de los cuestionamientos que ha acompañado la obra de White desde sus inicios es la pregunta de por qué ciertos relatos se vuelven más importantes, acreditables y predominantes que otros, pues "*las historias no sólo son estructuras de significados, sino estructuras de poder*" (Ibíd., p. 144).

Para responder a tal cuestionamiento, el filósofo M. Foucault brinda una valiosa aportación teórica.

Las implicaciones del poder/conocimiento

Michel Foucault representa quizá el último de los pilares más importantes para la conformación del modelo de White y Epston. Principalmente a partir de sus obras *Vigilar y castigar* (1979) *Power/Knowledge: Selected interviews and other writings 1972-1977* (1980) e *Historia de la sexualidad* (1984) White adquiere una profunda mirada al aspecto del poder y del conocimiento como constitutivos de nuestras personas. Es constitutivo porque el poder nos hace sujetos, no puede haber sujeto sin una relación de poder. De hecho, el significado dado por la RAE es el siguiente: "que forma parte esencial o fundamental de algo y lo distingue de los demás". En este sentido, el poder es algo que forma parte de nuestras vidas cotidianas, - que se filtra en nuestras relaciones, no como algo que nos transgrede, aplasta o maltrata, sino como algo que nos da agencia personal, que nos dice que cómo vivir, cómo relacionarnos, cómo vigilarnos cómo evaluarnos. En palabras de Raffin (2008):

Foucault emprende una elaboración del poder que también arremete con su conceptualización tradicional. Ya no el poder con mayúsculas, únicamente identificado con lo político (el Poder político, el del Estado y los poderes del Estado), no sólo el de los dominadores y dominados, el doble y asimétrico, sino el múltiple y multidireccional, el que se ejerce en el enfrentamiento, en cada ocasión; no ya el de arriba hacia abajo, sino el que se practica en los intersticios sociales, en cada uno de los recovecos del entramado social; no finalmente un poder trascendental sino inmanente; en fin, un micropoder, o mejor, múltiples micropoderes. (p. 36)

La manera en que el poder llega a formar parte de nuestras vidas es a partir de la elaboración de 'status' dado a ciertas áreas o dominios de conocimiento. El estatus en este caso se refiere a la veracidad atribuida a ciertos discursos, por ejemplo el discurso científico. En este sentido, el conocimiento se vuelve sinónimo de poder porque a partir de él se establece lo que es verdadero y lo que no lo es, y al mismo tiempo, el poder es sinónimo de

conocimiento al ser éste mismo quien produce esas 'verdades', es decir, ambos conceptos se vuelven indisolubles, incluso utilizados como sinónimos. Foucault menciona al respecto:

No puede haber ejercicio posible del poder sin una cierta economía de discursos de verdad, economía ésta que actúa mediante y sobre la base de esta asociación. Estamos sujetos a la producción de verdad a través del poder y no podemos ejercitar el poder si no es a través de la producción de verdad. (1980, p. 93)

Sin embargo, no se debe entender el poder como la mera institucionalización del conocimiento, o como una estructura de la cual emergen los privilegios o el derecho de mandar, sino más como una situación estratégica, o como lo establece Raffin (2008): como *“una red de relaciones siempre tensas, siempre en actividad, más que un privilegio que se podría detentar”* (p. 37). De ahí que el poder se ejerce y no se posee. Otra característica del poder es su carácter ascendente y no descendente, es decir, se instaura desde lo más local de las relaciones y emerge hasta lo más universal. En todo caso, el poder tiene un carácter omnipresente, *“no porque tenga el privilegio de reagruparlo todo bajo su invencible unidad, sino porque está produciendo a cada instante, en todos los puntos o más, en toda relación de un punto con otro”* (Ibíd., p. 40).

Hacia una terapia narrativa post-estructuralista

Dado que no existe una manera de experimentar el mundo fuera del conocimiento que nos rodea, ni de las prácticas discursivas que lo constituyen, lo que propone Foucault, más allá de pensar en un conocimiento nuevo, unitario y verdadero (lo cual sería contradictorio a su postulado), es la insurrección de aquellos conocimientos que han existido siglos atrás, y que forman parte de comunidades, tradiciones o agrupaciones eruditas que han sido subyugados bajo la visión predominante universal de conocimiento. Foucault llama a estos saberes conocimientos eruditos y conocimientos populares locales, y establece que sólo a partir de la insurrección de los mismos se podrá llegar a una oposición de los efectos de *“poderes centralizadores que están vinculados a la institución y al funcionamiento de un discurso científico organizado dentro de una sociedad”* (1980, p. 84)

White y Epston retoman la idea de los conocimientos *‘subyugados’* y lo relacionan a la idea, tomada de la analogía del texto, de que la *‘experiencia de vida es más amplia que el discurso* (Bruner, 1986). En este sentido, aquellas experiencias de nuestras vidas que no encajan en los relatos del discurso dominante pueden ser desarrolladas e impulsadas dentro de relatos pertenecientes a conocimientos locales populares. E. Goffman llamaba a esta situación *‘acontecimientos extraordinarios’* (1961). Esto quiere decir, bajo el análisis de Foucault, que las personas experimentamos malestar cuando nos encontramos frente alguna contradicción entre nuestras experiencias personales y los mandatos de los discursos dominantes. Incluso si no se percibe contradicción alguna, el relato dominante y las estrategias de poder afectan la vida y las relaciones de las personas de manera negativa.

Es por esta razón que White y Epston prestan especial atención a los efectos de nuestra práctica clínica, y en específico a las formas predilectas de hacer terapia y en cómo éstas

abonan o contrarrestan los efectos de los llamados conocimientos unitarios. Derivado a esto, el modelo narrativo busca en primera instancia dejar de ser sólo una medida más de control social, para lo cual da una serie de pasos que caracterizan el modelo (White y Epston 1993), tales como:

- ♦ Alejamiento de los conocimientos unitarios

Gran parte de los problemas que tienen que enfrentar las personas que acuden a consulta están relacionados, de alguna forma u otra, a los grandes relatos universales: el capitalismo, la ciencia, la religión, el progreso, entre otros, son sólo algunos ejemplos de discursos dominantes que permean la vida de las personas, y que terminan afectando sus relaciones y las propias historias que se cuentan de sí-mismos. En este sentido, la psicología puede llegar a reforzar estos discursos cuando coloca la patología en el interior de la persona, la cual pasa a ser la representación de la misma, por ejemplo cuando se dice 'usted está deprimido' la persona se asume como un 'deprimido'. Lo mismo pasa con otras condiciones como la ansiedad, la esquizofrenia, la bipolaridad, etc. La alternativa propuesta por White y Epston va encaminada a 'exteriorizar' la narrativa del problema para adoptar una perspectiva reflexiva que permita cuestionar algunas de las 'verdades' que componen el grueso de nuestros problemas.

- ♦ Cuestionamientos de las técnicas de poder

Las técnicas de poder hacen referencia a todos aquellos actos que cumplen exigencias de discursos dominantes, todo aquello que tenga que ver con clasificación de personas, exclusión de grupos, asignación de identidad, aislamiento, vigilancia y evaluación. Generalmente estas técnicas de poder pasan desapercibidas, sin embargo, a través de la externalización del problema, las personas pueden llegar a tomar conciencia de estas exigencias y pueden prestar más atención a aquellas otras cosas que no se ajustan a los procedimientos del poder. White y Epston lo llaman, localizar los 'acontecimientos extraordinarios'.

- ♦ Resurrección de conocimientos subyugados

Una vez que las personas reconocen acontecimientos extraordinarios en las narrativas de sus vidas, es posible acrecentarlas, ampliarlas y detallarlas a partir de su incorporación a relatos distintos de los grandes discursos dominantes. Una manera de hacerlo es propiciando conversaciones sobre lo local, es decir, preguntando por maneras en que se han resuelto problemas similares con anterioridad desde la tradición familiar o la cultura regional, incluso preguntando por las resoluciones de la comunidad.

Pero ¿por qué estas características hacen del modelo narrativo una terapia post-estructuralista? Para explicar tal asociación, es necesario dar un breve panorama sobre el post-estructuralismo.

El post-estructuralismo emerge y se desarrolla en Francia durante las décadas de los sesentas, y corresponde a una escuela de pensamiento que, según Lather, citado en Rifa (2003) surge como contrapartida al estructuralismo de Saussure, Lévi-Strauss y Roland

Barthes, en los campos de la lingüística, la antropología y la filosofía, principalmente. Sin embargo, no debe entenderse el prefijo *post* como una especie de *anti*, sino como un *más allá*. Algunas implicaciones de esto es que no niega enteramente la existencia de una estructura, pero sí la entiende de otra manera (Castellanos, 2009), básicamente a través del lenguaje, como agente productivo más que reflexivo, y que a partir de dicho carácter se permea el poder más allá de estructuras que adquieren sentido sólo en relación con la estructura total. En el post-estructuralismo no existe una estructura total, existe un número independiente de 'elementos' con distintos propósitos. Es decir, en el caso de la narrativa, por ejemplo, importará más el propósito de una historia (post-estructuralista), que el hecho de tener una secuencia ordenada de acontecimientos (estructuralista). En este sentido el significado se vuelve crucial, tal como menciona Culler (1988) cuando escribe: "(...) *Construyen sus narrativas de manera que las demandas de significación sean satisfechas y la historia sea percibida como digna de contar, como narrable.*" (p. 36).

Pero no sólo el aspecto de la significación se vuelve importante para el post-estructuralismo sino el aspecto político del mismo. Aun cuando pocos autores hablen de 'ideologías', esta corriente de pensamiento se caracteriza por un constante cuestionamiento de aquéllo establecido por los *discursos dominantes*. Desde la *deconstrucción* de Derrida (Krieger, 2004) pasando por el *agenciamiento* de Deleuze (Raffin, 2008) y el *poder/conocimiento* de Foucault (ibíd.) todos tienen en común un cuestionamiento acerca de lo que se postula como verdadero y universal y en cambio exploran las posibilidades de la multiplicidad y la insurrección y en este sentido tienen un fuerte carácter político.

El modelo narrativo de White y Epston adquiere un carácter post-estructuralista desde el momento en que se plantea como un modelo crítico de la psicología clínica y los métodos predilectos que la postulan como 'ciencia objetiva y universal'. En lugar de ello, se ha optado por analogías más propensas a la flexibilidad y la propia autocrítica, como la analogía del texto, la hermenéutica y el mismo post-estructuralismo. En concordancia con esto, el modelo narrativo se aleja de la visión universal de salud y busca plantear un paradigma diferente en el que cada persona tenga la oportunidad de establecer sus preferencias y sus propios conceptos de salud. Para lograrlo, se ha vuelto vital que la figura del terapeuta abandone el papel de experto en configurar y condicionar el bienestar de las personas. Por último, el modelo busca llevar la práctica narrativa afuera del consultorio, en donde otras personas con características distintas de aquellas que generalmente tienen el acceso a los servicios de consulta, puedan participar, haciéndolo de distintas maneras, con diferentes configuraciones, proponiendo distintas visiones de bienestar humano y comunitario. Es decir, encontrando la insurrección de los conocimientos subyugados, o como dicen los zapatistas, que viene a ser lo mismo pero más bonito, queriendo "*un mundo donde quepan muchos mundos*".

Metodología del modelo narrativo

Externalización del problema

La externalización del problema, o *conversaciones de externalización*, como lo llama ulteriormente White (2007), es una propuesta para contrarrestar los efectos

'internalizadores' del problema derivado de prácticas culturales dominantes; se trata de separar en una entidad fuera de la persona aquello que es enmarcado como el problema que está saturando la vida de la persona. En palabras de White:

Las conversaciones de externalización pueden proporcionar un antídoto para estos entendimientos internos porque objetivan el problema, al emplear prácticas de objetivación del problema a contracorriente de las prácticas culturales que objetivan a las personas. Esto permite que las personas experimenten una identidad separada del problema: el problema se vuelve el problema, no la persona. (p. 33)

La 'descripción saturada del problema' son todas aquellas adscripciones que la familia o el individuo hacen a sus vidas o a sus identidades respecto del problema que los aqueja. Como ya se mencionaba anteriormente, estas descripciones saturadas suelen tener origen en los discursos dominantes que nos constituyen, por lo que White hace referencia al mismo como el 'relato dominante de la vida familiar' (1993).

En el mismo texto de White y Epston (ibíd.) se resumen algunos de las ventajas respecto a la implementación de la conversación externalizante:

- ◆ Permite disminuir los conflictos personales más estériles, incluyendo las disputas en torno a quién es responsable del problema.
- ◆ Combate la sensación de fracaso que aparece en muchas personas ante la persistencia del problema pese a sus intenciones de resolverlo.
- ◆ Allana el camino para que las personas cooperen entre sí, se unan en una lucha común contra el problema y logren sustraerse a su influencia.
- ◆ Abre nuevas posibilidades de que las personas actúen para apartar sus vidas y relaciones de la influencia del problema.
- ◆ Permite a las personas afrontar de un modo más desenfadado, más eficaz y menos tenso problemas que parecían 'terriblemente serios'.
- ◆ Ofrece opciones de diálogo, y no de monólogo, sobre el problema.

Por otro lado, la externalización del problema ha permitido el desarrollo de un trabajo con niños en donde se exploran las posibilidades de la imaginación y la creatividad, así como de las potencialidades del juego (Freeman, Epston y Lobovits, 2001). En este contexto, el modelo narrativo, y en específico a través de la externalización del problema, el terapeuta ayuda a "desatar el nudo que los tiene atrapados y fomenta el juego como una estrategia que facilita la colaboración entre todos los miembros de la familia". (Suárez, 2004, p. 148)

Una parte importante de la externalización, se refiere al aspecto de '*bautizar*' el problema, que implica darle nombre a aquello que está aquejando la vida de la persona o la familia. Esto es importante, porque como lo menciona Payne (2002): "Ponerle nombre [al problema] permite recuperar un poco de control; bautizar es tomar la iniciativa, imponer sobre algo o alguien amenazante una identificación elegida conscientemente". (p. 69) Sin embargo, en ocasiones no es tan sencillo bautizar un problema si no se tienen los detalles sobre él,; para esto, se vuelve necesario obtener una descripción más gruesa del problema, es decir,

se vuelve necesario explorar de qué manera el problema está afectando la vida y las relaciones del usuario.

White y Epston utilizan las llamadas *preguntas de influencia relativa* (White, 1994) para dicho propósito, que se componen de dos conjuntos de preguntas: aquellas relativas a conocer la influencia del problema sobre la vida de la persona, y aquellas relativas a conocer la influencia de la persona sobre la vida del problema (White y Epston, 1993).

Algunos ejemplos del primer conjunto de preguntas, retomadas de Payne (2002) son las siguientes:

- ¿Ha tenido la (situación problemática) algún efecto en tu capacidad de relajarte o de conciliar el sueño?
- ¿Qué de lo que haces/dices/piensas parece ser producto de la (situación problemática)?
- ¿Afecta (la situación problemática) a lo que sientes en alguna otra faceta de tu vida que no hayas mencionado? ¿Quisieras explicármela en detalle?

Para las preguntas de influencia de las personas sobre la vida del problema se hace el procedimiento inverso, es decir, se pregunta directamente sobre aquellas cosas que las personas hacen/dicen/piensan para mantener al problema vivo. Esto genera la posibilidad de que las personas noten sus competencias y habilidades ante la adversidad, y lo que es más importante, da entrada al reconocimiento de los llamados *acontecimientos extraordinarios* (White, 1993) los cuales se refieren a hechos, sucesos o incluso pensamientos y deseos que contradicen el relato dominante de la vida familiar, es decir, con aquéllo que tiene relación con el problema.

White y Epston plantean los acontecimientos extraordinarios en tres vertientes: aquéllos obtenidos a partir de una exploración del pasado, aquéllos obtenidos a partir de una exploración del presente, y aquéllos obtenidos a partir de una exploración tentativa del futuro, a los cuales llamó *acontecimientos extraordinarios del pasado, del presente y del futuro*, respectivamente (1993).

Tipo de preguntas

Aun cuando White y Epston no se han propuesto crear un modelo terapéutico basado en la sistematización de una serie de técnicas, sí han sido muy cautelosos a la hora de proponer diferentes formas de intervenir, en específico, aquellas relacionadas con el uso de preguntas. En este sentido, White propuso en un principio la siguiente clasificación (White, 1994):

- Preguntas sobre logros aislados
- Preguntas relativas a la explicación única
- Preguntas relativas a la redescrición única
- Preguntas sobre posibilidades únicas.

Asimismo, sobre cada una de estas categorías dividió las preguntas en *preguntas indirectas* (lo que la persona cree que pueden pensar los demás), *preguntas directas*, y finalmente, *preguntas referentes a la relación con el sí mismo* y *preguntas referentes a la relación con los demás*. (Ibíd.)

Por otro lado, Payne (2002) resume las preguntas en las siguientes categorías:

- Preguntas por el panorama de acción.
- Preguntas por el panorama de la conciencia.
- Preguntas por la experiencia de la experiencia.

A pesar de las evidentes diferencias en el nombramiento que se da a las categorizaciones, ambas comparten características similares, ya que de hecho, Payne basa su clasificación en trabajos posteriores de White a los anteriormente referidos. He aquí algunas de las características de dichas preguntas.

Las preguntas sobre *logros aislados*, como su nombre lo indica, están destinadas a localizar lo que anteriormente llamamos ‘acontecimientos extraordinarios’, o como lo explica White (1994): “(...) incitan a los miembros de la familia a discernir aquellas intenciones y acciones que contradicen la descripción saturada de problemas de la vida de la familia, esos ‘milagros atemporales’ que de otra manera pasarían inadvertidos”. (p. 75)

Las preguntas *relativas a la explicación única* son preguntas destinadas a vincular las intenciones o acciones de los logros aislados a una pauta o serie de sucesos relacionados, en la historia de la persona. “Estas preguntas historian los logros aislados, emplean una gramática de cambios decisivos y progreso e instan a relatar la historia personal y de las relaciones”. (p. 77) Serían preguntas similares a las del *panorama de acción*, descritas por Payne.

Las preguntas *relativas a la redescrición única* son aquellas preguntas destinadas a crear significados en torno a los logros aislados y a las explicaciones únicas. En este sentido, serían el equivalente a las preguntas *por el panorama de la conciencia*.

Por último, las preguntas sobre *posibilidades únicas* buscan generar en las personas nuevas versiones sobre sí mismas y sus relaciones, basadas en las explicaciones y redescriciones únicas. Se basan, en términos simples, en explorar un futuro hipotético, donde los logros aislados dejen de ser aislados y se conviertan en parte de la narrativa predominante de las personas.

He aquí algunas equivalencias entre ambas categorías (basadas en una interpretación propia):

Clasificación White, 1994	Clasificación Payne, 2002
Preguntas sobre logros aislados	Preguntas por el panorama de la acción

Preguntas relativas a la explicación única	Preguntas por el panorama de acción
Preguntas relativas a la redescipción única	Preguntas por el panorama de la conciencia
Preguntas indirectas	Preguntas por la experiencia de la experiencia.
Preguntas sobre posibilidades únicas	Preguntas por el panorama de la conciencia

Uso de documentos terapéuticos

En el libro *Medios narrativos para fines terapéuticos* (White y Epston, 1993) se destaca la tradición escrita como medio que ofrece ciertas ventajas por sobre la tradición oral, las cuales a su vez, son llevadas a un contexto terapéutico, por algunas de las siguientes razones:

- Vivimos en una cultura que valora más el aspecto visual como medio para acreditar u otorgar estatus de 'verdad' a cualquier fenómeno determinado. El documento representa el aspecto visual de la tradición oral, aun cuando estos puedan tener características ampliamente distintas.
- La tradición escrita revoluciona la manera en que los conocimientos son adquiridos, básicamente permite la transmisión de conocimiento sin conocedor o 'agente experto'.
- La tradición escrita representa el instrumento ideal para registrar la continuidad del tiempo. Esto es importante porque los seres humanos significamos nuestra experiencia y adquirimos agencia a través de la estructuración temporal, es decir, a través de una organización espacio-temporal de nuestra experiencia.
- La tradición escrita permite aumentar la cantidad de información que puede procesarse en nuestra memoria a corto plazo en un momento dado a partir de la unidad de idea

De esta manera, White y Epston optan por utilizar medios o herramientas, traídas de la tradición escrita, para utilizarlas en beneficio de los consultantes. Entre los *documentos terapéuticos* que se proponen, podemos encontrar:

- Cartas
- Certificados
- Declaraciones
- Autocertificados

Respecto a las cartas, éstas pueden redactarse con base en el requerimiento terapéutico, por lo que pueden escribirse desde una gran cantidad de propósitos, sólo por mencionar algunos tipos, las cartas pueden ser: de invitación, de despido, de predicción, de contraderivación, de recomendación, para ocasiones especiales y cartas breves (White y Epston, 1993).

El propósito de las cartas es convertir la experiencia del usuario en un documento escrito, que a su vez propicie la formación de una narrativa, más ajustada a las preferencias de las personas y más alejada de los documentos 'expertos' que son poco accesibles a los usuarios, por ejemplo las historias clínicas. Tal como lo mencionan White y Epston (Ibíd.):

En una terapia relatada, las cartas se utilizan principalmente con el objetivo de convertir las vivencias en una narración o 'relato' que tenga sentido de acuerdo con los criterios de coherencia y realismo. Por tanto, se apartan considerablemente de las normas que rigen tanto la retórica como el estilo de la correspondencia profesional. (p. 130)

Se propone, de esta manera, que los documentos terapéuticos tengan especial énfasis en ser públicos y transparentes, de fácil acceso para los usuarios, o incluso sean redactados en colaboración con ellos o por ellos, porque de otra manera, estos documentos seguirían formando parte de los dominios de poder. Tanto las cartas como los otros documentos son llamados entonces, *contradocumentos* (ibíd.).

Dentro de los contradocumentos, los certificados tienen el propósito de invitar a un público o audiencia a corroborar los logros alcanzados por el usuario durante la terapia. En este sentido, el lector del certificado "apreciará una progresión, (...) que invita más explícitamente a la representación de significados en nombre del destinatario y del público asistente". (p. 188)

Las declaraciones, por otro lado, son elaboraciones escritas de los usuarios para reafirmar intenciones o actos que corresponden a las preferencias de los mismos. Una declaración muy común es la *declaración de independencia*, que hacen las personas para declarar que se han resuelto por disolver lazos con cualquier atadura de cualquier naturaleza, que puede ir desde una relación tormentosa hasta la relación con alguna enfermedad crónica.

Por último, los autocertificados son documentos realizados con la finalidad de afianzar una decisión, intención o acto que se ajusta mejor a las preferencias del usuario. En este caso los autocertificados pueden ser creados en colaboración con el terapeuta durante la sesión misma, o bien pueden ser realizados como tareas en el hogar y revisarse, mejorarse y utilizarse en aquellos casos en donde dichas preferencias parezcan debilitarse. Una vez más, rescatamos el valor de su prevalencia en el tiempo, de éste, y de todos los documentos terapéuticos mostrados y no mostrados en el presente apartado.

Ceremonias de definición

La ceremonia de definición es un concepto propuesto por la antropóloga estadounidense Bárbara Myerhoff para designar una situación de autoconciencia comunitaria (1986). Algunas de las características de la ceremonia de definición en esta primera propuesta abarca la preparación de un foro o escenario en donde las personas involucradas puedan actuar/interpretar/representar sus relatos preferidos, de manera que después estos relatos se incorporen a la vida diaria de las personas, lo que se resume muy bien en la frase de Myerhoff: "Nos convertimos en lo que interpretamos". (p.268) El concepto es propuesto a partir de un evento espontáneo ocurrido en Venice, un distrito de los Ángeles, California, en

donde residía una población de ancianos judíos venidos de Europa del este posterior a la segunda guerra mundial. El evento implicó la muerte de una mujer de la congregación que fue atropellada por un ciclista, y la posterior organización de la congregación para protestar ante el hecho de que no se respetaban las disposiciones legales para el uso de las calles y banquetas por parte de los jóvenes. La sensación del grupo previo a este suceso era de 'invisibilidad social', sensación que había sido construida a partir de su condición de marginalidad y de vivir en malas condiciones. El evento tomó relevancia al ser cubierto por los medios, dando la oportunidad a la congregación de hablar desde sus conocimientos locales, desde su historia como inmigrantes, como judíos, como sobrevivientes de grandes éxodos y su gran capacidad para adaptarse a nuevos escenarios. Posterior a esto, la congregación pudo definirse con una nueva identidad basada en aquellos aspectos con los cuales se habían mostrado ante una 'audiencia' significativa. Había ocurrido una 'ceremonia de definición' (Ibíd.).

De esta manera, White retoma el concepto de Myerhoff para llevarlo al contexto terapéutico, adaptando ciertos principios y características, entre las cuales, Payne (2002, p. 184) destaca:

- Contar el relato a personas distintas además del terapeuta, que fungirán como testigos externos, elegidos o aprobados por la persona en cuestión.
- Escuchar las respuestas que reflejan el interés, el respeto y el deseo de comprender de esas personas.
- Volver a contar los relatos ante otras audiencias.
- Escuchar las nuevas respuestas.
- Seguir narrando y re-narrando, escuchando y volviendo a escuchar, y así sucesivamente.

De forma similar, White (2002) propone tres etapas para el trabajo de equipo de reflexión como ceremonia de definición.

Primera etapa.- En palabras de White: "Se proporciona un espacio para que las personas participen en la expresión de las historias de sus vidas, (...) y para la expresión de los saberes y habilidades para la vida que son asociados con estas historias". (p. 125)

Segunda etapa.- Después de la presentación del relato, el grupo de testigos externos son invitados a responder con una re-narración de las historias relatadas y de los saberes y habilidades expresados. Para este punto el consultante está en el centro y participa como auditorio de las re-narraciones.

Las re-narraciones deben tener el propósito de rescatar únicamente aspectos de lo dicho por la persona en cuestión, es decir, no es recomendable decir cosas muy por fuera del relato de la persona, porque esto podría generar la sensación de que no se está poniendo la atención necesaria. Además de este aspecto, los testigos externos deben ser capaces de traer expresiones significativas del relato, que de otra manera podrían pasar desapercibidas, con la intención de vincularlas a una descripción más 'gruesa' de la historia contada y las habilidades expresadas.

Tercera etapa.- Las personas cuya historia inicial había sido re-narrada por el grupo de testigos externos, ahora tiene la oportunidad de reflexionar en voz alta acerca de los comentarios hechos cuando éste era la audiencia. En este sentido, la reflexión se convierte en una reflexión ampliada que incluye tres re-narraciones.

En el caso del equipo de reflexión, lo que buscará en la primera etapa de la ceremonia serán aspectos como:

- Los esfuerzos que las personas hacen para tener más influencia sobre el curso de sus vidas.
- La persistencia de las intenciones de vivir una vida distinta.
- Información acerca de acontecimientos que contradigan las tramas dominantes.

Cabe resaltar que los testigos o miembros del equipo, pueden hablar desde su experiencia, con el propósito de no imponer opiniones o visiones dominantes de la realidad, deconstruyendo sus propios relatos. Como explica White (2002):

Esto puede lograrse si los miembros del equipo se invitan mutuamente a personalizar sus comentarios relatando la historia de su experiencia personal, sus intereses, intenciones, imaginación, etcétera, o a situar sus actos de habla en esta historia. (...) Esto proporciona al menos una protección contra el tipo de imposiciones de 'verdad' que resultan de los actos de habla despersonalizados. (p. 187-188)

La deconstrucción es responsabilidad de todo el equipo, más que de un solo miembro, y es la base para una *participación descentralizada*. La participación descentralizada se lleva a cabo con las respuestas del equipo sobre las imágenes evocadas a partir del relato de la persona en el centro de la ceremonia, sin perder de vista sus expresiones o el hecho de que todo lo que se diga debe tener una relación directa con el relato del consultante. "Honrar la historia de estas imágenes es 'devolverlas' a la persona que ocupa el lugar central". (p. 136)

Conclusiones

La analogía del texto no sólo nos proporciona un marco que nos permite tener en cuenta el contexto sociopolítico de las personas cuyas vidas están situadas en muchos textos, sino que nos permite también estudiar la acción y los efectos del poder sobre las vidas y las relaciones. (White, 1993, p. 35)

Como vimos anteriormente, uno de los aspectos más importantes del modelo narrativo que se deriva del pensamiento de Foucault, es el cuidado que se pone en la práctica terapéutica para que ésta no represente un canal más a partir del cual se ejerza el poder. De esta manera, ciertos principios se desprenden para la regulación de la misma, por ejemplo el hecho de concebir al *cliente como experto en su vida*, la *no patologización* o el *evitar el uso de un lenguaje técnico psicologizante*, así como la postura de *ser transparentes* respecto a las ideas del terapeuta, y la muestra de respeto en todo momento.

Para lograr esto, la terapia narrativa hace uso de una metodología acorde a sus principios, entre la cual se destaca la *externalización del problema*, *las preguntas de influencia relativa*, *la identificación de casos aislados* y *la co-construcción de relatos alternativos*. Hace uso de una gran diversidad de preguntas que pueden ir desde *preguntas directas, indirectas, de influencia relativa, dirigidas al panorama de la acción, dirigidas al panorama de la conciencia*, respecto al *pasado, presente y futuro*. Así Asimismo, - implementa- otras estrategias como el *mapeo*, la *guía conversacional*, o el uso de *documentos terapéuticos*, incluso la utilización de equipos reflexivos que en su constitución narrativa han adoptado el nombre de *ceremonias de definición*, basado en el trabajo de Bárbara Myerhoff.

Hoy en día el pensamiento narrativo ha sido llevado a una amplia gama de escenarios que van desde lo clínico individual hasta la intervención comunitaria. El Dulwich Centre continúa desarrollando investigación y propuestas de intervención – con base en -las ideas de la postura político-narrativa.

MODELOS COLABORATIVOS-REFLEXIVOS

El enfoque colaborativo surge a partir de la investigación y la práctica del Grupo Galveston, con Harold Goolishian y Harlene Anderson, entre otros; y el trabajo con equipos reflexivos de Tom Andersen y colaboradores. Ambas aproximaciones se desarrollaron paralelamente desde lugares muy lejanos, sin embargo, a lo largo de su evolución, fueron encontrando un gran número de elementos en común. Desde los albores de sus prácticas, ambos compartieron una actitud crítica frente al ejercicio de la psicología y las terapias sistémicas. En el caso del Grupo Galveston, fue la Terapia de Alto Impacto la que proporcionó el punto de partida para el desarrollo de sus ideas, mientras que en el caso de Andersen, fue la creciente incomodidad de asumir una posición de experto y la confrontación con los clientes, lo que lo llevó a desarrollar su modalidad de trabajo, expuesto en su artículo de 1987 'El equipo reflexivo: diálogo en metadiálogo en el trabajo clínico'.

A pesar de que ambas aproximaciones comparten un gran número de elementos teórico-filosóficos, lo cierto es que se originaron en escenarios distintos con características propias, la idea del presente apartado es que el lector pueda reconocer cuáles son los elementos comunes pero diferenciados de ambas posturas. .

El modelo reflexivo de Tom Andersen

El modelo *reflexivo* nace (o se consolida) alrededor del año 1987 tras la publicación del artículo *The reflecting team* [el equipo reflexivo] basado en el trabajo de Tom Andersen y su equipo de especialistas provenientes del Hospital y la Universidad de Tromsø, un poblado ubicado al norte de Noruega. La idea del equipo reflexivo 'vio la luz' en marzo de 1985 cuando por primera vez el equipo de Andersen decide mostrar el proceso mediante el cual llegaban a una propuesta de intervención. El carácter circunstancial del momento llevó a los miembros del equipo a manifestar en voz alta lo que habían estado reflexionando de

la sesión sin ponerse previamente de acuerdo sobre ello (Andersen, 1994). A continuación, se presentan algunas de las aproximaciones históricas acerca del modelo reflexivo.

Bateson y los precursores del modelo reflexivo

Todo parece indicar que, al igual que lo sucedido con Michael White y el modelo narrativo, el equipo de Andersen tuvo preferencia por estudiar a los pioneros bajo el principio de tomar aquello que les resultara ‘más inspirador’:

No teníamos que leer y entender todo lo que un autor escribía. A veces tomábamos sólo las partes que más nos inspiraban, y nos permitíamos comprender lo que leíamos a nuestro modo. En alguna forma, estábamos en la actitud de comprender al autor. Eso significa que la nuestra podía ser muy distinta de la concepción del autor. De esta manera, la lectura nunca se convirtió en una carga o en algo que *teníamos* que hacer. (Ibíd., p. 37)

Bajo esta premisa, G. Bateson vuelve a ser retomado como uno de las figuras protagónicas respecto a la cantidad de ideas que sembró en el grupo de Andersen. Una de estas primeras aportaciones fue la idea de la diferencia, de cómo cada aspecto que aspira a ser percibido por nuestros sentidos o nuestras ideas, pasa a ser reconocido a partir de las diferencias que presenta respecto a su entorno. Un ejemplo de esto lo representa el sistema Braille, que se basa en la percepción táctil de símbolos que sólo pueden ser reconocidos a partir de diferencias en la profundidad de una superficie.

Otro aspecto que inspiró el desarrollo de las ideas de Andersen fue el trabajo realizado por las fisioterapeutas Bülow-Hansen y Gudrun Øvreberg, sobre la respiración y la reducción de las tensiones musculares en el cuerpo humano. Andersen observó que hay una relación directa entre las expresiones, sus emociones y la manera en que exhalamos el aire, por lo que, cuando una de ellas no se realiza adecuadamente, significa que el resto tampoco lo hace, lo cual va provocando, con el paso del tiempo, tensiones musculares crónicas en distintas partes del cuerpo, y agregaba que esto repercutía en nuestra capacidad para reflexionar, pensar e inspirarnos: “Literalmente podría decirse que en circunstancias de tensión la persona reduce su inspiración”. (Ibíd., p. 40)

Esto lo ayudó a elaborar la metáfora sobre ‘lo demasiado insólito’ y lo ‘demasiado familiar’ que se verá más adelante con más detalle, pero que deviene de la fisioterapia cuando se trata de observar la respuesta de la respiración tras aplicar presión sobre alguna parte del cuerpo. Si se aplica muy poca presión, no hay respuesta respiratoria, y por ende no hay distensión alguna, pero si se aplica demasiada presión y el dolor provocado es más de lo que el cuerpo puede tolerar, la respiración se detiene por unos momentos. Asimismo, Andersen observó la respuesta respiratoria (ligada a la expresión de ideas y sentimientos) y otro tipo de respuestas de los pacientes después de cada intervención, de manera que a partir de ellas, determinaba si su intervención había sido demasiado fuerte (insólita) o demasiado débil (familiar), y retomando la idea inicial sobre ‘la diferencia que hace la diferencia’, Andersen se enfocó a buscar la ‘diferencia apropiadamente diferente’ (Ibíd.).

Otra influencia para Andersen son los estudios realizados por los biólogos Maturana y Varela sobre la percepción y la visión constructivista de la realidad. Ambos autores proponen que los seres vivos somos sistemas cerrados, auto-regulados y determinados por su estructura, por lo que se deriva que no aprehendemos el mundo, sino que lo construimos a partir de la organización de nuestras estructuras biológicas (Maturana y Varela, 1984). Aquello que es considerado como la percepción de los estímulos 'externos' a partir de nuestros órganos sensoriales y que nos permiten captar la 'realidad' fuera de nosotros, es en realidad información que es 'interpretable' sólo gracias a nuestro sistema biológico, sin embargo, esto no quiere decir que las estructuras que nos determinan no pueden cambiar a partir de la interacción con el ambiente. Andersen retoma estas ideas para explicar que los individuos sólo pueden ser quienes son y por ende sólo pueden reaccionar con los repertorios de acción que los constituyen, no obstante, al igual que con las estructuras biológicas, este repertorio puede cambiar a lo largo del tiempo, siempre y cuando logre conservarse la integridad (organización) del individuo. La integridad, de nuevo, sólo se conserva si las perturbaciones del exterior no son tan inusuales a la organización del individuo. Si entendemos las conversaciones como agentes perturbadores, tendríamos que encontrar la manera de conversar de una manera 'adecuadamente inusual', de lo contrario, la integridad de la persona se vería amenazada, y tendríamos típicas conductas de cierre, o evasión.

La tradición constructivista se hace presente a partir de ambos autores, pero se prolonga con aportaciones de otros autores como Ernst von Glasersfeld y Heinz von Foerster acerca del multiverso más que universo (Andersen, 1994) y la consecuente búsqueda de más realidades: "La consecuencia para el trabajo clínico es que debemos buscar y aceptar todas las descripciones y explicaciones de una situación que existan y promover la ulterior búsqueda de las que todavía no se hayan encontrado" (p. 47).

Andersen también retoma el concepto de 'conversación interna' del sociólogo noruego Stein Bråten para explicar los cambios en la integridad de las personas. Argumenta que las conversaciones internas son procesos que ocurren paralelamente a las 'conversaciones externas' cuando dos personas interactúan, y que gracias a éstas primeras, podemos procesar y desarrollar aquello que ocurre en estas segundas. El problema es cuando llevamos a cabo un intercambio en el que no podemos dar el tiempo suficiente para desarrollar diálogos internos en ambos participantes, que se vuelve un aspecto central para desarrollar conversaciones 'curativas' (Ibíd.).

En 1995 es publicado el último texto de Andersen, en donde se menciona la influencia de la hermenéutica y de algunos conceptos propuestos por Heidegger y Gadamer (Andersen, 2005) para el abordaje de los procesos reflexivos. En el texto se describe la importancia de reconocer que nuestras 'comprensiones previas' y 'prejuicios' forman parte del repertorio con el cual nos involucramos en los procesos reflexivos, pero al mismo tiempo, se reconoce la posibilidad de que dichos procesos repercutan en nuestros pre-entendimientos del mundo, o como dice Andersen, se "vuelven contra nuestros prejuicios y nuestro ser-en-el-mundo como terapeutas" por lo que "los procesos reflexivos (bien) pueden ser vistos como círculos hermenéuticos". (p. 41)

Premisas alternativas del modelo reflexivo.

Andersen señala que las terapias basadas en una concepción de modernidad comparten ciertas premisas históricas que han permeado la práctica de las mismas desde su creación. A raíz de esto, plantea necesario el análisis de las mismas bajo la propuesta reflexiva, de manera que pueda llegarse a nuevos entendimientos sobre el ejercicio de la terapia. A continuación se mencionan algunas de las premisas pertenecientes a terapias modernas, más comunes (Andersen, 2005, p. 59):

1. Es posible adquirir un conocimiento verdadero (objetivo, correcto) de los seres humanos (lo cual significa que ese conocimiento es generalizable y aplicable para todos los seres humanos, en todos los contextos y en todo momento).
2. Los seres humanos funcionan a partir de un 'centro interior' (que podemos llegar a conocer verdaderamente).
3. El lenguaje es una herramienta para expresar nuestros pensamientos (que se originan en el 'centro interior').
4. El lenguaje, que debe ser inequívoco y literal, está al servicio de la información.

Consecuentemente, las premisas alternativas a las premisas modernas son las siguientes (Ibíd.):

1. No hay un conocimiento universal sobre la vida humana, ya que cada ser humano cambia constantemente y se adapta a los diversos contextos que, a su vez, varían constantemente.
2. Las personas no tienen un 'centro interior', en lugar a ello, el 'centro de la persona' está fuera de ella, en la colectividad que integra con otras.
3. El lenguaje no sólo es un canal para 'reflejar hacia el exterior' nuestros pensamientos, sino que a partir del lenguaje, del habla y de la conversación nuestros pensamientos se crean y se moldean.
4. El lenguaje, además de informar, forma. En otras palabras el lenguaje no sólo refleja la realidad, sino que la construye, tiene un carácter constitutivo, parcial y no neutral.

Algunos pautas prácticas de los procesos reflexivos

Griffith y Griffith (1994, citado en Lax, 2005) han establecido algunas categorías que rigen el procedimiento de reflexión establecido por Andersen, aquí algunas características (p. 210):

1. Las especulaciones sólo se refieren a las conversaciones mantenidas en la habitación.
2. Las ideas se presentan en forma tentativa, con frases calificativas tales como: 'me preguntaba', 'quizá', 'posiblemente' o 'es sólo una idea'.
3. Los comentarios se formulan como connotaciones positivas o lógicas, en oposición a las atribuciones negativas o a las inculpaciones.
4. Los miembros del equipo se miran a los ojos (hasta donde lo permiten las reglas de cortesía) y mantienen la separación entre las posiciones de oyente y hablante.

5. Se comparten las percepciones y “se pone más énfasis en los pensamientos, imágenes o conjeturas de los consultores que en las evaluaciones, juicios o explicaciones de lo observado”. (Griffith y Griffith, 1994, p. 161)
6. Las reflexiones tratan de presentar ambas caras de un dilema, pasando de una posición de ‘o/o’ a una posición de ‘tanto/como’.

Por otro lado, Andersen menciona que podría ser útil conocer aquellos aspectos que un terapeuta no debe hacer durante su participación en el equipo reflexivo (1991, citado en Fernández, London y Tarragona, 2003, p. 6):

- No comenta sobre cosas que pertenecen a otros contextos (fuera de la entrevista).
- No da connotaciones negativas.
- No interpreta
- No juzga

Asimismo, es importante conjuntar dichos principios con algunos interrogantes pertinentes durante la entrevista que favorezcan la participación reflexiva de quienes se colocan frente al terapeuta. Algunos de estos interrogantes (Andersen, 2005, p. 51) son los siguientes:

1. (*Hacia el propio terapeuta-conversación interna*).- Lo que está sucediendo ahora, ¿es adecuadamente insólito o es demasiado insólito?
2. (*A la familia o individuo-conversación externa*).- ¿De quién fue la idea de asistir a terapia? ¿Cómo reaccionaron los otros miembros de la familia? ¿Estuvieron todos a favor o algunos se mostraron reticentes?
3. (*A la familia o individuo-conversación externa*).- ¿Cómo les gustaría utilizar la reunión?
4. (*Conversación interna o externa*).- ¿Quién podría, puede o debería hablar con quién, sobre qué tema, de qué manera y en qué momento?

Y se agregan más tipos de preguntas a las cuales Andersen llama: *Preguntas que crean mayor cantidad de nuevas aperturas* (1994):

♦ *Preguntas sobre descripciones:*

Se trata de preguntas que facilitan descripciones dobles, generando perspectiva sobre algún fenómeno. Al igual que el cuestionamiento circular característico de Milán, post-Milán, Peggy Penn y Karl Tomm (Ibíd.) se trata de localizar información a partir de contrastar una situación con otra. En este tipo de preguntas se incluyen palabras como: -en comparación con; -en relación con; -diferente de, etc.

♦ *Preguntas para sonsacar explicaciones:*

Estas preguntas son bastante útiles al utilizarse en conjunto y posterior a las preguntas sobre descripciones, es decir, una vez que escuchamos información que denota una diferencia, podemos incurrir sobre cuál podría ser la posible explicación sobre eso que cambió.

♦ *Preguntas sobre distintas conversaciones:*

Se trata del intercambio de información y explicaciones a través de la conversación y sobre conversación pasadas, presentes y posibles conversaciones futuras.

Por último, Andersen plantea la importancia, no sólo de favorecer las reflexiones del terapeuta entrevistador, su equipo y los usuarios, sino que considera necesario conversar acerca de las reflexiones generadas. Es decir, debe promoverse que los terapeutas se interroguen entre sí, con el propósito de encontrar elocuencia dentro del marco posmoderno, y así propiciar la emergencia de descripciones múltiples. De ahí que William Lax haga referencia a este proceso como '*conversación reflexiva*' (2005, p. 196), en el que se incluye la apertura para que los terapeutas sean igualmente interrogados por los usuarios, pues, agrega Lax, de esta manera el terapeuta puede expresar con mayor claridad su punto de vista, posibilitando la introducción de más temas que los consultantes desearían tratar (Ibíd.).

Alcances y posibilidades del proceso reflexivo

Teniendo en cuenta los diversos aspectos y principios que conforman los procesos reflexivos, es posible desplazar la práctica como tal a diferentes escenarios y distintas configuraciones entre las que destacan (Andersen, 2005, p. 47):

1. Con un equipo reflexivo en una habitación contigua a partir de un espejo unidireccional, o bien, con el equipo reflexivo en la misma habitación, escuchando y hablando desde un rincón.
2. Con un terapeuta y sin equipo, un colega podría estar presente para conversar con él durante los intervalos de "reflexión".
3. Si el terapeuta está solo, sin equipo, podría hablar con un miembro de la familia, mientras los otros escuchan. Luego, el terapeuta hablaría con los demás miembros, mientras el primero escucha esa conversación; después, solicitaría la opinión de éste primer miembro y, eventualmente, volvería a conversar con él. En este caso, la familia y el terapeuta se convierten en el equipo reflexivo.
4. Si el terapeuta entrevista a un cliente a solas, ambos pueden hablar de un tema abordándolo desde la perspectiva de una persona ausente, es decir, se le pregunta qué supone que ésta persona pensaría sobre tal o cual punto, y después hablar y reflexionar al respecto.
5. En el caso de contar con una audiencia, la misma podría servir de equipo de reflexión.

Asimismo, el modelo reflexivo resulta viable no sólo para diversas situaciones a las que responde la terapia, -como es el caso de escenarios de violencia, psicosis, trabajo con adolescentes, trabajo en contextos hospitalarios, entre otras (Lax, 2005)- sino para otras configuraciones de diversas áreas, como es el caso de modelos reflexivos en contextos educativos, comunitarios y organizacionales (Platone, 2000)

Andersen finaliza su capítulo de guía con este mensaje: "*Uno no tiene que hacer los diálogos. Los diálogos están allí para dejarlos venir*" (1994, p. 85). Recordándonos que uno debe dejar ir, para dejar venir.

El modelo colaborativo de Goolishian y Anderson.

El modelo comenzó a desarrollarse a partir del trabajo realizado por el grupo Houston Galveston Institute a finales de la década de los setentas, cuando gran parte de los modelos sistémicos gozaban de una amplia aceptación en el ámbito institucional. A pesar de eso, algunos terapeutas del instituto se percataron de las inconformidades manifestadas por un número creciente de pacientes e, influenciados por las ideas de la hermenéutica y el construccionismo social, principalmente, se decidió dar un paso hacia nuevas prácticas, inexploradas en el campo de la psicoterapia, para reducir la brecha que diferenciaba y separaba cada vez más al profesional de sus clientes.

En este sentido, Lynn Hoffman (Anderson, 2012) describe la aparición de las ideas del Instituto Galveston como una de las últimas plataformas que conforman el ejercicio de la terapia desde su aparición bajo el rótulo de terapia familiar. Menciona que la adhesión del elemento 'familia' trajo una serie de modificaciones en torno a la manera de concebir al individuo, que culminaron en la creación de una nueva plataforma llamada 'terapias sistémicas', en la cual se incluían una serie de teorizaciones en torno a los sistemas que se creaban dentro y fuera de la familia; posteriormente vino otra plataforma conformada por creencias y luchas sociales, en décadas anteriores, que dieron lugar a la terapia feminista y su elocuente cuestionamiento sobre la construcción social del género, así también fue agregada la plataforma narrativa, que ponía en primer plano diferencias entre grandes grupos culturales, por último, el trabajo del grupo Galveston vino a ofrecer una plataforma más, epistemológica, que alude al paradigma lingüístico como principal motor generador de cambio.

La utilidad de esta analogía es que pone de manifiesto que el desarrollo de un nuevo modelo no es precisamente algo que viene a suplantarse de lleno las ideas generadas en el modelo anterior, sino que al contrario, necesita de los cimientos de dicho modelo para poder encontrar mayor perspectiva en una nueva plataforma.

La terapia colaborativa fue enmarcada desde sus inicios como un modelo que rompía con muchas de las ideas procedentes del pensamiento modernista, las cuales determinaron durante, -prácticamente toda su historia-, las líneas a seguir en el campo de la psicoterapia. Algunas de las principales características de una terapia modernista (Gergen y McNamee, 1996) son la consideración de una verdad válida y objetiva, perteneciente al profesional en turno, el establecimiento de un control sobre todo cuanto sucede en el proceso terapéutico, la utilización de un *lenguaje de deficiencia*, que se refleja en el uso de diagnósticos, objetivos y estrategias de tratamiento, así como la determinación previa y la aplicación indiscriminada de las mismas (Anderson, 1999). El *quiebre* con estos elementos, dio lugar a considerar la terapia colaborativa como un paradigma perteneciente al *postmodernismo*, el cual apela por la reconsideración de las llamadas 'verdades universales', objetivas, que "reflejan la realidad tal cual es". En lugar de eso, el postmodernismo se cuestiona sobre los efectos que cualquiera de estas concepciones podría tener en determinados campos o

grupos sociales, postulando que el conocimiento es también una práctica narrativa, generadora de realidades diversas, o bien, como señala Anderson (1999):

El pensamiento posmoderno avanza hacia un conocimiento como práctica discursiva, hacia una pluralidad de narrativas más locales, contextuales y fluidas; hacia una multiplicidad de enfoques para el análisis de temas como el conocimiento, la verdad, el lenguaje, la historia, la persona y el poder. Acentúa la naturaleza relacional del conocimiento y la naturaleza generativa del lenguaje. (p. 71)

Pero a todo esto, ¿qué es la terapia colaborativa?

Premisas filosóficas y características de la terapia colaborativa

Uno de los aspectos más importantes para entender el enfoque, es el hecho de que el modelo colaborativo no representa una 'metodología de trabajo' sino una *postura filosófica* ante el proceso terapéutico. En este sentido, no existen técnicas a implementar, sino una serie de supuestos bajo los cuales se conduce el quehacer terapéutico.

Anderson (1999) comparte algunas de las premisas filosóficas del modelo, perteneciente asimismo a una tradición postmoderna de pensamiento, con contribuciones de autores como John Shotter (1993) Kenneth Gergen (1996) entre otros, que se mencionan a continuación (p. 29):

1. Los sistemas humanos sin sistemas de generación de lenguaje y sentido.
2. Son más formas de acción social que procesos mentales individuales independientes cuando construyen realidad.
3. Una mente individual es un compuesto social, y por lo tanto el propio ser es un compuesto social, relacional.
4. La realidad y el sentido que nos atribuimos y que atribuimos a otros y a las experiencias y acontecimientos de nuestra vida son fenómenos interaccionales creados y vivenciados por individuos en una conversación y acción con otros y con nosotros.
5. El lenguaje es generador, da orden y da sentido a nuestra vida y a nuestro mundo, y opera como una firma de participación social.
6. El conocimiento es relacional; está inserto en el lenguaje y nuestras prácticas cotidianas donde también se genera.

En principio, la terapia colaborativa es un espacio de diálogo, en donde cada uno de los participantes aporta elementos esenciales para el desarrollo de la misma. En el caso de los clientes, lo que se aporta es el *contenido* en torno al cual girará la conversación, y que se expresa en aquellas experiencias vitales que lo han traído a la relación terapéutica. Por otro lado, el terapeuta aporta sus conocimientos en el *área del proceso*, que en este caso se refiere a su capacidad para lograr que a través de la conversación, el consultante pueda llevar a cabo el proceso de sanación o resolución del conflicto.

Otro supuesto importante del modelo se refiere al terapeuta como generador de un diálogo en el cual se incluyen todas las voces pertenecientes a la experiencia del consultante; esto permite al terapeuta involucrarse de manera más profunda en -su historia -. Otra característica de la postura del terapeuta, es que ésta debe ser *multiparcial*, es decir, debe permitirle al terapeuta la posibilidad de aliarse simultáneamente con todos los participantes, que no debe confundirse con 'una falta de postura o posicionamiento' sino que debe entenderse como el esfuerzo que hace el terapeuta por comprender y tomar en serio cada una de las voces presentes, incluso promoviendo la existencia de diversas voces, como un ejercicio de intercambio que reemplaza la idea de que sólo a través del consenso se pueden solucionar los conflictos.

Una característica más del modelo corresponde a la *incertidumbre*, o *confiar en la incertidumbre* (Anderson, 2007) respecto a la dirección del proceso. Es decir, durante el flujo de las conversaciones, el terapeuta no puede tener control absoluto sobre los temas a abordar, ni sobre la dirección que tomará el diálogo, lo cual no quiere decir que el terapeuta sea un actor pasivo de la sesión; de hecho, resulta todo lo contrario, pues el terapeuta, al no saber el rumbo del proceso, deberá estar siempre preparado para hacer lo que la ocasión demande. Anderson menciona al respecto:

(...) no hay manera de saber con seguridad la dirección en la que una historia va a desarrollarse o el resultado de la terapia cuando te involucras en una conversación dialógica y una relación colaborativa. Confiar en la incertidumbre implica tomar el riesgo y estar abierto a lo impredecible. (p. 52)

Asimismo, el modelo mantiene en su postura la posibilidad de '*hacer público*' (Ibíd.) aquellos pensamientos, reflexiones o diálogos internos que el terapeuta considere importante para el desarrollo de la conversación; esto no implica que el terapeuta deba decir todo aquello que pase por su mente, porque realizar este ejercicio por el simple hecho de realizarlo no tiene un carácter terapéutico, en lugar de ello, el terapeuta debe saber que tiene la posibilidad de externar dudas, opiniones o aclaraciones que puedan llevarlo a una conversación más dialógica con el consultante. Por último, y relacionado al punto anterior, es importante identificar que la conversación dialógica no se trata sólo de 'hacer que la conversación fluya', sino que toda conversación tiene una intencionalidad, la cual es de carácter terapéutico y debe reflejarse en el bienestar concreto del cliente. Anderson (1999) manifiesta al respecto:

La postura no es una técnica o una teoría. No es manipuladora, estratégica o artificial, como podría pensarse cuando se la trata de entender cognitivamente. No es deliberada en el sentido de ser una actuación; sin embargo, es intencional. (p. 152)

La conversación dialógica

Anderson hace referencia a la conversación dialógica como aquella capaz de generar no sólo un intercambio mutuo, sino una *indagación mutua* entre cliente y terapeuta. Este acto, se menciona, sólo puede ser logrado a partir de una *verdadera escucha*, es decir, a partir

de un verdadero interés por involucrarse en el relato del cliente. De esta manera, cuando el cliente se siente realmente escuchado, su interés por participar en la conversación será distinta, más espontánea, y dará pie al elemento de indagación mutua. El *espacio dialógico* de esta manera, se entiende como la apertura de ideas, creencias y opiniones múltiples. El espacio dialógico representa lo opuesto al *espacio monológico*, que se refiere al conjunto de ideas que permanecen estáticas y que son excluyentes de otras ideas.

Otro aspecto importante de la conversación dialógica, es que reconoce la importancia del diálogo interno para el enriquecimiento del diálogo externo (Andersen, 2007). Por diálogo interno se entiende aquellas ideas que son generadas en nuestros pensamientos a partir de escuchar nuestra propia voz o la del cliente; son aquellas reflexiones que van desencadenándose al ritmo de la conversación externa, de esta forma, diálogo interno y externo deben interactuar armoniosamente para que se pueda llevar a cabo la conversación dialógica; ambos son igual de importantes, pues a partir del diálogo externo se mantiene la conexión con el cliente, mientras que el diálogo interno, a través de la reflexión, propicia la *expansión y expresión de lo no dicho*, que genera a su vez, una nueva comprensión del relato, lo que permite la generación de nuevos significados. En este punto, la conversación vuelve al punto de generar diálogo interno y externo, creándose así un ciclo-conversacional-dialógico.

La postura del No-conocer

La postura del no-conocer hace referencia a una actitud de reconocer que el cliente es el experto en su vida. Esto implica un gran sentido de respeto a todas aquellas palabras, historias, ideas, creencias, entre otras, que el cliente traiga a la conversación. Incluye también las decisiones del cliente sobre cómo relatar y conversar, sus decisiones acerca de qué historias o partes de ellas va a contar y sus formas preferidas de hacerlo (Andersen, 2007).

Otras características de la postura son el no hacer juicios sobre si lo que estamos escuchando es correcto o incorrecto, si es verdad o falso, si es útil o no útil. El terapeuta no debe esperar recibir cierto tipo de información ni buscarla a partir de ciertas preguntas, y sobre todo, no debe interpretar a partir de una teoría. Se trata de un ejercicio en donde el principal parámetro para saber si entendimos bien la situación es el cliente mismo. Es decir, implica un intercambio, un esfuerzo explícito por parte del terapeuta para saber si lo que está entendiendo es en realidad lo que el cliente quiere comunicar. Adicionalmente, evita el riesgo de entrar en el campo de 'llenar los espacios vacíos' de la conversación a partir del propio conocimiento del terapeuta, peligro inminente cuando somos conscientes de que llenar espacios vacíos es una de las maneras en la que hemos aprendido a conducirnos. Como alternativa a esto, el terapeuta tiene la posibilidad y la responsabilidad de preguntar al cliente sobre cualquier hueco en la conversación.

'*Provocaciones no intencionales*', como les ha llamado -Anderson, se han suscitado acerca de la postura del no-conocer, desde su primera aparición en 1988 (Anderson, 2005). Algunas de estas críticas están centradas en la 'desautorización de la pericia del terapeuta' y el 'empobrecimiento de la terapia'. En este sentido, la respuesta de Anderson) gira en dos

sentidos: *lo que no significa* la postura del no-conocer y aquello con *lo que sí está relacionado* la postura del no-conocer. Respecto al primer sentido, Anderson (1995) comenta:

La postura del no-conocer no significa que el terapeuta no conoce nada o que el terapeuta desecha o no usa lo que él o ella ya sabe. No significa que el terapeuta sólo se sienta y no hace nada o que no puede ofrecer una opinión. (...) Significa, sin embargo, que las contribuciones del terapeuta, siendo estas preguntas, opiniones, especulaciones o sugerencias, son presentadas en una manera que transmita una postura tentativa y refleje respeto y apertura hacia el otro y hacia lo nuevo. (p. 36)

Lo anterior puede ser complementado y reforzado cuando menciona (Ibíd.):

El no-conocer se refiere a la actitud y la creencia de que el terapeuta no tiene acceso a información privilegiada, nunca puede entender cabalmente a otra persona; y siempre necesita aprender más acerca de lo que ha sido dicho o no dicho... no-conocer significa que el terapeuta es humilde acerca de lo que ella o él sabe. (p. 34)

Por último, Andersen (2007) ha propuesto una serie de ideas respecto a la manera en que podemos concebir y manejar el conocimiento propio y del otro, de manera que pueda acercarse más a la aproximación colaborativa. He aquí la propuesta:

- ♦ La idea del *pre-conocimiento vs conociendo con*

Se trata de aceptar que el terapeuta no puede conocer las circunstancias del otro de antemano, ni conocer cuál será el resultado o el destino de una persona antes de tiempo. Se trata de reconocer que si conoces sobre alguien a partir de un guion teórico, perderás la oportunidad de conocer su singularidad, su unicidad, aquellos aspectos que quedan fuera de categorías y clasificaciones sobre el entendimiento humano. "Debes aprender sobre la persona, de la persona". (p. 49)

- ♦ La forma en que el terapeuta concibe el conocimiento

Se reconoce que el conocimiento de todos los participantes de la conversación es igual de válido, aclarando que válido no implica acuerdos ni consensos, sino respeto, oportunidad de aprendizaje, oportunidad de entendimiento. En un diálogo genuino, tanto el terapeuta como el cliente correrán el riesgo de ser cambiados.

- ♦ La intención con la que el terapeuta usa el conocimiento

Se refiere a la manera en que el terapeuta introduce el conocimiento a la conversación, que en este caso debe ser como una forma de participar y fomentar el intercambio. -Anderson utiliza la metáfora de que el conocimiento debe ser ofrecido como alimento para el pensamiento y el diálogo y no como un método de persuasión, mucho menos con la intención de ser autoritario, objetivo o instructivo.

- ♦ La manera en que el terapeuta ofrece el conocimiento

En este sentido, el terapeuta honra, hace espacio y ofrece autoridad a la voz del cliente. El conocimiento del terapeuta debe ser presentado de una manera tentativa y provisional, el cual debe estar en sincronía con la conversación del cliente.

Una postura filosófica más que un método. 'Una forma de ser' en la relación y la conversación.

Como se ha mencionado al principio del presente apartado, el modelo colaborativo representa más una postura filosófica que metodológica. Es decir, representa una forma de ser que fluye a través de la persona y del terapeuta durante la sesión. En palabras de - Anderson (Ibíd.):

El rasgo distintivo de la postura filosófica son sus 'interconectadas' características que influyen la pericia y la participación del terapeuta: creando y fomentando el espacio metafórico para una conversación dialógica y una relación colaborativa. (p. 44)

El punto de 'interconexión' es clave para la permanencia de la postura, debido a que, a pesar de existir una definición clara de cada característica (el no-conocer, el ser público, la indagación mutua, la multiparcialidad, la conversación dialógica, entre otras) no pueden sostenerse de manera independiente. Asimismo, Anderson nos recuerda que la postura es presentada a partir de características, no reglas o técnicas, y que dichas características se expresarán de maneras diferentes en cada terapeuta. Esto conforma lo que Anderson llama una terapia *sin fórmula* (Ibíd.) que gracias a su ejercicio crítico sobre los conocimientos y sesgos del terapeuta y de la terapia en sí, mantiene un fuerte sentido de intencionalidad y responsabilidad. (Ibarra, 2004)

Alcances y posibilidades del modelo colaborativo

La terapia colaborativa también ha demostrado su aplicabilidad en otros contextos. Un ejemplo de ello son los debates o confrontaciones públicas de diversa índole, como es el caso de oposiciones entre grupos pro-vida y pro-elección (Chasin y col; citado en Ibarra, 2004). Así también se puede apreciar la aproximación colaborativa en contextos educativos, laborales, en supervisión y en capacitación, así como en otras prácticas profesionales como son leyes, medicina, entre otras. (Anderson, 2007)

La práctica colaborativa seguramente seguirá extendiéndose a lo largo de diversas áreas y actividades, representa una alternativa viable para la descentralización de decisiones, de valores, y formación de relaciones sociales más horizontales, participativas y diversas. Las prácticas colaborativas incluso podrían ir permeando las estructuras organizacionales, institucionales, agrupaciones independientes, entre otras, conformando un fuerte recurso para resistir a los embates de la centralización hegemónica predominante de la institucionalización actual.

Capítulo III: Desarrollo y aplicación de competencias profesionales

HABILIDADES CLÍNICAS TERAPÉUTICAS

Casos atendidos

A continuación, se presentan los casos en los que participé como terapeuta o coterapeuta, y en la tabla posterior, se encuentran aquéllos en los que colaboré como observador. Lo anterior durante el periodo de agosto de 2014 a mayo de 2016.

Casos atendidos como terapeuta

Semestre ²	Modelo	Sede	No. de sesiones	Motivo de consulta	Terminación del proceso
2do	Terapia Estratégica	Clínica de Terapia Familiar	2	Sentimientos de tristeza, conflictos con su familia.	Baja
2do	Terapia Breve	CCH Azcapotzalco	9	Desobediencia, rebeldía.	Alta
2do	Terapia Breve	Clínica de Terapia Familiar	7	Conflictos en la relación madre-hija	Baja
2do	Terapia Estratégica	Clínica de Terapia Familiar	1	Sentimientos de tristeza y riesgo de recaer en trastornos alimenticios	Baja
4to	Terapia Narrativa	Clínica de Terapia Familiar	10	Inestabilidad emocional, conflictos familiares, historia de abuso sexual	Alta
4to	Terapia colaborativa	CCH Azcapotzalco	7	Consumo de alcohol, desobediencia, deserción escolar	Seguimiento
4to	Terapia	Clínica de Terapia Familiar	5	Terminación de una relación violenta	Alta

3.1.2. Análisis y discusión del tema o temas que sustentan los casos presentados.

En el siguiente capítulo se presenta el análisis de dos casos bajo los cuales gira el tema principal de la presente disertación. Se trata de la *diferenciación del self* en dos etapas

² Durante el tercer semestre realicé un intercambio académico al Instituto Libertas en Recife, Brasil; motivo por el cual no llevé casos como terapeuta principal, sino que participé principalmente como observador y parte del equipo terapéutico .

diferentes del ciclo vital de la familia y que corresponden a la etapa de la adolescencia y de la adultez; y cómo en cada una de dichas etapas la diferenciación se vive de manera distinta, presentándose así un marco de reconocimiento de los diversos retos y desafíos que deben atravesarse tanto individualmente como dentro del sistema familiar para lograr un adecuado balance de diferenciación, así como la importancia del mismo para la resolución de conflictos dentro del proceso terapéutico.

Para dicho propósito se exponen dos casos que concurren durante el transcurso de la residencia en Terapia Familiar y que servirán de medio para ejemplificar y entender los desafíos de la diferenciación en la espiral del tiempo del ciclo vital. La idea de espiral nos hace ver que todo lo que vivimos en el transcurso de nuestras vidas es en realidad una repetición de sucesos que aparecen bajo distintos matices, matices que paradójicamente, tienen enormes implicaciones en el desenvolvimiento de tales sucesos y sus posibles resoluciones, tanto en el marco evolutivo-familiar como en el marco de las intervenciones terapéuticas. A continuación se presenta dicho análisis, no sin antes exponer de manera detallada los elementos teóricos que dan soporte al posterior análisis.

Desarrollo y ciclo vital. Otras perspectivas

Quizá una de las mejores formas de comenzar el presente apartado sea mencionando que los conceptos de 'Desarrollo evolutivo' y de 'Ciclo vital' son conceptos, me atrevería a decirlo, 'vertiginosamente distintos', y que, paradójicamente, pero a la vez comprensiblemente, son utilizados de manera regular como homólogos en la materia ¿Y por qué no hacerlo? Si ambos se componen, 'en esencia', del estudio de procesos temporales de la vida. Pero entonces, ¿por qué declararlos como conceptos distintos? ¿Por qué lo que se ha escrito sobre ambos conceptos ha tomado distintas direcciones y ha sido abordado desde distintas disciplinas? ¿Realmente se trata de conceptos ampliamente divergentes? Y de ser afirmativo, ¿qué los lleva a diferenciarse tanto uno del otro? Una de las pistas que posiblemente podría ayudarnos a entenderlo es que ambos conceptos surgen en tiempos y contextos distintos, además de que, pese a lo que pueda creerse, el concepto de ciclo vital no viene de la psicología, sino, como se verá más adelante, de la sociología, que es en donde se gesta. De esta manera, se presentan algunas de las características más contrastantes entre ambos conceptos:

Por un lado, el desarrollo 'individual' es estudiado por la psicología evolutiva, que es aquella rama que a lo largo de nuestra formación como psicólogos nos encontramos una y otra vez en autores como Freud, Erikson, Piaget y Vygotsky (sólo por mencionar algunos clásicos). Aunque sus planteamientos difieran entre sí, todos ellos hablan del desarrollo 'psicológico' de un ser humano a lo largo de su vida, o al menos (en el caso de Piaget y Vygotsky, por ejemplo) de momentos cruciales de la vida. De esta manera, determinan que existen fases o estructuras (ya sean mentales o psíquicas) que son alcanzadas cuando el individuo concreta, concluye o logra determinada capacidad, siendo ésta irreversible y universal. El modelo de Vygotsky es quizá el más apartado de la tradición *biologicista* o *psicologista* en el entendido de que colocó el desarrollo en el escenario de lo social, lo cual es un aporte

interesante para las teorías del desarrollo. De cualquier manera, el origen de estas teorías se encuentra en los conocimientos de la biología, la medicina (Escobar, 2003) y posteriormente en el desarrollo de la psicología temprana como es el caso del psicoanálisis y el conductismo (Villar, 2003).

Ahora bien, el modelo del ciclo vital actualmente se encuentra en el dominio de los terapeutas sistémico-familiares, por su utilidad en el manejo terapéutico, la adaptabilidad con los diversos modelos existentes y la creación de una gran diversidad de intervenciones en grupos familiares (Falicov, 1991). Entre sus características principales se encuentran, al igual que en el desarrollo individual, el establecimiento de fases o etapas normativas de la evolución, aplicado a una familia a través del tiempo, siendo cada fase relativamente estable, irreversible, y hasta cierto grado, universal. Sin embargo, la teoría del ciclo vital incluye también aquello que sucede en el *inter* entre cada fase, a lo que se ha denominado de manera general como *transición*, lo cual ha complementado la comprensión de los procesos de estabilidad-cambio que toman gran importancia en la terapia sistémica. Su origen se remonta a los estudios sociológicos de Evelyn Duvall y Reuben Hill hacia finales de los 40's (Falicov, 1991) en gran medida apoyados por la *sociometría* y la *demografía* (Teachman, Polonko, y Scanzoni, 1987).

Si bien hasta el momento ambos conceptos parecen compartir una línea general de desarrollo lineal, es posible especular que la teoría del ciclo vital implica una amplitud distinta al de la psicología del desarrollo por algunas características que aquí se adelantan, y que en palabras de Ruiz y Uribe (2002) podrían plantearse como "*multidimensionalidad, plasticidad, irrelevancia en la edad, e importancia en el contexto y la historia*" (p.17).

Sin embargo, es necesaria la profundización en el tema para comprender dichos planteamientos, entre otros de gran importancia:

Antecedentes del ciclo vital de la familia

El primer referente en la cultura académica anglosajona que estableció una base sobre el ciclo vital, según Hill y Rodgers (1964), fue Paul C. Glick en 1947 a partir de su trabajo como demógrafo (Mattessich y Hill, 1987). Fue quizá uno de los primeros profesionistas preocupados por reorientar el análisis del ciclo vital derivado de los censos de la década de los 50's. En 1977 establece algunos de los estadios del ciclo vital familiar más reconocidos hasta hoy en día (matrimonio, nacimiento de los hijos, hijos dejando el hogar, el periodo del nido vacío y la disolución del mismo con la muerte de alguno de los esposos).

Por otro lado, en 1948, Evelyn Duvall estableció ocho estadios de una manera más detallada, y también reconocida en la actualidad (Falicov, 1991); ésta se basaba en las entradas y salidas de los miembros de la familia y en puntos críticos de crianza (a. Formación de la pareja, b. Crianza inicial de los hijos, c. Familias con niños en preescolar, d. Familias con niño escolar, e. Familia con hijos adolescentes, f. Familia plataforma de lanzamiento, g. Familia de edad media y h. Familia anciana) aspectos que hoy en día son elementos cruciales para reconocer una transición familiar. En 1964, Hill and Rodgers

sistematizaron el enfoque del ciclo vital con la adición de tres niveles de análisis (1. El individual psicológico, 2. El interaccional y 3. El social institucional). Todos estos trabajos se influyeron mutuamente.

El mismo Rodgers en 1977, a través de estudios longitudinales en trayectorias de vida de escolares estableció una serie de tareas que debían lograrse ante diferentes estadios a fin de asegurar una óptima progresión de una a otra. Las tareas de la familia fueron conceptualizadas como altamente relacionadas al desarrollo de sus individuos. Otros autores en este escenario fueron Joan Aldous (1978) con la noción de la 'carrera familiar', las críticas a la perspectiva del ciclo vital por parte de Holman y Burr (1980) y los que se mantuvieron en la postura de sostener la formulación y aplicabilidad del ciclo vital familiar (Mattesich y Hill, 1987; Rodgers y White, 1993).

Rubeus Hill, sociólogo familiar, incursionó en la coyuntura de las teorías del desarrollo familiar con la teoría de los sistemas alrededor de 1971 (Falicov, 1991) estableciendo algunas diferencias con los argumentos planteados por el resto de los terapeutas familiares. Hill señalaba, apoyándose en Buckley (teórico de la teoría de los sistemas) que no todas las partes de un sistema están vinculadas en mismo grado e intensidad, abogando por un 'aislamiento parcial' de algunos subsistemas, lo cual problematizó una de las premisas básicas de la terapia familiar. ¿Qué aspectos llevaban a estas variaciones en el grado de interdependencia de los miembros de un sistema? Falicov menciona al respecto:

Si atendiéramos a la propuesta de Hill, la presentación del ciclo vital podría adoptar una forma procesual, sobre la base de un parámetro de cambio sistémico: la interconexión entre los miembros de la familia alternaría entre diversos grados de proximidad y distanciamiento. Además, las teorías futuras tendrían que considerar unos desarrollos relativamente independientes en los subsistemas familiares. (1991, p. 38)

Por otro lado, Hill mencionó *el grado de apertura y permeabilidad de las fronteras* que critica el aspecto de la *homeostasis* con que los terapeutas consideraban a la familia (Ibíd.).

En otro modelo sociológico se utilizaba un gráfico para representar los cambios en el ciclo vital siguiendo las dimensiones de cohesión y adaptabilidad + las tensiones y factores estresantes + las satisfacciones de la familia y sus recursos superadores en las diversas etapas del ciclo vital, el cual fue propio de los autores Olson, Russell y Sprenkle (1979).

Combrinck–Graham (1983) presentó otro ejemplo de modelo procesual del desarrollo familiar el cual se centraba en los cambios observados en la interconexión entre los miembros de la familia, la cual alterna entre estados centrífugos y centrípetos a lo largo de un ciclo vital trigeneracional. Esto implica periodos del ciclo vital en donde sus miembros deben abocarse hacia el interior de la familia, por ejemplo a partir de la intimidad de la pareja, y periodos en donde sus miembros deben enfocarse más en el plano individual, como el ingreso a la universidad o el inicio de la carrera laboral.

F. Scherz, asistente social, fue la primera en describir la relación entre desarrollo familiar e individual, al explicar el conflicto inherente al desarrollo familiar, donde las necesidades

personales pueden diferir de las familiares, el estrés de las transiciones, las irregularidades que se encuentran en las etapas no resueltas de los padres, etc. Asimismo, O'Connell en 1972 influida por Scherz, resumió los procesos de desarrollo familiar a través de estas contraposiciones: intimidad o distancia, aceptación o rivalidad, promoción o desaliento, manifestación o encapsulamiento, consolidación o confusión, liberación o adhesión: "*estos procesos eran continuados y repetitivos, pero asumían diferentes grados de primacía en diversos momentos del ciclo vital*". (Falicov, 1991, p. 41)

Como podemos ver en este breve pasaje de historia sobre la evolución del concepto, existe un gran número de características que son equiparables a los preceptos sistémicos, planteados con anterioridad y quizá como una plataforma de impulso para los mismos. He aquí algunas de las características de la propuesta sociológica para el ciclo vital de la familia:

- Existe una relación mutua entre desarrollo individual y desarrollo familiar que no puede describirse como una relación lineal, sino bilateral y recursiva.
- El desarrollo de una familia no puede plantearse como un desarrollo 'natural', incipiente con el transcurrir de los años, sino que gran parte de lo que determina su curso está relacionado a las fortalezas y recursos que posee la familia, más allá de las carencias de la misma.
- Existen 'tareas' para el logro de una transición a otra, que más allá del aspecto 'normativo' de las mismas, implica que la familia puede tomar una serie de acciones que la lleven a cambiar la dirección de su propio desarrollo.
- Asimismo, existen fuerzas opuestas y complementarias en el desarrollo del sistema familiar cuyo intercambio es la base misma del desarrollo, asumiéndose por lo tanto como un proceso dialéctico de vida.
- Por último, existe variabilidad entre los grados de pertenencia/distanciamiento entre los individuos de un sistema familiar relativo al desarrollo individual, familiar y transicional, que a su vez se convierten en pautas que favorecen la estabilidad o el cambio, la permanencia o la desintegración, aspecto que nos remite al punto anterior sobre su carácter dialéctico.

De esta manera, podemos ver que el ciclo vital de la familia tiene un largo trasfondo de trabajo demográfico en sus inicios y un sólido desarrollo en el campo de la sociología, pero, ¿Cómo es que en la actualidad se piensa en el ciclo vital de la familia como una parte de la terapia familiar sistémica? Se dice que Solomon, en 1973 (Ibíd.) abrió la puerta para los terapeutas sistémicos al difundir en su trabajo una serie de tareas específicas para cada una de las etapas que propuso, (matrimonio, nacimiento del primogénito y de los hijos siguientes, individuación de los miembros de la familia, alejamiento efectivo de los hijos e integración de la pérdida) dichas tareas fueron elaboradas en términos psicodinámicos en un inicio y posteriormente en términos de rol social (algo similar al desarrollo de la terapia familiar en sí). No obstante, lo cierto es que esta primera invitación al mundo clínico del ciclo vital tomó diferentes caminos y perspectivas conforme iban emergiendo nuevas propuestas, modelos y acontecimientos sociales de cada época. Revisaremos por lo tanto, algunos de los aportes más representativos de la terapia familiar al campo del ciclo vital de la familia.

Breve bagaje de aportes del ciclo vital desde la terapia familiar.

Beyebach y Rodríguez-Morejón (1995) colocan a la terapia familiar como la protagonista indiscutible del manejo del ciclo vital. Quizá por el carácter multifacético con el cual se aborda, la diversidad de conceptos que surgen a partir de ella o la utilización de la misma en intervenciones para familias con dificultades. Tal como se menciona, su posicionamiento puede derivarse de un conjunto de intersecciones. Veamos un poco sobre el recorrido de la misma:

Salvador Minuchin, uno de los pioneros en la terapia familiar, destaca principalmente cuatro de las etapas anteriormente mencionadas (Minuchin, 1986) que corresponden a: a) *Formación de pareja*, b) *La pareja con hijos pequeños*, c) *La familia con hijos en edad escolar y/o adolescentes* y d) *La familia con hijos adultos*. Sin embargo, agrega, que cada etapa debe ir acompañada de nuevas reglas de interacción familiar, reglas pertenecientes al carácter estructural de la misma. De esta manera, deben reorganizarse aspectos como los *límites*, la *jerarquía*, la *centralidad*, las *alianzas* y *coaliciones*, entre otros elementos, para que la familia pueda transitar de una etapa a otra funcionalmente, libre de síntomas (Montalvo, Espinosa y Pérez, 2013). A pesar de proponer un modelo normativo de familia, el enfoque estructural permite pensar en términos de diagnóstico e intervención, brindando las posibilidades terapéuticas propias del modelo y mostrando un eje de trabajo esclarecedor para quien se inicia en la formación de la terapia familiar.

J. Haley (1980) -basado en el trabajo de Milton Erickson-, describe algunos de los puntos críticos que las familias deben resolver a fin de no desarrollar síntomas individuales o familiares. En este sentido, Haley explica que deben considerarse los procesos vitales ordinarios como metas de resolución de dichos puntos críticos, es decir, en la *época del galanteo*, la meta sería llegar al *matrimonio*, que a su vez tendría como meta el *nacimiento de los hijos*, y así en lo sucesivo. Un estancamiento o perturbación en alguno de estos procesos implicaría el surgimiento de sintomatología o problemas de variado orden. A su estilo, nombró los siguientes estadíos, cada uno con sus respectivas particularidades a resolver:

- Periodo de galanteo
- El matrimonio y sus consecuencias
- El nacimiento y el trato con los hijos
- Matrimonio y dilemas familiares
- El destete de los padres
- El sufrimiento de la vejez

Sin embargo, a pesar de haber nombrado y categorizado los distintos estadíos, Haley se enfocó más en los procesos de cambio y resolución de problemas que emergen en ellos - lo cual es propio de los modelos estratégicos-, dejando de lado la fundamentación sobre un modelo del ciclo de vida en sí.

La terapia breve, en específico a partir de los textos de Fisch, Weakland y Segal (1984) entiende los desafíos del ciclo vital como los desafíos de cualquier otro cambio, de manera

que, en lo que respecta a su modelo, cualquier problemática relacionada al ciclo vital se origina de los intentos de solución fallidos que se repiten, cristalizando las pautas de comportamiento y derivándose en problemáticas de carácter más agudo. Al igual que en el modelo de Haley, la terapia breve no busca profundizar en los procesos vitales, sino en resolver de la manera más eficaz posible las problemáticas que puedan derivarse de ello.

Por otro lado, Pittman (1990) aborda el ciclo vital de la familia enmarcándolo como una consecución de crisis caracterizadas por una tensión significativa que lleva a las personas a una configuración familiar distinta. Estas crisis pueden ser categorizadas según la naturaleza de la tensión, las cuales se dividen en *crisis circunstanciales*, *crisis de desarrollo*, *crisis estructurales* y *crisis de desvalimiento*. El modelo tiene un parecido a la teoría del estrés familiar de McCubbin y colaboradores (1982) al poner el énfasis en el aspecto transicional de estrés que genera cada movimiento hacia nuevas configuraciones familiares. La categorización de Pittman tiene la ventaja de pensar en el ciclo vital como algo que va más allá del carácter evolutivo de los miembros de la familia e incluye turbulencias derivadas de circunstancias inesperadas, de características conductuales o de la funcionalidad de la estructura familiar; esto lo llevó incluso a pensar en distintos modelos familiares, algunos caracterizados por vivir bajo ‘tensiones crónicas’ que acompañan a la familia a lo largo su ciclo vital y con las que tienen que lidiar desde una perspectiva longitudinal.

Imber black (1991) por su parte les llama ‘ritos de paso’, aunque en el caso de la presente autora se hace mayor énfasis en la conducta ritual que en la descripción de la crisis, sin embargo, explica que, la conducta ritual o rito en sí, figura como un poderoso elemento para generar la resolución de la crisis y el inicio de un nuevo orden de estabilidad para la familia. Asimismo menciona que existen conductas rituales del día a día, consideradas distintas a las de índole terapéutico donde su función no es ya la resolución de una crisis sino el logro de una permanencia en el dominio de la etapa.

Otros autores como Barnhill y Longo (1978) llaman *transiciones* a los cambios ocurridos entre una etapa a otra. En su propuesta, utilizan el modelo de Duvall sobre los ocho estadios del desarrollo familiar, aunque modificando, a partir de su experiencia clínica y para fines de intervención, los estadios V y VI, quedando éstos de la siguiente manera:

- Familias con adolescentes en edad temprana (entre 12 y 16 años)
- Familias con jóvenes adultos (entre 16 y 20 años)³

La propuesta de estos autores dice que la familia no sólo pasa por una serie de dificultades durante las transiciones, sino que retoma los conceptos psicoanalíticos de *fijación* y *regresión* para explicar que la familia vista como entidad, es propensa a tener estos mecanismos defensivos para transitar de una etapa a otra. Es decir, que en ocasiones, a pesar de haber logrado la transición exitosamente, pueden preservarse elementos de vulnerabilidad en algunos temas familiares, que bajo ciertos puntos de tensión y estrés,

³ Para una revisión del resto de los estadios favor de remitirse al apartado *Antecedentes del ciclo vital de la familia*.

podrían generar en la familia, dinámicas similares a las que acontecían en conflictos anteriormente resueltos. Esto complica la idea del ciclo vital visto como un proceso lineal, siempre en desarrollo, ya que abre la noción de un 'regreso' a dinámicas de anteriores etapas, aun cuando se considere que éstas fueron superadas. Nuevas interrogantes podrían plantearse a partir de este punto. ¿Cuál es el movimiento esencial del ciclo vital? Si no puede ser meramente lineal, ni tampoco meramente circular (ya que tiene un inicio y un fin) ¿Será entonces un proceso en espiral?

Carter y McGoldrick (2005) apuntan hacia un modelo del ciclo vital más elaborado, dividido en distintos ejes y en donde se consideran diversas intersecciones de desarrollo. Uno de los principios de estas autoras es considerar el ciclo de vida a partir de la interacción entre al menos tres generaciones, pudiendo incluir hasta cuatro generaciones, ya que entre ellas se consolida un sistema emocional que afecta a todos los involucrados (más adelante se profundizará en el concepto de sistema emocional) y porque existe un sentido histórico de continuidad entre ellos, aun cuando no todos sean capaces de percibirlo.

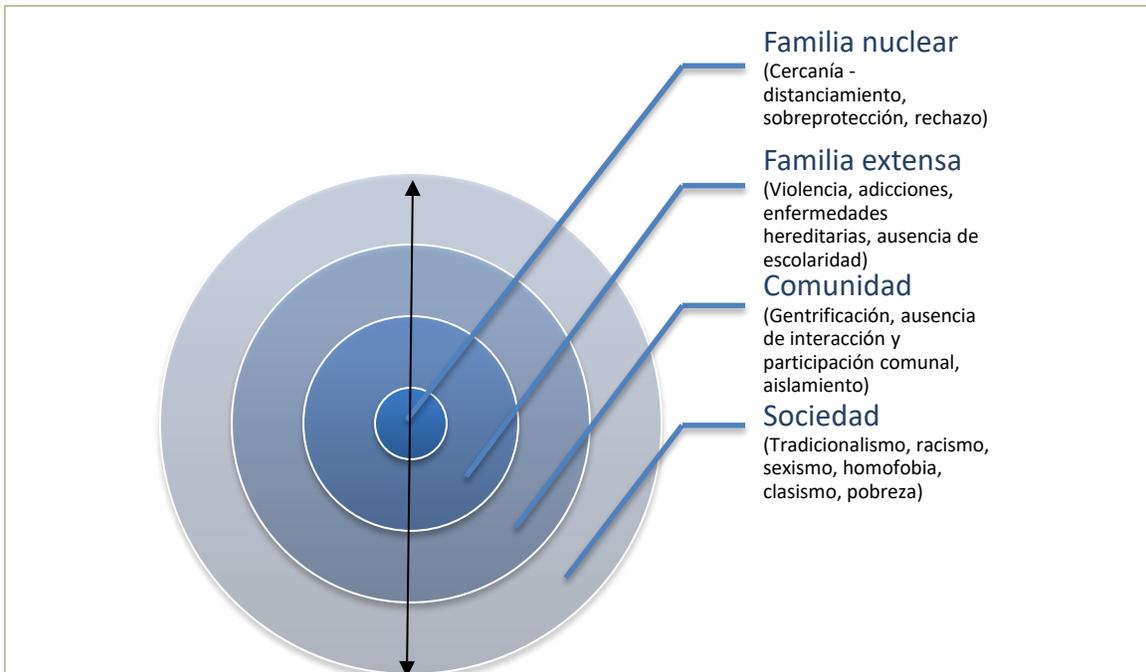
De esta manera, existen dos ejes a tomar en cuenta en el ciclo vital. El primero es el *eje vertical*, que incluye los patrones familiares de las generaciones pasadas, mitos, secretos, enfermedades, creencias, entre otras cosas, implicando también distintos niveles de abstracción que van desde la familia nuclear, la familia extendida, la comunidad, el trabajo, los amigos, hasta las condiciones sociales, culturales políticas y económicas en el que la familia se ha desarrollado (obsérvese el recuadro de niveles de abstracción)⁴.

Por otro lado, existe el eje horizontal que implica el desarrollo de las etapas del ciclo vital, tanto las esperadas (matrimonio, nacimiento de los hijos, etc.) como las inesperadas (muertes prematuras, enfermedades crónicas, accidentes). Es decir, se refiere el trayecto cronológico o desarrollo de una familia, en el que entraría el proceso evolutivo de cada uno de sus miembros, las transiciones que recorren como familia, los sucesos inesperados, hasta los acontecimientos contextuales en los cuales se desenvuelven (obsérvese el recuadro de transiciones)⁵.

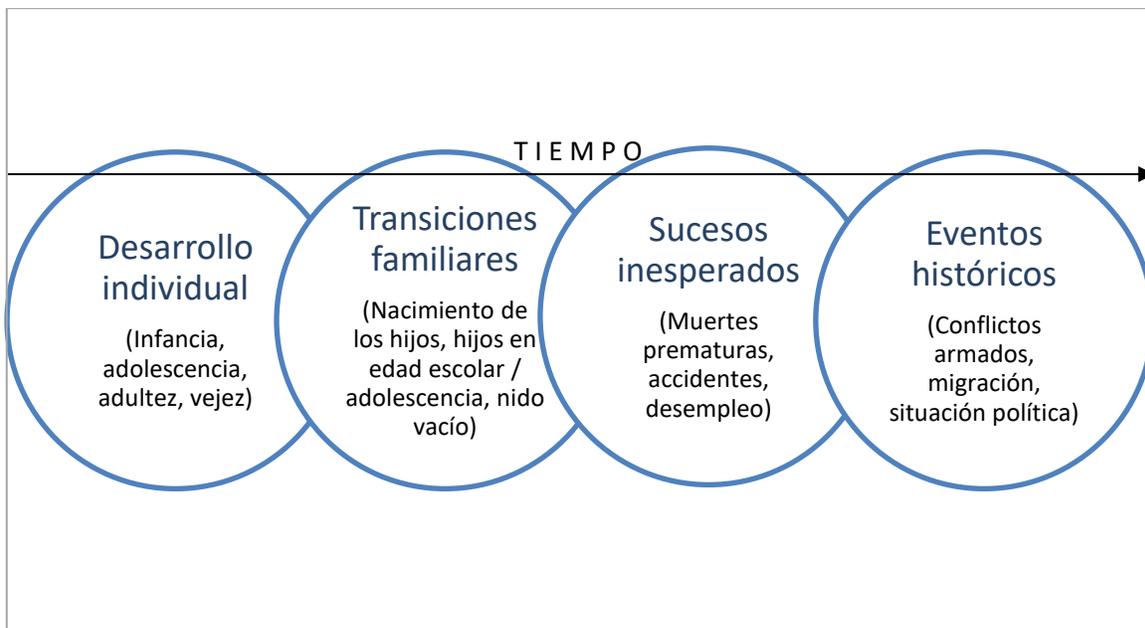
El cruce de ambos ejes (el histórico, que comprende varios niveles de abstracción sobre los acontecimientos ocurridos en generaciones pasadas y el cronológico, que hace alusión a lo acontecido en el desarrollo de la familia desde su formación), ofrece una visión más elaborada sobre lo complejidad de la familia a través del tiempo.

⁴ Tomado de *The expanded family life cycle*, de Carter y McGoldrick (2005)

⁵ *Ibíd.*



Niveles de abstracción – Estresores verticales



Transiciones - Estresores horizontales

Modelo crítico del ciclo vital

Pese al gran bagaje de aportaciones que se han realizado a lo largo de los últimos años a la teoría del ciclo vital, aún no le es posible abarcar todos los fenómenos emergentes de la

sociedad contemporánea. Se entiende, -por motivos de la propia naturaleza dinámica de la familia a través del tiempo (y del conocimiento en sí)- que determinar un tema como agotado o totalmente finalizado, es una utopía que de antemano cualquier investigador conoce. Sin embargo, en el presente caso se trata de hablar sobre aquello que aún no es cabalmente visible para los teóricos del ciclo vital, o al menos, para las versiones 'oficiales' de la misma. ¿Cómo comenzar a hablar de ello?

Quizá una manera de hacerlo es retomando lo arriba mencionado, sobre la naturaleza dinámica (dinámico = relativo a movimiento) de la familia, y es que hoy en día (y desde décadas atrás) debemos hablar de familia(s), así es, en plural, debido a la gama de configuraciones que ante todo, existen y se expanden ahora más que nunca. ¿Cuáles son algunas de estas configuraciones familiares y hasta qué punto determinan cambios significativos en las posibles trayectorias de las familias? De entrada, muchas familias continúan teniendo hijos, (aun cuando la cantidad de los mismos se haya reducido dramáticamente) pero muchas otras no, ¿Esto significa que el término familia no es aplicable para ellos? No necesariamente. Las definiciones de familia suelen ser contradictorias, por un lado, se aboga que para determinarse como tal, debe existir un "conjunto de ascendientes, descendientes, colaterales y afines de un linaje" otras definiciones afirman que se trata de un "grupo de personas formado por una pareja, que convive y tiene un proyecto de vida en común". Una configuración acorde a esta última definición serían las llamadas parejas DINK (por sus siglas en inglés Dual Income No Kids) traducido como parejas de *doble ingreso sin niños*; que representan el 7% de los hogares según la CONAPO (Navarro, 2007) o *las parejas LAT* (por sus siglas en inglés Living Apart Together) que podría traducirse como *viviendo juntos, pero separados*, que aunque no existan estadísticas oficiales, se calcula que 1% de las personas mayores de edad mantienen este tipo de configuración (Olivares, 2014). Ambas configuraciones quedarían truncas tan sólo en la fase inicial del llamado ciclo vital. ¿Hacia dónde se dirigen las transiciones de estas familias, entonces? ¿Hacia un espacio-tiempo vacío y sin valía? ¿Se trata sólo de la postergación o 'atascamiento del ciclo de vida 'natural'? No lo creo.

Otros ejemplos de 'familias' que generan movimientos en lo establecido por los teóricos del ciclo vital son todas aquellas que salen de la norma tradicional de familia. En este apartado entrarían las familias homoparentales, monoparentales, familias con hijos adoptivos, familias indígenas, familias afro-mexicanas, familias migrantes, familias en contextos inhóspitos u hostiles, madres solteras, padres solteros, incluso el género como factor determinante en el ciclo vital. De ahí la necesidad de incorporar modelos de mayor complejidad, más prolíferos hacia caminos diversos o divergentes. Después de todo, la visibilidad en los discursos oficiales termina en otorgamiento de derechos, ventajas, desventajas; en general, escenarios concretos de posibles realidades. Por lo tanto, mencionaremos algunas de las fantasías que encubren el marco del ciclo vital y porqué tales ideas no describen fielmente la realidad en la cual estamos inmersos. Al menos aquellas realidades emergentes en nuestras latitudes.

La noción de una completa autonomía es una ficción. (Y más en América Latina y otras latitudes no occidentales)

Uno de los aspectos que más se repite a lo largo de la literatura del ciclo vital, es la idea de que el fin último del desarrollo humano, es alcanzar una 'autonomía cabal', una 'trascendencia humana' en palabras de Erikson, entendida ésta como la conquista del individuo por sobre la sociedad, una aportación 'que le debe ser admirada y agradecida', pues se ha alcanzado con base en el desarrollo pleno *del individuo*, sin ver, que detrás de todo, existió una serie de relaciones que posibilitaron que ese individuo 'trascendiera'. Pareciera que no existe nada más sobreestimado, que aquél que sobresale del resto, y la desvalorizada capacidad de crecer en conjunto y en el reconocimiento de que todo el tiempo existimos gracias a las relaciones; es algo de lo cual no se habla en las teorías del desarrollo, al menos, no como un componente esencial del mismo (tal vez sólo en Vygotsky, 1964) De cualquier manera, *la noción de que una completa autonomía, es una ficción* (McGoldrick, 2005) y el componente relacional del desarrollo, suele tomarse como una 'característica más' de género. Más adelante se profundizará en cómo las habilidades de protección y cuidado, preocupación por los demás y otros aspectos relacionales son delegados al género femenino dentro de las familias tradicionales Sin embargo, las teorías del desarrollo deberían 'molestarse' o 'incomodarse' un poco más en encaminar sus metas hacia una madurez de interdependencia.

Asimismo, y de manera particular en América Latina o en aquellas sociedades llamadas tercermundistas o en vías de desarrollo, sociedades que se caracterizan por dificultades estructurales, falta de recurso económico entre otros desafíos de carácter político y social, existe una proliferación de configuraciones familiares basadas en la agrupación, o *sobreagrupación* de sus miembros. Estamos hablando que en Latinoamérica puede ser común encontrar familias de más de cinco individuos, o familias conformadas por tres o hasta cuatro generaciones, que generan maneras distintas de organizarse y de pensar la *autonomía* o la *individualidad*, o al menos, el valor que se le brinda a las mismas.

Existen dos posibles causalidades sobre esta razón de ser, y es que como menciona Sunkel (2006) la familia absorbe una gran parte de la protección social de los individuos, es decir, predomina un estado *familista* en el sistema, que establece que la familia es la encargada de brindar los cuidados básicos y la protección necesaria para la sustentabilidad de una sociedad y de sus individuos; que no siempre se ve en posibilidades de lograr. Aun así, y en condiciones de vulnerabilidad, la familia es el espacio que provee más elementos necesarios para la subsistencia, creando así la imagen de una institución imprescindible para la supervivencia.

Por otro lado, se encuentra la *cultura* de la sociedad latina respecto a la familia, que inició quizá como un adoctrinamiento *moral* derivado del papel de la iglesia católica desde su llegada a México, en 1521, el cual brindó poder al estado para regular la vida de las personas a través de lo familiar, teniendo la facultad de establecer sanciones religiosas y jurídicas que derivaron en la construcción e interiorización de los parámetros que definen a la familia y su correspondiente valor (Bárceñas, 2012). Recordemos de esta manera que, el individuo construye su cultura al tiempo que el individuo se construye en ella (Berger y Luckman, 1968)

Otro ejemplo en donde se describe la sobrevaloración del concepto de autonomía, es el que expone Borysenko (1998) al hablar sobre la *interdependencia*, valor considerado tradicionalmente como femenino, pero que es aprendido desde una edad temprana por niños de la comunidad afroamericana en Estados Unidos, pero que es ignorado en el desarrollo masculino del adulto. Asimismo, Dilworth-Anderson, Burton y Johnson (en McGoldrick, 2005) lo reafirman, agregando que aspectos como la organización, la vinculación y el significado del otro son aspectos esenciales para que la comunidad afroamericana resista ante un ambiente discriminatorio. En este sentido, el carácter de pertenencia y la cercanía con los otros son esenciales para el desarrollo. El dicho africano “*si no me preocupo por ti, no me preocupo por mí*” expresa un sentido de identidad fuertemente arraigado en los individuos de dicha sociedad.

De esta manera, podemos entrever que existe un proceso histórico que nos ha llevado a concebir el desarrollo como la conquista de la individualidad –precisamente de parte de sociedades que han conquistado su autonomía- a partir de la dominación de los otros, mientras que en aquellas sociedades que fueron ‘conquistadas’, o mejor dicho, violentadas, predomina un sentido de resistencia a partir de lo comunitario, de la importancia del otro, que se expresa en distintos preceptos y trayectorias de vida: relacionales más que individuales, tradicionales, comunitarias y familiares. Tal como mencionaba Beyebach y Rodríguez-Morejón:

“Las definiciones del ciclo vital, e incluso las definiciones de familia, han sido siempre fluctuantes y cambiantes. Son solamente la falta de memoria histórica, la cortedad de miras o el prejuicio ideológico los que nos llevan a pensar en una identidad natural y estable” (1995, p. 63)

En este sentido, lo que manifiesta McGoldrick acerca de la autonomía como una *auténtica ficción* puede ser explicado desde el planteamiento de Bauman (2000) respecto a los vínculos humanos dentro una sociedad *líquida*⁶, en donde las relaciones humanas ya no se encuentran ancladas a nada, sino que permanecen dentro de la futilidad universal que caracteriza a nuestra era; una era fluctuante y llena de incertidumbres, que a su vez ha propiciado la emergencia cada vez mayor de vínculos basados en el cumplimiento de satisfacciones inmediatas, no por la “naturaleza egoísta del hombre o la mujer” sino como una consecuencia lógica de la época de consumo y de las precarias condiciones sociales y económicas en las que el ser humano se desenvuelve. Tal como menciona Bauman (Ibíd):

“Si los vínculos humanos, como el resto de los objetos de consumo, no necesitan ser contruidos con esfuerzos prolongados y sacrificios ocasionales, sino que son algo cuya satisfacción inmediata, instantánea deben ser ejecutados en el momento, (...) entonces, no tiene sentido ‘tirar margaritas a los chanchos’

⁶ El término sociedad líquida hace alusión aquéllas sociedades en donde las condiciones de actuación de sus miembros cambian antes de que las formas puedan consolidarse en unos hábitos y en una rutina determinada.

intentando salvar esa relación, con más desgaste de energías cada vez, y menos aún sufrir las inquietudes e incomodidades que esto implica.” (p. 174)

Por tanto, si no existen las condiciones para que los vínculos humanos se desarrollen de manera perdurable -a partir de mutua protección y compromiso-, se entiende que existan serias dificultades para pensar en una verdadera autonomía, pues la cultura no brinda referentes para que los individuos encuentren un modo de inserción y/ o separación respecto de algo –siguiendo la analogía de Bauman- que pueda percibirse como *sólido*. Así lo afirma el mismo autor, de la siguiente manera:

(...) Pero sí implica que, en este momento, salimos de la época de ‘los grupos de referencia’ preasignados para desplazarnos hacia una era de ‘comparación universal’ en la que el destino de la labor de construcción individual está endémica e irremediamente indefinido, no dado de antemano, y tiende a pasar por numerosos y profundos cambios antes de alcanzar su único final verdadero: el final de la vida del individuo.” (Bauman, 2000, p.13).

Por último, agrego un último señalamiento de Bauman respecto al desafío que supone la culminación de la época moderna y su transición a la postmodernidad, para la actual generación de jóvenes adultos:

“Por cierto, todos los moldes que se rompieron fueron reemplazados por otros; la gente fue liberada de sus viejas celdas sólo para ser censurada y reprendida si no lograba situarse –por medio de un esfuerzo dedicado, continuo y de por vida- en los nichos confeccionados por el nuevo orden. (...) los individuos debían dedicarse a la tarea de usar su nueva libertad para encontrar el nicho apropiado y establecerse en él, siguiendo fielmente las reglas y modalidades de conductas correctas y adecuadas a esa ubicación. Sin embargo, esos códigos que uno podía elegir como puntos de orientación estables, y por los cuales era posible guiarse, escasean cada vez más en la actualidad. (pp. 12-13).

Todo esto nos lleva a la necesidad de replantear la idea de éxito para convertirlo deliberadamente en algo más simple, más transitable. Ya sea renunciando a la conquista de las metas estandarizadas por el mercado, o bien, rechazando la fantasía de ser empecinadamente el mejor; convirtiéndolo en algo que sea accesible para todos los jóvenes -cualquiera que sea la trayectoria elegida-, especialmente si puede contar con elementos tan valiosos como la colectividad, el énfasis en las redes y la interdependencia, y menos en la competitividad y la transcendencia individual.

Sería necesario hacerlo, de lo contrario, seguiremos creciendo en trayectorias de vida llenas de frustración, inalcanzables, como si fuese una realidad inaccesible para nosotros los jóvenes, una realidad que se convirtió en fantasía, al menos para el gran porcentaje de la población que no se encuentra en un estatus social privilegiado.

Los millenials y las generaciones venideras

A propósito de las generaciones venideras, actualmente podemos encontrar diversas notas informativas, sobre todo difundidas en las redes sociales y otros medios masivos, acerca de los perfiles de nuestras actuales generaciones de jóvenes: los *millennials* o *generación Y* (nacidos entre 1981 y 2005). Se ha mencionado por ejemplo, que los millennials son aquella generación de jóvenes adictos al celular, apáticos, con poca tolerancia a la frustración, que fueron malcriados, que se les dijo que eran especiales sin razón aparente, que se les fue dado todo en las manos. También se les ha llamado la generación de la queja, los sobreprotegidos, los poco realistas, los hipersensibles a la crítica, los egocéntricos, consumistas y egoístas, y la lista continúa. El peligro con esta categorización, tal como menciona el Organismo Internacional de la Juventud (OIJ, 2017) es que invisibiliza un gran porcentaje de juventudes emergentes, distintas en su historia, contexto y aptitudes, creando un estereotipo negativo sobre lo que los jóvenes pueden ser o no ser y hacer. En este sentido, es importante reconocer que gran parte de las investigaciones que dan cuenta sobre los *millennials* derivan de estudios de mercado sobre su capacidad de consumo, por lo que se estarían centrando sólo en los elementos que guían un comportamiento de consumo, en una muestra sociodemográfica específica, como es el caso de jóvenes occidentales, urbanos, de clase media y con estudios superiores, que son el reflejo de una cultura dominante de un sector de la sociedad con privilegios particulares. (Lampert y Sheikh, en OIJ, 2017)

Otros aspectos que se invisibilizan con tal sobrecarga informativa, son, por un lado, la responsabilidad de la sociedad en la conformación de dichas juventudes, en donde no se reconoce la mutua influencia de la dinámica actual, su falta de compromiso para fomentar una ampliación de oportunidades, entre otras cosas; y por otro lado, los procesos históricos y contextuales sobre los cuáles se han desarrollado dichas juventudes -como el hecho de ser la primera generación testigo del cambio digital y ser la generación que se hizo adulta durante el cambio de siglo.

Según el mismo informe de la OIJ, esto último es importante porque ha determinado otras maneras de ver la realidad, de pensar, hacer, sentir y significar, que incluye la contradicción entre la aceleración de la vida cotidiana y la pertinencia de tomarse el tiempo necesario. El cambio de siglo ha dejado también el desafío de plantarse entre lo novedoso y lo tradicional, entre la defensa de la familia y el rechazo a cualquier institución social, entre el consumismo y el consumo responsable, entre la afirmación del machismo y la fractura de cualquier norma de género, solo por mencionar algunos ejemplos. En palabras de la OIJ, 2017:

Se trataría, entonces, no de decir cómo son los millennials, sino de enganchar temáticas claves con cambios de paradigma generacionales, que son contextuales –no universales- y que sacuden –pero no rompen- el sistema establecido, para desde ahí ver cómo piensan y actúan ciertos jóvenes. También al contrario: preguntar cómo piensan y actúan estos jóvenes para marcar su incidencia en la forma del mundo que habitan. (p. 4)

Es importante recalcar su valor ante la crisis sociopolítica actual y el enorme desafío que tienen por delante. Muchos de los aspectos por los cuales se le critica a la *generación Y* (como su negativa a ser empleados de grandes corporaciones y su deseo por ser los generadores de sus propias trayectorias laborales) responde también a una incertidumbre laboral sin precedentes, en donde el poder adquisitivo de la población es el peor en 30 años (Román, 2018). Por lo que, si de cualquier manera no habrá garantía social sobre un futuro cercano o lejano, más vale tomar el asunto por las propias manos. Y aquellas decisiones que se han vuelto objeto de burla, en ocasiones representan las únicas alternativas para afrontar la incertidumbre de nuestro porvenir; de ahí que exista una gran cantidad de jóvenes que posterior a su formación, ofrecen sus servicios profesionales de manera independiente, buscando hacerse de un espacio idóneo para la continuación de sus proyectos de vida.

De esta manera, se observa el perfil de una generación dispuesta a hacer lo necesario para sobrevivir y resurgir junto a su contexto, una generación que puede dar sorpresas, como la que observamos el pasado 19 de septiembre durante el terremoto en el sur y centro del país. Llena de contradicciones, sí, pero no por un 'perfil psicológico' de la generación, sino por la diversidad de cambios, circunstancias, contextos y desafíos que nos rodean. Nos han criado para lo individual, para preocuparnos sólo por nosotros mismos, pero también nos hemos dado cuenta del fracaso de obedecer a tales señales.

Modelo del ciclo vital y el enfoque de género.

¿Por qué han sido las mujeres las que históricamente se quedan en casa, encargadas del orden del hogar y la crianza de los hijos? ¿Por qué a lo largo de nuestra historia se ha considerado la profesión de docencia de educación básica como una profesión primordialmente del género femenino? ¿Por qué se ha percibido también así la carrera de enfermería o de trabajo social, entre otras?

Los anteriores interrogantes nos llevan a colocar una de las características más asociadas al rol femenino dentro y fuera de nuestra sociedad: el cuidado por los otros. De esta manera, se considera que las mujeres son mejores para brindar la atención y el cuidado que el educando requiere durante los primeros años de su infancia, aunque lo mismo ocurre con trabajo social, en donde el profesional debe tener tacto para comunicarse con las personas sobre temas que pueden ser sensibles (temas de adopción, estudios socioeconómicos, entre otros) y en escenarios que requieren atenciones particulares (población vulnerable, contextos hospitalarios, entre otros) y de enfermería ni hablar, pues representa dos cualidades asignadas al rol femenino: cuidar (al enfermo, con toda la amplitud de la palabra) y auxiliar (al médico, en el sentido de que su principal trabajo es apoyar y respaldar el trabajo del mismo) Llama la atención que las mujeres representan el 85% del personal que labora como enfermero/a (INEGI, 2015).

De esta manera, McGoldrick (1989) puntualiza que al estar mayormente involucradas en las relaciones con los otros en comparación con los hombres, las mujeres están expuestas a mayor estrés, por un lado por la cantidad de conexiones, relaciones y vínculos que establecen, lo cual se traduce en mayor probabilidad de que algo salga mal, y por otro lado,

porque se sienten emocionalmente más responsable de dichas relaciones, en comparación con los hombres.

Respecto al cuidado, McGoldrick propone algunas ideas sobre cuál puede ser el ciclo vital de las mujeres:

- Formación de la pareja = cuidado del hombre
- Pareja con hijos pequeños = cuidado de los hijos pequeños
- Pareja con hijos adolescentes = cuidado de los hijos adolescentes
- Nido vacío = cuidado del esposo y de los padres

Asimismo, podemos observar que históricamente se ha nombrado a la mujer a partir del rol que tiene en relación con el hombre y en relación con el rol designado a través de su etapa de vida, se le considera así como hija, como esposa y como madre.

Y por si fuera poco sacrificio, romper con el ciclo de vida establecido tradicionalmente puede ser aún más doloroso. Principalmente cuando se trata de meterse con la familia. Cuando una familia se reestructura o se modifica, concibiéndose socialmente como una “desintegración”, el actor (en este caso actriz) mayormente culpabilizado es la mujer, lo cual funciona muy bien en un sentido postestructuralista en donde la culpa es internalizada, y el sufrimiento una agonía. Para que una mujer pueda emerger como sujeto autónomo y activo en la sociedad, primero debe dejar (o hacerlo al mismo tiempo) el peso que la familia ha impuesto.

Un modelo de desarrollo masculino

Debe ser señalado que las teorías del desarrollo han sido elaboradas desde una perspectiva androcéntrica (Ibíd.). Basta echar un vistazo a las trayectorias de vida de algunos teóricos para encontrarnos que los planteamientos sobre el ideal de desarrollo psicológico reflejan los propios términos de desarrollo de tales autores, todos varones. Por ejemplo, en el caso de Erik Erikson, un hombre dedicado a la academia, quien trabajó como profesor universitario y que tuvo la oportunidad (y la posición privilegiada) de dedicarse a la docencia e investigación, plantea como meta esencial del adulto (de 30 a 50 años) la *generatividad*, y de la vejez (después de los 50 años) la *integridad*, siendo que ambos valores se dirigen hacia la productividad, hacia la autorrealización del individuo, hacia su autonomía, hacia la transformación de su medio y hacia el ofrecimiento de un legado ¡Vaya trayectoria! Todo lo anterior a través de la resolución de conflictos (una vez más) de carácter individual –y no relacional-. ¿Qué significa esto? Que en experiencia de Erikson, tal plenitud, es lograda mayormente gracias al esfuerzo y la voluntad de los seres humanos (una idea bastante propagada en el periodo de sobrevivencia al holocausto) sin tomar en cuenta que incluso antes de su emigración a Estados Unidos, Erikson contó con la posibilidad de estudiar arte y posteriormente psicoanálisis, posibilidades que vinieron gracias a una red de apoyo que lo sustentaba, una red creada a partir de fuerzas y valores relacionales y de cuidado, mayormente designados como valores femeninos. Pero, ¿por qué no son visibles? Si partimos de que históricamente los hombres han sido criados para alcanzar una plena autonomía y la mayor parte de las teorías del desarrollo se han

construido bajo la idea de la autonomía como meta final, entonces podemos deducir que la mayor parte de las teorías del desarrollo se refieren a trayectorias masculinas, desarrolladas por visiones masculinas, que terminan siendo teorías del desarrollo masculinas. Ejemplos de otros autores serían el caso de Piaget, Levinson, Valliant, entre otros (McGoldrick, 1989).

De esta manera, Jean Miller en 1976 (citado en McGoldrick, 1989) señala que debe reconocerse una nueva psicología de la mujer, basada en el contexto del apego y de la afiliación con los otros, en donde se rescate el sentido del sí mismo a partir de lo relacional, de lo emocional, de lo corporal, de la vulnerabilidad y de las fortalezas que nacen de dichas 'debilidades'.

Etapas del ciclo vital de la mujer

En este apartado se desarrollan algunas ideas tomadas principalmente del texto de Mónica McGoldrick sobre su investigación respecto a las particularidades del ciclo vital de las mujeres (*Women in families, 1989*), dicha referencia sirve de plataforma para retomar un gran número de situaciones que suceden también en el contexto mexicano. Sin más, se presentan a continuación.

Las jóvenes adultas

Una de las etapas que personalmente implicaron mayor autodescubrimiento fue la de mi transición a la adultez temprana, aquella edad que comprende entre los 18 y los 24 años que particularmente estuvo plagada de experiencias mayormente derivadas del contexto universitario, -no precisamente académico- aunque sí muy educativo. Me refiero a las experiencias relacionales, el encuentro y desencuentro con los otros, el recibimiento de mayores libertades, pero también de mayores responsabilidades, la consolidación de una identidad, la exploración de escenarios que marcarían pauta para los años posteriores, entre otros aspectos. Podría referirme a esta etapa como los primeros pasos hacia lo que hago hoy en día, -no sólo en el aspecto laboral- y han transcurrido diez años desde ese 'inicio'. Sin embargo, soy consciente de que tales experiencias, significados y aprendizajes no son propios de todas las *juventudes* y particularmente, como refiere McGoldrick, no siempre están presentes por igual para todas las mujeres, -aun cuando el contexto universitario se pretende como contexto libertador y reflexivo- siendo un camino con mayores implicaciones, cargas y estigmas para ellas.

Bien, cabe preguntarse, ¿por qué? ¿Qué influye en que, -más allá de las diferencias en las trayectorias de vida de hombres y mujeres- exista una desigualdad de ventajas o libertades? McGoldrick refiere que hasta hace muy poco, la etapa de 'joven adulto' era una etapa sólo para hombres, en el sentido de que una mujer pasaba de su familia de origen a su familia de procreación, y toda desviación era caracterizada como una decisión egoísta o hedonista. La imagen de soltera (independientemente de si se está sola o con más de una pareja) es castigada por la opinión pública, pero alabada, o al menos aceptada, para los hombres.

Hoy en día las mujeres tienen mayores posibilidades de decidir y enfocarse en su desarrollo personal y profesional, al menos en los discursos institucionales, sin embargo, la familia sigue siendo una fuerte influencia que sopesa, de manera que entre más se centre una mujer en su desarrollo personal, mayor tendencia habrá a distanciarse de su familia.

Un fenómeno que refuerza esta idea, es que cuando una mujer consolida su unión marital, suele estar acompañado de un mayor acercamiento a su familia de origen, es decir, existe una aprobación e incluso un acogimiento de la mujer joven que se ha unido en matrimonio, porque cumple con las expectativas de la familia. No sucede así con los hombres, que suelen distanciarse de sus familias de origen para acercarse más a la familia de su cónyuge.

Otro problema en cuanto a las trayectorias de las mujeres es la deserción escolar, en la que se ha encontrado que, aspectos como la maternidad, los roles de género (de Garay y Valle-Díaz-Muñoz, 2012) problemáticas familiares, expectativas, embarazos adolescentes y conductas de riesgo (Pantoja, 2003) matrimonio, falta de apoyo familiar, prohibición por parte de la pareja, embarazo y falta de recursos (Ruiz-Ramírez, Ayala-Carrillo y Zapata-Martelo, 2014), tienen un peso muy grande al decidir abandonar la escuela.

Por último autores como Horner y Sassen (1972, 1980, citado en McGoldrick, 1989) mencionan que debido a la sensibilidad interpersonal de las mujeres, éstas se involucran menos en dinámicas de competencia laboral, en donde el éxito de una persona está condicionada por el fracaso de otra. Una vez más encontramos rastros sobre cómo la importancia del otro u otras van marcando pautas sobre decisiones importantes que se toman en determinadas etapas, rastros que no se encuentran fácilmente en las trayectorias de vida de los varones

La joven pareja: el inicio de la unión matrimonial.

Aun cuando las uniones matrimoniales son cada vez más postergadas por las jóvenes parejas, -la edad media de unión marital era de 20 años en 1995 y de 27 años para el 2014 en el caso de las mujeres, mientras que para los hombres la edad media era de 22 años en 1995 y de 30 años en el 2014, según el INEGI (2014)- dichas uniones continúan siendo la configuración más común en nuestra sociedad.

Por otro lado, las mujeres suelen unirse en nupcias tres años en promedio más jóvenes que sus compañeros hombres, lo cual las coloca en una clara desventaja en términos de experiencia y en términos de relaciones de poder, haciéndolas más vulnerables (mujeres sin violencia, 2017) lo cual coincide con lo expuesto por autores como Goodrich, Rampage, Ellman y Halstead (1988, citado en McGoldrick 1989) sobre los sacrificios y los renunciamientos que hace una mujer con tal de ajustarse a los requerimientos de la vida de su compañero.

Asimismo, es común encontrar insatisfacción, frustración y angustia por la manera en que la relación de pareja cambia durante los primeros años en cuanto a la necesidad de cercanía e intimidad. En este aspecto, las mujeres descubren que los hombres pasan menos tiempo conversando con sus esposas, creyendo que la intimidad se da sólo a partir de ser responsables en sus roles de proveedores y en todo caso, 'ayudando' con las tareas

domésticas (Goleman, 1986; Stenberg, 1984; White, 1986; citado en McGoldrick, 1989). Entre los intereses maritales existen grandes diferencias por género. Por un lado, los hombres mencionan como importante la respuesta sexual de sus esposas, así como el compartir intereses con ella, mientras que las mujeres están más concentradas en que sus esposos se lleven bien con su familia y amigos (Ibíd.).

Por último, el número de mujeres que deciden no casarse incrementó; en México, el porcentaje de matrimonios se redujo 19.3% del 2000 al 2011 (Excelsior, 2013), lo cual sugiere que las mujeres han dedicado más tiempo de sus vidas concentrándose en sus carreras profesionales, y aunque tales cambios han derivado en una mejor situación económica para ellas, Bernard (1982) menciona que por cada paso que dan encaminado a su mejora financiera y su desarrollo profesional, es un paso atrás en las probabilidades de encontrar una pareja con la cual establecer un lazo matrimonial. Aunque lo anterior puede entenderse como una libertad financiera que otorga seguridad personal y reduce la dependencia a un cónyuge, también implica la reducción de sus opciones en cuanto a encontrar un compañero adecuado, particularmente porque las mujeres, por lo general, tienden a hacer pareja con hombres que sean más altos, mayores en edad, más inteligentes y más adinerados que ellas, reduciendo así el panorama de posibilidades. Cuando una mujer sale de este esquema, una vez más, suele ser estigmatizada por no encontrar un hombre 'a la altura'; asimismo sucede con los hombres que tienen una relación con una mujer más alta, mayor en edad, más inteligente y más adinerada.

Mujeres en familias con hijos e hijas pequeños(as)

Cuando se trata de la crianza y cuidado de los hijos, las madres son, en la mayor parte de las sociedades, -la nuestra es un gran ejemplo de ello- heroínas y villanas a la vez, en cuanto a que son las responsables de cualquier cosa que pase con ellos; lo anterior, reforzado por un determinismo psicológico que ha sido construido en conjunto con el desarrollo de la psicología misma. McGoldrick menciona al respecto:

La fantasía de que las madres son 'todopoderosas' ha llevado a la tendencia de culpar a las madres por cualquier cosa que salga mal y a esperar que deban ser perfectas. (p.211)

Lo anterior debe ser reconocido dentro de un contexto que coloca a la maternidad bajo un esquema patriarcal, en donde prolifera el juicio, estigma y castigo hacia ellas. Mientras que la paternidad implica una exigencia casi nula de involucramiento, como si fuese casi la norma tener un padre ausente emocionalmente. Asimismo, se deja de lado el papel que tiene la familia extensa en el desarrollo de los hijos, como si un contexto tan enriquecedor como el de las interacciones con las tías, tíos, abuelos, primos y otros familiares no tuviera efecto alguno en el desarrollo de un individuo.

El desafío respecto a la hiper-responsabilidad que se le atribuye a la mujer y su maternidad es que se gesta bajo una falta de protección social al que por decreto deberían ser acreedoras. Un ejemplo de ello es la falta de licencias de maternidad. La Encuesta Nacional de Empleo y Seguridad Social del 2009 reveló que sólo 4 de cada 10 mujeres contaban con

la protección social de alguna institución de seguridad social (ENESS, 2009). Asimismo se encontró que del total de mujeres que tuvieron un parto entre 2008 y 2009, poco menos de la mitad, 45.7%, no tuvo acceso a una incapacidad o licencia médica; adicionado a esto, del total de mujeres que tuvieron atención por alguna complicación del embarazo o por aborto, 67.1% tampoco pudieron acceder a una incapacidad (Ibíd.).

El otro lado de la moneda es la construcción de los roles de género desde una edad muy temprana. Autores como Lewis y Weintraub, Maccoby y Jacklin y Romer (1974, 1974, 1981; citado en McGoldrick, 1989) señalan que los padres suelen promover mayor actividad física en niños y mayor dependencia en niñas. Por otro lado, se ha encontrado que las niñas desarrollan habilidades de lenguaje a una edad más temprana que los niños, lo cual se entiende si se toma en cuenta que desde edades tempranas existe una estigmatización por las niñas que gustan de hacer deportes. Ante tal escenario es comprensible que las niñas se avoquen a conversar (lo cual, de nuevo, es una habilidad relacional), dependiendo, claro, del contexto y hasta de la clase social a la que pertenezcan unos y otras (Alva, Hernández-Padilla y Carrión, 2005).

Entre otras diferencias, Lewis y otros (1984) plantean que las niñas suelen orientarse más hacia otras mujeres, hacia miembros de la familia y hacia adultos, mientras que los niños se orientan más hacia los hombres, hacia sus pares y hacia personas que no pertenecen a la familia. Asimismo, Lever (1976) agrega que las reglas se toman en cuenta de distinta manera, siendo las niñas las que se concentran en respetarlas más, mientras que los niños no.

Mujeres en la adolescencia

En esta etapa del ciclo vital las madres esperan de sus hijas una lealtad poco comparable con la que esperan de parte de sus hijos, debido principalmente a que de los hijos se espera que sean más desapegados, autónomos, que se desenvuelvan en lo público, mientras que del género femenino se espera su permanencia en casa, la adopción de valores y tradiciones, la cuestión del cuidado y en general, mayor desempeño en lo privado (Torres Velázquez, 2011).

Se ha mencionado, por ejemplo con autores como Erikson y Gilligan (1968, 1982) que la adolescencia es la etapa en que las mujeres se preparan para definir su personalidad o su estatus a partir del compañero con el cual elijan estar. ¿Es esto aplicable en la actualidad? Lo cierto es que las mujeres alcanzan una madurez relacional a más temprana edad que los hombres, lo cual puede explicar que le den mayor importancia al noviazgo. Uno de los problemas respecto a las relaciones de pareja durante la adolescencia es que se confunda intimidad con sexo, afectación que perjudica primordialmente al sexo femenino cuando se lleva de manera irresponsable.

Por otro lado, si durante la infancia los padres pudieron establecer una relación medianamente cercana con sus hijas, es durante la adolescencia que su relación se vuelve confusa o ambivalente debido principalmente a que los padres no saben cómo reaccionar a la naciente sexualidad de sus hijas. Ante ello, la reacción más común es distanciarse de

ellas, lo cual va creando el mensaje de que los hombres son distantes y misteriosos, que termina internalizándose a la hora de establecer sus propias relaciones de pareja (Hare-Mustin, 1976, citado en McGoldrick, 1989). Es de gran importancia cuidar, particularmente en esta etapa, el riesgo a ser objeto de un acoso o abuso sexual y hasta de una violación por parte de algún miembro de la familia, por más inverosímil que esto pudiera sonar en el pasado.

Es importante mencionar el tema de la menstruación, ya que históricamente ha sido un tema tabú para la sociedad. En este sentido, las mujeres han cargado con la censura (además de las molestias físicas y hormonales) de tener este proceso natural, sintiéndose 'sucias' o avergonzadas. Sería importante contrarrestar este sentimiento a partir de la apertura para hablar del tema y dejar de ver a la menstruación como la 'maldición' con la que debe cargarse.

Una de las maneras más sencillas de resumir este apartado es a través de realizar un par de preguntas que de manera casi segura tendrían una respuesta muy clara para las adolescentes. ¿Quién tiene más responsabilidades en el hogar, los chicos o las chicas? Es importante que ambos géneros se vayan preparando para ser responsables en las tareas domésticas, particularmente la que implica el aseo y mantenimiento de sus pertenencias, lo que propicia la autonomía, así como alentar a ambos géneros hacia los logros académicos, artísticos, deportivos, entre otras áreas por igual.

Mujeres con hijos e hijas adultas

Esta es quizá la etapa que puede prolongarse durante más años desde que la emancipación del joven adulto se ha vuelto cada vez más difícil, por lo que las madres tienen que ejercer su labor de cuidadoras hasta mediados de sus cincuentas-sesentas. El inicio de dicha etapa está caracterizada por brindar cuidados en dos direcciones: por un lado, como ya se mencionó, hacia sus hijos en transición a la adultez, y por otro lado, a su familia de origen, principalmente a sus padres quienes necesitan atenciones especiales debido a la pérdida de capacidades propias de la edad.

Una vez que esta etapa comienza a consolidarse, hombres y mujeres parecen dirigirse hacia dos opuestas trayectorias. Mientras que los hombres comienzan a reconocerse como personas capaces de sentir cercanía, ternura, contemplación, entre otras habilidades relacionales, derivadas de la reflexividad propia de la edad. De esta forma, los hombres se dirigen hacia una etapa de melancolía debido a los años perdidos respecto a la cercanía e intimidad con los miembros de su familia. Por otra parte, las mujeres, que desde el inicio de sus trayectorias de vida han desarrollado estas habilidades, se dirigen más hacia el desarrollo de sus propios intereses, redes y proyectos.

Desafortunadamente, una vez que han decidido tomar sus propias decisiones, deben enfrentarse, al menos en el contexto mexicano, a las censuras y prohibiciones de sus esposos, que las atormentan ahora la mayor parte del día desde que, en esta etapa, es común que el hombre ya se encuentre jubilado. Sus posibilidades de incursionar en el mundo laboral son muy bajas debido a que la sociedad considera la edad avanzada como

un factor de desventaja para ser contratadas. Sin embargo, si la propuesta va más encaminada a emprender un proyecto personal, las posibilidades de éxito son mayores, debido principalmente a las habilidades que a lo largo de los años han desarrollado para el trato general con las personas y para crear redes de apoyo. La culpa que puede derivarse de actuar en aras de su propia persona puede llegar a ser fuerte, pero si se llega a cruzar dicho umbral, es muy probable que aprendan a disfrutar de su éxito por primera vez en muchos años.

En ocasiones, las disconformidades que surgen en la pareja por tales eventos llevan a la disolución del matrimonio. En este sentido las mujeres pueden llegar a ser particularmente vulnerables, empezando por el aspecto económico, pero también por el lado emocional, ya que durante toda su vida han vivido en compañía de otros y para otros. Es importante contar con algún plan de emergencia económica para evitar quedar a la deriva, quizá a partir del apoyo con los hijos, pero también a partir de un plan de ahorro, o la planeación de un proyecto de vida, previo a cualquier situación de disolución marital.

Mujeres por su cuenta

Tal como puede hacerse notar en los apartados anteriores, las mujeres pasan la mayor parte de sus vidas en relación con los otros, y desde su transición a la adultez, se espera que lo hagan en compañía de una pareja. Por lo tanto, este apartado se propone rescatar algunas trayectorias de vida que surgen fuera de un contexto de pareja. En este sentido, Hicks y Anderson (1989) describen al menos tres escenarios en donde la mujer debe transitar por su cuenta. Al hacerlo, importantes connotaciones surgen en un contexto de poca visibilidad de trayectorias de vida de las mujeres, y que será importante considerar a la hora de hablar del tema en cuestión.

Mujeres que nunca se casaron

Tan sólo en México existían 666, 216 mujeres viviendo en un hogar unipersonal para el año 2000, cifra que parece ir en aumento (del 4.9 al 6.3% en un periodo de diez años). De esa cantidad de mujeres viviendo por su cuenta, 29.1% corresponde a mujeres que ya sea por decisión o por distintas circunstancias, nunca se casaron (INEGI, 2000).

El aumento de mujeres viviendo por su cuenta tiene relación directa con la decisión de ellas de concentrarse cada vez más en sus carreras universitarias y/o profesionales. De esta manera, cuando terminan algunos de sus proyectos, el tiempo puede convertirse en una situación apremiante, por un lado, por el aspecto biológico de la fertilidad, y por el otro, porque las posibilidades de encontrar una pareja también disminuyen, dado que muchos de sus pares ya se encuentran en una unión marital. Ante tal escenario, es normal que muchas mujeres decidan *elegir* ser solteras más que *resignarse* a ello, aunque en ambos casos los estigmas se hacen presentes. Sin embargo, cuando sucede lo segundo, sentimientos de frustración, fracaso o enojo pueden surgir, que se ven acrecentados por el no tener hijos (cuando se tiene como expectativa cumplir con tal rol tradicional). La otra cara de la moneda incluye a las mujeres que sin haber contraído un lazo matrimonial han tenido uno o más hijos, lo cual es visto por la sociedad como una irresponsabilidad (mayormente

de la mujer) y una falta a la moral (el juicio hacia la sexualidad femenina) y ante tales agravios, es merecida su situación de marginalidad y dificultad (Arbiza, 1978). La falta de seguridad social y las barreras jurídicas son un brutal impedimento para el desarrollo cabal tanto de las madres solteras como de sus hijos. A pesar de todo ello, las madres solteras sobrellevan esta situación a partir de apoyo familiar, una pulcra organización en tiempos y horarios, y una gran capacidad para resolver problemáticas de toda índole. Asimismo, es importante mencionar que la visión tradicional del rol de la mujer implica precisamente la restricción de posibilidades respecto a todas las situaciones anteriormente mencionadas, - sobre tener o no hijos, sobre decidir casarse o estar soltera, sobre tener pareja sin un lazo matrimonial- que en última instancia, no representan las únicas posibilidades de trayectorias para las mujeres, la libertad puede y debe ejercerse de muchas maneras, ya sea eligiendo a una pareja e/o hijos sin tener que llevar a cabo una unión matrimonial.

Por otro lado, autores como Baruch y colaboradores (1983, citado en Hicks y Anderson, 1989) reportan altos índices de satisfacción en mujeres que además de centrarse en sus carreras, desarrollan intimidad con un grupo de personas significativas, ya sea que se trate de familiares, amigos o parejas. Asimismo, Gigy (1980) encontró que las mujeres solteras se perciben a sí mismas como más asertivas, independientes, realizadas y con crecimiento personal en comparación con mujeres casadas. Hicks y Anderson (1989.) concluyen que el matrimonio y la familia no son el único camino hacia la felicidad, y en todo caso lo más importante para el bienestar social y de las mujeres, es la posibilidad de tener opciones y sentirse en control de cualquier camino que se haya elegido. Es decir, es el sentido de autodeterminación lo que brinda mayor luz y sentimientos de satisfacción en tales trayectorias de vida.

Mujeres divorciadas

Según las estadísticas, los divorcios han incrementado un 136.4% en los últimos 15 años en el contexto mexicano. Tan sólo en el 2015 se registraron 558, 018 matrimonios y 123, 883 divorcios, es decir, 22.3 divorcios por cada 100 matrimonios. (INEGI, 2016).

A diferencia de los hombres, es poco probable que una mujer divorciada vuelva a casarse, y una de las primeras realidades que deben encarar al hacerlo, es la falta de solvencia económica. Pues, al menos en el contexto mexicano, la mayoría de las mujeres se decide por el trabajo doméstico, que tiene un carácter privado y no remunerado, dejándolas con la peor parte de la separación. Adicionado a esto, deben lidiar con los aspectos emocionales de la pérdida, mientras continúan siendo las responsables del resto de la familia. No resulta extraño que los primeros años del post-divorcio suelen ser los más difíciles.

Por otro lado, además de comenzar de cero (por así decirlo) una mujer divorciada debe enfrentarse a las dificultades del mercado laboral, con el cual suele estar poco familiarizada, y con una edad que no resulta ideal para ser contratadas. Incluso al obtener un empleo, debe lidiar con aspectos como las discrepancias entre los salarios de hombres y mujeres, el posible hostigamiento o acoso de los compañeros de trabajo, así como las dificultades de empatar el tiempo entre la familia y el trabajo. Lamentablemente, esta situación no siempre resulta un buen panorama para las mujeres que han decidido seguir por su cuenta.

Hicks y Anderson (Ibíd.) plantean además, que existe una correlación entre seguridad financiera y autoestima, y no es sólo una cuestión sobre la cultura del dinero o el apego hacia lo material, sino que, pese a lo debatible del asunto, el dinero puede comprar bienestar y seguridad (en forma de comida, vivienda, abrigo, entre otras).

Otras dificultades reportadas son los sentimientos de culpa, la impotencia y rechazo por parte de su expareja, así como las problemáticas -cotidianas y relacionadas al divorcio- de sus hijos (Valdés y Basulto, 2009)

En relación con sus compañeras *solteras* y *viudas*, las mujeres divorciadas llevan un doble desafío, ya que no cuentan con la construcción de un proyecto de vida autónomo y emocionalmente independiente como lo han hecho quienes decidieron no casarse, y por otro lado, no cuenta con el apoyo para vivir adecuadamente un luto como se espera de una mujer que enviudó, por lo que el dolor y la pérdida debe procesarse en silencio, si es que realmente llega a hacerse.

Es importante recordar, que a pesar de todas las dificultades mencionadas, las mujeres que se han divorciado suelen ajustarse con el paso del tiempo, reportando una mejora en la calidad de vida (Hicks y Anderson, 1989.) Se podrían considerar elementos que facilitan dicho ajuste el apoyo de redes sociales, la atención y manejo emocional que se deriva de la pérdida y/o de los conflictos, la búsqueda de mejores condiciones económicas, y la claridad jurídica que pueda darse durante el proceso (Valdés y Basulto, 2009)

Mujeres viudas

Según datos del INEGI (2016) en México habitan 4.4 millones de personas cuya situación conyugal es la viudez, que equivale a un 4.7% de la población, y que rebasa el 4.4% de los separados y el 1.6% de los divorciados. Ahora bien, del total de personas en viudez, son las mujeres las que reportan mayores cifras, llegando a 8 mujeres por cada 10 personas viudas, sumando en total 3.4 millones de mujeres en esta condición (7.1% del total de la población femenina).

Según señala Tovar (1999), “la viudez no solamente es un estado civil, es una condición social que a menudo implica vulnerabilidad y trae consigo una imagen de debilidad, necesidad, indigencia y desgracia” (p 180). Ante una pérdida significativa, como la de un compañero con quien se ha pasado una gran parte de la vida, se han estudiado algunos elementos que pueden ayudar a predecir las dificultades de la viudez, por ejemplo, Brock y O’Sullivan (1985) mencionan que el grado en que una mujer perciba su identidad con base en su rol de esposa puede incrementar o disminuir dicho impacto. Por otro lado, Kivet, (1978) menciona que la edad es otro factor que puede influir negativamente, siendo las mujeres de mayor edad las más vulnerables.

Uno de los aspectos que lo vuelve más complicado, es que se convierte en una situación de algo que no escogieron, lo cual puede llevar a una situación de aferrarse a dicha identidad. Por otro lado, el ajuste a largo plazo, -más allá de las dificultades iniciales del duelo y la adaptación a la pérdida- está relacionado al desarrollo de un apoyo social fuerte y recíproco con amigos, familiares e hijos. Es importante recordar que todos nos

enfrentamos a la muerte, tarde o temprano, y la pérdida de un compañero de vida puede brindar un gran número de lecciones. La pérdida también puede ser una puerta abierta.

Modelo del ciclo vital desde contextos inhóspitos.

¿Qué es un contexto inhóspito?

Retomando el trabajo de Orellana (2016) -respecto a la situación en el Salvador,- una sociedad inhóspita, “sería aquella caracterizada por contar con facetas estructurales (economía, política, cultura, vínculos humanos, etc.) que comprometen de manera reiterada y constante el bienestar y hasta la supervivencia de la mayoría de sus miembros” (p. 72). Es decir, se trata de sociedades en donde no existen las garantías de seguridad, alimentación, vivienda y empleo, entre otros parámetros de bienestar para la población, o la mayoría de ella, pero sí el fallo de las instituciones y del gobierno en el sentido de que no son capaces de revocar la tendencia a la vulnerabilidad de la mayoría. Incluso llegando a observar que justamente es esa la intención al convenir, preservar y mantener dicho orden para beneficio de unos pocos. En última instancia se trata de sociedades “fundamentalmente violentas, impunes, anómicas, precarias, incívicas, misóginas y chabacanas” (Ibíd.) En este sentido, ¿Qué clase de valores son internalizados por los ciudadanos de estas sociedades? ¿Qué tipo de vínculos se generan en tales dinámicas sociales? ¿Qué clase de autonomía personal puede llegar a desarrollarse en un contexto donde no existe autonomía social? Y por último, -y más allá de qué tipo de trayectorias se fracturan,- ¿Qué tipos de trayectorias se construyen bajo estas sociedades? ¿Cómo son los modelos del ciclo de vida de las familias que viven en condiciones inhóspitas? Debemos preguntarnos si, en todo caso, en México vivimos bajo una sociedad con tales características.

Panorama general

Según el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo (CONEVAL), para evaluar la condición de pobreza que se encuentra en el país, se consideran los siguientes elementos: Ingreso corriente per cápita, rezago educativo promedio en el hogar, acceso a los servicios de salud, acceso a la seguridad social, calidad y espacios de vivienda, acceso a los servicios básicos de la vivienda, acceso a la alimentación y grado de cohesión social⁷.

En este mismo sentido, se considera *pobreza moderada* cuando se tiene al menos una carencia social y su ingreso es insuficiente para adquirir los bienes y servicios que requiere para satisfacer sus necesidades alimentarias y no alimentarias. La *pobreza extrema* se da si la persona tiene tres o más carencias de las seis posibles. El siguiente esquema muestra el porcentaje de la población que se encuentra en cada uno de los rubros, juzgue usted mismo:

⁷ Para una revisión de las especificaciones de cada rubro, consultar a Ortiz Galindo y Ríos Bolívar (2013)

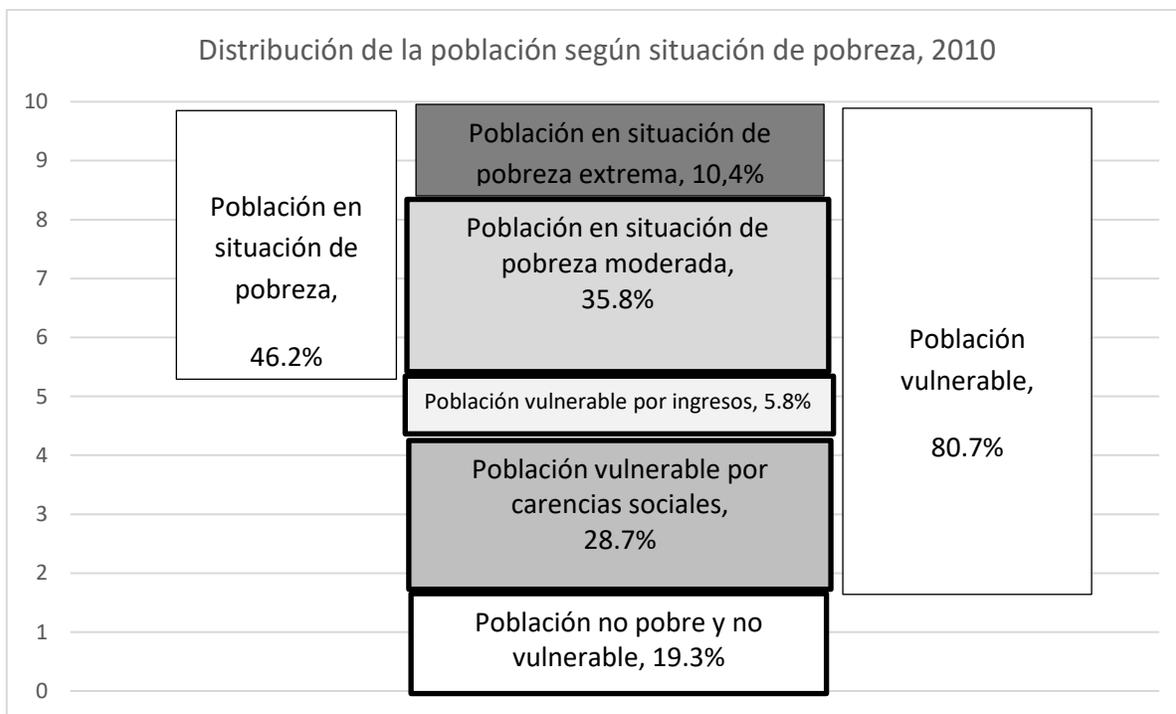


Gráfico obtenido de Ortiz y Ríos (2013)

De esta manera, si estuviéramos hablando en términos de mayorías que son implementados, por ejemplo, en el sistema de votación, entonces tendríamos una *mayoría calificada* respecto al 80.750% de la población que se encuentra en situación de vulnerabilidad, pues el porcentaje es mayor a dos terceras partes del total de la población. Asimismo, estaríamos cerca de una *mayoría absoluta* en cuanto a la población en situación de pobreza, que representa el 46.2%. Por último, nos encontramos con una *mayoría simple* respecto a la población en situación de pobreza moderada, pues representa el 35.8% de la población. En este sentido, ¿se puede describir a México como una sociedad inhóspita? Para tener precaución respecto al uso de los términos, podríamos comenzar diciendo que al menos, en México predomina el panorama de *vulnerabilidad*.

El término *vulnerabilidad* debe entenderse como la limitación “de las posibilidades reales que un sector de la población tiene de salir de las condiciones crónicas de carencia” (Hernández, 2006). Cabe destacar que dicha vulnerabilidad no se distribuye por igual en todos los sectores de la población. Lo que se ha encontrado al respecto es que existen factores que generan diferencias en las posibilidades de alcanzar un estado de bienestar óptimo, factores que en gran medida dependen del mero azar y no del individuo. Algunos de estos elementos son: *el país en que se nace, la comunidad en el que uno se desarrolla, la familia a la que se pertenece*, así como sus condiciones de *género, clase, etnia, raza*, etc. (Jaramillo, 2018). Sólo para poner un ejemplo, la población indígena es el sector más vulnerable del país, pues se estima que el 79.3% de ellos viven en pobreza o pobreza extrema, mientras que únicamente 3.22% no presenta pobreza ni algún tipo de vulnerabilidad (Ortiz y Ríos, 2013).

Sobre las representaciones simbólicas de la pobreza

Se ha llegado a creer de esta manera, que existe en nuestra sociedad una especie de *identidad o cultura de la pobreza*, derivado del trabajo de Oscar Lewis en la década de los 70's que, lejos de ayudarnos a comprender lo que sucede en los sectores más desfavorecidos de la población, se ha utilizado como una forma de legitimar la brecha de desigualdad a partir de justificar la pobreza como un elemento que surge por la *moralidad* de la misma. Es decir, se ha formado una poderosa narrativa en la que se equipara el imperio mercantil, neoliberal y conservador con lo justo y adecuado y el Estado de protección social con la decadencia moral, -"son pobres porque no se esfuerzan", "¿por qué hemos de pagar con nuestro trabajo y esfuerzo los programas sociales que ayudan a los que no hacen nada?"- son sólo algunos ejemplos de dicha narrativa.

Sin embargo, las personas en condición de vulnerabilidad, se encuentran en esa condición por más que una simple identidad o tipo de pensamiento que 'no les permite avanzar', sino que existe toda una estructura social creada para reproducir dicho orden, tal como menciona Cristina Bayón (2014, pp. 360-361):

“Junto a su carácter más excluyente, la pobreza se institucionalizó en servicios de muy baja calidad, -escuelas, hospitales, transporte público, infraestructura urbana, vivienda, centros de cuidado infantil destinados sólo a los pobres-. Paralelamente, las brechas sociales se transformaron en abismos y los sectores privilegiados se recluyeron en burbujas de privilegio (áreas residenciales, escuelas, universidades, hospitales y centros comerciales) diseñados sólo para ellos”.

De esta manera, se ha generado una *fragmentación urbana*, es decir, una tendencia a reducir la interacción entre las clases privilegiadas y los sectores más vulnerables en donde se refuerza la estigmatización del pobre y se desconfía de él, incluso llegando a ser una figura que genera temor. Lo cual da paso a *la criminalización de la pobreza*, un aspecto cada vez más adoptado por el Estado para combatir dicho orden de vulnerabilidad.

Violencia institucional/ Violencia estructural- neoliberal.

Buur, Jensen y Stepputat (2007) mencionan que las políticas de desarrollo y seguridad se basan en una dicotomía del Estado, que por un lado, presentan la cara 'blanda', es decir, las políticas de desarrollo, y por otro, la cara 'dura', también conocidas como políticas de seguridad, que se ponen en marcha, cuando las primeras fracasan. En este sentido, sabemos que los políticas de desarrollo social no han tenido grandes avances en los últimos años (Ortiz y Ríos, 2013) pues se basan en el asistencialismo, y no resuelven las problemáticas estructurales de fondo, -o en palabras de Ortiz y Ríos- "*es como querer alimentar a un individuo con complementos alimenticios sin darle alimentos*" (p. 212). De manera que cuando los programas de desarrollo social fracasan (y vaya que fracasan), se introduce el rostro represivo del Estado, que consiste en tratar a las poblaciones marginadas como criminales en potencia, de tal manera que la policía y el ejército tomen como medidas preventivas la detención arbitraria de la gente (Mora Bayo, 2013). Tan sólo basta echar un ojo a las siguientes cifras:

Entre diciembre de 2006 y diciembre de 2012 se reportaron más de 65 mil asesinatos vinculados a la guerra contra el crimen organizado, 17 mil desapariciones desde el inicio de ese sexenio hasta noviembre de 2011 y más de 11 mil quejas en contra de las Secretarías de Defensa Nacional (SEDENA) Marina, Seguridad Pública y de la Procuraduría General de la República (PGR), (Ibíd.). Lo anterior demostró que ciertos sectores de la población simplemente no son tema de preocupación para el Estado, pues según el máximo mandatario de la nación de aquel turno en cuestión, Felipe Calderón, estas cifras eran sólo 'efectos colaterales' de la política de seguridad. En palabras de Bayo (Ibíd.):

“La seguridad, bajo una lógica de seguridad de Estado, no se refiere a la protección de la población nacional, ni al territorio, sino a la seguridad de las instituciones y del gobierno en turno. El estado se convierte tanto en el actor activo como el objeto de seguridad, y por lo mismo, (...) resguarda y administra la línea biopolítica entre la vida y la muerte” (p.197).

En materia constitucional, el elemento que ha permitido y legitimado lo anterior, ha sido la aprobación del artículo 29 constitucional, que concede al presidente las facultades para restringir o suspender algunos de nuestros derechos y garantías en caso de que exista “una amenaza excepcional” artículo que por demás, es intencionalmente ambiguo. Políticas ambiguas es igual a un estado de excepción permanente.

Vulnerabilidad por violación de derechos: Migración e institucionalización infantil

Toda persona, de cualquier nacionalidad, condición económica, estrato social o religión, es un sujeto de derecho, lo cual quiere decir que toda persona, sin importar cualquier origen o circunstancia, es acreedora a una serie de obligaciones y derechos que lo salvaguardan ante una autoridad legal constitucional. Lamentablemente, a pesar de ello, existen grupos de personas que por su situación específica, se encuentran en mayor riesgo de que sus derechos sean ignorados o violentados. Tal es el caso de los inmigrantes y de las personas institucionalizadas, particularmente los niños, niñas y adolescentes, como veremos más adelante. En este apartado se revisa brevemente por qué ambos grupos tienen un alto grado de vulnerabilidad y cuáles son las dimensiones de la misma.

Inmigrantes

Es difícil saber el número exacto de personas que transitan por el territorio mexicano con propósitos de cruzar a Estados Unidos, actualmente sólo se tiene registros del Instituto Nacional de Migración (INM), en el que se reportaron cerca de 150 mil inmigrantes en el periodo 2014 – 2018, y que involucra a los migrantes que fueron retenidos por dicho Instituto o por la U.S Border Patrol Southwest; de manera que dicha cifra deja de lado todas aquellas personas que transitan en la clandestinidad -algo obligado para todos los indocumentados- (Rosas, 2014).

En este sentido, la vulnerabilidad surge principalmente de factores físicos, sociales económicos y ambientales, pero quizá el factor más importante sea el de la falta de documentos migratorios, ya que a partir de ello, -como se mencionaba anteriormente- los migrantes se vuelven sujetos de clandestinidad, y por tanto, se tornan impedidos en ejercer

sus derechos de protección. Aunado a esto, las políticas migratorias, aunque reconocen a los migrantes como sujetos de derecho, están orientadas hacia una línea de restricción, tal como mencionan Paris, Ley y Peña (2016):

La vulnerabilidad de los migrantes está en gran medida construida por políticas migratorias restrictivas, que coartan el derecho a la movilidad y por la baja capacidad institucional por parte de los Estados para garantizar la seguridad humana de las personas que transitan o residen en su territorio” (p.3).

Entre los riesgos que tienen que sortear, -además de los ya sorteados para ingresar a territorio mexicano- se encuentran las amenazas medioambientales, la dificultad para acceder a una buena alimentación, a una adecuada vivienda, a la salud, entre otros servicios básicos, asimismo, las mujeres enfrentan un doble riesgo, pues son más vulnerables a ser violentadas física y sexualmente.

Por otra parte, en los últimos años los migrantes han sido objeto del tráfico de personas. Según cifras de la Organización Internacional para las Migraciones, se estima que casi la mitad de los migrantes que entran clandestinamente en algún país son víctimas de tráfico ilícito de personas (2003, citado en González, 2018).

Anteriormente, el tráfico de migrantes era realizado por lo que comúnmente llamamos ‘coyotes’ o ‘polleros’, sin embargo, este trabajo fue paulatinamente desplazado por organizaciones delictivas, mayormente dedicadas al narcotráfico. Estas organizaciones, o cárteles, utilizaron su infraestructura y rutas de tráfico de drogas para el traslado de migrantes indocumentados (Ibíd.). Pero, además, incluyeron una nueva modalidad, el secuestro a gran escala. La delincuencia organizada aprovecha además para reclutar inmigrantes como integrantes del grupo delictivo, y en el caso de las mujeres, son vendidas a prostíbulos, mientras que otros cientos, simplemente, están ‘desaparecidos’.

Institucionalización infantil

El término institucionalización se refiere al *resguardo* o *aseguramiento* de niñas, niños y adolescentes (NNA) por parte de una institución pública o privada y los efectos a corto, mediano y largo plazo que se derivan de su permanencia en tales escenarios. Una condición de *institucionalización* sería por ejemplo la que se vive en casas hogares, internados, hospitales, centros de rehabilitación, centros de detención juvenil, entre otros.

A pesar de no contar con cifras exactas, el Sistema Nacional DIF en 2011 reportó la cantidad de 18 mil 533 menores de edad viviendo en 633 centros asistenciales en 30 entidades federativas del país, sin embargo, existen discordancias con lo reportado por Norma Mendoza, en el 2004, pues había calculado que para entonces vivían alrededor de 34 mil 650 NNA en algún albergue o institución de resguardo (Juárez, 2016)

Los principales motivos de ingreso a una institución son: abandono, maltrato y exposición. Sin embargo, dichos centros de resguardo no siempre son capaces de “*garantizar la seguridad y el desarrollo infantil debido a la carencia de recursos humanos, profesionales*

y materiales, masificación, internación de bebés, ausencia de proyecto de vida y en ocasiones incluso de expedientes, entre otros”. (Ibíd. p. 7).

A pesar de haber sido ingresados con el propósito de protegerlos de los abusos de sus padres, la falta de seguimiento genera la violación de otros derechos, por ejemplo a la convivencia familiar y comunitaria, a la salud, a la educación, a la participación, a la no discriminación, a la justicia (Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2010).

Entre los efectos de la institucionalización infantil, se encuentra lo siguiente: afectación emocional, retraso en el desarrollo físico, intelectual y social y la aparición de síntomas de padecimientos físicos y mentales como consecuencia de la falta de cuidado materno, así como el deterioro de la capacidad de establecer y mantener lazos afectivos significativos, profundos y duraderos, problemas en el área de lenguaje y en la capacidad de abstracción (Juárez, 2016) que termina generando en los NNA una falta de desarrollo de recursos personales para afrontar las dificultades de la vida cotidiana, carencias que serán arrastradas a su vida adulta, reforzando su condición de vulnerabilidad.

Vulnerabilidad por ciclo vital: Adolescentes y jóvenes adultos.

No sólo existen sectores de la población a los cuales no siempre se les puede garantizar sus derechos, en ocasiones, esto sucede particularmente –o en conjunto de- la etapa del ciclo vital en el que se encuentra la persona. Tal es el caso de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes adultos y ancianos, que para propósitos de la presente disertación, se abordarán sólo el tercer y cuarto periodo.

Adolescentes

La adolescencia es de por sí, una etapa difícil emocionalmente para todo individuo, en ella se gestan algunos de los cambios más significativos a nivel corporal y psicológico, es el momento en el que la identidad se autoafirma, y en donde comenzamos a ser conscientes de la realidad que nos rodea. Sin embargo, además de estas dificultades, los adolescentes están expuestos a una serie de circunstancias que pueden poner en riesgo la integridad física y emocional de los mismos. He aquí algunos datos al respecto:

Según el informe de la CNDH en 2016, la ONG *Save the children* reportó que 8% de los homicidios que se cometen en el país tienen como víctimas a adolescentes, de los cuales, 84% son hombres y 16% mujeres. La tasa de homicidios pasó a ser de 9.9 a 26.5 por cada 100 mil habitantes, razón por la cual fue calificado como una epidemia por la Organización Mundial de la Salud. Siete de cada diez homicidios entre adolescentes de 15 a 17 años fueron por arma de fuego, mientras que, en el caso de las mujeres adolescentes, su tasa de mortalidad no sólo se relaciona con actividades delictivas, sino por diversos factores como la violencia de género (feminicidios) y la trata de personas (CNDH, 2016). A continuación, se muestra una tabla indicando las cifras de homicidio en tres periodos de los últimos quince años:

Periodo	Promedio anual de adolescentes víctimas de homicidio
2001-2006	871
2007-2012	1743
2013 – 2015	1407

Como puede observarse, la tabla muestra un rápido crecimiento en los índices de homicidio. En este aspecto, no es de sorprenderse que la OMS lo calificara de epidemia.

Por otro lado, según el *informe sobre la situación de la infancia*, en 2014, 54% de la población infantil y adolescente carecía de las condiciones mínimas para garantizar el ejercicio de uno o más de sus derechos sociales: educación, acceso a la salud, acceso a la seguridad social, una vivienda de calidad, y con servicios básicos y alimentación, lo cual es considerado, según la CONEVAL como indicador de *pobreza*.

Entre otros datos, se destaca que sólo el 54% de los adolescentes se encuentran inscritos en el sistema educativo, y de ese porcentaje, sólo 76% de los adolescentes entre 15 y 17 años cuentan con secundaria terminada. Por otro lado México tiene de los niveles más altos de deserción escolar según la OCDE (2013) llegando a tener hasta un 40% de deserción definitiva. Asimismo, la CONEVAL, junto con UNICEF (2016), reportan que 65% de los adolescentes no cuentan con protección social y 20% no tienen accesos a la salud.

Los jóvenes

La Encuesta Nacional de Discriminación (ENADIS) de 2010 definió a los jóvenes como uno de los grupos en situación de vulnerabilidad considerados en su muestra, señalando que no existe ninguna Ley a nivel federal que proteja sus derechos de manera explícita a pesar de que, de forma sistemática, constante y a lo largo de la historia, han sufrido discriminación y desigualdades fundamentales en cuanto a acceso de derechos y oportunidades para su desarrollo (ENADIS, 2010, citado en EL UNIVERSAL, 2017)

En México hay poco más de 29 millones de jóvenes entre 15 y 29 años (INEGI, 2011) de los cuales, 48.6% viven en pobreza debido al ingreso y 44.6 % por pobreza multidimensional. Por otro lado, La Encuesta Nacional de la Juventud (ENJUVE) agrega que 25.2% de los jóvenes no se encuentran ni laborando, ni estudiando.

Algunos otros datos abrumadores al respecto, se mencionan a continuación (Sánchez, 2017):

- 61.1% de los jóvenes laboran en condiciones de informalidad, en tanto que el 69.9% entre los jóvenes ocupados tienen educación básica (secundaria o primaria). (ENOE, 2014)
- 37.3% de los jóvenes entre 15 y 19 años no asisten a la escuela. Este porcentaje se eleva al 74.5% en el grupo etario de 20 a 24 años (INEGI, 2015), mientras que, de cada 100 niños que entran a la primaria, 76 ingresan a la secundaria, 48 al bachillerato y solo 21 a la universidad.
- 25% de los mexicanos entre 15 y 29 años de edad no estudian ni trabaja (OCDE, 2015)

- 8.8% (2.5 millones) de los jóvenes tiene alguna dificultad para realizar al menos una de las actividades diarias básicas (Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica – ENADID, 2014)
- 53.8% de los jóvenes viven en condiciones de pobreza (UNICEF (2013)).

Modelo de ciclo vital en contextos inhóspitos

Por todo lo anterior, podríamos concluir que nos encontramos ante un panorama desalentador en materia de derechos humanos, pobreza, desigualdad social, violencia física, social e institucional, entre otros aspectos. Las cifras son desalentadoras en el sentido de que no muestran una tendencia hacia la mejora, y al menos en los sectores de población anteriormente mencionados, se observa un alto porcentaje de vulnerabilidad, por arriba del cincuenta por ciento, para ser más específicos. Por lo que cabe preguntarse una vez más. ¿Es representativo de México, o una gran parte de México un contexto inhóspito? Bueno, quizá no se trata de un contexto en situación de guerra mundial, no existen bombardeos cotidianos ni ciudades enteras sitiadas por un ejército extranjero que amenaza con terminar la soberanía nacional... ¿O sí? Por las cifras anteriormente descritas, parece ser que en grandes sectores de la población, así como en grandes porciones del territorio nacional, es así. De esta manera, tendríamos que hablar de zonas ‘medianamente seguras’ como aquéllas que son la excepción a la constante hostilidad, inseguridad y vulnerabilidad a la que se ve expuesta la gran mayoría, zonas cada vez más restringidas e inaccesibles, por cierto, incluso dentro de las grandes ciudades. México es por tanto, al menos, parcial – pero ascendentemente- inhóspito. Porque, tal como lo plantea Orellana para el caso Salvadoreño (2016), México presenta los siguientes escenarios:

a) vulnerabilidad-precarización: la posibilidad constante de ir a peor y la experiencia reiterada de que ello está ocurriendo; b) amenaza-escenificación: la presencia de contingencias diversas que promueven la anticipación persistente y presente de calamidades futuras, y c) peligro-miedo: es decir, la vivencia de un contexto objetivamente violento que hace temer por perder la vida de forma igualmente violenta. Una sociedad, pues, inhóspita.

De esta manera, y volviendo al planteamiento inicial debemos retomar los cuestionamientos de base *¿Qué tipos de trayectorias se construyen bajo estas sociedades? ¿Cómo son los modelos del ciclo de vida de las familias que viven en condiciones inhóspitas?* Como último elemento retomado de Orellana (Ibíd.) se presentan tres ejes que se encuentran en tales contextos inhóspitos, de los cuales se brindarán algunos ejemplos y serán descritos en términos relacionales y en base a las implicaciones que tiene para el ciclo vital de la familia. Dichos ejes son: a) *Procesos de adultización prematura en la niñez y la juventud*, b) *Improbabilidad de biografías estables* y c) *Vejez precaria*.

Procesos de adultización:

Se trata de familias cuya competencia parental es incapaz de brindar los cuidados necesarios para el adecuado desarrollo de sus hijos, por lo que éstos deben sustituirlos o

bien, autosustentar, en la medida de lo posible, dichos cuidados. Es común encontrar en este tipo de familias un hijo *parentalizado*, generalmente la hija mayor, encargada de velar por los cuidados de sus hermanos menores.

Por otro lado se encuentran las *familias desligadas*, es decir, familias cuya situación de sus miembros, es desconocida. Un ejemplo de ello es el común escenario en donde los padres no saben sobre el paradero de sus hijos, no saben dónde pasan la mayor parte del día ni en compañía de quién. No saben acerca de sus gustos, habilidades o problemáticas, ni están en condiciones de preocuparse por ello, pues otros problemas de mayor calibre demandan su atención. En este sentido, los hijos crecen teniendo todo tipo de experiencias que brinda la calle o la clandestinidad, como es el consumo de drogas, la afiliación a bandas delictivas, grupos violentos, experiencias sexuales precoces y embarazos prematuros, entre otros.

La contraparte de esta configuración familiar es la que brinda la *familia aglutinada*, que son familias cuya situación precaria obliga a sus miembros a compartir lo poco que se tiene, desde la vivienda, hasta el renunciamiento de la privacidad de cada uno de ellos. En este escenario es común encontrar familias que viven en hacinamiento, en donde se comparte el cuarto con tíos y primos, y la cama con los padres y hermanos; en donde el espacio vital se difumina, llevando a una batalla o renunciamiento de los objetos personales y de la vida privada de los miembros. La intimidad se da en presencia de menores y el riesgo de abuso sexual se hace más presente. En este sentido, los hijos tienden a experimentar situaciones de riesgo que los hace tomar consciencia de aspectos que otros niños no consideran o a desarrollar estrategias de afrontamiento propios de la adolescencia o la adultez.

La alternativa a soportar tales escenarios es aquella que brinda el contexto inmediato que procede a la familia, es decir, el vecindario, la comunidad, la pandilla, el cártel, o cualquier agrupación dispuesta a brindar un rol o identidad más tolerable a la que se vive dentro del hogar. Está por demás agregar que en cada uno de dichos escenarios se gesta la normalización de la violencia en todo su esplendor.

Improbabilidad de biografías estables

Se trata de una serie de interrupciones a lo que se denominaría un 'ciclo de vida deseable' en donde cada etapa estaría marcada por una problemática o dificultad que desencadenaría posteriores problemáticas en las etapas siguientes. De esta manera tendríamos como ejemplo la unión de una pareja derivada de un embarazo adolescente no deseado, que se gestaría en un ambiente de precariedad y poca madurez emocional por parte de ambos progenitores. La infancia de dicho hijo estaría caracterizada por una desatención que derivaría en poca estimulación temprana y retrocesos en el desarrollo del infante, que a su vez generaría dificultades para aprender las habilidades y aptitudes que debería desarrollar en el contexto escolar, llevándolo a una deserción temprana, que lo proyectaría a una adolescencia marcada por el desinterés escolar y la atrayente vida en la calle, la violencia, el consumo de drogas, la sexualidad precoz y poco reflexionada, y el posterior riesgo de repetir un embarazo no deseado a una edad temprana, que llevaría a la familia a una configuración de aglutinamiento, en donde los límites se vuelven difusos y los

espacios no son los adecuados. Para este punto, el padre de dicho joven se podría encontrar ya en una vejez prematura, con la pérdida de la salud que implicaría un mayor desgaste por parte de todos los miembros, al tiempo que sus hijos se vuelcan hacia la calle, en donde aumentaría la posibilidad de un accidente, mientras que volviendo al joven padre, quizá éste se vuelque hacia la delincuencia, a fin de encontrar desesperadas soluciones a los problemas de la familia, llevándolo así a un incremento de las posibilidades de perder la vida. Dicho escenario trágico seguiría su curso, y en lo sucesivo, conservaría una constante inestabilidad que sólo potenciaría inestabilidades ulteriores, como un ciclo de vida fracturado, heredado de generación en generación.

Vejez precaria

Como fue posible observar, los tres ejes se encuentran sumamente entrelazados. En este último punto se visualizan los efectos de los dos apartados anteriores. Es decir, se trata de una vida plagada de desgaste, por ejemplo, la historia, nada anormal de nuestro contexto, de una persona que tras treinta años laborando como albañil, su cuerpo sufre los achaques de un cuerpo de sesenta (debilitamiento en rodillas, articulaciones, dolor en los huesos, cansancio generalizado) cuando en realidad tiene cincuenta y realiza un trabajo que demanda la energía de alguien de treinta años. Ante esta situación, los hijos difícilmente pueden hacer algo al respecto pues acarrean sus propias problemáticas, o en ocasiones, aún dependen del padre. Por otra parte, difícilmente podrán acceder a un sistema de pensiones ya que la mayor parte del trabajo realizado fue a partir de contrataciones informales, sin seguridad social, ahorro para la vivienda o para el retiro, y en el caso de que así fuera, la persona podría estar tan desgastada que tendría que utilizar el poco dinero que se le otorga para pagar tratamientos médicos. También es posible que ante la carga que representa para la familia, ésta decida ignorar el problema, abandonándolo, desahuciándolo, no dejándole muchas opciones más allá de la espera de una muerte en silencio y en soledad.

Aun cuando estos escenarios podrían aparentar un dramatismo acentuado, lo cierto es que existen. Por otro lado, se proponen como ejemplos sobre dificultades generales y no como características específicas, inherentes a los individuos de los contextos vulnerables. Resta decir que la pluralidad y la diversidad se manifiestan en toda organización cultural y social, y que la dignidad y la resistencia se mantienen hasta en los contextos más heridos por la estructura social.

Diferenciación en la espiral del tiempo, creencias y procesos.

Breve reseña del concepto: Hacia una teoría de los sistemas naturales

Murray Bowen (1913 – 1990) es el responsable de gran parte del desarrollo de esta teoría; su trabajo se remonta a la década de los 50's, cuando investigó la interacción relacional de familias con un miembro esquizofrénico en la Fundación Meninger (1946 - 1954).

Posteriormente continuó su investigación en la Universidad de Georgetown (1959 - 1990), e inició un proyecto paralelo con numerosas familias en el Colegio de Medicina de Virginia; fue profesor de psiquiatría clínica durante un amplio periodo de tiempo, en el que desarrolló numerosos programas de formación para psiquiatras y terapeutas, por lo que se volvió un referente en la materia. En 1965 organizó el primer Simposium de Psiquiatría familiar a partir del cual se logró reunir año con año a profesionales de distintas disciplinas con el único propósito de enriquecer el intercambio de ideas. En 1975 obtuvo financiamiento para preservar su investigación, por lo que se fundó el *Georgetown Family Center*, que se mantiene hasta el día de hoy, con la particularidad de que en 1990 se independizó de la Universidad de Georgetown y se incorporó como una organización sin ánimos de lucro, cambiando su nombre a *The Bowen Center for the Study of the Family*.

Lo primero que debe decirse sobre la teoría de Bowen, es que ésta ha sido influenciada por años de lectura extensiva en ciencias naturales, particularmente de la biología y de la teoría evolucionista. Una de sus primeras disertaciones consistió en ver el fenómeno de la simbiosis a partir de su función evolutiva, es decir, a través de su presencia filogenética y ontogénica en los sistemas naturales, incluyendo los sistemas humanos.

De esta manera, Bowen observó una divergencia en la función de la simbiosis al observarla en un periodo ontogénico más allá del establecido por el psicoanálisis; asimismo, observó que dicho fenómeno no era particular de la madre y el hijo, -como anteriormente había sido considerado- sino que era parte del sistema familiar, de ahí que también basara su trabajo en la teoría de los sistemas. Es así que Bowen comienza a observar a la familia como una entidad, unida por fuerzas imperceptibles que genera una amplia gama de reactividades entre los involucrados. Sin embargo, este aspecto relacional representaba sólo el carácter descriptivo del fenómeno, por lo que Bowen se preguntó por las causas del mismo.

Al respecto, Bowen creía que existía una base científica para conceptualizar la familia como unidad, que sería explicado por algo anclado en el nivel más básico y primitivo del comportamiento humano, algo compartido con el resto del *reino animalia*: el cerebro emocional.

El sistema emocional

De esta manera, las emociones son entendidas como todas aquellas respuestas presentes en todo animal, incluyendo el ser humano, es decir, es parte de los mamíferos, reptiles, insectos y otros animales invertebrados. En este sentido, las emociones se diferencian de los sentimientos, ya que estos segundos son propios de animales con cortezas cerebrales más desarrolladas – como los humanos- y se relacionan con la conciencia intelectual y cognitiva de las emociones. Así también son los valores, creencias y actitudes, sin embargo, éstas siempre son detonadas por algo más profundo y primitivo, como las emociones. Las emociones se encuentran involucradas en aquellas necesidades más básicas, como son la alimentación, la reproducción, los reflejos de defensa o huida y, al menos en el caso de los humanos, las emociones vienen en una amplia gama de posibilidades que abarca desde la conducta más instintiva hasta su combinación con elementos aprendidos más complejos.

En este sentido, las emociones pueden encontrarse, en la parte más antigua –en términos filogenéticos- de nuestro cerebro, es decir, se encuentra en aquellas zonas que compartimos incluso con los reptiles, (ganglios basales y tálamo) y los mamíferos (sistema límbico), pero también en las formas más evolucionadas de vida (la corteza cerebral y el neocórtex).

Sin embargo, es clave entender que las emociones no devienen de un origen individual, sino de una red de interrelación con el resto de las formas de vida. Lo anterior queda bastante claro cuando tomamos los aportes de la sociobiología y analizamos lo que pasa por ejemplo con algunas colonias de invertebrados, o con algunas colonias de insectos – como las hormigas- en donde el comportamiento de sus miembros no puede entenderse de manera individual, sino sólo a partir de la colonia misma. Similar al concepto de superorganismo, -derivado de la biología y la ecología- que a grandes rasgos describe cómo todo ser vivo se encuentra conectado a un organismo mayor a él. En el caso de las hormigas, las termitas y las abejas es fácil de observar, pues el organismo –o superorganismo- sería la colonia en sí, pero en el caso del ser humano, ¿Qué sucede? A pesar de que siempre se nos ha mencionado que el ser humano actúa en base a una voluntad propia, Bowen encontró suficientes motivos para creer que los humanos también actuamos en base a un lazo con un sistema mayor. Para Bowen, este sistema es desde luego, es la familia, y el lazo, el sistema emocional.

De esta forma, Bowen notó, -retomando el inicio de su trabajo- que todas las familias con miembros esquizofrénicos tenían un componente de reactividad emocional intensa, los unos frente a los otros, y que esta característica también se encontraba presente en familias con problemas menores, sólo que con menor intensidad. Es decir, la característica de reactividad emocional se encontraba presente en todas las familias, como una característica *cualitativamente* similar pero *cuantitativamente* distinta. A partir de ello surgió la idea de que existía un *continuum* de funcionalidad presente en toda familia, y que dicho continuum se refería específicamente a un proceso emocional, un proceso, que al incrementar su intensidad, éste resultaría en un estado altamente dependiente entre las reactividades de unos y otros. Tal como menciona Michael Ker (1988)

“Los problemas del individuo se forman en aquellos aspectos de la vida que se comparten por el resto de todas las formas de vida. No hay dicotomía entre humano-racional y animal-bruto, sino entre ansioso y no ansioso” (p. 22).

Para Bowen, el fluir de emociones de cada individuo, o su potencial emocional por decirlo de otra manera, ayuda a generar un ‘ambiente emocional familiar’, el cual, a su vez, influencia la potencialidad emocional de cada persona. Bowen utilizaba la siguiente analogía:

“Es similar al campo gravitacional del sistema solar, en donde cada planeta junto al sol, en virtud de su masa, contribuyen al campo gravitacional, y a cambio, son regulados por el campo gravitacional que cada uno ayudó a crear” (1988, p.55)

En este sentido, la gravedad no puede verse, así como no puede verse el 'campo emocional', sin embargo, ambas pueden inferirse por la predictibilidad en que los planetas y las personas se comportan en reacción del uno con el otro. Este proceso puede variar de familia a familia, y dentro de la misma familia a través del tiempo, no obstante, siempre se encuentra presente en algún grado.

Individualidad y pertenencia

Hasta este punto se ha explicado que el sistema emocional implica una fuerza de interdependencia entre los miembros de un sistema, pero, hasta el momento, no se ha indagado en las particularidades de dichas fuerzas. Bowen menciona al respecto, que en el sistema emocional familiar estas fuerzas son la *individualidad* y la *pertenencia*, y son las responsables de la balanza o contrabalanza familiar.

En este sentido, el proceso emocional refleja una dinámica entre la fuerza que inclina a una persona a seguir sus propias trayectorias, a ser distinto del resto (individualidad), y la fuerza que inclina a una persona a responder a las trayectorias de los otros, a depender de ellos (pertenencia). Sin embargo, cuando la balanza hacia cualquiera de estas fuerzas se vuelve muy intensa, los conflictos comienzan a surgir en el sistema. Es decir, una persona puede encontrarse en una posición de demasiada individualidad, mientras que en su sistema se le demanda mayor pertenencia, o viceversa, una persona puede ser demasiado apegado a su familia, mientras que en su familia se le demanda ser más desapegado, generando una disonancia en el sistema emocional de la familia.

Diferenciación del sí mismo

Esta tendencia hacia la individualidad o hacia la pertenencia que puede existir en cada uno de nosotros, está enmarcado dentro del concepto de *diferenciación del self o diferenciación del sí mismo*. Es decir, cada persona tiene la posibilidad de inclinarse hacia uno u otro punto, pero ambos son polos de un continuum que implica un nivel de diferenciación determinado. Se dice que cuando una persona encuentra su nivel óptimo de individualidad, y al mismo tiempo, una capacidad óptima para conectarse con los otros, entonces se está hablando de una persona *adecuadamente diferenciada*. Sin embargo, cuando una persona se encuentra en uno de los polos anteriormente descritos (demasiada individualidad o demasiada pertenencia) entonces se está hablando de una persona que no ha logrado diferenciarse adecuadamente.

Otra manera de entender dicho proceso emocional, es a partir del concepto de *ansiedad*. Cuando una persona experimenta altos niveles de ansiedad al tener que encarar cualquier situación por su cuenta, y por lo tanto, depende de otros para lograrlo, entonces estamos hablando de una persona *fusionada emocionalmente* a los demás. En este sentido, dicha persona no se encuentra adecuadamente diferenciada. Otro ejemplo de una persona no diferenciada sería la del caso opuesto, en donde se experimentan altos niveles de ansiedad ante la posibilidad de cercanía en cualquier relación, por lo que, se opta por no desarrollar vínculos cercanos. En cualquiera de los dos casos, los niveles de ansiedad son insostenibles, y se actúa en pos de aliviar o evitar dicha ansiedad.

En términos generales, y asumiendo el riesgo a simplificar el concepto, se entiende que entre mayor sea el nivel de diferenciación en una persona, mayor será su capacidad para funcionar de manera *autónoma*, mientras que, entre menor sea la diferenciación, mayor será su tendencia a depender de lo que el resto hace o no hace. Sin embargo, no debe malinterpretarse. *Autonomía* no significa egoísmo en su sentido más estricto, sino la capacidad de tomar sus propias decisiones, implica la habilidad de la autodeterminación. Dicha autodeterminación podría resultar en la elección de guiarse por los intereses del grupo. La diferenciación describe el proceso en el cual la individualidad y la pertenencia son manejadas a nivel personal y dentro de un sistema de relaciones.

Escala de diferenciación del self

Para dar luz al concepto de diferenciación del self, Bowen utilizó el concepto de *escala de diferenciación* (1991), en el cual explica que es posible *cuantificar* la diferenciación, a partir de información *cualitativa* otorgada por el paciente sobre su historia familiar. De esta manera, la escala es un rango continuo que va desde el más bajo hasta el más alto nivel de diferenciación. Incluso construyó una puntuación para determinadas configuraciones emocionales que iba de 0 a 100, siendo 0 una persona totalmente indiferenciada y 100 una persona totalmente diferenciada. Explica, de esta manera, que estar en el nivel 100 no es posible, pues el proceso de diferenciación nunca termina, pero que una persona que ha resuelto emocionalmente las fijaciones de su familia, se encuentra en el último cuartil de dicha escala.

La escala define asimismo la adaptabilidad de un individuo ante el estrés. Entre más alto el nivel de diferenciación, más alto es el nivel de estrés necesario para detonar un síntoma, o una crisis o un alto nivel de ansiedad. Del mismo modo, las puntuaciones de la escala están relacionadas con el grado en que una persona puede distinguir entre el proceso emocional y el proceso intelectual.

Estas son las puntuaciones propuestas por Bowen y sus respectivas características:

0 – 25

Se trata de individuos que viven en el mundo de las emociones, o en el rango más bajo, han renunciado a ellos, encontrándose entumecidos. De manera general se trata de personas emocionalmente necesitadas y altamente reactivas a otras personas. Tienen serias dificultades para mantener relaciones largas y gastan gran parte de su energía en amar y ser amados, dejando muy poco para sus metas y búsquedas personales. Por último, mantienen un discurso narcisista respecto a su self que se resume en “yo quiero” “yo lastimo” “yo no puedo” y su capacidad para aumentar su nivel de diferenciación es muy escaso.

25 – 50

Se trata de personas que carecen de convicciones y creencias propias, por lo que se adaptan fácilmente al pensamiento general del grupo para ser aceptados por el mismo. Son altamente sensibles a la desarmonía con aquellos de los cuales dependen, haciendo un

gran uso del *pseudoself*, que en términos generales, se trata del uso de creencias, valores, gestos, actitudes y acciones que son utilizadas con el propósito de adaptarse a los demás, siendo capaz de modificar sus características rápidamente, según sea el caso. En este sentido, pueden llegar a ser bastante funcionales cuando se encuentran rodeados de personas que tienen un alto sentido de responsabilidad y de apoyo.

50 – 75

Se trata de personas que son lo suficientemente capaces de decidir por su cuenta. Se puede diferenciar claramente entre las emociones y el intelecto. Asimismo, son capaces de tener creencias y opiniones bien definidas sobre las cosas, sin embargo, no siempre son capaces de decir lo que creen debido a la reactividad del sistema emocional. Tienen en términos generales, mayor libertad para pasarse de una intimidad emocional a un distanciamiento en búsqueda de metas propias. Bajo periodos de estrés, pueden llegar a desarrollar síntomas, físicos, emocionales o sociales pero estos suelen ser más episódicos y suelen resolverse más rápidamente.

75 – 100

El último rango (90 – 100) es sólo para propósitos hipotéticos debido en gran parte a que, es prácticamente imposible que alguien alcance un grado total de diferenciación. Sin embargo, las personas que se encuentran al margen de dicha puntuación, suelen ser personas altamente orientadas y con pensamiento y metas bien definidas. A pesar de encontrarse seguros de sus creencias y valores, no las convierten en dogmas a los cuales se adhieren ciegamente. Son capaces de escuchar y evaluar los puntos de vista de otros y se encuentran con la disposición de cambiar viejos puntos de vista por algo nuevo.

Diferenciación básica y diferenciación funcional

Sin embargo, Bowen hizo una distinción entre dos fenómenos del mismo proceso, a lo que llamó *diferenciación básica* y *diferenciación funcional*. Por un lado, la diferenciación básica no depende de un proceso relacional, sino que está determinada por un proceso emocional multigeneracional. La diferenciación básica suele estar bien establecida cuando un niño o niña alcanza plenamente la adolescencia y ésta puede quedar fija de por vida. No obstante, la experiencia clínica sugiere que sí es posible modificarla, siempre y cuando existan ciertas condiciones –como una condición de auto-sustentación e independencia de su familia de origen, así como un trabajo consistente y personal por parte del individuo para mejorar su nivel de autonomía emocional.

Por otro lado, la diferenciación funcional está determinada por una relación determinada. Es decir, ésta puede ser influida por la naturaleza de la relación, por elementos como drogadicción, creencias, valores, culturales, dogmas religiosos e incluso supersticiones, entre otras cosas. Puede incrementarse y decrecer rápidamente. Asimismo, la diferenciación funcional puede ser más elevada, por ejemplo, en el trabajo que en casa, o

incrementarse después del nacimiento de un hijo, y decrecer en otro momento del ciclo vital. Tiene en esencia, un carácter contextual y circunstancial.

Esto significa que dos personas con diferentes niveles de diferenciación básica pueden, bajo ciertas circunstancias, tener el mismo nivel de diferenciación.

Es importante que cuando se habla de renunciar a un nivel de cohesión familiar, no implica que la persona renuncie a la cercanía emocional con otras personas, significa que el funcionamiento de uno mismo depende menos de la aceptación de los otros.

Intentar alcanzar un nivel más alto de diferenciación básica, implica dirigirse hacia una capacidad emocional **neutral** o con desapego, implica un cambio de mentalidad basada en la reflexión, así como ser más consciente de los comportamientos automáticos basados en una respuesta emocional. En esencia, Kerr y Bowen (1988) plantean que no existe un límite para una neutralidad emocional.

¿Por qué hablar de Ciclo vital y Diferenciación del sí mismo en un mismo entramado conceptual?

Como Michael Kerr y Bowen explican:

Un bebé comienza su vida en un estado de completa fusión emocional o simbiosis con su madre. (...) Cuando los años transcurren, el niño en desarrollo, tiene la tarea de convertirse en un individuo por su propia cuenta (1989, pp. 94-95)

Con la cita anterior como introducción, comienza a dilucidarse la respuesta al título del presente apartado, pues plantea que el desarrollo del ciclo vital implica longitudinalmente una correlación con los procesos de diferenciación/indiferenciación, en donde los miembros que conforman un sistema familiar consiguen mayor autonomía y funcionalidad —o en términos generales, mayor diferenciación— conforme transcurre su desarrollo evolutivo, individual y familiar.

Sin embargo, este primer párrafo también es un ejemplo de la visión lineal y predominante en la teoría del ciclo vital, y de manera independiente y más sutil, de la teoría de la diferenciación. Es menester, por ende, adentrarse en nuevas maneras de analizar ambas teorías, por ejemplo, a partir de una visión *postestructuralista* de la misma, en donde se haga evidente que existe una estructura que define lo que en términos teóricos y prácticos debe ser el recorrido del ciclo vital, así como una serie de preceptos que las personas asumen como verdaderos e inmutables de tales definiciones. Desde esta visión de análisis, *existe particularmente una cultura del ciclo vital que impone lo que implica 'diferenciarse' de la familia de origen* al establecer que un individuo pasa de ser joven a adulto cuando cumple con ciertas tareas y llena ciertos criterios que van desde el aspecto logístico (tener un trabajo, ser económicamente independiente, vivir fuera del hogar familiar) hasta un aspecto psicológico-emocional (ser responsable, comprometido, potencialmente interesado en formar una familia, entre otros), aspectos que generan puntos críticos de estrés en

familias que 1. Han vivido toda su vida bajo una cultura de apoyo y apego a la familia de origen y 2. Que no tienen las oportunidades histórico-sociales y económicas para llegar a ser como la cultura del ciclo vital establece. Ambos puntos aparecen como elementos centrales en la presente disertación.

Comenzaré mencionando algunos ejemplos de estructuras dominantes que imponen el posicionamiento de lo que deben ser las trayectorias de vida, para posteriormente mencionar algunos ejemplos que rebasan dichas estructuras y que persiguen el mismo propósito. Por el momento, mencionemos algunas imposiciones estructurales de nuestra sociedad:

Imposiciones estructurales sobre el ciclo vital y la diferenciación

- La institucionalización de la vida

Según Luckmann y Berger (1968) nosotros creamos a la sociedad al tiempo que la sociedad nos crea a nosotros, como algo recursivo y dinámico. En el caso del ciclo vital, esto no es para nada distinto, pues desde este precepto, individuos pertenecientes a una sociedad generaron y postularon la idea del ciclo vital (hace alrededor de 70 años) que, al ser aceptada en el discurso dominante, se convirtió en el marco de referencia para la construcción de nuestras identidades y nuestras trayectorias de vida. Tal como menciona Bruner:

“Una vez que los ‘descubrimientos’ son aceptados en el conocimiento implícito que constituye la cultura, las teorías científicas llegan a ser definidoras, prescriptivas y normativas de la realidad como las teorías psicológicas tradicionales que reemplazan” (1998, p. 138)

Para dar cuenta de tal afirmación, sólo basta mirar a todas aquellas instituciones que salvaguardan los intereses del ciclo vital hoy en día. ¿Cómo reconocerlas? Quizá no se presentan como tal, pero si se observa con cierto detenimiento, es probable que las apreciemos en todo lo que nos rodea. Para facilitararlo, mencionaré algunas esferas o campos que dan soporte a la idea del ciclo vital: La familia, los valores y creencias, sus etapas -infancia, juventud, adultez, vejez-, las tareas de cada etapa –educación, convivencia, trabajo, responsabilidad, intimidad, contemplación, etc.- y las resoluciones ‘exitosas’ de las mismas –matrimonio, hijos, emancipación, jubilación, entre otros, sólo por mencionar algunas. Ahora, ¿cómo es que estas esferas se han cristalizado en estructuras consolidadas que dan forma al orden social, indicándonos lo que es adecuado o no, patológico o saludable? La palabra clave para identificarlo es: institucionalización.

En este sentido, es posible encontrar una institución para cada una de las esferas que he mencionado anteriormente. Observemos algunos ejemplos en el siguiente recuadro:

Esfera del ciclo vital	Institución/es Nacionales	Institución/es Internacionales
-------------------------------	----------------------------------	---------------------------------------

Familia	Sistema para el Desarrollo Internacional de la Familia DIF	International Federation for Family Development
Valores y Creencias	La iglesia católica y cristiana, principalmente	El Cristianismo, el Islam, el Hinduismo y el Budismo, principalmente.
Etapas del ciclo vital	Procuraduría de Protección de Niños, Niñas y Adolescentes. Instituto Mexicano de la Juventud	UNICEF, Organización Internacional de la Juventud OIJ, CEATE, Redam.
Tareas del ciclo vital	Secretaría de Educación Pública SEP, Secretaría del Trabajo y Previsión Social STPS.	UNESCO, OCDE, OIT.
Resoluciones del ciclo vital	Secretaria General del Gobierno, AFORE, SEDEDOL.	ONU, CIDH, OACDH.

En este sentido, las instituciones existen porque ayudan a formalizar lo que se postula como válido y verdadero, brindan seguridad, certeza y todo el apoyo necesario para que aquello que promueven se consolide en nuestro desarrollo y el de nuestras familias. Es por eso que la institucionalización puede considerarse como uno de los más grandes órdenes estructurales que fortalecen, privilegian, legitiman y definen lo que debemos hacer con nuestras trayectorias de vida.

Por otro lado, la institucionalización ha generado otro fenómeno de similar peso e importancia: el otorgamiento de derechos y visibilidad ante la ley. Veamos lo que sucede en el caso de los jóvenes adultos.

- Leyes de reconocimiento y otorgamiento de derechos del joven adulto⁸

Según Caballero (2011), la aparición de los derechos de los jóvenes es de reciente creación. Sin embargo, todo apunta a la protección de los jóvenes en pos de que puedan llegar a ser caracterizados por su preparación, participación y responsabilidad (habilidades, que a su vez, son propias de una persona diferenciada) y por su carácter de transición a la adultez. Como ejemplo de ello, tenemos lo establecido por el ámbito internacional, particularmente el Programa Mundial para la Juventud de las Naciones Unidas en 1996, o la Convención Iberoamericana de Derechos de los Jóvenes, creada en 1992, entre lo que me gustaría destacar algunos de los apartados que más llamaron mi atención, por las implicaciones que más adelante detallaré:

- a) Artículo 20 – Derecho a la formación de una familia

⁸ Sólo para definir los rangos de edad, la UNICEF considera que un joven es cualquier persona que se encuentra entre los 15 a 24 años, mientras que en México, comprende de los 12 a los 29 años, según el Instituto Mexicano de la Juventud

- b) Artículo 21 – Derecho a la participación de los jóvenes
- c) Artículo 22 – Derecho a la educación.
- d) Artículo 26 – Derecho al trabajo
- e) Artículo 27 – Derechos a las condiciones de trabajo

Como es posible notar a primera mano, los derechos siempre tienen un carácter de protección o de concesión de beneficio a un sujeto de derecho. En este sentido, los artículos mencionan la posibilidad de que un joven pueda ejercer con libertad su derecho a la formación de una familia, a su participación política en sociedad, a la educación y al trabajo, lo cuales no se encuentran por ejemplo en la Convención de los derechos de la infancia (UNICEF, 1989) lo cual implica, en términos generales, que la juventud está caracterizada por dichos deberes, en tanto que los derechos, -al tiempo de ser otorgamientos- son reconocimientos de pautas y normas definitorias para una población en particular.

De esta forma, cuando un joven no se encamina hacia la obtención de estas características, entonces suele ser excluido de los espacios públicos que le permiten desarrollarse según su conveniencia, de manera que se le niega un servicio sanitario de calidad, educación y oportunidades de trabajo. Para demostrar que eres un joven 'preparado, participativo y responsable' necesitas ser competitivo en aquellos lugares que el sistema considera necesarios. Sólo por mencionar dos ejemplos, tenemos el caso de las instituciones educativas y de trabajo.

- La academia

La academia se postula como un espacio para consolidar la formación del joven adulto. Dicho espacio, denota el carácter cada vez más emergente de que los jóvenes deben prepararse para ser productivos en aquellos ámbitos o tendencias que protegen los intereses del Estado y las instituciones. El lema de la Universidad de Guadalajara "Piensa y Trabaja" ejemplifica singularmente lo anterior, aun cuando se ha decretado que la Universidad sea un espacio autónomo y de reflexión crítica ante los malestares de la estructura social.

Por otro lado, y aunado a lo anterior, el Estado otorga el derecho a los jóvenes de ser acreedores a una manutención por parte de sus progenitores, siempre y cuando éstos se encuentren cursando la universidad, sin embargo, es paradójico no contar con los espacios suficientes para que todos los jóvenes disfruten de dicha protección (por no mencionar el hecho de que muchos progenitores no tienen las posibilidades económicas). De esta manera, se crea una especie de competencia por ingresar a los ciclos vitales 'oficiales' del orden establecido, y cuando no se logra, existe un claro desprestigio social, así como la exclusión a otros espacios necesarios para la consolidación del joven adulto, como es su trayectoria laboral.

- El trabajo

Un joven sabe que debe comenzar a preocuparse por su carrera laboral tan pronto cumple su mayoría de edad, e incluso para quienes deciden dar prioridad a una carrera universitaria, muchas de estas decisiones se basan en los beneficios que ésta pueda

brindar en el mercado laboral, -o más específicamente- en la posible retribución económica que se pueda obtener de ella. Cuando un joven no puede acceder a una institución educativa pero sobre todo, cuando no puede acceder a un empleo, se queda instantáneamente al margen del ciclo vital.

Por otro lado, gran parte de las instancias capaces de brindar empleos, deciden no hacerlo, debido a que los jóvenes carecen de experiencia –cuando no de preparación- ante las vacantes ofrecidas, por lo que, una vez más, deben involucrarse en la competencia -aún más despiadada- de hacerse un lugar en el ciclo de vida dominante, el cual, sobra decir, muchas veces está reservado para aquellos que contaron con más privilegios de vida.

- La religión

Por otro lado, existen también necesidades espirituales, y en este sentido, cada religión tiene ciertos requisitos que impactan directamente en el ciclo vital de las personas. Sólo por brindar un ejemplo, el catolicismo sólo acepta la formación de familias heterosexuales. En este sentido, las parejas que no se ajustan a dicho requisito quedan fuera de la posibilidad de formar una familia y ejercer su espiritualidad, una vez más, la exclusión al ciclo de vida oficial.

Recapitulando: si los jóvenes carecen, -en gran medida- de las posibilidades de acceder a un ciclo de vida 'oficial,' y 'correcto', entonces los jóvenes –en gran medida- tendrán dificultades para satisfacer algunas de sus necesidades más básicas, lo cual, a su vez, nos deja con la paradoja de la ilusión de alternativas. Y si un joven por ende, no tiene toda la facultad de elegir sobre su propia trayectoria de vida, entonces, ¿Por qué ha de esperarse que éste tenga toda la facultad de manejarse con entereza emocional para discernir o diferenciarse de lo que sucede a su alrededor, de su familia de origen y de sus relaciones más significativas?

Imposiciones post-estructurales sobre el ciclo vital y la diferenciación.

Volviendo un poco sobre la noción de pensamiento postestructuralista, es importante recordar que tiene que ver con una corriente que trasciende los límites de las visiones estructurales, y que en términos generales plantea un cuestionamiento a lo establecido a partir del objetivismo, el determinismo, el esencialismo y el universalismo. En este sentido, las imposiciones no vienen sólo a partir de estructuras establecidas institucionalmente, como veíamos en el apartado anterior, sino que se reproduce a partir del comportamiento de los propios individuos que son objeto de tales imposiciones, y que llegan a incrustarse incluso en los lugares más herméticos de nuestra identidad. Es por eso que se mencionan a continuación algunas de las ideas que se han permeado en el pensamiento de una gran parte de nuestras sociedades que posibilitan la legitimización de las ideas del ciclo vital y la diferenciación.

- La cultura del amor romántico

Como tal, hace referencia al amor como un estado total de entrega, dependencia y abnegación, lo cual implica que desde que somos adolescentes, construimos en nuestro

imaginario colectivo que una relación de pareja es aquella en donde las individualidades se desvanecen por completo, para dar paso al paraíso infinito que es el amor. Sin embargo, la idea lleva consigo la suposición de que cierto grado de separación –proyectos, amistades, gustos, pasatiempos, decisiones y demás cosas propias- son un acto de egoísmo e incluso, de desamor. En este sentido, vivimos creyendo que debemos encontrar a este único ser como una de las metas más esenciales de nuestra vida, de manera que cuando desarrollamos un vínculo fuerte y amoroso con otra persona, damos por hecho que la meta se ha cumplido, aun cuando dé intensas señales de que la relación puede estar yendo mal. El vivir en una cultura como tal nos vuelve fuertemente reactivos al otro, y en términos de Bowen, bastante indiferenciados.

- La crianza basada en los roles tradicionales de género

Se dice que la diferenciación implica la capacidad de autodeterminación emocional, en el sentido de que el individuo sea capaz y tenga la posibilidad de actuar en base a un criterio personal, o en base a los intereses de un grupo, dependiendo de la situación o circunstancia. Si bien esto es un ideal teórico planteado por Bowen, en el contexto mexicano encontramos una serie de dificultades para alcanzarlo, y por lo que a mí respecta, cada género tiene particularmente dificultades distintas.

Por un lado, el varón ha recibido siempre una educación que lo proyectaba hacia el lado público de la sociedad, lo cual significa que se le ha impulsado, estimulado y motivado a ser bueno en los deportes, en las competencias (intelectuales y físicas) de la escuela y la comunidad y en su carrera laboral. Esto siempre a partir de apoyo, sustento y cuidado brindado por la familia, particularmente por personajes de género femenino. ¿Qué hemos aprendido los hombres con una crianza basada en dichos privilegios? Se ha encontrado una amplia gama de efectos en común, sin embargo, lo que llama la atención respecto al tema en cuestión, es que los hombres solemos tener mayor dificultad para reconocer la importancia del esfuerzo relacional, porque todo se nos fue dado sin más, sin exigirnos reciprocidad, por ende, es de esperar que el hombre tenga mayores dificultades para vincularse emocionalmente con los otros.

Por el otro lado, las niñas son formadas en la atención a los otros, en el reconocimiento de las necesidades de los demás y en la habilidad de mantener fuertes sus relaciones con los demás. Es por eso que puede malinterpretarse como definidas con base en una mayor dependencia, eso sí, su implicación emocional es mayor y por ende suele tener dificultades por regirse bajo sus propios intereses, en ese sentido, la crianza basada en roles de género tradicionales apunta a que los hombres sean mayormente indiferenciados por desligamiento, mientras que las mujeres serían principalmente indiferenciadas por dependencia. De nuevo cultura *versus* teoría psicológica.

- Los medios de comunicación

Los medios de comunicación han llegado a tener tanto peso en la vida de las personas, que se han permeado incluso en los caracteres más definitorios de nuestra identidad. Los medios de comunicación, incluso, podrían equipararse al peso de una institución, en el sentido de que nosotros, los ciudadanos, creamos los medios de comunicación, al tiempo

que ellos nos crean a nosotros –una vez más Luckmann y Berger- que como idea central postula el reflejo de nuestras ideas o de las ideas predominantes en los medios de comunicación. De esta manera, aunque se puede hablar de medios de comunicación con valores y visiones distintas a las tradicionales, encontramos una gran gama de productos, a través del cine, de las novelas, de las series, e incluso de la radio y las canciones populares, que privilegia la idea de la unión familiar, de los amores románticos, de las familias perfectas, -con hijos en el colegio, la madre con un atuendo elegante, y el padre a la cabeza de ellos, como el héroe, alto, fuerte, formal, todos atractivos, y de tez blanca. Para publicidad esta imagen ha sido tan explotada que se ha convertido en una especie de ideal. Como si todos los adolescentes se mostraran públicamente tan alineados con la familia y el padre estuviera siempre presente y la madre tuviera tiempo para arreglarse y verse impecable a pesar de no tener un minuto de su tiempo para dedicarse a sí misma. No es que la familia que de alguna manera se acerque a esto esté mal en sí, sino que al mostrar y reproducir una y otra vez esta imagen de familia se invisibiliza el verdadero retrato de la familia, con sus vicisitudes actuales y sus problemas estructurales y psicológicos, por no decir, en todo caso, que invisibiliza la posibilidad de elegir sobre la construcción de la propia familia. En este sentido, ajustarse a un aspecto ‘estético’ de la familia implica una clara indiferenciación de la familia. Asimismo, centra en la familia la responsabilidad de su funcionamiento, aciertos y desaciertos, dejando fuera la interacción con el contexto social, la responsabilidad mutua de las influencias del contexto en la familia, y viceversa.

- La cultura del estigma y del prejuicio.

Con esto hago referencia a una de las máximas de Foucault (1980) cuando dice que el poder no se esparce de manera vertical sino horizontalmente, en donde la sociedad se convierte en el panóptico que tan eficientemente funciona para mantener el orden y el *estatus quo*. Desde esta perspectiva quien se sale de la norma tan ‘descaradamente’ -digo descarado, porque así se interpreta desde el estatus predominante- no vive sin tener que librar extenuantes batallas día tras día, y eso, desde el sentido más lógico y racional, es tan incoherente como conducirse sólo en base a sus emociones.

A través del estigma y el prejuicio, las personas somos capaces de convertirnos en los más ávidos vigilantes de lo moral y lo correcto y encargarnos de los más urgentes juicios a todo aquél que transgreda los propios esquemas de pensamiento, más cuando dichos esquemas son derivados del producto de todo lo mencionado anteriormente (los medios de comunicación dominantes, los roles de género tradicionales, la cultura del amor romántico, entre otros) o en particular, de todo aquellos esquemas que se vuelven severos. Habrá que mencionar, como punto clave del presente apartado, que una población sujeta a un pensamiento colectivo rígido, tendrá al menos, fuertes reacciones al respecto. Por un lado, una paralización para desarrollar las herramientas intelectuales y emocionales que le permitan discernir de aquello que se postula como verdadero y necesario y que a su vez permite el sentirse cubierto y protegido, mientras que, por otro lado, generará un fuerte repudio y una gran emocionalidad de rechazo a dicho esquema de pensamiento. En cualquiera de ambos casos, las curvas de emocionalidad serán intensas, lo cual nos deja

de nuevo bajo el dilema de si debemos asumirnos como potencialmente indiferenciados, o de si debemos tomar un paso atrás y replantear las definiciones al respecto.

Hacia un replanteamiento de la diferenciación

A grandes rasgos, por el panorama hasta aquí revisado en cuestión del ciclo vital y de la diferenciación, se entiende que el equilibrio emocional adecuado y diferenciado debe supuestamente emerger de la nada, de la capacidad del individuo para tomar consciencia de sí mismo'. Pero, ¿qué significa esto realmente? ¿Qué permite desarrollar a los individuos la capacidad de ser adecuadamente diferenciados, conscientes y autodeterminados? ¿Será una cuestión fortuita? ¿Vendrá de un estado de bienestar? ¿O será como la resiliencia, que puede desarrollarse hasta en los contextos más inhóspitos? Si la diferenciación tiene que ver con una racionalización de supuestos procesos evolutivos naturales, entonces, ¿la diferenciación se desarrolla sólo a partir de la educación? ¿Es la intelectualización la meta última del desarrollo de los individuos y los grupos? ¿Es el fin último de las emociones mantenerse siempre en estado de equilibrio? ¿No hay en dicho precepto el surgimiento de un mecanismo más de control? Si las emociones intensas son características de las sociedades latinas, ¿están las sociedades latinas condenadas a vivir indiferenciadamente por el resto de los tiempos? ¿O será que los parámetros deben cambiar? ¿La cultura debe estar a merced de la teoría de la diferenciación, o la 'diferenciación' debe estar al margen de la cultura y de la circunstancia? ¿No es, la cultura en sí, parte de los procesos evolutivos del ser humano? En este sentido, propongo olvidarnos por completo de la diferenciación como concepto descontextualizado a nuestra historia y nuestra cultura, y replantear sus elementos desde visiones más propias. Es decir, redefinir el concepto, no como una cuestión entre emotividad–racionalidad y pertenencia–individualidad, sino como un asunto quizá entre autogestión–explotación, autodeterminación–manipulación, reactividad amenazante o reactividad sensata. Las palabras pueden discutirse y reelaborarse posteriormente, pero la idea debe centrarse en establecer un nuevo camino para mirar la diferenciación como un proceso de liberación de cargas emocionales pertenecientes a otras épocas. Y en este sentido, retomar las emociones como algo que puede ser útil en el camino, por ejemplo el enojo como una manera de enfrentar las amenazas, la ansiedad como una alarma de que algo debe cambiar, la tristeza como un espacio para reelaborar. Así también el concepto de pertenencia debe ser entendido de otra manera, por ejemplo, como un elemento nuclear de los procesos de resistencia, y la individualidad, por otro lado, como un espacio del sí mismo para la reflexión, para el descanso y para la reintegración de uno mismo.

Como resultado de las anteriores reflexiones, planteo las siguientes dimensiones a considerarse para el trabajo de una diferenciación contextualizada:

- Momento histórico social

Las condiciones *sociopolíticas y económicas del contexto* en el que se desarrolla el individuo, las *transiciones histórico-sociales*, los *desafíos de su población*, la *memoria colectiva*, el nivel de *emancipación social*, la *satisfacción de sus necesidades básicas*, las *oportunidades y posibilidades que otorga el contexto*

- Familia

Considerar los elementos que caracterizan a cada familia en particular, y observar por ejemplo si se trata de una familia *tradicional* o *progresista*, si proviene de un contexto *rural* o *urbano*, si la composición de la familia es *nuclear*, *extensa* o *compuesta*, la *posición* o *rol* de cada integrante, las *características de sus vínculos*, las *necesidades concretas, materiales y emocionales* de la familia y de sus miembros, la *historia de su origen y de su formación*, el *lugar de asentamiento y sus significados*, y finalmente, *la apertura y herramientas para afrontar cambios, separaciones, desafíos y oportunidades* hacia el futuro.

- Cultura

Considerar todo aquello que forma parte de la cultura, algunos ejemplos específicos a considerar son: las *representaciones sociales* de lo que *debe ser* un adolescente, un joven, un adulto, una persona de la tercera edad y finalmente una familia en el contexto específico del individuo, *los deberes introyectados por la comunidad*, *los roles de género*, *los significados acerca de la autonomía, la individualidad y la colectividad*.

- Sociedad/Instituciones

Se trata de todo aquello que puede ser otorgado por el carácter institucional de la sociedad, por ejemplo todo lo relacionado en materia de *derechos humanos*, *los apoyos y obligaciones* que se derivan de las *instituciones públicas*, la capacidad para atender problemáticas de índole público como es la *seguridad*, *la educación*, *el trabajo*, *la vivienda*, entre otros aspectos.

- Historia personal

Eventos significativos ocurridos incluso previo al nacimiento del individuo que pudieran influir en la tendencia hacia la *pertenencia* o la *exclusión* de la familia, los eventos que han promovido las *lealtades*, las *deudas familiares*, la *apertura social* o el *grado de rigidez* de la familia; elementos que surgen en la historia de cada individuo de manera particular a lo largo de nuestras historias.

En este sentido, podemos observar dichos elementos en toda trayectoria del ciclo vital, de todo sujeto, perteneciente a nuestros contextos. Veamos, entonces, bajo esta propuesta, qué es lo que pasa con la *Diferenciación* en dos casos particulares de la población mexicana que atraviesan por dicho proceso en distintas etapas de la vida, que bajo el supuesto de la presente disertación, deben tener implicaciones distintas. El mismo Bowen acepta la idea al plantear un trabajo clínico con familias en etapas avanzadas o tempranas del ciclo vital (Bowen, 1978) por lo que será interesante analizar detalladamente dos casos de procesos de diferenciación en etapas distintas del ciclo vital.

Integración de dos expedientes de trabajo clínico por familia en la que atendió como terapeuta

CASO 1. VALERIO: UN EJEMPLO DE DIFERENCIACIÓN EN LA ADOLESCENCIA.

Resumen

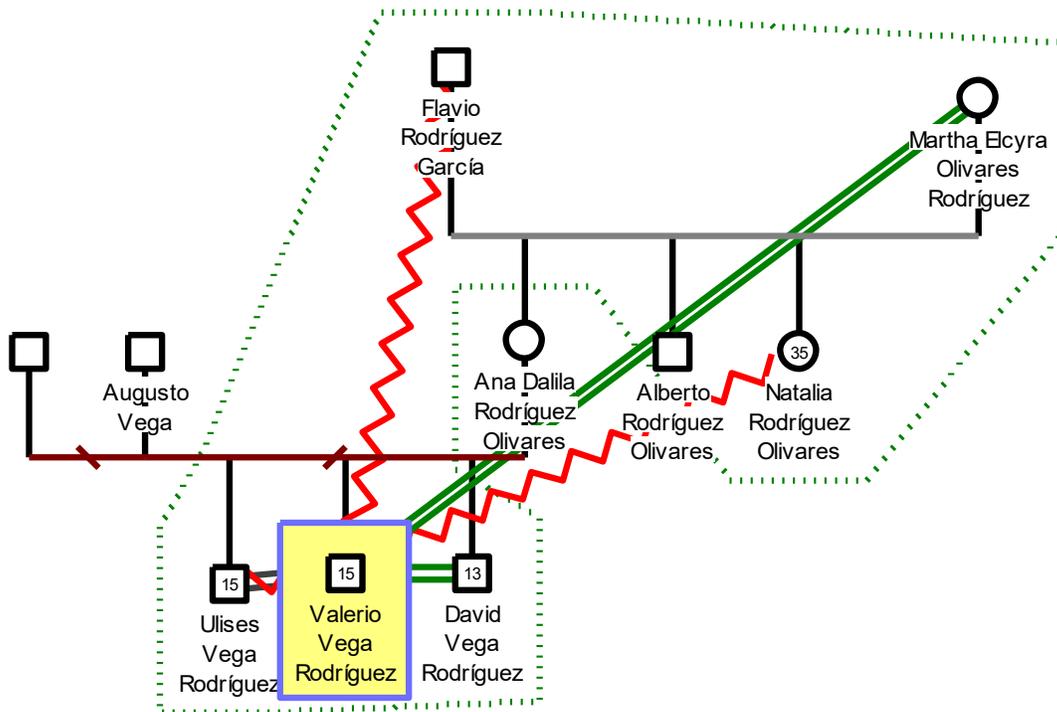
El siguiente caso fue atendido en la modalidad de terapia familiar. El enfoque utilizado fue el de terapia breve centrada en el problema, y tuvo una duración total de nueve sesiones, logrando consolidar las dos metas planteadas al iniciar el proceso terapéutico. La problemática inicial sobre la cual se centró la terapia fueron las dificultades derivadas de la dinámica familiar, particularmente las relativas a la logística y repartición de roles y responsabilidades, asimismo, se planteó para Valerio encontrar posibles soluciones ante la sensación de soledad que lo había acompañado durante tantos años.

La intervención estuvo encaminada a entender la postura y el rol de cada participante en la problemática actual y a partir de ello plantear algo distinto que funcionara para todos. La participación de la abuela y de la tía fueron cruciales para que las soluciones intentadas por todos fueran distintas, y al hacerlo, la dinámica familiar cambió, resultando en la posibilidad de interactuar de una manera incompatible con el problema. Por último, previo a finalizar el proceso terapéutico, Valerio revela una gran noticia que plantea la posibilidad de una crisis que tendrá que ser abordada desde los logros y las fortalezas desarrolladas a lo largo del proceso.

Datos generales

Datos del paciente	Nombre:	Edad:	Ocupación:
	Valerio Vega Rodríguez	15 años	Estudiante
Supervisor	Alexis Ibarra Martínez		
Terapeuta	Omar Víctor Ernesto Rubio Plascencia		
Equipo terapéutico	Adriana Ortiz Arellano Olga Noemí Mendoza Espinosa Cinthya Illaramendi Hernández Nelly Berenice Cruz López		
Escenario	CCH Azcapotzalco		

Genograma



Motivo de consulta

Valerio ha pasado a segundo semestre del bachillerato general y al comienzo de éste ha mostrado un cambio significativo en cuanto a su atención y desempeño en el aula. Por otra parte, tanto la abuela como la tía de Valerio se encuentran lidiando con la rebeldía de Valerio, al tiempo que se preocupan de que algo grave pueda estar ocurriendo con él. Por ejemplo mencionan el temor de que de Valerio se encuentre solo y no pueda afrontar los desafíos de la nueva etapa, ahora que no se encuentra tan cercano a su hermano gemelo Ulises. Por su parte, Valerio confirma sentirse solo y tener dificultades para interactuar en la dinámica familiar.

Antecedentes

Martha Elyra, abuela de Valerio, fue la responsable de su cuidado desde su nacimiento hasta la actualidad, sin embargo, a la edad de cuatro años, la madre de Valerio decide llevárselos a vivir con ella y su padre, ante lo cual, después de tres años de tenerlos bajo su cuidado, éstos deciden regresar con su abuela, debido a las condiciones precarias y la desatención bajo las cuales se encontraban. De esta manera, los tres hermanos se criaron con su abuela y su tía, mientras que su madre se encuentra presente sólo en la convivencia durante los fines de semana.

Por otra parte, los roles se han definido desde el inicio de la crianza, en este sentido, la abuela es la responsable de brindar afecto y comprensión, mientras que su tía Natalia ha sido la responsable de establecer los límites desde un principio, así como de exigir el cumplimiento de las obligaciones, y entre otras cosas, brindar orientación en lo respectivo a asuntos escolares.

Valerio y Ulises siempre han sido muy cercanos, sin embargo, durante el inicio de la preparatoria, ambos tomaron direcciones diferentes y ya no se encuentran en el mismo contexto; esto ha generado una serie de cambios, por una parte, propios de la edad, y otros debido al cambio de la dinámica, en donde Valerio tiene mayor libertad y al mismo tiempo, no cuenta con la presencia de su hermano como la tenía antes. Dicha combinación ha generado una serie de circunstancias que preocupan tanto a la abuela como a su tía, pues Valerio se encuentra disperso en la escuela, con poco ánimo y con serias dificultades para sacar adelante las materias del semestre.

Asimismo Valerio siempre se ha percibido como alguien sensible, lo cual, desde dicha percepción, le ha generado una experiencia de desventaja y vulnerabilidad en relación a su hermano, a quien visualiza como alguien que siempre ha tenido mayor facilidad para relacionarse con los demás a partir de su 'insensibilidad', situación que termina suscitando en parte la sensación de soledad que experimenta desde que se encontraba en el jardín de niños.

Definición del problema

Valerio muestra poca disposición para cooperar en las responsabilidades del hogar y poco interés por sacar adelante sus responsabilidades académicas; para Valerio, la dinámica en el hogar es confusa, aburrida y al mismo tiempo exigente.

Hipótesis principal

Valerio tiene demasiadas figuras de autoridad. Por un lado, está su abuelita, a quien ve como figura central que lo cuida y lo protege y ante la cual siente un gran cariño. Por otra parte está su madre que es la figura de la diversión y la amabilidad, del poco autoritarismo y mayor flexibilidad, y por último, está su tía, quien tiene una exigencia mayor hacia Valerio y se encarga de mantenerlos bajo control y de ponerles reglas. Ante esta situación de muchas posibilidades, Valerio elige el camino que solapa más su comportamiento, es decir, la imagen de adulto que más le agrada es la que precisamente permite eso. Mientras más discrepan las figuras significativas de adultos en su vida, más ambiguo se vuelve el comportamiento de Valerio para asumir sus responsabilidades, y entre más ambiguo sea esto, mayor discrepancia habrá entre las figuras de autoridad.

Objetivos terapéuticos

- Encuadrar los conflictos bajo un sentido de preocupación general por todos los responsables de Valerio.
- Normalizar la sensación de confusión propia de la edad y del ingreso a una escuela en donde se otorga mayor libertad y menor orientación.

- Clarificar los roles de cada miembro de la familia respecto a las responsabilidades en el hogar, así como una sincronía entre los responsables de Valerio para que esto se respete.
- Encontrar el escenario en donde Valerio ya no necesite de la actitud de solapamiento de su abuela ni el duro castigo de su tía para que él pueda responsabilizarse de sus asuntos, por su cuenta.

Desarrollo del proceso y principales intervenciones

1. En un primer momento, se escuchan las quejas expresadas por los participantes, en este caso Valerio y su abuela, se recopiló información acerca de los antecedentes del problema que los agobia. En este sentido, la abuela acude por una preocupación ante el comportamiento irresponsable de Valerio, mientras que éste es llevado sólo por iniciativa de su abuela. Sin embargo, tras conversar con él, Valerio comenta sentirse solo la mayor parte del tiempo y enojado en casa, cuando su tía lo presiona a hacer cosas o lo regaña. Bajo estas dos problemáticas, el equipo decide reencuadrar el problema como una situación de preocupación en un sentido afectivo y de protección, mientras que a Valerio se le comenta que la preparatoria puede ser un momento complicado en la vida, pues de golpe tiene más responsabilidades, más libertad, más amigos, y al mismo tiempo, la pérdida simbólica de su hermano gemelo –una separación de escenarios y círculos sociales-, aunado a que la adolescencia en sí misma puede ser difícil. De esta manera, se capta la atención de todos los participantes y se definen las dificultades en términos en base a un interés común.

2. Uno de los intentos de solución de Valerio para afrontar el sentimiento de soledad era el compararse con su hermano Ulises respecto a las habilidades de socialización que ambos tenían, siendo la de Valerio una postura de mayor sensibilidad. El hecho de que su hermano tuviera más amigos era un indicador de que su sensibilidad no era funcional, y que al contrario, aumentaba su sensación de soledad. Debido a esto, y tomando en cuenta su postura, el equipo le encomendó preguntar a sus amigos por los aspectos positivos que veían en él. Al realizar dicha tarea, Valerio se percató de que tienen una imagen muy agradable de él; lo que lo llevó a dudar de ver su sensibilidad como algo negativo. Había que preguntarse si algo similar ocurría en el hogar.

3. Al percatarnos de que los principales desacuerdos que ocurrían en el hogar eran con su tía, nos dimos a la tarea de investigar el papel de ella en toda la dinámica familiar. Lo que se descubrió fue que la tía era la única encargada de velar por las obligaciones y responsabilidades en el hogar, mientras que la abuela se encargaba de ser afectiva y comprensiva, pero sin demandar nada a cambio. Fue claro para nosotros que existía una ambigüedad respecto a las normas y los límites del hogar, por lo que se buscó la manera de llevar a su tía Natalia a sesión.

4. Al no cumplir con su tarea de llevar a Natalia a sesión, el equipo indaga sobre los efectos de su tía en la vida de Valerio a lo que admite ser cuidado y orientado por ella de muchas formas, pero al mismo tiempo, espera de él que se comporte como un adulto serio y aburrido. Posterior a ello, se conversa sobre las diferentes facetas del ser adulto, y que en

ese sentido, él puede elegir su manera favorita de ser adulto. Se termina la sesión hablando sobre la importancia de la tía en la dinámica de la familia y en lo complejo de su situación, en lo difícil que se vuelve al tener que velar por algo tan severo como los límites, pero tan necesarios de establecer, y en esa sintonía, el equipo pide a Valerio reflexionar sobre las cosas de las cuales sí le toca responsabilizarse a sus 15 años.

5. Se conversa con su abuela Martha sobre los diversos roles que cada uno cumple dentro de la dinámica familiar, y se confirma que es Natalia quien se hace cargo de las tareas más complicadas al tener que poner orden con los tres muchachos, mientras que Martha adopta el rol de la abuela comprensiva y consentidora que sus nietos tanto adoran. Al reflejar esta situación, se busca redefinir el papel de la tía para la preservación de la familia, así como visibilizar la importancia de lo que está haciendo, y no sólo eso, sino que la abuela Martha pueda moverse a una posición de menor solapamiento cuando permite que sus nietos reprobren las materias sin consecuencia alguna.

6. Una vez que se cuenta con la presencia de la tía Natalia en sesión, se corrobora que es ella quien se ha encargado de asumir el rol de disciplinar y poner límites a los chicos, pero además el equipo se percató de que no tiene conflicto alguno en cumplir con dicho rol, ni percibe que la relación con sus sobrinos sea conflictiva, como ellos la retrataron, pero sí confiesa tener que invertir gran energía en insistirles para el cumplimiento de sus obligaciones. Al mencionar esto, Valerio vuelve a posicionarse como un chico que no quiere crecer, y la abuela Martha insiste en que en el hogar no hay conflictos. La sesión se termina reflejando el círculo vicioso que puede puntuarse de la siguiente manera: entre más proteja la abuela a Valerio, más tendrá que regañarlos su tía Natalia, y entre más irresponsable sea Valerio, más tendrá que protegerlo su abuela Martha. El equipo agrega que es difícil saber por cuánto tiempo más la abuela Martha tendrá energías para protegerlos de las consecuencias de sus actos, y hasta donde el equipo pudo enterarse, los tres chicos han sido protegidos durante los años en que ellos más los han necesitado, por lo que quizá sea un buen momento para que ellos aprendan a defenderse por sí mismos. Por último, el terapeuta señala una fecha de finalización del proceso terapéutico, pues, dadas las circunstancias, el equipo confía en que esto empujará a la familia a movilizarse antes de que el proceso termine.

7. Valerio asiste a sesión con una actitud distinta y reporta una serie de cambios respecto a la organización en el hogar, en la cual, todos han participado, encontrándose mayor orden, madurez y pocos conflictos. Por otro lado, Valerio abre un tema personal que está fuera de los objetivos de la terapia, se trata de su orientación sexual, pues comparte que tiene una relación por primera vez con un chico, y que a pesar de sentirse con muchas más herramientas para abordarlo con su familia, pide ayuda al equipo terapéutico para abordarlo dentro de la sesión en presencia de su familia. El equipo accede a la petición, y termina la sesión reflejando los aspectos positivos que observan en Valerio y que podrían ser de gran ayuda para afrontar el nuevo desafío de compartir la experiencia.

8. Se confirma en presencia de la familia que los cambios anteriormente reportados por Valerio existen y se mantienen, felicitándolo por su implicación en ello. El terapeuta genera

preguntas sobre las cosas que han hecho esto posible, de manera que la familia pueda percatarse de las acciones específicas que emprendieron para que esto suceda.

Por último se abre el tema de la nueva relación de Valerio ante lo cual, su tía Natalia es la más preocupada, particularmente respecto a la vulnerabilidad que puede generar que Valerio tenga una relación con otro hombre, mientras que su abuela afirma no tener problema alguno, pues lo amará y lo aceptará como siempre lo ha hecho. Por otra parte Valerio adquiere una postura muy madura, sin inmutarse, y explica que esto lo pensó muy bien, que se dio de manera natural, sin influencia de nadie, y que es una relación normal, ante lo cual, pide respeto y discreción a su familia.

El equipo terapéutico termina el proceso, haciendo un recuento de todos los avances que tuvieron, de la nueva posición en la que se encuentra y de todas las herramientas con las que cuenta la familia. Asimismo, hace un llamado a la comunicación y al afecto para que Valerio pueda transitar por esta nueva etapa de manera más segura y con mayor confianza. Se agradece a cada uno de los participantes presentes, y da por terminado el proceso terapéutico. No sin antes recordarles que pueden volver a solicitar el servicio psicológico para el semestre entrante, si es que así lo desearan.

Cambios de primer y segundo orden

Primer orden

- Valerio comienza a asumir las consecuencias de su desinterés escolar y se responsabiliza de ello a través de mayor esfuerzo y trabajo, sin embargo, aun requiere de su abuela que lo proteja de su tía, al no contarle que aún debe una materia.
- Aunque Valerio se encuentre en una posición diferente, la tía Natalia continúa siendo la figura que establece límites con sus otros dos hermanos, mientras que la abuela Martha es quien continúa solapándolos, particularmente con Ulises.
- Entienden los cambios de Valerio a partir de la intervención del equipo terapéutico y no como una serie de acciones que ellos, como familia, emprendieron.
- “Si él tiene otra actitud conmigo, entonces yo tengo una actitud distinta con él”. Esta frase, mencionada por la abuela Martha, ejemplifica la idea de que se generaron cambios a partir de observar una conducta diferente en Valerio, y no como un cambio de conductas y disposiciones emprendidas por todos. Es decir, se mantiene una visión lineal de las cosas.
- Valerio asume la separación de su hermano y a la vez se diferencia adecuadamente de él, sin embargo, su familia espera que ambos hermanos resuelvan los dilemas de la adolescencia al mismo ritmo y de maneras similares.
- La nueva configuración de la dinámica familiar y de los roles que se reorganizaron movieron viejas heridas familiares respecto al rol que tiene la madre de Valerio, generando molestia en la abuela, que a grandes rasgos no acepta abiertamente un

papel de guía de la madre. En este sentido, aún no queda claro el rol que tendrá la madre en la dinámica familiar y en la vida de Valerio.

Segundo orden

- Valerio acata las reglas del hogar por iniciativa propia, sin que una figura de autoridad tenga que pedírselo, y por su parte, la familia le da el espacio y el tiempo suficiente para que Valerio lo haga por su cuenta.
- La toma de responsabilidades dentro y fuera del hogar por parte de Valerio le permite asumir consciencia de sí mismo, al tiempo que lo posiciona como una persona con más herramientas para finalmente poder encarar una situación de gran temor, en este caso hablar abiertamente de su orientación sexual.
- Valerio asume sus responsabilidades y toma consciencia de sí mismo no como una manera de ceder o 'rendirse' ante la batalla con su tía, sino como una manera de expresar el respeto y el afecto que tiene por ellas y por la familia, en ese sentido, se apropia de una manera de relacionarse que será de gran beneficio para su transición a la adultez.
- Valerio entiende su sensibilidad no como una debilidad que deba controlar o contrarrestar sino como una fortaleza que le ayuda a conectarse con los demás.
- Se entiende el bienestar de la familia a partir del crecimiento de sus miembros, y dicho crecimiento está relacionado con el asumir cada quien sus responsabilidades, pero también sus propios caminos.
- Se acepta abiertamente que Valerio pueda decidir sobre sus relaciones amorosas y sobre las definiciones que él tenga de sí mismo.

CASO 2. ALINA: UN EJEMPLO DE DIFERENCIACIÓN EN LA ADULTEZ MEDIA.

Resumen

El siguiente caso fue atendido en la modalidad de terapia individual. El enfoque utilizado fue el narrativo con algunas intervenciones de equipo reflexivo, y tuvo una duración total de nueve sesiones, logrando generar cambios significativos en las principales narrativas de Alina, cambios que se estima continúen aún posterior a la terapia. El presente caso muestra una serie de dificultades presentes desde quince años atrás y en la cual se hacen evidentes los efectos de eventos del pasado ocurridos en la niñez y adolescencia, en el que se involucran el tema del **abuso sexual**, distanciamiento emocional entre los miembros de la familia, relaciones de pareja superfluas y una narrativa de fracaso y agotamiento que se acompaña de resentimientos hacia ciertos miembros del sistema. Los temas fueron

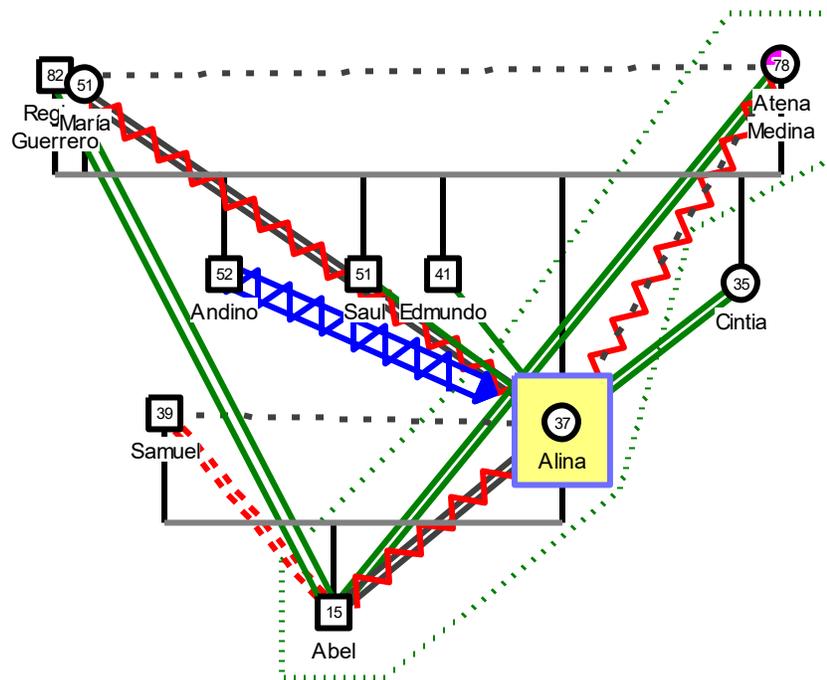
brotando a lo largo del desarrollo de la sesión pero se fueron abordando según la necesidad y prioridad establecida por el paciente.

La intervención estuvo encaminada a darle sentido a lo que estaba experimentando desde hace quince años y a dar luz sobre los procesos emocionales familiares que se dan en eventos como el aquí expuesto, en donde se comete abuso sexual por parte de un familiar y se genera una red de silencio en torno al evento. Asimismo se buscó encontrar las relatos que contradecían la narrativa dominante a fin de dar agencia a Alina de sus fortalezas y a partir de ellas observar los vínculos presentes y los acontecimientos del pasado de otra manera.

Datos generales

Datos del paciente	Nombre:	Edad:	Ocupación:
	Alina Guerrero	35 años	Docente de ciencias sociales en bachillerato
Supervisora	Laura Edith Pérez Laborde		
Terapeuta	Omar Víctor Ernesto Rubio Plascencia		
Equipo terapéutico	Adriana Ortiz Arellano Olga Noemí Mendoza Espinosa Cinthya Illaramendi Hernández Nelly Berenice Cruz López		
Escenario	Clinica de Terapia Familiar FES IZTACALA		

Genograma



Motivo de consulta

Alina solicita el servicio debido a que se siente emocionalmente inestable, a que tiene problemas con su madre y con su hijo de 15 años en donde predominan constantes peleas en las que se hieren verbalmente, a menos de que lleven una interacción superflua. Agrega que con el resto de las relaciones es así, que se siente cómoda mientras no haya mucho involucramiento, pues cuando esto sucede, surgen conflictos. Tiene dificultades para confiar en las personas, y para evitarlas, suele mentir. Por último, abre el tema de abuso, al cual fue expuesta desde los 6 hasta los 9 años por parte de su hermano mayor, aspecto que en la actualidad le genera una fuerte preocupación.

Antecedentes

Alina se embarazó de Abel cuando tenía 20 años de edad, según menciona Alina, desde entonces comenzaron a surgir los conflictos con su familia y las dificultades para relacionarse abiertamente con otras personas. Esto debido a que percibe su maternidad como prematura, lo cual le genera conflicto, así como la actitud crítica de su familia, particularmente de su madre. Posterior a la concepción de Abel, los conflictos con Samuel (padre de Abel) se agudizaron hasta el punto de la separación. Desde entonces, el contacto con Samuel ha sido cada vez menor, aunque Samuel sí vea a su hijo constantemente. Por otro lado, la relación entre Samuel y Abel no es muy buena, pues según comenta Alina, Samuel quiere ser autoritario con Abel, y éste recala dicha actitud con Alina.

Por otro lado, el tema del abuso se remonta más atrás en la historia familiar, cuando Alina tenía seis años y su hermano mayor, Andino, veintinueve años, abusó sexualmente de ella, siendo un acercamiento constante que involucraba caricias y contacto inadecuado, que se prolongó por alrededor de tres años, hasta que un día su madre los encontró de manera accidental en dichas conductas.

Alina comenta que cuando esto ocurría, sabía que había algo malo en ello, experimentaba una especie de incomodidad y remordimiento, sin embargo, en ese entonces sabía que su hermano tenía muchos problemas con su padre, por lo que no mencionaba nada por temor a perjudicarlo. Sin embargo, cuando su madre se percató de la situación, Alina comienza a experimentar resentimiento con ella debido a que su madre no menciona nada al respecto, e incluso actúa como si nada hubiese sucedido. De esta manera, la relación entre Alina y su madre comienza a deteriorarse con el transcurrir de los años y con la dura postura de crítica que su madre mantiene con ella. Sin embargo, uno de los puntos de quiebre se da cuando Alina se encontraba estudiando la maestría y decide, -gracias a los recursos personales que había obtenido- romper el silencio en torno al abuso al cual había sido expuesta, situación que terminó por romper la relación con su madre y llevó a Alina a un punto de crisis muy fuerte. Esta situación fue normalizándose con el tiempo al punto de convivir nuevamente dentro del hogar, pero sólo de manera superficial, pues ante cualquier acercamiento o tensión, la relación se volvía muy reactiva.

En cuanto a la relación con su hermano Andino, Alina mantuvo una relación amistosa, antes, durante y posterior al abuso. No veía en él la figura de un abusador, sino que se

preservó la imagen de hermano mayor. Cuando Alina decide hablar sobre ello en presencia de su familia, muchos años después de los acontecimientos, lo hace sin la presencia de Andino, por lo que éste nunca fue consciente del daño que se había generado en su hermana menor.

Narrativa dominante

Alina es una persona que coloca en sí misma los problemas que le causan más preocupación. Gran parte de esta versión de su relato se debe a que múltiples experiencias le han mostrado que ella no es capaz de afrontar las situaciones más desafiantes, y que cuando trata de hacerles frente, las cosas se ponen mucho peor. Las emociones se han convertido en su principal enemigo, y son las que más le causan temor, pues estas han llegado a ser tan intensas, que la han hecho dudar de su salud mental y de su valía como persona.

Para afrontar esto, Alina ha creado una serie de personajes para combatir el desborde de sus emociones. Por un lado, ha creado una versión de sí misma en donde es una extraña en su casa, manteniendo cierta distancia e involucrándose solo en las actividades mínimas necesarias. Esto le ayuda a tener una 'interacción civilizada' con su madre y su padre. Otro personaje que en ocasiones toma relevancia es la de una persona indiferente a las relaciones amorosas, en donde ha sentido el impulso de encontrar sólo personas que considera no son de apreciar, con vicios, pocas expectativas en sus vidas, etc. pues eso estará en concordancia a cómo se percibe a sí misma. Asimismo, funcionará para cuando la relación se vuelva tediosa o problemática, de manera que no sea complicado darla por terminada.

Lo que hay en común entre ambas maneras de vivir, es el temor a sentir e involucrarse a un nivel más profundo. Cada relación significativa la ha lastimado de una manera u otra, así que cualquier interacción que implique un vínculo más cercano con cualquier persona le genera temor, preocupación, ansiedad, pues todo puede volver a terminar como en el pasado.

Por otro lado, está cansada de tener que recurrir a una desconexión emocional, a engaños y mentiras sólo para evadir temores que han estado presentes siempre en su historia. Quiere gritar verdades y asumir responsabilidades, pero cree que en cuanto lo haga será de nuevo aplastada por la desaprobación de sus seres queridos y el desborde de sus emociones.

Objetivos terapéuticos

- Entender que lo que vivió durante gran parte de su infancia genera fuertes reacciones emocionales tales como las que está experimentando.
- Reconstruir los acontecimientos del pasado para entender cómo se fue gestando el enojo
- Reelaborar las relaciones actuales a partir de entender la situación particular de los involucrados en el problema.
- Asumir el propio papel en la configuración de las relaciones conflictivas

- Relacionarse con los demás a partir de sus fortalezas y no de sus debilidades.

Desarrollo del proceso y principales intervenciones

1. En una primera fase, el equipo se propone identificar la problemática de Alina, así como los discursos que se han creado en torno a ello. Lo que surge en este primer panorama es la construcción de una imagen desfavorecida de sí misma a partir de las experiencias que vivió en su infancia y por los mensajes captados de su familia, principalmente de sus padres, quienes ignoran, desestiman, desconfirman y desaprueban el comportamiento de Alina en diferentes etapas de su vida y en momentos cruciales de transición. Ante ello, el equipo alerta a Alina sobre lo observado, e intenta reflejar y conversar sobre esta atadura entre las experiencias desastrosas de su pasado y la consolidación de su identidad actual.

En este sentido, Alina comienza a expresar la magnitud de estas ataduras, de la influencia de las experiencias del pasado en su vida presente. Menciona que nunca ha podido terminar nada, que las cosas de hoy las ha hecho por inercia, por impulso. Ante esta situación, el equipo responde que pese a lo desafortunado de esta situación, las personas no siempre son capaces de responder empáticamente ante los accidentes o los calamidades de la vida, no por una cuestión de crueldad intencional, sino por la falta de recursos propios para hacerlo, que se deriva de una serie de circunstancias particulares atadas a sus propias historias, y que difícilmente cambian con el curso natural del tiempo. Lo que sí puede cambiar son las expectativas en torno a ello. La pregunta es hasta cuándo esperará lo que nunca va a pasar.

2. Comienza a observarse cada vez más claramente, que la relación conflictiva con su madre viene construyéndose desde que ella no hizo nada cuando sucedió lo del abuso perpetuado por su hermano. Ante esta situación, comenzamos a cuestionar sobre la direccionalidad del enojo. ¿Qué pasa con el perpetrador, con quien cometió la agresión? En este sentido, Alina comienza a darse cuenta de la posición machista que asumió al culpar sólo a su madre, quien reconoce haber observado en una situación de opresión y con pocos recursos. Esto cambia la perspectiva y la hace ver que también ha buscado siempre la aprobación de los hombres que aparecen en su vida. La mención de este aspecto es definida como un gran acontecimiento, y aunque mencione no tener claro como dejar de esperar dicha validación, se le recuerda que el proceso de cambiarlo ya ha comenzado.

3. Respecto al uso de distintas facetas para evitar, engañar o esconder su vida a las personas, el equipo menciona que conversa sobre el uso de estereotipos para afrontar situaciones de estrés, particularmente estereotipos de 'chica buena' y 'chica mala' y como al usarlos, limita la oportunidad de decidir a partir de los propios deseos y voluntades, por lo que sería importante no caer en ellos. Se normaliza el hecho de que dichos deseos pueden ser volubles, radicalmente cambiantes, pero que aún así, está bien decidir a partir de ellos, sobre todo cuando se ha pasado toda una vida decidiendo a partir de la búsqueda de aprobación de los otros.

En ese mismo sentido, el equipo reflexiona sobre cómo las personas pueden aparentar cierta tranquilidad y seriedad, pero en el fondo ser arriesgados, extrovertidos; por lo que no debe buscar personas que reflejan cierta 'inestabilidad' para encontrar cierta 'apertura' y en todo caso aquellas cosas que uno busca experimentar pueden construirse en la relación, con un vínculo de por medio. Por lo que otras posibilidades serían por ejemplo, presentarse como una versión de sí misma de la que se sienta orgullosa y ver qué sucede en la construcción de una relación, como un experimento alimentado por la curiosidad de conocerse a sí misma de otras formas.

4. La relación con su madre comienza a vivirla de manera distinta, con un panorama más amplio y con menos tensiones y reactividades emocionales, que derivan en una mayor aceptación de su madre y de la historia de su madre, así como de la posibilidad de que no siempre esté bajo el dominio de esa historia.

Dicha situación, permite a Alina mirarse en su propia posición de madre, y el tema con su hijo comienza a ser discutido, en lo que se encuentra, -más allá de la vergüenza de haber sido madre joven y ocultar esta parte de su vida en algunos círculos- un gran orgullo, un discurso de amor y admiración que permite a Alina pensarse como una madre amorosa, paso importante para la construcción de una relación en donde ella puede ser más confiable para su hijo.

5. Se experimentan cambios en la relación con su hijo, se descubre que él tiene una versión positiva de ella como madre, y que, a pesar de no ajustarse a la imagen tradicional de madre, Alina consigue construir aspectos muy positivos en su hijo. Se conversa sobre las ventajas de no fijar una sola imagen de la maternidad, y de las posibilidades que esto conlleva para Alina y su hijo, se observa una posición distinta de Alina en donde comienza a reconocer esa parte de su vida como algo que ha sido bueno, algo positivo, y lo más importante, como algo que puede seguir mejorando, analizando, cuestionándose, pues es la base para construir y mejorar.

6. A partir de la conciencia de distintas narrativas, en donde ella se percibe a sí misma con mayor capacidad, se retoma el tema del abuso, en el que menciona que algo importante ha cambiado, pues ya no se siente impotente y frágil con el tema, sino molesta. Esto representa una modificación en el afrontamiento, en el que pasa de la indefensión a la fuerza que permite encararlo. Sin embargo, aún no sabe qué acciones tomar al respecto, lo cual, es perfectamente normal, pues se le hace saber que conforme esto avance, irá encontrando las respuestas.

7. Ante las dificultades de avanzar hacia una diferenciación o distanciamiento con su padre, se propone ver los actos de él más allá de la crítica, en donde se encuentra el sentido de la protección y cuidado con un toque de falta de asertividad, lo cual brinda la oportunidad a Alina de vivir dicha relación desde una posición más horizontal, desde una posición de adulto, pues ya no toma la crítica como desaprobación, sino como una recomendación. Es decir, comienza a surgir la posibilidad de soltar una postura defensiva y comenzar a entablar diálogos y metacomunicarse con su padre.

8. En este punto se aborda, -relacionado a la experiencia de abuso- el tema de las emociones, y sobre cómo observamos un momento ideal para volver a pensar en el flujo de las emociones como punto central para seguir adelante. En este sentido, Alina reconoce sentir temor de volver a desbordarse, sin embargo, encuentra en ella misma el deseo de cuidarse, de estar atenta a lo que está sintiendo. La respuesta del equipo gira en torno a que está bien cuidarse, pero no necesariamente como una carga más, sino como algo que puede hacer periódicamente, al tiempo que toma la decisión de disfrutar su vida. Algo así como cambiar la conversación por otra que le agrada más, que la haga sentir feliz. De esta manera, se le invita a reflexionar sobre aquellas cosas que quiere seguir soltando, y sobre aquellas cosas que quiere ir incorporando –siguiendo la idea de tomar cosas que le brindan satisfacción- así por último, se sugiere que también se encuentre muy atenta a las cosas positivas que ya está haciendo.

9. Surgen las ideas respecto a acciones que pueden tomarse derivadas de la experiencia del abuso. Una de ellas implica involucrarse en un grupo de ‘sobrevivientes’ o bien, ser voluntaria o realizar alguna labor de ayuda a personas que hayan experimentado algo similar. Alina comienza a volcar su atención hacia afuera, hacia las necesidades de los demás. Al mismo tiempo, menciona conocerse mejor, incluso cambiando la relación con su cuerpo. Se consideran nuevas cosas a la hora de establecer una relación, por ejemplo la estabilidad de la persona, alguien que se conozca, que haya pasado por experiencias, que piense, que sea capaz de conversar, que no imponga, es decir, un compañero, y que al mismo tiempo, pueda establecer un vínculo con su hijo, alguien con quien pueda construir algo, no convencional, pero sí algo profundo y significativo.

Las relaciones más importantes de su vida han cambiado significativamente, con su madre puede conversar abiertamente, y a pesar de que ella se mantiene hermética respecto a los eventos del pasado, ha cambiado en su manera de interactuar en el presente gracias a la disposición que Alina ha construido con ella. Por otra parte tenía el deseo de llevar a su hijo a consulta para que el equipo terapéutico lo conociera, en un estado de orgullo y admiración. Dicha postura ha influido incluso en la manera en que su abuela trata a su hijo, en donde existe mayor comunicación pero sobre todo, mayor aceptación. Por último, la relación con su padre, aun cuando menciona que no observa cambios en él, existe una gran diferencia en cómo Alina interpreta las críticas de él, logrando en términos generales que no le afecten de manera negativa.

Cambio de narrativa

- Alina menciona ser capaz de ver que gran parte de la confusión y la desolación que durante muchos años experimentó se debe a toda una serie de circunstancias repetitivas y reiterativas que imposibilitaron la resolución de las mismas.
- Dichas circunstancias, así como los personajes que las desarrollaron, son parte, a su vez, de un conservadurismo que perpetúa la violencia y la rigidización de malestares, cuyos efectos abarcan la historia de la familia, y al notarlo, puede abandonar la posición de sufrimiento.

- Alina menciona percibirse más apta para expresar las emociones que la invaden, pues ya no teme ser desaprobada o invalidada por ello, lo cual, a su vez, incrementa el flujo de emociones.
- Dichas emociones no son necesariamente dañinas, sino que, a lo largo del proceso, menciona una serie de emociones positivas: en torno a ella, en torno a su hijo y en torno a sus padres.
- Alina menciona ser capaz de tomar decisiones personales a pesar de encontrarse con la oposición de sus padres.
- Entiende de alguna forma que todo lo que hace ahora en torno a ello puede cambiar, porque ya no necesita seguir actuando de la misma forma para protegerse. Se dio cuenta de que no siempre tuvo la dificultad de actuar para defenderse, como ella consideraba. Entre esas cosas que ahora puede ver que ya no necesita es por ejemplo el temor de relacionarse con las personas, el tener que desenmascararse frente a ellas, etc. Reconoce que eso es un estorbo porque no le permite conectarse con personas que podrían interesarle.
- Menciona estar lista para dejar de decir mentiras. Identifica también que toda su vida va a sentir altibajos, pero que la forma en que viva estos altibajos es lo que puede cambiar. Y respecto a las emociones, reitera que lo peor sería aprisionarlas.
- Alina comienza a volcar su atención hacia afuera, hacia las necesidades de los demás.
- La imagen de inepta se ha esfumado, ya no se percibe como una niña sino como alguien que puede hacerse de más responsabilidades
- Menciona conocerse mejor, a nivel corporal, relacional e intrapersonal.

Análisis y discusión teórico-metodológica de la intervención clínica con las dos familias elegidas

ANÁLISIS SOBRE LA DIFERENCIACIÓN EN EL MARCO DE LA ADOLESCENCIA

Remontándonos a la teoría, Michael E. Kerr en conjunto con Murray Bowen (1988) mencionan que la diferenciación básica (aquella que depende de un proceso emocional multigeneracional) se consolida durante la adolescencia. En este sentido, Valerio se encuentra en el camino a terminar de “heredar” su repertorio emocional familiar, pero, ¿qué significa esto?

Siguiendo la misma línea, implicaría que Valerio ya se ha formado dentro de un sistema emocional, que cuenta con sus propias aprehensiones, ansiedades, triangulaciones y en general, con los modos en que dicho sistema absorbe, incluye o expulsa a sus miembros,

dependiendo de la historia multigeneracional de la familia, y que por tanto, Valerio reproducirá dicho repertorio emocional en sus relaciones más significativas.

Cuando Valerio asistió por primera vez a consulta en conjunto con su abuela, el equipo terapéutico observó a un adolescente tímido y reservado, en parte por una cuestión de personalidad, en parte por una cuestión de haber ido a regañadientes, porque su abuela lo había dictaminado así. Con el paso de las sesiones el equipo se fue dando cuenta de que existía un componente de “inocencia” en las palabras de Valerio, y más adelante, fuimos formando la idea de que era un adolescente ‘aññado’, en el sentido de encontrarlo con algunos gestos, reclamos y posturas ante la vida que aún podían encontrarse en la esfera de la niñez. No obstante, alrededor de la quinta sesión Valerio comienza a hablar sobre el proceso de ser adulto, y en su discurso, existía una especie de puente entre el pensamiento de un niño y el de un adolescente. Por un lado, manifestaba sentirse en esa exigencia: de ser más responsable, más organizado, más trabajador, entre otras (propio de la adolescencia) pero al mismo tiempo, imaginaba la adultez como la imagina un niño, quizá un preadolescente: como algo aburrido, como una etapa que sólo consiste en trabajar y en ser formal (referencia directa de su tía Natalia). Ahora, con el tema en cuestión, se realizó un abordaje dialógico sobre la adultez, en donde se pudo observar que Valerio era capaz de deconstruir y construir una visión distinta de ella, aunque fuese un intento temprano. En dicha visión, Valerio buscaba contrarrestar el peso que se le da a la cuestión laboral y a la idea de acumular pertenencias, para darle mayor cabida al aspecto de desarrollo de habilidades relacionales (amabilidad, respeto, comprensión, diversión, entre otras). En este sentido, Valerio estaba de por sí, manifestando ya una alternancia a las trayectorias de vida esperada para los jóvenes masculinos, en el sentido de no aceptar una interacción basada en la competitividad, dominación e incluso en la agresividad, sino generarla desde un punto de encuentro con sus emociones y su vulnerabilidad. Quizá fue ésta la primera advertencia de su potencial de cambio dentro de la terapia.

La segunda etapa de nuestro encuentro con Valerio estuvo caracterizada por lo que podría considerarse una analogía del mundo adolescente: una serie de batallas entre lo que, aquéllos que me rodean, esperan de mí, y lo que yo quiero ser, en tanto que lo voy descubriendo. De esta manera, tuvimos algunas sesiones de conflictos entre lo que demandaban la abuela y la tía y lo que Valerio exigía para sí mismo: encontrarse a sí mismo, dejar de sentirse solo, poder conectar con sus pares, etc. Para esto último, algunos ejercicios que el equipo dejó como tarea, nos mostraron que en realidad, Valerio era mejor haciendo amigos de lo que él pensaba, y curiosamente mucha de la retroalimentación que recibió por parte de ellos, eran características que él valoraba mucho, y que deseaba tener para su adultez. Otra señal de buen pronóstico fue precisamente esto, su capacidad para poder conectarse con los otros, pero además, sin tener que sacrificar una parte de su personalidad, como hacen muchos otros adolescentes en aras de pertenecer a un grupo. De hecho, parecía que él estaba creando su grupo, una especie de resistencia ante los otros grupos de jóvenes populares y sobresalientes.

La tercera etapa fue aun más sorpresiva. En ella, tras haber dejado un lapso de un mes desde una última intervención con toda la familia, -en donde a grandes rasgos, se develó

el papel de cada uno en la preservación del problema- Valerio nos impresionó con un giro en su comportamiento, derivado de una comprensión distinta de aquello que lo aquejaba. Es decir, dejó la posición de sufrimiento e invalidamiento (tristeza, soledad, desinterés, entre otras) por la de una mayor conciencia de lo que ocurría con él y con toda la familia. En este sentido, Valerio fue reconocido inmediatamente por 'su avance' a tal grado que la familia pareció darle 'el reconocimiento oficial' de que estaba logrando atravesar su tumultosa transición. Este acontecimiento es de gran interés para el tema puesto que plantea por un lado, la armonización entre lo que acepta Valerio y lo que plantea la familia como norma, sin embargo, en la literatura sobre desarrollo evolutivo y sobre el desarrollo psicológico del adolescente, se plantea una especie de 'rebeldía natural' como tarea vital para consolidar la autoafirmación de la personalidad. Cabe preguntarse entonces, ¿Está Valerio haciéndose acreedor de una falta importante para su transición por la adolescencia? Por lo que a mí respecta, la principal batalla para Valerio estaba por librarse en otra área de mayor implicación emocional: su orientación sexual.

En la cuarta y última etapa del proceso terapéutico Valerio decidió abrir quizá una de los temas más sensibles para la vida adolescente: el hacer público una orientación sexual distinta a lo establecido por la norma social. Como elemento en contra del equipo terapéutico se encontraba el tiempo, pues el tema surgió en la penúltima sesión con Valerio y en la última sesión con la familia. Para ello, Valerio pareció haber acomodado todos sus pendientes, como si no quisiera que dichos pendientes le arruinaran su presentación ante la familia. Pero, ¿qué se puede argumentar de este último movimiento –tan poco previsto por el equipo terapéutico- respecto a su proceso de diferenciación? Por una parte, se encuentra la idea de que al haberse hecho de recursos personales, como la toma de conciencia de sí mismo y de sus responsabilidades, pudo encarar la situación de una manera más favorable. La otra fue el tiempo, -quizá pensado así por Valerio, o no- como un momento en el que todos se encontraban sensibles, respetuosos y cercanos, entre el ambiente terapéutico y la armonía que se había alcanzado en la dinámica familiar. Pero, quizá hubo otros factores.

No hay que olvidar que su sistema familiar es, de alguna manera, un poco inmune a los convencionalismos sociales, en el sentido de que su madre, años atrás, había desertado de un rol materno al aceptar que la abuela se hiciera cargo, -dicho evento no fue motivo de la terapia, sin embargo, es parte de la trama familiar actual-. Por otro lado, su tía Natalia decidió nunca casarse. Las razones de ello tampoco son tema de discusión, pero al menos, con estos dos ejemplos, encontramos trayectorias de vida que no satisfacen los estándares normativos, y en este sentido, en conjunto con otros elementos de apoyo, puede construirse un escenario para aceptar otras posibles trayectorias de vida. Otro dato interesante acerca de la constitución de la familia, y que puede entrar en la categoría 'otros elementos de apoyo' es la idea de la unidad familiar, en donde la abuela es pilar irrefutable de ello. De esta manera, la abuela actuó en pos de preservar la integración familiar cuando su hija no aceptó el rol materno, asimismo la tía Natalia permaneció en el hogar para el cuidado de los chicos –y muy probablemente para el cuidado su madre-, y asumió responsabilidades que consideró necesarias para la preservación de la familia, como la orientación y el establecimiento de límites, sin mencionar que era el miembro que más aportaba

económicamente. En este sentido, se observa la capacidad de la familia para *resistir* ante los embates de las carencias del contexto, al menos desde tres aristas: las dificultades económicas, la ausencia de una casa adecuada para la cantidad de miembros que la habitan, y el ambiente de inseguridad que se vive en la ciudad, en la escuela y en las colonias en donde Valerio se desenvuelve.

De esta manera, se entiende que el sentido de pertenencia, la cercanía, la presión por permanecer como un sistema emocional unido, es intenso, pero al mismo tiempo, necesario para sobrellevar las circunstancias que tuvieron que atravesar como familia. Es decir, un sentido de resistencia surge en familias que bajo ciertos contextos, no tuvieron siempre la posibilidad de decidir sobre sus vidas. Sin embargo, en este punto, la familia tiene la oportunidad de brindar esto a Valerio, de manera que él pueda elegir, al menos en un grado más, sobre su propia trayectoria. Podemos decir que para este caso, se necesitó de un fuerte sentido de pertenencia para abrir la posibilidad de una adecuada separación. La apertura de la bisexualidad de Valerio (como él lo había presentado frente a su familia) agrega un pregunta más de análisis: ¿Cómo se interpreta el tema de la bisexualidad en este contexto de dependencia/autonomía? Por un lado, cuando se trata de un escenario que no necesariamente es aceptante, el alzar la voz puede ser un tema de autonomía; pero en este caso, es importante la intención con la que se hace. ¿Se hace como un medio para apartarse o para acercarse? La pregunta no es sencilla de responder, pero el hecho de haberlo hecho en un ambiente seguro, cálido y respetuoso como es el espacio terapéutico, es también una señal de la búsqueda de conciliación y de aceptación, al tiempo de autoafirmarse como individuo.

Respecto a Valerio, a sus 15 años, puede ser que le quede mucho camino por delante, como el acomodar los procesos de cercanía-autonomía con la nueva relación que comienza y con el nuevo grupo de amigos que había consolidado, y por otro lado, encontrar los propios espacios para reflexionar sobre sí mismo, sobre su individualidad y sobre el camino que va tomando, los dilemas sobre cuán distinto será de su hermano gemelo, -que dicho está de paso, suele ser sumamente complejo, debido a la intensidad con que se forjan estos vínculos- y de qué tan lejos o cerca estará de su familia ahora que ha encontrado una puerta para autodescubrirse.

Si pudiéramos darle una puntuación durante el inicio del proceso terapéutico a Valerio –en concordancia con su contexto y a la etapa del ciclo vital en la que se encuentra- ésta pudiese oscilar entre el rango 35 – 50 en la escala de diferenciación, principalmente porque durante este periodo de tiempo Valerio manifestó sentirse emocionalmente solitario, y en este sentido, con poco interés para participar en su medio circundante, es decir, con un ‘bajo nivel de funcionamiento’. Asimismo, era altamente sensible a la desarmonía con su grupo de compañeros y mantenía una alta reactividad con cualquier intervención o regaño de su tía, por más imparcial que ésta fuera. En ese momento, su comportamiento coincidía con la inminente separación de su hermano gemelo por lo que pudo haber incrementado su ansiedad durante dicha separación. Además de esto, Valerio se sentía insuficiente en cuanto a su capacidad para realizar amigos. Por último, parecía cómodo al ser el protegido de su abuela, mostrándose inseguro y vulnerable ante ella y ante la sociedad.

Más allá de colocar una puntuación en la ya conocida 'escala de diferenciación del self' propuesta por Bowen, se debe abogar por el reconocimiento de los logros, los aprendizajes y las habilidades que incorporó Valerio en su trayectoria de vida, en un contexto específico. Aspectos que no sólo tienen que ver con la resolución de una 'crisis evolutiva' sino con la resolución a una crisis histórica, social, cultural e institucional; en este caso, reflejado en la precarización laboral, el abandono de espacios públicos debido a la inseguridad, la dificultad para acceder a espacios educativos apropiados (pocos profesores para una gran cantidad de alumnos), la violencia como forma de interacción normalizada entre iguales, y algunos otros elementos de la vida cotidiana. Dichas habilidades no surgen de un vacío, sino de la interacción con los otros. En este caso, el proceso terapéutico fungió como un espacio en donde se hicieron presentes otras figuras significativas para Valerio, y de las cuáles recuperó elementos que incorporó a una visión preferida de su identidad, en donde él toma decisiones por su cuenta, tiene mayor implicación en la dinámica familiar, da relevancia a su proceso de formación académica, se aventura a iniciar una relación con una persona del mismo sexo a pesar del rechazo que esto podía implicar, y lo abre a su familia. Asimismo, una visión de sí mismo en donde es capaz de salir del mundo de las emociones agobiantes, -como la soledad y su aparente vulnerabilidad- y en lugar de ello, enfrenta situaciones de estrés desde una sensación de mayor seguridad, provista por la presencia de estos aprendizajes y de personas que lo confirman, lo validan y le permiten replantearse lo que no le gusta y le daña; es decir, a través de las cuales se construye y reconstruye; lo que Combs y Freedman llamaron 'identidad relacional'.

Resumiendo todo lo anteriormente descrito, he aquí algunos de los puntos más sobresalientes del proceso de Valerio en cuanto a su diferenciación:

- Manifestó un anhelo por desarrollar una trayectoria individual pero también, y con gran énfasis, en lo relacional.
- Tomó la decisión de compartir unas de las elecciones probablemente más juzgadas en la sociedad relativo a su orientación sexual con su familia, como un gesto de cercanía y pertenencia a la misma.
- Consolidó una manera más armónica de relacionarse con su tía y sus hermanos a partir de redirigir sus emociones hacia otros puntos importantes de su vida.
- Construyó una red de apoyo con personas ajenas al sistema familiar con base en sus gustos y preferencias, en el cual se incluye el inicio de una relación sentimental, la vinculación con otro con mayor grado de intimidad y compromiso.

Propuestas y líneas generales de intervención para el desarrollo de una diferenciación contextual basada en la diversidad de procesos que se gestan en el transcurrir de la adolescencia.

Para la presente propuesta, se plantean algunos ejes de intervención en cuanto al desarrollo y la promoción de adolescentes autónomos y responsables.

Para los que se quieren comer el "mundo" y en ello se pueden congestionar, o para aquellos que no se quieren asomar por la ventana, lo siguiente podrá ser de gran ayuda:

- Cuestionamiento de las certezas
- Visibilidad de las relaciones que apoyan su dinámica de vida.
- Construcción de las preferencias: Visión a mediano y largo plazo.
- Importancia de los vínculos: hacia afuera y hacia adentro del espacio familiar.
- Consciencia de que no tienen todas las respuestas y de que eso es liberador.
- Mirarse a sí mismos.

Cuestionamiento de las certezas

¿De qué manera se formó esa idea en tu vida? Puede ser una gran forma de iniciar una conversación acerca de las más vitales ideas que rigen nuestras maneras de proceder. - ¿De qué manera se formó? ¿Cómo?. –podrían contestar – Sí, ¿recuerdas en qué momento comenzaste a creer eso? ¿O qué sucesos te llevaron a pensar eso?- Una pregunta “muy coqueta” en cuanto a la intriga y el tambaleo de una verdad, la pregunta en sí, genera la sensación de que las ideas más intrínsecas a nosotros no siempre estuvieron ahí, por lo que debe existir un mecanismo de cristalización de ideas, y muy por seguro, un mecanismo de des-cristalización de ideas. La intención de cuestionar las ideas del adolescente, tiene que ver con dejar la posibilidad de abrir otras realidades, dado que una de las grandes habilidades de todo adolescente es cuestionar las verdades impuestas por los padres, y que en ese sentido, la mejor manera de hacerlo es empuñar una idea hasta convertirla en la propia verdad; útil e incluso necesario, pero al mismo tiempo, un riesgo si se convierte en lo único a qué aferrarse.

La mayoría de las ideas ‘cristalizadas’ de los adolescentes tendrán que ver con su desilusión por el mundo en el que se desenvuelven (particularmente desde un plano emocional) y por un egocentrismo que va desde el: no necesito de nada ni de nadie para vivir mi vida; hasta el: nadie me quiere, nadie me mira, y no puedo hacer nada con mi vida. Cuestionar dichas verdades, desde una postura empática, impasible y de curiosidad, puede generar grandes aperturas a otras maneras de concebir la vida y por ende, de desenvolverse en ella.

Visibilidad de las relaciones que apoyan su dinámica de vida.

Desde que todo adolescente se mira como el poseedor de una auténtica emocionalidad (cosa que por demás, puede ser cierta) y por ende, como un ser único, disidente de lo ya establecido, es importante recordarle al joven adolescente que incluso para llegar a ese momento de introspección y disidencia o melancolismo fue necesaria la participación de una familia que le diera vida, lo cobijara, lo alimentara e hiciera todo lo posible por tenerlo ahí, en ese momento, con su valiosa presencia, -eso en principio-, pero yendo aún más allá. Es importante encontrar y visibilizar algunos momentos cúspides de encuentros, de afectos, de enseñanzas y de emociones compartidas, que tienen un sentido de trascendencia incluso para poder construir ahora su propia visión del mundo. Cuando el joven adolescente es un poco más consciente de las relaciones vitales que lo sostienen, es más probable que esté dispuesto a colaborar, después de todo, tanto en niños y niñas como

en adolescentes, una idea clave es entender que sin vínculos afectivos no hay manera de guiarlos.

Construcción de las preferencias: Visión a mediano y largo plazo

Es común encontrar a un joven adolescente que está fijo en un periodo de tiempo, ya sea a partir de algo que realmente desea para ese momento, (ignorando todo lo que puede suceder mientras tanto, o en lugar de) o a partir de mirarse en una visión ampliamente remota, más como una fantasía, que como un plan (irse a vivir solo para escapar de la tiranía de sus padres, por ejemplo) o bien, fijo en un suceso del pasado -como una añoranza de cuando las cosas iban mejor, o no tenía las mismas preocupaciones, o antes de que tuviera una pérdida, real o significativa-.

Particularmente debido a dichas tendencias, -que como ya se mencionó, son bastante comunes en los jóvenes adolescentes- es importante hacer ejercicios que apelen a la realidad. En este sentido, es importante escuchar atentamente qué es lo que hay en sus planes y cómo éstos han sido formados, qué ideas existen en dichos planes, qué necesidades se encuentran ahí, qué anhelos o qué frustraciones; para posteriormente, poder ofrecer algo que tome parte de ello y se construya con un sentido de realidad, con una temporalidad, una operatividad y una logística. Entre más público, y entre más personas se encuentren involucradas en dichos deseos o planes, más fácil será consolidarlos. Sin embargo, esto no debe tomarse como un requisito o como una meta, sino que también podrá realizarse, por ejemplo, de manera individual, o en todo caso, compartiéndolo con quien el joven adolescente así lo desee. Lo que la experiencia clínica muestra en este caso particular, es que suele ser más probable que se comparta con aquellos figuras que, por cualquier razón, son más significativas.

Importancia de los vínculos: hacia afuera y hacia adentro

Muy relacionado al segundo punto arriba descrito, se trata de focalizar y acrecentar la importancia de los vínculos y las relaciones del joven adolescente, sólo que en este caso, para que se mire particularmente en dos direcciones: hacia adentro (la familia) y hacia afuera (sus amigos y/o comunidad). La primera de ellas, como se había mencionado anteriormente, será de gran ayuda para que el joven adolescente tenga estructura en su vida, en sus hábitos, en el desarrollo de sus habilidades e ideas, pero también para que sea capaz de confiar y sentirse seguro, y particularmente, para construir un espacio donde las emociones puedan fluir y llegar a ser constructivas y/o liberadoras.

Sin embargo, si se mira sólo hacia el interior y no hacia el exterior, -sobre todo en esta etapa-, el desarrollo estará lejos de encontrar su mayor potencialidad. Es importante recordar que durante dicha etapa la capacidad de ser afin a cierto idealismo se consolida, lo cual es la puerta para la construcción de un criterio propio y de la capacidad para coincidir y diferenciarse de los otros, de generar el gran regalo de poder sentirse parte de una grupo, pero al mismo tiempo, para tener la gran habilidad de saberse distinto, -y de reconocer, después de todo- la autenticidad o individualidad de cada quien. En pocas palabras, como

dicen los zapatistas: para ser capaz de existir en “un mundo donde quepan muchos mundos”.

Será parecido a mirar la adolescencia como un paseo largo, en donde el recorrido se vuelve más agitado y distante (algo que literalmente ocurre) pero, teniendo ahora mayor certeza de cuál es el camino a casa. Lo mismo sucede con el ciclo vital en sí, que también es un recorrido, un paseo de movimiento elíptico, o mejor dicho, un paseo en forma de espiral, en donde las distancias de uno mismo con el centro –sea este centro la familia o las mismas emociones-, serán mayores en algunas etapas, y menores en otras.

Consciencia de que no tienen todas las respuestas y de que eso es liberador.

Aunado al primer punto de estas líneas generales de intervención, la idea de aceptar que no podemos siempre saber hacia dónde nos dirigimos o cuál es la mejor forma de actuar o de pensar, -sobre todo a una edad temprana- resulta tan liberador, como decir que no sabes conducir, porque realmente nunca lo has intentado. En este caso, aunque la idea en realidad es mucho más compleja, resulta similar: es imposible tener certeza sobre todo lo que nos rodea, y en especial, sobre nosotros mismos, si apenas hemos comenzado a conducirnos por el mundo. Los adolescentes son exploradores primerizos, y aunque algunos tengan un gran sentido de intuición y brillantez, siempre estarán en el inicio de conocerse a sí mismos y al mundo, por lo que, no saber responder a preguntas importantes como quiénes somos, o qué realmente queremos, es perfectamente normal, y está bien; es constructivo, porque implica que tenemos apertura y disponibilidad para experimentar y vivir dicha trayectoria, y porque le resta esa tiránica responsabilidad de actuar como si supiéramos qué estamos haciendo todo el tiempo, que tanto nos exige la dinámica social de la competencia.

Cuando un adolescente acepta que es novato y que se encuentra en el proceso de aprender, se proyecta más fácilmente hacia el exterior, debido a que se desenvuelve con mayor respeto hacia todo lo nuevo, hacia todas las relaciones nuevas que va estableciendo, al tiempo que, le permite buscar los apoyos necesarios para afrontar aquellas situaciones que rebasan su capacidad, y en ese sentido, se vuelve más responsable.

Mirarse a sí mismos:

Como el lector pudo observar, gran parte del proceso de promoción de diferenciación tiene que ver con establecer un escenario de relaciones personales sólidas. ¿Por qué así, si la diferenciación en sí implica ‘ser diferente’ del otro? Parte de la premisa aquí planteada, tiene que ver con la formación de ‘un piso estable sobre el cual caminar’. Las relaciones interpersonales son generadoras de estabilidad; cuando las personas se encuentran en momentos de intensa inestabilidad y desorden, lo primero que comienza a fallar son las relaciones personales, lo mismo sucede a la inversa: cuando las relaciones personales comienzan a fallar, nuestras mentes y nuestras emociones también lo hacen; esto es normal, por más ‘diferenciados’ que podamos creer estar. En este sentido, el fortalecimiento o la consciencia de nuestras relaciones, nos apoya en la generación de mayor seguridad y certidumbre, pero no sólo eso, a partir de los otros es posible que uno se observe a sí

mismo, no sólo por las definiciones que los demás puedan hacer de uno mismo, sino porque los otros son el reflejo de nuestro actuar en el mundo, son el reflejo de nuestras palabras, de nuestros gestos, de nuestras decisiones, y sólo por este hecho, se facilita la posibilidad de mirarse a uno mismo. Será importante hacer esto, tengamos o no relaciones de calidad, será importante hacerlo, porque por otro lado, mirarse a si mismo, puede ser también el único camino para comenzar a construir las relaciones que queremos, cuando las que tenemos, no nos dan la estabilidad para caminar.

Para el adolescente, quizá éste sea el paso más difícil, pero al mismo tiempo, -en su ensimismamiento y en el tiempo libre del cual son acreedores- es lo más probable.

ANÁLISIS DE LA DIFERENCIACIÓN EN EL MARCO DE LA ADULTEZ TEMPRANA

Para el siguiente análisis, se tomará principalmente el concepto de 'desconexión emocional' o 'indiferenciación desconectada' tal como lo plantean Vargas y colaboradores (2016) que en términos generales, hace referencia a la incapacidad del individuo de mantenerse cercano a otras personas, emocionalmente hablando. En este sentido, una persona indiferenciada como la que se expone aquí, evitará intencionalmente (o inconscientemente), cualquier lazo profundo o cualquier interacción que implique mayor involucramiento emocional, con el propósito de no exponerse a un desajuste emocional.

En el caso de Alina, lo anterior se percibe fuertemente durante el inicio del proceso terapéutico, cuando menciona mantener una relación superflua con su madre y prácticamente con cualquier persona, pues según menciona en repetidas ocasiones, de no hacerlo, los conflictos comienzan a emerger. El caso de Alina es particularmente complejo, -y lamentablemente, muy común en nuestro contexto- porque se construye en un escenario de invalidación, y particularmente, de agresión e invisibilización: es decir, el abuso cometido por su hermano mayor durante un periodo prolongado de tiempo, cuando Alina era una niña, y la posterior desprotección y desconfirmación hacia ella y sus emociones.

Precisamente, uno de los efectos más conocidos que surgen derivados de una situación de abuso y desprotección, es la tendencia a desligarse y a desconectarse de todos y todo (incluyendo sus propias emociones); una conducta que finalmente, es adaptativa, pues la cercanía resultó peligrosa para ella y atentó contra su seguridad e integridad. Aunado a dicha situación, su madre, de quien esperaba mayor protección, orientación y empatía, actuó con total omisión e incredulidad, por lo que marcó el punto de partida para sentirse como un 'ente extraño' en la familia, tanto con su madre como con el resto de la familia.

Llegada la adolescencia, Alina no pudo completar o transitar por el periodo de desligamiento e identificación con grupos externos a la familia, porque se sentía vulnerable e insuficientemente capaz de relacionarse abiertamente con otras personas, construyendo así una visión de sí misma como 'insuficiente', 'inepta', 'incapaz' derivada del abuso y de la desprotección que vivió en el seno familiar y retroalimentado por la espiral de rechazo y negación que se había consolidado con sus padres. Esto último es de vital importancia, ya que el punto de medición de dicha percepción era precisamente el juicio de ellos, los que habían dudado de ella. Se integraron así como una voz que comenzaba a formar parte de su identidad. Una voz con mucha influencia.

Dicho escenario fue la antesala para arribar a la adultez, en donde las exigencias eran aún mayores y las responsabilidades llegaban sin que uno las buscara. Anterior a ello, por supuesto, llegó Samuel, el padre de Abel. Con quien creyó encontrar el refugio perfecto para por fin escapar del rechazo y la crítica de los padres y con quien, -al entregarse 'completamente'- tuvo un hijo. Sin embargo, lo anterior sólo funcionó durante un par de años, y el legado de dicha relación impulsó incluso más precipitadamente a Alina al mundo de los adultos, sólo que en esta ocasión, regresando a la mirada omnipresente de los padres. Esto implicó para Alina mayor ansiedad e inseguridad, a tal punto de encontrarse en una crisis constante y alcanzando varios puntos de 'quiebre', que sólo pudo afrontar a partir del uso de 'máscaras' o 'identidades ficticias' para relacionarse fuera del sistema familiar, sin embargo, dichas facetas reproducían estereotipos que terminaban perjudicándola a la hora de establecer nuevas relaciones afectivas, que a su vez, retornaban a Alina al sistema familiar y a la represión de sus emociones

Todo lo anterior puede enmarcarse dentro de una gran y sutil reactividad emocional ante las presiones de un sistema rígido y hermético, con pocas posibilidades de salida, - particularmente para el género femenino- que dificultó el desarrollo de las propias capacidades, aptitudes y decisiones de Alina. Es decir, quedó atrapada en una espiral de "indiferenciación" mayormente alimentada por la negación, el rechazo, la invalidación y la violencia simbólica y concreta que enmarca una agresión sexual temprana y su encubrimiento.

Sin embargo, también deben mirarse los generadores estructurales y postestructurales de dicha situación. Por un lado, las condiciones laborales para los y las jóvenes, como ya se ha mencionado en el presente capítulo, no son las óptimas para que una madre pueda sostenerse a ella y su hijo, al tiempo que paga una renta y dedica tiempo para la crianza. De manera que la coresidencia con los padres se vuelve necesaria para solventar dichos gastos.

Por otro lado, el hecho de ser 'madre soltera' suele ser en sí mismo un tema fuerte de exclusión y prejuicio en la sociedad mexicana, prejuicio a la cual fue sujeta Alina en el seno familiar y en otros contextos, aportando en la percepción desvalorizada de sí misma como una huella de que 'había obrado mal'.

Y por último, el tema del abuso, como un tema que continúa siendo tabú en nuestra sociedad y que genera alrededor de ello una fuerte red de silencio que sólo agudiza los

efectos de vulnerabilidad e indefensión, incluso llegando al punto de cuestionarse sobre la validez y la cordura de uno mismo. Ante tal escenario, es más que comprensible que alguien no pueda ver más allá del dolor impreso en el cuerpo, irresoluble, como algo que forma parte de ti, años tras año. En otras palabras, ¿cómo se puede contemplar la propia fortaleza si se ha caminado siempre desde la fragilidad que genera el constante sometimiento de la violencia? ¿Cómo diferenciarse adecuadamente en un contexto en donde nunca se es suficiente apto? ¿Dónde no hay un reconocimiento básico de las injusticias?

En el caso de Alina, lo anterior pudo surgir a partir de la toma de consciencia de lo que sucedía en la trama familiar, de lo que se jugaba en cada silencio del cual todos formaban parte y de reconocer la expectativa de querer ser aprobada y protegida por una madre que así como Alina, quedó atrapada en la trama emocional de su propia historia, pero sobre todo, a partir de la toma de consciencia de que en la presente etapa de su vida, Alina ya no precisaba de ello.

Todo fue un proceso paralelo en el que, a la par de la toma de consciencia, Alina iba consolidando los siguientes avances:

- Expresión de las emociones a pesar de que éstas pudieran ser intensas, dolorosas o incómodas.
- Toma de decisiones basadas en el deseo propio, a pesar del desagrado de sus padres.
- Restitución de vínculos significativos: con su hijo, con su madre y con su padre.
- Salir del ensimismamiento: Mirar hacia las necesidades de los otros, y actuar en consecuencia.
- Vinculación más transparente, sin necesidad de identidades ficticias.
- Elección de preferencias en el trabajo, en las personas con las que se vincula y en los proyectos a realizar.
- Elección de qué hacer sobre el abuso sexual que sufrió durante su infancia, y respecto a la relación con su hermano que lo perpetuó y la influencia de él en su vida.
- Utilización de otras voces que le ayuden a acercarse a la imagen preferida de ella misma. Lo que White (1997) llama como remembranza o reintegración.

Estos dos últimos puntos ejemplifican el desafío de trabajar con una propuesta de diferenciación descontextualizada, en donde se proyecta que una persona pueda simplemente mantener un funcionamiento equilibrado, tanto emocionalmente como relacionalmente, cuando existen tantos factores que se juegan en un caso de abuso sexual no reconocido, y mucho menos reparado. En el caso de Alina fue crucial ir conversando sobre los eventos, acciones y voces que ejercían influencia en la imagen desvalorizada de sí misma. La situación de Alina y la función que cumplió el espacio terapéutico para su proceso de diferenciación, puede entenderse desde el concepto de reintegración, utilizado por White para invitar a las personas a evaluar de manera activa quiénes seguirán siendo parte de la red de afectos significativos y quiénes no. Para explicar mejor esta idea, White utilizaba la metáfora del 'club de vida' de uno mismo, en donde se aprecia y se reconoce que existen personas con un estatus alto respecto al nivel de influencia (una membresía

especial, por así decirlo) en la conformación de nuestra identidad. Asimismo, existen personas que tienen grandes aportes para una conformación de identidad preferida, pero que no tienen una membresía alta, generalmente porque no nos percatamos de ello, entonces, a medida que uno va conversando sobre ello, las mismas se van modificando, llegando a un punto en el que las personas con membresías especiales son aquellas elegidas por uno mismo. En muchos casos de abuso las personas deciden renunciar al vínculo del abusador (quitarle membresía) pero no siempre resulta sencillo.

En el caso de Alina, lo que sí se observa es un reconocimiento de dicha influencia en su vida actual (la influencia del abuso y la posterior desprotección) que genera un entendimiento más acertado de las conductas evasivas y su tendencia a desligarse de su familia, de sus emociones y de las personas en general. Posteriormente comienzan a surgir otras voces, como la del espacio terapéutico, la de su hermana, la de su hijo, que van dando cuenta de otras versiones favoritas de Alina sobre sí misma. Por último, el enigma respecto a qué hacer con la membresía de su hermano, que a pesar de no desaparecer, ya se perfilaba para ser una membresía con menor estatus.

El proceso de diferenciación se encamina entonces hacia un punto de reintegración, en donde se aprovechan las interacciones, conversaciones y hasta recursos de otras personas para poder conformarnos como individuos, con identidades trastabillantes que se modifican a través del recorrido, de la experiencia, y del reconocimiento de las mismas. En este sentido, la diferenciación no es una meta, ni un fin, sino un proceso de reestructuración de los aspectos que nos restan y nos suman bienestar, funcionalidad y seguridad. No podemos asumirnos como sujetos finalmente diferenciados porque entonces tendríamos que hablar de parámetros que invisibilizan la subjetividad de los sujetos.

De esta manera, hablamos en todo caso, que la diferenciación específica de Alina, está relacionada a su capacidad de decidir por su cuenta, a hacer una diferencia sobre cuándo debe actuar a partir de sus emociones y cuándo a partir de su razonamiento, de tener creencias y opiniones bien definidas sobre sí misma y sobre cualquier tema, más allá de replicar lo que le enseñó su padre, de su libertad para desear una relación con intimidad emocional, pero también de visualizarse por su cuenta, sin una relación romántica; y sobre todo, de comprometerse con una búsqueda de metas propias.

Propuestas y líneas generales de intervención para el desarrollo de una diferenciación contextual basada en la diversidad de procesos que se gestan en el transcurrir de la adultez temprana.

En el siguiente apartado se describen algunas pautas de intervención para la promoción de la diferenciación en el marco de la adultez media, ya sea para el joven adulto que ha dejado de creer en sus propias capacidades, que no puede tomar decisiones, que se siente entre la espada y la pared, encerrado en sí mismo, o bien, para aquel que ha caído en la trampa de la enajenación, y vive la carrera del 'mérito' a toda prisa. Para todos aquellos y aquellas jóvenes, van las siguientes propuestas para la generación de diferentes caminos:

- Mirar las propias emociones: dar con lo que nos ha lastimado.
- Reconocer, gratificar y/o reclamar, según sea el caso.
- Encontrar un colchón de emergencia: mirar afuera y sobre los afectos.
- Romper el silencio sobre quienes dominan, lastiman y son impunes y con quienes colaboran a ello. .
- Cortar con lo tóxico: el desprendimiento es como llorar.
- Dar con lo propio, y si no, buscarlo.
- Seguir en contacto.
- Ir más allá de lo propio.

Mirar las propias emociones: ¿qué nos pueden decir?.

En ocasiones las personas pueden llegar a sentir que algo anda mal con su 'calibrador' de emociones, en el sentido de que pueden llegar a sentir una especie de extrañeza sobre la 'forma en que sentimos' o sobre la cantidad de dichas emociones en nuestras vidas, ya sean éstas pocas o demasiadas, siempre puede haber algún momento en que nos preguntemos si estamos sintiendo de manera normal.

Pues bien, más que preguntarnos sobre si estamos sintiendo 'lo adecuadamente correcto' mejor sería preguntarnos sobre lo que nos está manifestando dicha emocionalidad y sobre los discursos que se han consolidado 'detrás de tales emociones'. En el caso de Alina se trataba de una contención de emociones, un aprisionamiento que hacia eco en las demás esferas de su vida. Para Alina, quedaba claro: sus emociones debían estar contenidas, porque de otra manera éstas la llevarían a otro punto de quiebre. Pero aquí surgieron las preguntas: ¿Qué es un punto de quiebre? Es decir, ¿qué es un punto de quiebre para los demás? Particularmente para su familia. Conforme fuimos conversando al respecto, el equipo terapéutico se fue dando cuenta de que la familia había definido como punto de quiebre todo acto de Alina de revelarse al supuesto orden y tranquilidad en que supuestamente vivía la familia. En este sentido, conversar sobre aquello que estamos sintiendo y, particularmente, sobre lo que se dice que estamos sintiendo o sobre lo que se cree que estamos sintiendo y el por qué de ello, puede llegar a ser tan fructífero como ver un documental sobre nuestra vida misma.

Reconocer, gratificar y/o reclamar, según sea el caso.

El problema con nuestras historias de vida, es que difícilmente podemos verlas como se supondría que las vería el más crítico de todos los historiadores. En dichas historias, se encuentran versiones limitadas de los acontecimientos, tomamos bandos y generamos huellas emocionales a partir de lo que creemos haber vivido. En este sentido, a veces resulta positivo conversar con algún terapeuta -calificado para ello- o con cualquier otra persona que sea capaz de ayudarte a ver las cosas desde perspectiva diferente, pues cuando esto sucede, puede que tengamos que hacer correcciones sobre la repartición de regaños y/o gratificaciones que habíamos hecho a lo largo de todos estos años. Esta parte

de reconocer puede ayudar a reconciliarte con algunos eventos de tu pasado y a ponerte alerta sobre otros de los cuales tendrías que cuidarte.. ¡en este mismo momento!

En el caso de Alina se conversó sobre los papeles que jugaron su madre, su padre y su hermano Andino, que fue quien cometió el abuso; y en el proceso de conversación pudimos notar que en realidad su madre habría tenido pocas oportunidades de haberla protegido, pues ella misma se encontraba en una situación de vulnerabilidad y desventaja. Por otro lado, pudimos constatar que su padre, a quien creíamos un terrible y duro juez, en realidad había hecho un gran aporte para desarrollar el criterio y la capacidad de reflexión de Alina, mismos que le ayudaron a darse cuenta de que ya no necesitaba de dichas aportaciones y por último, se logró, una vez más a partir de la conversación, caer en la cuenta de que su hermano le había causado un gran daño y que gran parte de la rabia que sentía tenía que estar dirigida hacia él, por cuestiones de justicia, y porque dicho enojo podía ser lo que se necesitaba para que Alina pudiera confrontarlo, por supuesto, si es que decidía hacerlo.

Lo anterior aunque resulte difícil de creer por tratarse de eventos del pasado, movió gran parte de la dinámica con todos los involucrados, en el presente.

Encontrar un colchón de emergencia: mirar afuera y sobre los afectos.

No se trata sólo de dedicar atención a las personas que se encuentran más allá de la familia, sino de cuidar la relación, mirar sobre los afectos, desarrollarlos, ampliarlos. Conocer a quienes tienen la disponibilidad de ser conocidos, apoyar a quienes necesitan apoyo, encontrar la creatividad para el esparcimiento, la convivencia, la diversión y hasta la introspección. En ocasiones las relaciones ya existen, pero no vemos el potencial de las mismas. Poder conversar sobre las amistades puede brindar pistas sobre aquellas relaciones que tienen un gran potencial curativo, incluso aquellas que han estado adormecidas durante años. Reelaborar amistad(es) puede ser una gran oportunidad para percibirnos de otras maneras, tomar decisiones de otras maneras, nos posibilitan vivir distintas experiencias, distintas maneras de pensar, y sobre todo, pueden ofrecernos un colchón de emergencia para cuando todo falla dentro de nuestras familias, o bien, para poder tomar distancia de la misma, y apreciarla, vivirla y e interactuar con ella de maneras distintas.

Y al final de todo, disfrutar de lo correspondido. Sin olvidar, en ningún momento, cuidarte a ti mismo, tanto –o más- como podrías cuidar de alguien más.

Romper el silencio sobre los que dominan, lastiman y son impunes, y con quienes colaboran a ello.

En el presente caso esto se vuelve *esencial*, quizá uno de los puntos más prioritarios cuando se trata de abuso sexual, violaciones, acoso u hostigamiento sexual. El romper con la red de silencio está directamente relacionada con romper la espiral de violencia normalizada a la que está sujeta una mujer, o cualquier persona víctima de la misma. Asimismo, es igual de importante hacerlo con cualquier tipo de violencia, explotación, manipulación, desvalorización y con todo aquello que puede afectar a un individuo

sistemáticamente a través de una estructura que reproduce dicha violencia. El machismo forma gran parte de esta situación, y para el caso de Alina, no es la excepción.

Pero no se trata sólo de enfrentar tal conglomerado como si se tratara de una bestia a la que “hay que agarrar por los cuernos”, se trata de romper gradual, y con grandes precauciones, todas aquellas figuras, personajes y momentos que perpetúan dicha violencia, al menos en el seno familiar. En el mejor de los casos, se trata de identificar los actores secundarios y dialogar con ellos y ellas para entablar una alianza, y así, crear una red de defensa. En el peor de los casos el individuo afectado puede analizar sus posibilidades de encontrar otros afectados que quieran hacer frente a dicha violencia, y paralelamente, acudir con las instituciones pertinentes. La ayuda ‘institucional’ puede llevarse a cabo desde el consultorio, llevándose a cabo desde un acompañamiento y desde un conocimiento previo del terapeuta sobre los escenarios y los profesionales que realmente pueden marcar una diferencia. – De ahí la importancia de que el terapeuta también genere redes de apoyo con otros profesionales.

En el caso de Alina, la red de silencio se originó desde la primera ocasión en que ocurrió el abuso sexual, pues el hermano mayor de Alina debió haber actuado con base en comunicar que lo sucedido no podía hablarse con nadie. Posteriormente, cuando su madre se percató de lo que ocurre, -y no menciona nada- el silencio se hace abrumador, tan abrumador que Alina termina manifestándolo a través de problemas conductuales, sociales y hasta físicos, pues su voz, no tenía poder.

El primer intento de romper el silencio fue catastrófico, porque se volvió –aún más- una marginada del sistema, creyó que ella era la descompuesta, incluso dudó de su cordura y de sus propias emociones. ¿Y cómo no hacerlo? La mujer debe enfrentar un amplio panorama de contradicciones e imposiciones antes de poder salir del ciclo de la violencia, en donde intervienen *motivos afectivos, motivos sociales, dependencia y falta de ayuda*, García y col. (2013) entre muchos otros, pero también relativos a las estructuras sociales y discursos que permiten que se desarrolle la cultura de la violencia sexual, como son *las normas tradicionales y sociales favorables a la superioridad masculina*, particularmente en el aspecto sexual (por ejemplo, considerar que las relaciones sexuales sean un derecho del hombre en el matrimonio, que las mujeres y las niñas sean responsables de mantener bajo control los deseos sexuales de los hombres o que la violación sea un signo de masculinidad), así como *sanciones jurídicas y comunitarias poco rigurosas contra la violencia* (Organización Panamericana de la Salud, 2013), como son los pocos casos en que una denuncia termina en una sentencia contra el perpetrador, la revictimización y el desgaste emocional durante los juicios, o la nula credibilidad del testimonio de las personas violentadas.

A pesar de ello, Alina fue capaz de romper el silencio dentro de sí, y al hacerlo, pudo identificar la estructura detrás de la violencia, su agresor, el enojo que tenía por todo ello, y las cosas que podía hacer a continuación. Le dio un respiro, un alivio, pero también la claridad para poder actuar en consecuencia.

Cortar con lo tóxico: el desprendimiento es como llorar.

Cortar con lo tóxico se trata de desvincularse, funcional y emocionalmente, de aquellos escenarios y personajes que afectan la integridad, la salud física y emocional, y en general, el bienestar y el desarrollo de una persona. El proceso 'esperado' de emancipación durante la transición a la adultez 'demanda' cierto distanciamiento gradual con aquellos con los que crecimos, sin embargo, en ocasiones lo anterior no es posible, porque quedan las reminiscencias de exigencias que dudosamente nos corresponden, como el hijo que debe velar por el bienestar de sus padres, a costa de sacrificar su propio proyecto de vida, o aquel que no puede salir de la trama familiar porque existe un padre, un tío, una madre o un hermano que no deja de encontrar la manera de lastimar,

Aunado a ello, y particularmente en familias de nuestro contexto, es muy común encontrar premisas histórico-socioculturales respecto a la paternidad y la autoridad de los hombres dentro de la familia, que postulan esquemas rígidos de relación entre padre e hijas (Díaz-Guerrero, 1974) y que continúan permeando los valores de la familia mexicana actual. Algunos de ellas, se encuentran las siguientes premisas (Ibíd.):

- Nunca se debe dudar de la palabra del padre
- Una hija debe siempre obedecer a sus padres
- Muchas hijas temen a sus padres
- Es más importante respetar al padre que amarlo.

Lo que se deriva de lo anterior corresponde a una incuestionabilidad del papel del padre en la vida de una hija, incluyendo su obediencia y respeto por sobre todas las cosas -y catástrofes- que puedan existir en medio de la relación. Pero la omnipresencia del padre no es todo lo que una hija debe enfrentar, asimismo, debe guardar respeto y acatamiento a los hombres de la casa, incluyendo a sus hermanos mayores. En este sentido, no se trata solamente de un problema de *diferenciación del self*, sino de romper y cambiar premisas rígidas basadas en el género, que a su vez, dificultan el desprendimiento de las relaciones familiares tóxicas y la propia diferenciación.

En ocasiones, podrá generarse un desprendimiento pacífico y gradual, pero en muchos otros casos, lo único que resta por hacer es cortar de tajo. Será, definitivamente, una pérdida, pero será como el llanto mismo: aunque doloroso, será curativo.

Dar con lo propio, y si no, buscarlo.

En ocasiones, cuando iniciamos un proceso de reconstrucción, o de replanteamientos en general, nos percatamos de que aquello que se tiene que 'desechar' es más de lo que se ha estimado en un principio, y de que en ese sentido, se tienen que replantear muchas cosas en general: como aquello que le dará sentido a nuestras acciones, las guías o direcciones que tendremos que tomar o buscar, las palabras que tendremos que decir, los escenarios en los que tendremos que actuar.

Muchas veces dichos replanteamientos ya se encuentran en el camino, olvidados o pasados por alto en el intrincado ritmo de vida en el que estuvimos inmersos. Para ello, pueden explorarse los 'relatos extraordinarios' como solía definirlos Michael White (1993) en donde se dé con aquello que ya estábamos haciendo bien y de pronto se nos escapó de

las manos, puede tratarse también de cosas que siempre nos gustaron que por alguna razón dejamos de hacer, o de cosas que siempre nos interesaron, pero nunca nos atrevimos a hacer. Por otro lado, se puede conversar sobre cómo eran las cosas antes de que las cosas fueran mal, y partir desde ahí. Una última forma –y quizá la más difícil- es olvidar todo lo que creímos haber aprendido e imaginar, diseñar y redefinir lo que nos gustaría ser y hacer, y en la medida de lo posible, actuar en consecuencia.

Seguir en contacto.

Se trata de establecer una especie de observancia periódica sobre lo que estamos sintiendo y pensando, sobre nuestras emociones y sobre nuestras acciones, de manera que podamos marcar el punto en el que nos encontramos respecto a nuestros propósitos y planteamientos, pero también para saber si nos encontramos bien, plenos, con ‘los pies en la tierra’ o si vamos hacia la misma dirección que nos llevó a la problemática inicial. Se trata, mayormente, de seguir en contacto con tus emociones, incluso cuando todo está marchando perfecto.

Sin embargo, también puede emplearse para seguir en contacto con lo que aún forma parte de nosotros –quizá ahora de maneras distintas- como la familia en sí, después de un desprendimiento y un periodo de tiempo terapéutico, de nuestras raíces y de nuestros lugares de origen.

Ir más allá de lo propio.

Probablemente se trate de uno de los indicadores más gratificantes y sólidos de que una persona ha logrado ir más allá de su problemática inicial. Se refiere, en esencia, a la oportunidad y la capacidad de obrar en beneficio a lo que hay más allá de lo propio, de la propia postura, del propio interés. Se trata de abandonar un espacio de comodidad precisamente porque se han desarrollado las herramientas y los recursos necesarios para ello. Se trata de renunciar a una visión inividual y limitada, muchas veces saturada de problemas (White, 1993), y abonar hacia las corresponsabilidades, hacia la postura de que las estructuras que nos dominan y nos lastiman pueden transformarse en la medida en que nos comprometamos a ello. Es generar un posicionamiento político, pero también humano y ético (Ibíd.).

En el caso de Alina lo anterior pudo observarse primero en una situación escolar, con sus alumnas, en donde se le consideró una figura de protección y de confesión, al ser notificada de que otras mujeres, jóvenes y adolescentes, estaban sufriendo la misma violencia que ella sufrió desde su niñez, y desde este escenario, Alina pudo ser un punto de transformación que iba más allá de su propia vivencia.

Hacia el final de la terapia Alina manifestó el deseo de integrarse a grupos de apoyo, para sentirse acogida y enriquecida del mismo, pero también para poder abonar en los procesos de cambio de otras personas, para confiar y apoyar, para acoger y restituir. Incluso consideró ser voluntaria en espacios de ayuda, de resistencia y de transformación.

Compartir las experiencias de las propias batallas en definitiva no debe ser algo obligatorio, es una decisión personal que conlleva un gran número de implicaciones y responsabilidades, y el decir NO, -no puedo asumir más faenas, cuidados o desafíos,- puede ser una de las acciones más honestas y congruentes que podemos hacer por nosotros mismos. Es importante manifestar que lo anterior no se vuelve una cuestión de mayor o menor mérito o valía. Al final, existen infinidad de maneras de contribuir, e infinidad de tiempos para hacerlo.

Se trata sólo de la oportunidad de vivirse de otra manera, de aumentar posibilidades de vivencias, de consolidar lo aprendido, de abonar en otros espacios, de sostenernos como sociedad.

Análisis del sistema terapéutico total a partir de su participación en los equipos terapéuticos de observación, con base en la cibernética de 2° orden.

Algunos aspectos acerca de la supervisión.

Considerando que los equipos terapéuticos formados en los escenarios de práctica del posgrado en Terapia Familiar están basados en la supervisión en vivo, se hacen algunas precisiones acerca de la modalidad:

La supervisión en vivo es aquélla en que un supervisor observa el trabajo de un terapeuta y, en el transcurso, le imparte sugerencias. La supervisión en vivo, tal como nos relata Haley (1997), ha sido objeto de cambio durante los últimos 70 años, en un principio la hipnosis clínica se enseñaba a partir de la observación del trabajo del terapeuta docente por parte del terapeuta en formación, ambos en la misma habitación. Con la llegada del espejo de visión unilateral, en los años 50's, se observaba al terapeuta en formación a través del espejo, pero sólo se le impartían sugerencias antes de la sesión y después de ella. Al término de la entrevista, se le decía al terapeuta lo que debió haber hecho; esto obedecía a la creencia, muy predominante en aquel tiempo, de que la sesión terapéutica era un ámbito inviolable en el que nadie podía inmiscuirse. Posteriormente se procedió a tocar la puerta del consultorio durante la entrevista para hacer salir al terapeuta y hacerle sugerencias, ante lo cual se advirtió que la terapia mejoraba y el terapeuta captaba mejor las ideas sugeridas por el supervisor. Una vez rota de este modo la frontera terapeuta-cliente, al terapeuta le resultó cómodo salir en plena sesión para celebrar una consulta con el supervisor. El último paso de la evolución de la supervisión en vivo consistió en la implementación de dos teléfonos, uno detrás del espejo y otro en el consultorio, de manera que el supervisor se pudiera comunicar con el terapeuta en formación para brindarle sugerencias.

De esta manera, se logró que las intervenciones de los supervisores fueran menos intrusivas, y con eso, la fluidez de la sesión se mantenía intacta. Por lo que la supervisión pareció encontrar la respuesta más sensata ante el problema de enseñar terapia, y es quizá debido a esta razón que la clínica de Terapia Familiar de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, uno de los escenarios clínicos más importantes de la residencia, adoptó esta modalidad desde un principio. Sin embargo, sigue planteando algunos retos tanto para los terapeutas en formación, como para los supervisores.

En primer lugar, no se debe confiar sólo en la implementación de la llamada telefónica en el transcurso de la sesión para guiar la terapia, es necesario que previo al inicio de la entrevista, se haga una planificación sistemática de lo que serán las directrices e intervenciones de la sesión, así también al final de la entrevista es necesario retroalimentar al terapeuta en su desempeño y deben manifestarse por parte del mismo las propias impresiones y emociones emergidas durante la sesión.

Por otra parte, el uso excesivo del teléfono por parte del supervisor dificulta la autonomía del terapeuta, así como su jerarquía frente a la familia que entrevista. El supervisor sólo debe telefonar cuando ve un modo de mejorar la acción terapéutica dentro de un plan o cuando advierte algún descuido u omisión. Si hay que revisar un plan terapéutico, es necesario hacer salir al terapeuta y discutir la revisión en vez de intentar comunicarle telefónicamente intervenciones complejas.

Una alternativa a la supervisión en vivo con espejo unilateral fue la supervisión en vivo con el equipo y el supervisor presentes todos en el consultorio. Dicha modalidad fue implementada en escenarios donde por razones de espacio, logística y jurisdicción, no era posible hacer uso de espejos unilaterales. Algunos de los retos importantes a superar de esta modalidad son la primera imagen de poca confidencialidad que da el tener a tantas personas en un mismo espacio y la dificultad para comunicar los mensajes sin que el supervisor intervenga directamente sobre la sesión del terapeuta en formación. La manera de solucionar esta segunda dificultad se hizo a partir del uso de una pizarra en donde pudieran anotarse los mensajes sin que el cliente o familia pudiera mirarlos directamente.

La supervisión en vivo, tal como concluye Haley (1997), es un medio valioso de enseñar al terapeuta a llevar a cabo el plan terapéutico y como menciona el autor “muchas veces, simplemente es provechoso que otro par de ojos observen un caso desde una distancia objetiva y que este observador asista al terapeuta en cuestiones prácticas” (p. 191).

Algunos desafíos

Como bien se ha reportado a través de la literatura (Haley, 1997; Desatnik, 2009; Espinosa, 2011) y de numerosos reportes de experiencia (López, 2007; Goitia, 2012; Murillo, 2012; López, 2014) los sistemas terapéuticos totales aportan una gran diversidad de ideas que repercute directamente en el bienestar de las familias atendidas. Es precisamente debido a esto que la presencia de tantos participantes pueda en ocasiones crear disonancias en las ideas mismas de intervención, y debe ser descrita como una de las dificultades más importantes a superar.

La esencia de esas dificultades se exagera en el momento mismo en que el terapeuta en formación asume la responsabilidad de dar atención a una familia, situación que inicia en el segundo semestre del posgrado. De esta manera, el terapeuta en formación tiene un peso importante sobre sus hombros, pues, a pesar de que el bienestar de la familia sea responsabilidad del supervisor en última instancia, es el terapeuta quien tiene que interactuar con ella, es una respuesta esperada que diversas emociones sean removidas en él.

El terapeuta en formación debe aprender a confiar plenamente en su supervisor y en los compañeros que integran el equipo terapéutico total, pero al mismo tiempo, tiene que aprender a confiar poco a poco en sus propias capacidades, el equilibrio de este aprendizaje no es una tarea sencilla.

De esta manera, el terapeuta puede llegar a tener en ocasiones la sensación de sólo estar cumpliendo órdenes de un superior cuando quizá a él le hubiese gustado hacer algo diferente. Un aspecto básico para evitar esta situación se encuentra en abrir la posibilidad de comentar y discutir todas las dudas que no se hayan podido hablar debido a la premura de atender a la familia. Este espacio de conversación es promovido tanto por el supervisor como por los mismos terapeutas en formación.

La confianza en el sistema terapéutico total es esencial para el buen tratamiento de las familias, así como para el crecimiento profesional y personal del terapeuta en formación. No basta sólo con aprender las técnicas y los estilos de los supervisores con quienes más nos identificamos, es preciso aprender a tomar de cada supervisor todo aquello que sea útil para nuestra formación, incluso y con mayor razón, de aquéllos con los que podamos llegar a tener mayores desacuerdos.

Lo que se construye

La Cibernética de segundo orden (Foerster, 1991) hace referencia a la inclusión del observador como parte de las observaciones de un sistema sujeto a análisis, y que dichas observaciones o *autobservaciones* enriquecen y potencializan el proceso mismo de observación de un fenómeno. En este sentido, encontrarse en un equipo terapéutico que trabaja desde la Cibernética de segundo orden (con todas las implicaciones de la misma) posibilita la crítica y la reflexión en torno al proceso terapéutico y a las acciones de los participantes involucrados en él, y en este sentido, dicho proceso, así como los actores en sí, se encuentran siempre en constante evolución.

Sólo por mencionar un ejemplo de lo anterior, recuerdo haber incorporado reflexiones específicas que me llevaron a observarme de manera distinta durante cada etapa de mi formación como terapeuta. Reflexiones derivadas de la observación de mi desempeño dentro de consulta, con determinadas personas, en determinadas situaciones, y con un grupo específico (mi equipo terapéutico). Respecto a esta experiencia, recuerdo haber encontrado una gran distancia entre lo que pensaba de mi mismo –previo a mi práctica clínica- y lo que reflejaban de mí los compañeros y el supervisor en turno. La disonancia generó estrés sin lugar a dudas, e incluso una crisis en la percepción de mi mismo, pero

fue precisamente esta crisis la que me permitió observarme de maneras distintas, y con el apoyo necesario, a actuar en consecuencia de ello.

Visto desde otro ángulo, resulta interesante lo que pude aportar al equipo terapéutico desde mi posición, mi personalidad y mi historia, y de como al cambiar parcialmente el sistema en el que me desenvolvía, pude cambiar yo también, y es que desde las aportaciones que más resonancia generaban en mis compañeros, pude darme cuenta de algunas características que tenía consolidar, pulir o fortalecer, y de algunas otras que tenía que abandonar. Se trata de un proceso de reflexión en todas direcciones, de lo que observo en mi, lo que observó en los demás, lo que observo que observan de mi y lo que observan de mis observaciones, imagen que al final es más similar a lo planteado por Tom Andersen respecto a los equipos reflexivos –o prácticas reflexivas- en el que se pueden generar reflexiones de las reflexiones, hasta hacerlo un proceso potencialmente infinito y estandarizado de una postura crítica sobre nuestra propia práctica como terapeutas.

Sin el equipo terapéutico, puedo decirlo sin temor a sobredimensionar, mi crecimiento personal y profesional se encontraría muy alejado de las posibilidades, visiones y herramientas que hoy en día poseo gracias a ello.

HABILIDADES DE INVESTIGACIÓN

Metodología cuantitativa

Título:

Creencias sobre diferenciación en el joven adulto universitario

Autores:

Omar Víctor E. Rubio Plascencia

Ofelia Desatnik Miechimsky

Objetivo:

Validar un instrumento capaz de evaluar creencias sobre diferenciación-indiferenciación. Asimismo, el inventario buscó establecer si las creencias de los jóvenes universitarios tendían a la diferenciación o a la indiferenciación. Por último, se buscó establecer si existían diferencias significativas entre los puntajes de los alumnos de segundo semestre y los alumnos de octavo, tanto de manera global como por factores.

Resumen:

Se trata de estudio descriptivo no experimental, comparativo y transversal, con una muestra poblacional no probabilística. El inventario de creencias sobre diferenciación fue construido a partir del inventario diseñado por Skowron y Friedlander (1998) y el inventario de Diferenciación de Vargas e Ibañez (2009). Participaron 200 sujetos con edades entre 18 y 33 años, alumnos de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional de México, en donde 50% de los participantes correspondió a alumnos de segundo semestre y 50% a alumnos de octavo, de los cuales 68% fueron mujeres y 32% hombres. Respecto a los resultados, se encontró que el inventario de creencias sobre diferenciación obtuvo una confiabilidad de $\alpha=0.77$ con nueve factores que explican el 60.804% de la varianza total. Adicionalmente, se encontró que existen diferencias significativas entre los alumnos de segundo y octavo semestre respecto a la puntuación global de la escala, así como en siete de nueve factores que integran el inventario, siendo los alumnos de segundo semestre quienes obtuvieron puntajes mayores, mostrando creencias más tendientes a la indiferenciación, en comparación con los alumnos de octavo. Lo que permite entrever que las creencias sobre diferenciación-indiferenciación se ven modificadas en el transcurso de la carrera universitaria.

Metodología:

Se trata de estudio descriptivo no experimental, comparativo y transversal, con una muestra poblacional no probabilística. El inventario de creencias sobre diferenciación fue construido a partir del inventario diseñado por Skowron y Friedlander (1998) y el inventario de Diferenciación de Vargas e Ibañez (2014). Participaron 200 sujetos con edades entre 18 y 33 años, alumnos de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional de México, en donde 50% de los participantes correspondió a alumnos de segundo semestre y 50% a alumnos de octavo, de los cuales 68% fueron mujeres y 32% hombres.

Resultados:

se encontró que el inventario de creencias sobre diferenciación obtuvo una confiabilidad de $\alpha=0.77$ con nueve factores que explican el 60.804% de la varianza total. Adicionalmente, se encontró que existen diferencias significativas entre los alumnos de segundo y octavo semestre respecto a la puntuación global de la escala, así como en siete de nueve factores que integran el inventario, siendo los alumnos de segundo semestre quienes obtuvieron puntajes mayores, mostrando creencias más tendientes a la indiferenciación, en comparación con los alumnos de octavo.

Discusión:

En base a los resultados antes descritos, el Inventario de Creencias sobre diferenciación muestra algunas propiedades psicométricas favorables, y algunas otras que requieren trabajarse. Sus reactivos son claros y con un buen poder discriminativo, permitiendo distinguir entre aquellos que tienen creencias tendientes a la diferenciación y aquellos que tienen creencias tendientes a la indiferenciación.

Las comparaciones por nivel escolar mostraron que los alumnos de segundo semestre tienen creencias que tienden más a la indiferenciación en comparación con los alumnos de octavo semestre, aun cuando sus puntuaciones totales no superan la media teórica calculada para la escala, reflejando así un sistema de creencias más diferenciado que indiferenciado. Sin embargo, en las comparaciones que se hicieron por factores, se encontró que los alumnos de segundo semestre están por arriba de la media teórica en el factor de reactividad emocional ante situaciones especiales, mientras que los alumnos de 8° no, lo cual nos dice que los alumnos de segundo semestre tienen creencias tendientes a la indiferenciación cuando se visualizan en situaciones de conflicto, de intimidad o de tristeza. Asimismo, a partir del factor de desconexión en relaciones de pareja, podemos observar que los alumnos de 2° semestre tienen creencias tendientes a la indiferenciación cuando se visualizan en situaciones de conflicto con sus parejas, o en el aspecto sexual, pues asumen una posición más desvinculada emocionalmente.

De manera general, esto nos dice, como se había planteado en un principio, que algo sucede en el transcurso de la universidad que permite a los jóvenes avanzar de manera significativa en la definición de sus creencias sobre el proceso de diferenciación, de manera que estos sistemas de creencias evolucionan, permitiendo a los jóvenes obtener una mayor comprensión acerca de su desenvolvimiento en el mundo y de sus relaciones con aquellos que los rodean.

La relevancia del presente estudio radica en que permite vislumbrar la relación que existe entre creencias sobre diferenciación y factores como el ciclo vital del individuo, el nivel escolar y un contexto específico, en este caso el de la licenciatura en psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. Posterior al presente estudio, se deben abrir preguntas sobre cuál es la relación entre estas creencias y el proceso de diferenciación, si realmente influyen éstas en él o no, si a partir de las creencias, se puede dirigir a los sujetos hacia un estado de mayor independencia afectiva y bienestar, sin perder la capacidad de conectarlos afectivamente con los otros.

Metodología cualitativa

Título:

Historia de vida sobre la trayectoria de un joven adulto universitario.

Autores:

Omar Víctor E. Rubio Plascencia

Objetivo:

Realizar categorización del discurso de un joven adulto universitario, a través del software Atlas.ti para obtener así el análisis del mismo.

Metodología:

Se entrevistó a profundidad a un joven adulto universitario de la Facultad de filosofía de C.U. en Ciudad de México. Se abordaron las distintas trayectorias de vida del participante en cuestión a través de su historia de vida, obteniendo así 90 minutos de entrevista como objeto de análisis. De los cuales, se obtuvieron

álisis del discurso a través de la categorización, la extracción de los principales conceptos y sus relaciones entre unas y otras.

Resultados y Discusión:

Una de las primeras categorías derivadas del presente análisis es la correspondiente a las dificultades que se vivieron durante la crianza de Diego (CF: Dificultades para la crianza de Diego) en la cual se relaciona la presencia de cierta sobreprotección parental por compensación con la atención parcial que ellos podían otorgar. Dicha atención parcial era causada a su vez por la demanda laboral de ambos padres en su proceso de emancipación de sus familias de origen

Posteriormente puede observarse cómo esta atención parcial generó gradualmente una relación insegura entre madre e hijo, que explica por qué a la madre le costaba separarse de su hijo en aquella ocasión en que ésta lo llevó a su primer día clases en el jardín de niños y el hecho de que Diego tiene una demanda por involucrarse con personas del sexo opuesto desde una edad temprana. Por esta misma línea, se puede observar cómo el apego de Diego por su familia es parte de la sobreprotección en la que éste vivía. Sin embargo, este apego familiar generó aspectos positivos en Diego como lo es el obtener una responsabilidad por su familia, en especial por sus hermanos, con quienes tuvo una muy buena relación.

La segunda categoría agrupa todos aquellos acontecimientos que giran en torno al apego hacia la familia y las dificultades escolares derivadas de ello (CF: Apego hacia la familia y dificultades escolares). Al adentrarnos en esta categoría, encontramos la percepción de Diego de vivir bajo un enamoramiento perpetuo con el sexo opuesto, tratándose siempre de amores no correspondidos, situación que es parte de la relación insegura entre madre e hijo. Dentro de esta categoría también se vuelve necesario volver al tema de la sobreprotección de Diego, debido a que dicha sobreprotección, expresada a partir de condescendencia y falta de exigencias está asociada con malas relaciones con las maestras de su escuela primaria. La asociación de esta manera se establece al saber que estas malas relaciones se produjeron a partir de que a Diego le aborrecía cumplir con las tareas y otras demandas que sus maestras tenían hacia con Diego. Por otro lado, y como

parte de las malas relaciones con las maestras de su primaria, Diego presentaba dificultades debido a su hiperactividad.

Ahora bien, esta misma hiperactividad fue parte de un proceso para encaminar y canalizar la energía de Diego, lo cual generó más tarde su afinidad por las humanidades, puesto que en este proceso de canalización Diego tuvo la oportunidad de asistir a talleres de literatura que más tarde despertarían en potencia su interés por la escritura. Es importante mencionar que tanto la hiperactividad, como su proceso de canalización están asociadas, de forma paralela, con posteriores sentimientos de “estar fuera de lugar” por un lado, y la formación de una ideología por otro.

De esta manera se localiza otra gran categoría que trata sobre el proceso de diferenciación en Diego (CF: Diferenciación en Diego) en la cual se encuentran precisamente la formación de una ideología y la formación de una identidad como dos procesos sincronizados que se influyen mutuamente. Para la formación de su identidad, Diego ya venía identificándose con estos sentimientos de estar fuera de lugar, que coincide con su primer noviazgo, lo cual tiene un gran impacto si se toma en cuenta que Diego vivía bajo un esquema de ser rechazado por el mismo hecho de sentirse diferente a los demás. En cuanto a la formación de su ideología, encontramos que la identificación con otros a partir de la literatura y de la ideología es parte del mismo fenómeno, que a su vez es parte de la consolidación de sus amistades. El haber consolidado estas amistades está asociada con las aspiraciones políticas de Diego, que posteriormente generó sus aspiraciones académicas de estudiar filosofía.

Es así como se expone la última categoría, relacionada a las crisis de emancipación de Diego (CF: Crisis de emancipación). En donde ambas aspiraciones (políticas y académicas) en algún punto de sus ideas se vieron asociadas con la UNAM, suceso que genera a su vez diversas dificultades al cambiar su residencia de Guadalajara al Distrito Federal y se asocia con las dificultades para terminar la carrera de filosofía, pues no contaba con el apoyo de su familia y el reto planteaba aprender a vivir en una ciudad más grande con exigencias mayores a las que estaba acostumbrado a tener.

Una vez terminada la carrera se plantea la dificultad de la incertidumbre de su futuro, ante lo cual ha resuelto trabajar como músico y como escritor, trabajos que no son muy estables económicamente y ante lo cual se asocia su aspiración por tener una mayor estabilidad económica en el futuro, sin embargo, esto contradice su aspiración a disponer de todo el tiempo necesario para poder leer todo lo que quiere leer.

HABILIDADES DE ENSEÑANZA Y DIFUSIÓN DEL CONOCIMIENTO; ATENCIÓN Y PREVENCIÓN COMUNITARIA

Productos tecnológicos

I.

Nombre:

Manual didáctico sobre las técnicas del modelo estructural

Descripción general:

Se trata de un manual teórico-práctico sobre los principales conceptos que componen el modelo, así como las guías generales a seguir, las estrategias y técnicas de intervención pertenecientes al modelo estructural de la terapia sistémica, así como un ejemplo de aplicación del modelo en un caso específico atendido en la clínica de terapia familiar.

Objetivo:

Ofrecer una serie de directrices para que cualquier terapeuta en formación pueda acceder a la metodología del modelo, permitiéndole intervenir de manera concreta y adecuada, acorde al modelo, ante un problema de variada naturaleza.

Producto:

Manual de 23 hojas de contenido que se compone de: portada, índice, reseña del creador, reseña del modelo, principios básicos de la teoría, las estrategias, las técnicas, la descripción de las mismas y dos ejemplos de caso.

II.

Nombre:

Manual Teórico-Práctico del Modelo de Terapia Breve Centrada en el Problema.

Descripción general:

Se trata de un manual teórico-práctico sobre los principales conceptos que componen el modelo, así como las guías generales a seguir, las estrategias y técnicas de intervención pertenecientes al modelo estructural de la terapia sistémica, así como un ejemplo de aplicación del modelo en un caso específico atendido en la clínica de terapia familiar.

Objetivo:

Ofrecer una serie de directrices para que cualquier terapeuta en formación pueda acceder a la metodología del modelo, permitiéndole intervenir de manera concreta y adecuada, acorde al modelo, ante un problema de variada naturaleza.

Producto:

Manual de 23 hojas de contenido que se compone de: portada, índice, orígenes del modelo, principios generales de la terapia breve, la descripción de las intervenciones y su aplicación en la práctica: ejemplo de caso.

III.

Nombre:

Video: Escenificación de un ejemplo de un caso atendido desde el modelo de terapia estratégica.

Descripción general:

Se trata de una serie de videos que presentan el manejo de una primera entrevista dirigida desde el enfoque estratégico, en el que se incluyen todos los componentes básicos de la misma, desde la mirada estratégica del terapeuta, los puntos que debe buscar en una primera sesión, y las técnicas particulares que se pueden implementar durante la misma, como es el hecho de entender el problema a partir de acciones y metas concretas, los intentos de solución que la familia ha presentado, así como la pregunta del cambio mínimo para dar claridad a la familia sobre las acciones que deben tomarse para encaminarse a la resolución del problema.

En una segunda sesión, la familia presenta el recrudecimiento del problema, ante lo cual, el terapeuta hace uso de la pregunta milagro, -con el propósito de redefinir el problema y proponer una dirección que incluya a todo el sistema- asimismo se sugiere llegar a dichas metas a partir de cambios pequeños y no como un anhelo apresurado por resolver todo de golpe.

Durante la tercera sesión, al encontrarse ante la persistencia de la problemática, el terapeuta decide enumerar todas aquellas cosas que la familia debe seguir haciendo para que el problema se mantenga o siga creciendo. Ante tal situación, la familia se muestra emocionalmente en otra disposición.

Hacia la última sesión, se observa que el terapeuta decide realizar el abordaje de la pareja únicamente con los padres, realizando un movimiento que puede ser común en la terapia estratégica: es decir, intervenir con distintos subsistemas dependiendo de lo que se desea mover en el sistema. La última intervención que se observa en el video se trata de una ordalía –o intervención paradójica- en donde el terapeuta ejemplifica la manera de ‘vender’ dicha intervención, pues en comparación con las intervenciones de otros modelos, la ordalía suele ser ‘irreverente’ o fuera de una lógica común.

Se trata, pues, de una síntesis del abordaje estratégico a partir de cuatro sesiones en donde se condensa el proceso terapéutico, y las acciones concretas que debe buscar y realizar el terapeuta en formación.

Objetivo:

Escenificar el abordaje de la terapia estratégica a lo largo de un proceso terapéutico con el propósito de clarificar y ejemplificar el mismo, de manera que resulte en una herramienta pedagógica para el terapeuta en formación.

Producto:

Un video dividido en cuatro capítulos que representan cuatro de las sesiones más cruciales durante un proceso terapéutico, con una duración total de 23 minutos.

Programa de intervención comunitaria

Nombre:

Taller de Bioenergética para Parejas en Pombos, Brasil.

Descripción:

El taller tuvo lugar en la comunidad de Pombos, en el estado de Pernambuco, Brasil, el cual estuvo dirigido a parejas de la comunidad. La mayor parte se trató de relaciones consolidadas con más de quince años de matrimonio. Durante el taller se realizaron ejercicios de bioenergética que se desenvolvían a partir de tres técnicas principales: el *grounding* o *enraizamiento*, la *respiración* o la *movilización de corazas*. De manera que los participantes pudieran tomar consciencia de las mismas, y desarrollar una comprensión básica de los ejercicios, sus efectos, y las implicaciones en el vínculo con el otro.

Lo anterior aconteció en el marco de una estancia académica de movilidad estudiantil, en el periodo agosto - diciembre del año 2015, en el Instituto Libertas: Consultoría e entrenamiento.

Objetivos:

Divulgar y difundir los beneficios de la práctica de los ejercicios de bioenergética en la búsqueda del fortalecimiento de los vínculos afectivos de las parejas asistentes.

Resultados:

Asistieron un total de 8 parejas (16 personas) con las cuales se practicaron alrededor de 15 ejercicios de bioenergética destinados a trabajar diferentes zonas corporales, entre las que destacan: espalda, hombros, pecho, caderas, pelvis, muslos, entre otras. Dichos ejercicios

fueron explicados y mostrados por los coordinadores para que las propias parejas pudieran realizarlos con su par, al tiempo que se realizaba una supervisión de y retroalimentación de los ejercicios. Durante el transcurso del taller, los participantes manifestaron dudas, opiniones y comentarios en relación a lo que observaron y notaron con los ejercicios. Durante el cierre del mismo, los participantes manifestaron sentirse distintos, más relajados y 'ligeros', lo cual habla de haber experimentado una *consciencia corporal* de sus malestares previos y de las sensaciones posteriores a los ejercicios. Asimismo, gran parte de los participantes manifestaron sentirse más vinculados a su pareja en comparación a como se sentían en el día a día, lo cual fue una señal positiva de su interés por la bioenergética y por los beneficios de la misma.

Presentación de trabajos en foros académicos

1. IV CONGRESO ALFEPSI DE PSICOLOGÍA LATINOAMERICANA

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA
UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA

Del 07 al 10 de octubre de 2015; Santa Marta, Colombia.

Constancia de participación como ponente, publicación de la ponencia en el Libro Memorias del IV Congreso de la Asociación Latinoamericana para la Formación y Enseñanza de la Psicología (ALFEPSI) 2015

Nombre de la ponencia: Creencias sobre diferenciación en el joven adulto universitario.

2. III COLOQUIO DE INVESTIGACIÓN EN TERAPIA FAMILIAR: PROSPECTIVAS Y NUEVOS ESCENARIOS EN LA POSMODERNIDAD

UNIVERSIDAD LATINA DE MÉXICO

Del 10 al 21 de mayo de 2016 Celaya, México.

Constancia de participación como ponente.

Nombre de la ponencia: Avances en la investigación sobre diferenciación en el joven adulto universitario.

HABILIDADES DE COMPROMISO Y ÉTICA PROFESIONAL

Consideraciones éticas que emergen de la práctica profesional

En el presente apartado se propone hacer una breve discusión acerca de las consideraciones éticas que emergieron durante la práctica profesional, primero, desde algunas consideraciones que surgen principalmente en los modelos breve y estratégico, para posteriormente, plantear algunas consideraciones de los modelos postmodernos.

En su libro *La escuela de Palo Alto*, Wittezaele y García (1994) nos recuerdan que a partir de los años cincuenta el paradigma científico de Descartes comenzó a cambiar poco a poco para dar paso al estudio de las *relaciones* de los objetos, en lugar de las *causas* universales, haciendo énfasis en cómo esto afectó la manera de obrar de los terapeutas de la escuela de Palo Alto. Derivado de lo anterior surgió una posición distinta, de *no-experto*, aceptando que no hay soluciones finales para ninguno de los problemas que puedan llegar a la consulta. Pero, no era suficiente abandonar ciertas directrices consideradas viejos estandartes de la terapia, había que trabajar en construir ejes o principios para dar luz al ejercicio de las terapeutas en formación. De ahí otro de sus principios, que señala que el terapeuta debe obrar en todo momento con respeto hacia el otro y hacia sus diferencias, hacia lo que desea obtener del proceso terapéutico. Ante estas características, la postura política de este modelo de terapia se deja entrever, rechazando así una función de control social que en las terapias del siglo pasado solía haber, sobre todo desde la psiquiatría y la patologización de los problemas psicológicos.

Wittezaele y García destacan, además, otros puntos de vital importancia, como los que se describen a continuación.

Sistémica y visión binocular. El cual hace referencia básicamente a la diversidad de ángulos desde los cuales se puede observar cualquier objeto, es decir, lo válido de las 'distintas realidades', ante esto, Wittezaele y García mencionan:

“(...) Lo mismo sucede con la visión de cada uno de nosotros; nadie puede reivindicar una visión 'mejor' que la de otro según unos criterios objetivos cualesquiera. Esta visión sólo puede ser eficaz o ineficaz para resolver unas dificultades precisas en un contexto determinado”. (1994, p. 349)

Rigor e imaginación. Hacer especial énfasis a la tentativa de redescubrir el papel de la creatividad como principio esencial de la evolución de las ideas, tal como el mismo Bateson y su equipo tuvieron que hacer cuando se atrevieron a proponer una nueva teoría de la comunicación y la esquizofrenia. Ante este punto, es importante tener un especial cuidado en la manera en que se es creativo, pues una creatividad sin un dominio de los conocimientos establecidos es también un acto de irresponsabilidad. Hay que saber que para innovar, se debe primero conocer aquello que se está innovando.

Por otra parte, Haley (1997) establece una serie de puntos que deben someterse a un abordaje ético, los cuales están impresos alrededor de la terapia estratégica, dichos puntos se describen brevemente a continuación:

El intercambio justo. El cual hace referencia básicamente a la responsabilidad que tenemos como terapeutas de brindar un servicio que sea efectivo y acorde a la recompensa que recibimos a cambio. El objetivo de la terapia en este caso debe consistir en resolver la queja que el paciente haya traído a consulta y haya sido así aceptada también por parte del terapeuta.

Control de la información. Este dilema ético gira en torno a si debe dársele toda la información a un paciente, aun cuando esta información pueda representar un serio riesgo para él. Desde la perspectiva de Haley, el simple acto de considerar el límite interno de lo que puede soportar una persona, es un acto de responsabilidad y respeto. Otro de los dilemas está relacionado con el control de información entre otras diadas, por ejemplo entre cónyuges, o entre un hijo y sus padres. Claro que cada caso requiere de una atención específica, pero al guardar información de una parte u otra de la diada, se está configurando una separación en dicha unidad, y a menos que eso fuese parte de los objetivos, el terapeuta debería dejar bien en claro, desde un principio, que no puede tomar partido por ninguno de los lados en que esté dividida dicha unidad.

Manipulación de la información. Otro aspecto que se pone a debate es la manera en que se manipula la información, siendo inevitable que exista cierto manejo de la misma a la hora de promover cualquier tipo de cambio, sin embargo es responsabilidad del terapeuta evitar la manipulación, o manejo inadecuado de la información, así como promover la transparencia, el acuerdo mutuo y la horizontalidad en la manera de compartir historias y experiencias con respeto.

Por último, Haley habla también de la toma de consciencia y del ocultamiento de la información, y a través del capítulo ocho va desglosando una respuesta que nunca es completamente sólida en el sentido de que no hay una respuesta única y clara para todos los casos, pero sí deja entrever que las terapias estratégicas y las terapias modernas se inclinan cada vez más a un asumido ocultamiento de la información, y a una postura en el que la toma de consciencia deja de ser el punto principal de la terapia y en sustituto a eso se pone el cambio como principal foco. De manera que lo importante es que el paciente cambie, aun cuando no esté seguro éste de cómo lo hizo. Las informaciones y la toma de consciencia es un fenómeno que a menudo ocurre secundariamente como consecuencia de un cambio, por lo cual, aún a pesar de no ser el principal foco de la terapia, tampoco se deja de lado por completo.

De esta manera, los autores nos hablan de temas controversiales y bastante presentes en las discusiones éticas de la terapia actual. Es importante recordar aquel mensaje que se repite a lo largo de sus escritos: que el terapeuta debe ser totalmente consciente de los escenarios que está construyendo con el paciente desde el momento en que decide ponerse como figura de apoyo, como un experto que orientará a un persona a través de un

camino la mayor parte de las veces tortuoso, con todas las cosas que indirectamente se dan por sentado, asumiendo cada una de las consecuencias que eso implica.

Haley agrega una serie de objeciones que vale la pena tener en consideración siempre que ejerzamos la profesión; plantea pues, que se debe aceptar que la situación terapéutica no es una experiencia sincera y humana, sino una relación pagada, el terapeuta recibe dinero por ser humano con un paciente, y agrega que de por sí, eso ya es bastante inhumano. También argumenta que ningún terapeuta, de ninguna escuela puede compartir con un paciente todas sus observaciones y comprensión, y que es dudoso que un paciente alcance realmente la autonomía si se lo expone al enfoque terapéutico 'comprensivo' (haciendo más alusión a un enfoque condescendiente). Por último agrega que compartiendo honestamente la comprensión dentro de una relación pagada se resuelvan los problemas por cuya solución está pagando el paciente.

La ética en el paradigma postmoderno

En el paradigma postmoderno, la ética se plantea principalmente desde los problemas que emergen de las narrativas dominantes, que en psicoterapia son muy apegadas a los planteamientos sobre la descripción de la realidad, el acceso a la verdad y el método científico. En este sentido, el paradigma postmoderno denuncia que debido a las narrativas dominantes, se marginalizan los relatos locales que contradicen a dichas narrativas, por lo que se vuelve importante construir el espacio para que todas las voces se hagan escuchar.

En el paradigma postmoderno, la ética se enfoca en personas particulares, con experiencias particulares, lo cual hace, a su vez, que cada relato y cada historia sea expuesta a un escrutinio más detallado. Para ello, se vuelve vital centrarse en la creación de un contexto de compromiso, confianza, entendimiento y empatía; y una de las preguntas esenciales de dicha visión es: ¿cómo lograr un contexto de compromiso, confianza, entendimiento y empatía que posibilite la generación de nuevas historias? Freedman y Combs (1996) mencionan que gran parte de la respuesta se encuentra en la relación terapéutica. En este sentido, se pone énfasis sobre la manera en que nos constituimos en relación con el otro. Se habla entonces, de una *relación terapéutica*, pero, ¿qué hace que una relación sea particularmente terapéutica?

Desatnik (2015) menciona que se trata de un compromiso que se hace con la realidad del otro, y que, a través del interés genuino de dicha realidad, se puede formar parte de esa otredad. En este sentido, -agrega Desatnik- que como terapeutas nos encontramos en un *continuum* que debemos asumir en aras de cumplir dicho compromiso, en donde deben tomarse decisiones entre asumir menor o mayor jerarquía, entre tener o no una autoexposición, entre ser más cercano o más distante.

Una vez más, Freedman y Combs (1996), establecen una serie de puntos que pueden implementarse en la práctica clínica en aras de realizar una terapia ética, que se mencionan a continuación:

- Situarnos a nosotros mismos:

¿Qué es lo que guía y motiva mi trabajo? ¿Lo estoy haciendo por reconocimiento, por aprendizaje, por ayudar a una persona? Y ¿qué efectos tendrá cualquiera de estos principios?

- Escuchar con preguntas:

Con la intención de que sean las ideas del paciente las que permanezcan en el centro de la conversación.

- Evaluar mi posición, mi jerarquía y mis privilegios:

Y observar si algo de ello contradice el propósito del proceso terapéutico.

- Externalizar conversaciones

Para reconocer a las personas a través de otros elementos que no sean sus problemas.

- Reflexionar la práctica

Y hacerlo de manera pública, de manera que podamos cuestionar nuestras acciones dentro y fuera del consultorio.

- Agradecer los efectos de la relación y del proceso terapéutico vivido.

Pues se tratan de experiencias verdaderas que enriquecen nuestras propias historias. A partir de ellas aprendemos y crecemos.

El compromiso para ser terapeuta puede llegar a mirarse como un proceso largo, tortuoso y complicado, pero en realidad se trata de algo entrañable y liberador. Nos libera de la rigidez del pensamiento positivista y de la violencia que se genera en el carácter institucional impositivo. Es un bálsamo lleno de consciencia y hasta un movimiento de resistencia. Tan necesario de practicarse en nuestro contexto.

Capítulo IV: Consideraciones finales

Habilidades y competencias profesionales adquiridas

La Residencia en Terapia Familiar, perteneciente al Programa de Posgrados en psicología de la UNAM, en la FES Iztacala, me ha formado con una visión integrativa que permite incidir en problemáticas psicológicas y sociales que aquejan nuestro contexto. A partir de las herramientas adquiridas durante el posgrado, soy capaz de entender desde una visión interaccional al individuo y los sistemas que lo rodea, posibilitando así la capacidad para generar propuestas que ayuden en la resolución de dichas problemáticas. A continuación se describen más a detalle algunas de las principales aportaciones que se derivan de mi trayectoria por la Residencia en Terapia Familiar.

Cambio de visión y epistemología

Durante el transcurso de la Residencia, tuve la oportunidad de revisar, analizar y comprender de manera exhaustiva los principales modelos que componen el enfoque sistémico de manera integral, desde los inicios de la misma –a través de su epistemología– que comenzó con la Teoría General de los Sistemas, de Bertalanffy, continuó con los postulados de la Cibernética, de Wiener, y proseguí con la revolución generada a partir de los planteamientos de Heinz von Foerster y la Cibernética de segundo orden. Ésta fue una revisión teórica particularmente interesante que debe destacarse debido a su procedencia ajena a nosotros y la falta de antecedentes y conocimientos que teníamos de la misma, que bien podría decirse, planteó el primer rompimiento con el pensamiento tradicional de la psicología que poseíamos anterior a nuestro ingreso. Desde ese momento la deconstrucción de pensamiento daba un paso importante para nuestro trayecto académico.

Después de abordar y de tener un acercamiento a las ciencias exactas, vinieron las trascendentales aportaciones de la antropología, con el increíble pensamiento de Bateson y su equipo de psicólogos y psiquiatras que desarrollaron y pulieron sus ideas, para colocarlas en el marco de la terapia clínica. Gracias a ello se nos fue obsequiada uno de los planteamientos más útiles para todo terapeuta: la teoría del doble vínculo y su devenir en la teoría de la comunicación humana. Al mismo tiempo, se desarrolló otro de los pensamientos más interesantes en el campo de la terapia sistémica: se trata de los aprendizajes que pudieron sustraerse de la hipnoterapia de Milton Erickson. En ella encontramos los primeros antecedentes de la famosa técnica de la *utilización* y la analogía perfecta para desarrollar posteriormente los modelos que se centrarían en las fortalezas del paciente.

Una vez recorrido el trayecto epistemológico se nos fue entregada, a la par, las iniciaciones de los modelos terapéuticos que nos permitirían convertirnos en verdaderos agentes de cambio; y así fue. El modelo estructural marcó un paso gigantesco en la comprensión de lo que significa ser terapeuta sistémico y de lo que se puede hacer y lograr como tal. Impecablemente la estructura de dicho modelo –en un sentido pedagógico– significó la mejor manera de entender y organizar el modelo de intervención.

Posteriormente los modelos de intervención fueron soltando cabos y la seguridad de los manuales estructurados, y se desarrolló en el estudiante la capacidad de pensar en el

proceso terapéutico como un todo, con una estrategia a largo plazo que permitía al mismo dejar de aferrarse sólo a la técnica. En este sentido, se fue formando como tal la capacidad del pensamiento sistémico.

Hacia el tercer semestre se revisaron los modelos de terapia breve centrada en soluciones y el modelo de Milán, que agregaron elementos trascendentales para que terapia familiar llevar a cabo la transición a la postmodernidad.

El cuarto semestre se caracterizó por el rompimiento del pensamiento tradicional de la psicología, y un poco de los modelos anteriormente revisados. En este momento del posgrado, se introdujeron contenidos pertenecientes a la filosofía y a todas las áreas de pensamiento, se introdujo la existencia de un nuevo paradigma y la evidencia de las fallas del anterior, logrando así la evolución del pensamiento mismo desde otra postura.

El pensamiento postmoderno fue la base de los modelos reflexivos, colaborativos y narrativos que entregaron al terapeuta la capacidad para pensar en los desafíos, y en la formación de los mismos, de una manera completamente distinta, ayudándose así del lenguaje y del socioconstruccionismo, así como el paradigma narrativo que tan bien fue plasmado en la terapia de Michael White y David Epston.

Gracias a este trayecto fui capaz de comprender el grueso teórico práctico de la Terapia Familiar hasta donde se ha desarrollado, y gracias a ello tengo las habilidades para incidir de manera contundente en un gran número de desafíos y problemáticas psicológicas, sociales, educativas y políticas de nuestro contexto.

Habilidades para una psicología de apertura, de liberación y de recuperación.

Respecto a este último punto, es de vital importancia destacar el pensamiento crítico derivado de la revisión de autores como Bateson, Morin, Luckman, Maturana, Foerster, Mahoney, Reich, Foucault, White, Epston, Andersen y Anderson, gracias a los cuales desarrollé ideas que van más allá de las intervenciones dentro de la consulta, abriéndome la posibilidad de repensar un gran número de acontecimientos que suceden a nuestro alrededor, y que se volverían la base para mi actuar político dentro de la terapia que ahora ejerzo. Esto me permitió centrarme en fomentar una terapia que genere apertura y no estigmatice, rotule, encierre o limite las posibilidades de los consultantes.

Es así que el posgrado en terapia familiar me brindó las herramientas para posicionarme políticamente ante el fallo de la psicología tradicional, líneal y de control que años atrás dominaba en el medio. En lugar de ello, poseo las habilidades críticas, así como el marco interpretativo para desarrollar una terapia de liberación, de ampliación, de recuperación, de resistencia y de respeto.

Por último, algunas de las habilidades concretas con las que cuento en mi repertorio como terapeuta, se encuentra lo siguiente:

- Entrevistar: empatizar y escuchar.
- Teoría, principios y técnicas sobre los distintos modelos de la terapia familiar.
- Habilidades para organizar y generar procesos de reflexión grupal y en equipo.
- Actitud crítica ante problemáticas psicosociales
- Habilidades en evaluación y metodología de la investigación.

De esta manera se resumen algunas de las más importantes habilidades y herramientas que fueron parte de mi formación como terapeuta familiar sistémico.

Reflexión y análisis de la experiencia

La experiencia como tal debe considerarse desde el mismo espacio en el que nos formamos: la universidad.

Gracias a este espacio de libre pensamiento se logran gestar gran parte de las propuestas de transformación social que tanto requerimos ante una sociedad con poco nivel educativo. En este mismo espacio, se desarrolla no sólo el conocimiento, sino gran parte de los valores éticos y morales que deben guiar la práctica de quienes adquieren mayor responsabilidad ante la sociedad.

En este sentido, mi experiencia comienza con la misma posibilidad de ingresar a un posgrado de una de las mejores universidades de Latinoamérica y el mundo. Acceder a lo que por derecho debería corresponderle a todo joven implicó la obtención de un gran privilegio, pero también de una gran responsabilidad que cambiaría el curso de mi trayecto de vida, me ayudó a madurar y aceptar el trabajo arduo, reflexivo y constante que implica poder cursar y terminar un posgrado en psicología.

Los encuentros en la universidad

Pero no sólo se trató de los contenidos temáticos y de la teoría aprendida, sino que la experiencia de aprendizaje se extiende a los encuentros con otros colegas, con profesores, supervisores y profesionistas y los vínculos que se generaron con dichos encuentros, tomando por sentado que, cualquier conocimiento que se quiera impartir, es mejor transmitido desde un vínculo emocional, desde una amistad, o desde una relación de admiración, cualquier relación y cualquier vínculo con afecto fortalece la mente, el aprendizaje, y el espíritu (tal como Bateson llamaba al conocimiento). Y no puedo negar haber tenido gran enriquecimiento en ese sentido, durante toda mi estancia en la universidad.

Los encuentros en el consultorio

Otra fuente poderosa y entrañable de aprendizaje fue el contacto con la población que acudió a terapia conmigo o con mis compañeros. En lo personal implicó el acercamiento a la población, muchas veces a las raíces de lo que sucede en nuestra sociedad, y ante lo cual, ninguno de nosotros puede ser ajeno. Pero además de dicho acercamiento, la relación establecida con cada uno de los pacientes y con las familias atendidas me mostró diversas

formas de ver la realidad y de vivir los problemas, pero también grandes lecciones de afrontamiento, historias de resistencias y de grandes ejemplos de fuerza humana, incluso ante las situaciones más complicadas. Me empapé de palabras, anécdotas, dichos, sabiduría popular e incluso momentos poéticos de la interacción entre unos y otros.

Intercambio: más allá de la teoría

Por si no fuese suficiente, durante el transcurso en la residencia, tuve la oportunidad de estudiar en el extranjero durante cinco meses, realizando mis estudios en Recife, Brasil; la capital del estado de Pernambuco, en el punto más al este de toda América. En esta particular geografía tomé el curso de Análisis Bioenergética en la dinámica familiar, con práctica clínica y supervisión de parte de profesores en terapia familiar con especialización en bioenergética: Jayme Panerai Alves, Grace Wanderley de Barros Correia, José Ricardo Paes Barreto, Fernanda Andrade Lima y Ana María Sacerdote, así como otras materias de políticas públicas, metodología de la investigación y un taller de ejercicios de liberación de trauma. Lo anterior enriqueció en niveles desmedidos los contenidos ya atendidos en Iztacala.

Pero no todo se trató de formación académica. El encontrarme en un lugar tan distinto en el que te desenvuelves, hablando otro idioma y viviendo a partir de otras costumbres realmente le hace a uno ver las cosas de otra manera, y con mayor perspectiva. En este caso específico, se trató de un país, -Brasil- con grandes similitudes a la población mexicana, pero también con grandes contrastes, particularmente en cuanto a la manera en que se desenvuelven las personas e interactúan unas con otras. Me pareció que la corporalidad es un elemento siempre presente en su manera de relacionarse e interacción con el mundo y consigo mismos, aspecto que tenemos por demás, limitado en México. Pues aquí es remota la consciencia corporal, así como el conocimiento de nosotros mismos a partir de él y su relación con las emociones.

Asimismo, tuve la oportunidad de viajar a Colombia, en donde presenté los avances de mi investigación, y tuve la oportunidad de escuchar a psicólogos de toda Latinoamérica, lo cual fue sumamente enriquecedor al notar los ejes del trabajo que nos une y nos identifica.

Por último, como uno de los elementos más trascendentales de mi trayecto en la residencia, fue, el haberla cursado al lado de mi pareja, con quien compartí todos aquellos momentos en que se nos puso a prueba, siendo que al final, la experiencia fortaleció nuestra relación, nuestra visión hacia el futuro y nuestras decisiones de mantenernos juntos.

Implicaciones en la persona del terapeuta, en el profesionista y en el trabajo de campo

A continuación, se relatan las principales aportaciones de cada modelo hacia mi visión como persona y como profesionista:

Del modelo estructural, concluyo que no quiero tener una idea específica, estática o encasillada de lo que es la familia, ni quiero relacionarme con ella a partir de esta visión. Prefiero pensar en términos de diversidad, tanto de constitución, como de organización, así como en términos de una relación de apertura y aceptación, de consulta y no de imposición, de horizontalidad y no verticalidad.

Del modelo de MRI, extraigo el sentido de atender con cuidado aspectos del proceso de escucha, como entender e identificar la postura del cliente respecto al problema y a otras cuestiones, siendo en el proceso un poco más público de lo que se plantea en el modelo. Asimismo considero importante evitar una práctica que no dé libertad al cliente de hablar de aquello que considere importante, prefiriendo así una postura de apertura, en donde no haya una clasificación o una priorización de cierta información sobre otra, y que si así resultara, fuera por disposición del cliente y no del terapeuta.

Del modelo de Milán rescato su tendencia a pensar en términos sistémicos, de circularidad, de mayor complejización en torno a una situación dada, así como el carácter interventivo que se le da a preguntas que generan reflexiones, así también el aspecto de curiosidad que genera multiparcialidad y el respeto por las posiciones y aportaciones de todos.

Del modelo centrado en soluciones me apropio de su visión de los clientes como personas capaces de resolver sus propios dilemas, personas con fortalezas y recursos que pueden salir adelante, así como su característica de dar voz a los clientes para determinar su propio progreso, o su preocupación por la efectividad, necesaria en la creciente demanda de servicios, y aunado a esto, su carácter desprendido respecto al tiempo de la terapia.

Del modelo narrativo rescato su carácter político, su potencialidad en el trabajo comunitario, su carácter de propiciar el interés por las historias alternas, tanto de los consultantes como de las propias, su tendencia a pensar en el espacio terapéutico como un espacio de creatividad, de resistencia, de compartición, de sorpresas, de no formalidad y de creación de redes, así como su escrutinio y crítica respecto a las propias prácticas, de rechazo a los discursos dominantes, a los ejercicios opresivos.

Del modelo colaborativo extraigo su postura más horizontal, que coloca al terapeuta en un ejercicio de abandono de protagonismo, centralidad y poder. Promovedor de conversaciones que propicien, a partir de la comprensión, efectos de transformación, así como su esfuerzo por dar cabida a todas las voces posibles. Y como elemento vital, su búsqueda perpetua por una postura de respeto.

Estas son algunas de las características que componen mi estilo terapéutico, cada modelo ha alimentado una faceta de mi composición o me ha permitido al menos, saber qué elementos me son antagónicos. Desde estas características puedo entender el espacio terapéutico como un espacio de contrastes, en constante evolución y evaluación, como un espacio de riesgo pero también de esperanza, de intercambio o de imposición. Es así que me refiero a ella como un espacio de contraste, cada elemento propio de la misma puede encontrar su opuesto, que dependerá en gran medida de cómo se constituya el terapeuta. De manera ideal pienso en la terapia como un espacio cada vez más politizado, y al mismo

tiempo más expuesto a la crítica, esto es positivo porque nos coloca a los terapeutas en la necesidad de repensarnos constantemente, adaptándonos a las transformaciones de la sociedad, involucrándonos en sus debates más emergentes. Pienso en la ética como un aspecto central que debe atravesar toda práctica terapéutica, toda visión de terapeuta y toda visión de la terapia en sí. Considero la ética como el aspecto central que podría dar luz en las posibles confusiones generadas por la proliferación de tantos modos, de tantos pensamientos, de tantos dilemas.

De manera general, debo decir que hoy en día soy más resistente a tener afirmaciones acerca de cualquier cosa, y la incertidumbre me ha brindado una sensación de libertad. Dentro de las consultas, el tener que adentrarme en conversaciones más 'genuinas' me ha dado un sentido de mayor responsabilidad por mi rol, porque en ese sentido soy yo el que está participando, el que está hablando, y no tanto un modelo con un guion preestablecido. Asimismo me ha ayudado a desarrollar un lenguaje reflexivo en dos sentidos: uno con un carácter *problematizador*, quizás más abstracto o elaborado, y otro en un polo opuesto, con un sentido o una intención más concreta, más sencilla. Ambos forman parte de un continuo en el cual debo seguir aprendiendo a manejarme. Por último, ha propiciado mucho mi capacidad para trabajar en equipo, confiar en el equipo, intercambiar puntos de vista, reconocer fortalezas en los otros. Se estimulan valores de compañerismo y de colaboración, en un sentido tanto logístico como de premisas personales.

Pienso por último en algunas metas simples para mi ejercicio terapéutico actual, estas serían: la consciencia de uno en relación con lo otro, llámese a éste prójimo, familia, sociedad o naturaleza, el acceso a la tranquilidad, el acceso a la toma de las propias decisiones, la toma de responsabilidad, el acceso a la salud y el acceso al bienestar, de cualquier manera que ésta sea entendida.

-FIN-

REFERENCIAS

Aldous, J. (1978). *Family Careers. Rethinking the developmental Perspective*. SAGE Publications

Alva Canto, E. A., Hernández-Padilla, E., & Carrión Balderas, R. (2005). Habilidades Lingüísticas y Diferencias de Género: Análisis de Vocabulario. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(1).

Andersen, T. (1994). *El Equipo Reflexivo: Dialogos y Dialogos Sobre los Dialogos*.

Andersen, T. (1995). El lenguaje no es inocente. *Psicoterapia y familia*, 3-7.

Andersen, T. (2005). Procesos de reflexión. Actos informativos y formativos. En S. Friedman, *Terapia familiar con equipos de reflexión* (págs. 39-69). Barcelona: Gedisa.

Anderson, H. (1995). Collaborative language systems. Toward a postmodern therapy. En R. H. Mikesell, D. D. Lusteran, & S. H. McDaniel, *Integrating family therapy. Handbook of family psychology and systems theory* (págs. 27-43). Washington, D.C.: American Psychological Association.

Anderson, H. (1997). Conversación, lenguaje y posibilidades. Un enfoque posmoderno de la terapia.

Anderson, H. (1999). *Conversación, lenguaje y posibilidades*. Buenos Aires: Amorrortu.

Anderson, H. (2005). Myths about Not-knowing. *Family process*, 497-504.

Anderson, H. (2007). The heart and spirit of collaborative therapy. The philosophical stance. En H. Anderson, & D. Gehart, *Collaborative. Relationships and conversations that make a difference* (págs. 43-59). Routledge.

Arnold Cathalifaud, M., & Osorio González, F. (2008). La Teoría General de Sistemas y su aporte conceptual a las ciencias sociales.

Bárcenas Barajas, K. B. (2012). Las familias mexicanas: de la institución al movimiento. Trayectorias, significados e imaginarios en la configuración de la diversidad familiar. *Sociedade e Cultura*, 15(2).

Barnhill, L. R., & Longo, D. (1978). Fixation and regression in the family life cycle. *Family Process*, 17(4), 469-478.

Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J., & Weakland, J. (1956). Toward a theory of schizophrenia. *Behavioral science*, 251-254.

Bauman, Z. (2000). *Modernidad líquida*. Fondo de cultura económica

Bayo, M. M. (2013). La criminalización de la pobreza y los efectos estatales de seguridad neoliberal: reflexiones desde la Montaña, Guerrero. *Revista de Estudios e Pesquisas sobre as Américas*, 7(2), 174-208.

Bayón, M. C. (2014). La construcción del otro y el discurso de la pobreza Narrativas y experiencias desde la periferia de la ciudad de México. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 60(223), 357-376..

Berger, P. L., Luckmann, T., & Zuleta, S. (1968). *La construcción social de la realidad* (Vol. 975). Buenos Aires: Amorrortu.

Berregui, M. I. A. (1978). Madre soltera frente a la sociedad. *Papers: revista de sociologia*, (9), 173-196.

Bertalanffy, L. (1976). *Teoría general de los sistemas*. México, D.F.: Fondo de cultura económica.

Beyebach, M., & Rodriguez-Morejón, A. (1995). EL CICLO EVOLUTIVO FAMILIAR: CRISIS EVOLUTIVAS1.

Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de investigación*, 2

Borysenko, J. (1998). *A woman's book of life: The biology, psychology, and spirituality of the feminine life cycle*. Berkley Trade.

Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo: la diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*(Vol. 40). Grupo Planeta (GBS).

Bruner, E. M. (1986). Ethnography as narrative. En V. W. Turner, & E. M. Bruner, *The anthropology of experience* (págs. 139-159). Illinois: First paperback.

Bruner, J. (1987). Life as narrative. *Social research*.

Bruner, J. (1988). *Realidad mental y mundos posibles* (Vol. 19962001). Barcelona: Gedisa.

Brunet, I., & Pizzi, A. (2013). La delimitación sociológica de la juventud. Última década, 11-36.

Bubenzer, D. L., West, J. D., & Boughner, S. R. (2002). La perspectiva narrativa en la terapia. En M. White, *Reescribir la vida. Entrevistas y ensayos* (págs. 15-35). Barcelona: Gedisa.

Buur, L., Jensen, S., & Stepputat, F. (2007). *The security-development nexus: expressions of sovereignty and securitization in Southern Africa*. Nordiska Afrikainstitutet; HSRC Press.

Caballero, J. A. (2011) DERECHOS DE LOS JÓVENES. Biblioteca Jurídica Virtual del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM.

Carter, B. E., & McGoldrick, M. E. (1988). *The changing family life cycle: A framework for family therapy*. Gardner Press.

Carter, B. E., & McGoldrick, M. E. (2005). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives*. Allyn and Bacon.

Castellanos, B. (2009). Louis Althusser y Judith Butler. Génesis y actualidad del postestructuralismo. *Nómadas revista crítica de ciencias sociales y jurídicas*.

Cathalifaud, M. A., & Osorio, F. (1998). Introducción a los conceptos básicos de la teoría general de los sistemas. *Cinta de Moebio*, Sin mes.

Combrinck-Graham, L. (1983). The family life cycle and families with young children. *Clinical implications of the family life cycle*. H. Liddle, ed. Rockville: Aspen.

Coubés, M.-L., & Zenteno, R. (2004). Transición hacia la vida adulta en el contexto mexicano. Una discusión a partir del modelo normativo. En M.-L. Coubés, M. E. Zavala, & R. Zenteno, Cambio demográfico y social en el México del siglo XX. Una perspectiva de historias de vida (págs. 331-356). Tijuana, B.C. : EL COLEGIO DE LA FRONTERA NORTE, A.C.

Culler, J. (1988). La crítica postestructuralista. *Criterios*, 33-43.

De Garay, A., & del Valle-Díaz-Muñoz, G. (2012). Una mirada a la presencia de las mujeres en la educación superior en México. *Revista iberoamericana de educación superior*, 3(6), 3-30

Desatnik, O. (2009). Las relaciones escolares. Una visión sistémica. *México: Castellanos*.

Díaz Guerrero, R. (1974). La mujer y las premisas histórico-socioculturales de la familia mexicana. *Revista latinoamericana de psicología*, 6(1).

Escobar Melo, H. (2003). Historia y naturaleza de la psicología del desarrollo. *Universitas Psychologica*, 2(1).

Falicov, C. (1991). *Transiciones de la familia. Continuidad y cambio en el ciclo de vida*. Buenos Aires.

Fernández, E., London, S., & Tarragona, M. (2003). Las conversaciones reflexivas en el trabajo clínico, el entrenamiento y la supervisión. En G. Licea, I. Paquentin, & H. Selicoff, *Voces y más voces. El equipo reflexivo en México*. México D.F. : Alinde.

Fernández, J. (01 de Febrero de 2014). Hispanoteca.eu. Obtenido de <http://www.hispanoteca.eu/Lexikon%20der%20Linguistik/i/INDIVIDUUM%20%20%20Individuo.htm>

Filgueira, C., & Filgueira, F. (2002). Models of Welfare and models of capitalism: The limits of transferability. En E. Huber, *Models of capitalism. Lessons for Latin America*. Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.

Fisch, R., Weakland, J. H., & Segal, L. (1984). *La táctica del cambio. Cómo abreviar la terapia*. Barcelona: Herder.

Foerster, H. v. (1996). *Las semillas de la cibernética*. Buenos Aires: Gedisa. Foucault, M. (1980). *Power/knowledge: Selected interviews and other writings, 1972-1977*. Pantheon.

Foerster, H. v. (2003). Cybernetics of Cybernetics. En *Understanding understanding* (págs. 283-286). New York: Springer.

Foucault, M. (1980). *Power/Knowledge. Selected interviews and other writings*. Nueva York: Pantheon Books.

Freedman, J., & Combs, G. (1996). *Narrative therapy: The social construction of preferred realities*. New York: W.W. Norton & Co.

Freeman, J., Epston, D., & Lobovits, D. (2001). *Terapia narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego*. Barcelona: Paidós.

García, M. J., Freitas, J. B., Salas, S. M., & Lozano, R. G. (2013) *Ruta Crítica de las mujeres afectadas por violencia de pareja en Venezuela*.

García, T., & Wittezaele, J. J. (1994). *La Escuela de Palo Alto. Historia y evolución de las ideas esenciales*. Herder, Barcelona.[Links].

Geertz, C. (1980). Géneros confusos. La refiguración del pensamiento social. *American Scholar*, 165-179.

Gergen, K. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 266-275.

Gergen, K. (1996). *Realidades y relaciones. Aproximaciones a la construcción social*. Barcelona: Paidós.

Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (1984). *The social construction of narrative accounts*. New York: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Gergen, K., & McNamee, S. (1996). *La terapia como construcción social*. Barcelona: Paidós.

Goffman, E. (1961). *Asylums. Essays on the social situation of mental patients and other inmates*. Nueva York: Doubleday anchor.

González, G. C. (2018). La migración centroamericana en su tránsito por México hacia los Estados Unidos. *Alegatos*, 27(83), 169-194.

González, I. I. (2014). La insoportable levedad del porvenir: futuros inciertos para la juventud mexicana. En M. Moreno, M. Carvajal, & E. Hernández, *Una visión de México a futuro* (págs. 205-219). Guadalajara: Universidad de Guadalajara.

- Haley, J. (1980). *Terapia no convencional: las técnicas psiquiátricas de Milton H. Erickson*. Amorrortu.
- Haley, J., & Valcárcel, Z. J. (1997). *Aprender y enseñar terapia*. Amorrortu editores.
- Haley, J., & Wolfson, L. (1995). *Trastornos de la emancipación juvenil y terapia familiar*. Amorrortu.
- Hernández, J., Diaz-Loving, R., Frías, M., Limón, B., Lozano, I., Rocha, T., & Zacarías, M. (2009). Intereses y valores en jóvenes mexicanos. *Enseñanza e investigación en psicología*, 295-309.
- Hernández Laos, E. (2006). Bienestar, pobreza y vulnerabilidad en México: nuevas estimaciones. *Economía unam*, 3(9), 14-32.
- Hicks, S., & Anderson, C. M. (1989). Women on their own. *Women in families: A framework for family therapy*, 308-334.
- Hill, R., & Rodgers, R. H. (1964). The developmental approach. In *Handbook of marriage and the family*, 171-211.
- Holman, T. B., & Burr, W. R. (1980). Beyond the beyond: The growth of family theories in the 1970s. *Journal of Marriage and the Family*, 729-741.
- Hopenhayn, M. (2004). *La juventud en Iberoamérica. Tendencias urgentes*. Santiago de Chile: CEPAL.
- Ibarra, A. (2004). ¿Qué es la terapia colaborativa? *Athenea Digital*, 5. Disponible en <http://antalya.uab.es/athenea/num5/ibarra.pdf>
- Imber-Black, E. Roberts, J. Whiting, R. (1991). *Rituales Terapéuticos y ritos en la Familia*. Barcelona España. Editorial Gedisa.
- IMJUVE. (2002). *Encuesta Nacional de la Juventud 2000*. México Distrito Federal: Centro de Investigación y Estudios sobre la Juventud.
- IMJUVE. (2012). *Encuesta Nacional de la Juventud 2010*. México Distrito Federal: Centro de Investigación y Estudios sobre la Juventud.
- INEGI. (2016). *Encuesta Nacional de los Hogares 2015*. Aguascalientes: Boletín de Prensa.
- INMUJERES. (2005). *Quiénes viven solos(as) en México*. México Distrito Federal: CEDOC.
- Juárez, G. R. (2016). SITUACIÓN DE LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES PRIVADOS DE CUIDADOS PARENTALES EN MÉXICO. *Entretextos*, 2007, 5316.
- Jung, C. (1962). *Recuerdos, sueños, pensamientos*. Barcelona: Seix Barral.
- Kerr, M. E., Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. WW Norton & Company.

Lax, W. D. (2005). Formulación de las reflexiones. Algunas consideraciones teóricas y prácticas. En S. Friedman, *Terapia familiar con equipos de reflexión* (págs. 193-215). Barcelona: Gedisa.

Mahoney, M. J. (2005). *Psicoterapia constructiva: una guía práctica*. Barcelona: Paidós.

Mattessich, P., & Hill, R. (1987). Life cycle and family development. In *Handbook of marriage and the family* (pp. 437-469). Springer US.

Maturana, H., & Varela, F. (1984). *El árbol del conocimiento. Las bases biológicas del entendimiento humano*. Santiago de Chile: OEA.

McCubbin H., Cauble, E. & Patterson, J. (1982). *Family stress, coping, and social support*. Springfield. Thomas Publisher.

McGoldrick, M., Anderson, C. M., & Walsh, F. (Eds.). (1989). *Women in families: A framework for family therapy*. WW Norton & Company.

Miller, J. B. (2012). *Toward a new psychology of women*. Beacon Press.

Minuchin, S. (1974). *Familias y Terapia familiar*. Barcelona: Gedisa.

Minuchin, S. (1986). *Calidoscopio familiar: imágenes de violencia y curación* (Vol. 13). Grupo Planeta (GBS).

Montalvo, J., Espinosa, M. R., y Pérez, A. (2013). Análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas. *Alternativas en Psicología*, 17(28), 73-91.

Moreno, A., López, A., & Segado, S. (2012). *La transición de los jóvenes a la vida adulta: Crisis económica y emancipación tardía*. Barcelona: Obra social la caixa.

Myerhoff, B. (1986). Life not death in Venice. En V. W. Turner, & E. M. Bruner, *The anthropology of experience* (págs. 261-288). Illinois: First paperback.

Navarro, A. (30 de abril de 2007) Un mundo sin niños. La Gaceta. Recuperado de <http://www.gaceta.udg.mx/Hemeroteca/paginas/479/479-4-5.pdf>

Olivares, E. (14 de febrero de 2014). Mantener una relación amorosa a veces requiere vivir separados. La Jornada. Recuperado de <http://www.jornada.com.mx/2014/02/14/sociedad/036n1soc>

Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family process*, 18(1), 3-28.

Orellana, C. I. (2016). El desafío de construir una Psicología del desarrollo crítica en sociedades inhóspitas. *Revista Costarricense de Psicología*, 35(2), 67-82.

Ortiz Galindo, J., & Ríos Bolívar, H. (2013). La Pobreza en México, un análisis con enfoque multidimensional. *Análisis Económico*, 28(69).

Pantoja, A. L. N. (2003). " Ser alguém na vida": uma análise sócio-antropológica da gravidez/maternidade na adolescência, em Belém do Pará, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 19, S335-S343.

Paris, M. D., Ley, M. & Peña, J. (2016) *Migrantes en México vulnerabilidad y riesgos*. El Colegio de la Frontera Norte.

Payne, M. (2002). *Terapia narrativa. Una introducción para profesionales*. Barcelona: Paidós.

Pérez, J., & Giorguli, S. E. (2014). La polarización de la transición de la juventud a la edad adulta en México. Transiciones a la adultez y desigualdades en América Latina (págs. 1-30). Lima, Perú: VI Congreso ALAP.

Pittman, F. S., & Wolfson, L. (1990). *Momentos decisivos: Tratamiento de familias en situaciones de crisis*. Paidós.

Platone, M. (2000). Red social y equipo reflexivo. Aplicaciones a un modelo de cambio educativo y comunitario en Venezuela. *Espacio abierto*, 253-270.

Raffin, M. (2008). El pensamiento de Gilles Deleuze y Michel Foucault en cuestión. Las ideas en torno del poder, el sujeto y la verdad. *Lecciones y ensayos*, 17-44.

Reyna, J. M., Salcido, M. R. E., & Arredondo, A. P. (2013). Análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas. *Alternativas en Psicología*, 17(28), 73-91.

Rodgers, R. H. (1964). Toward a theory of family development. *Journal of Marriage and the Family*, 262-270.

Rodgers, R. H., & White, J. M. (1993). Family development theory. *Sourcebook of family theories and methods*, 225-257.

Rodríguez O., J. A. (2010). La declaración de los derechos del hombre y del ciudadano y su importancia en el bicentenario de la independencia. Congreso Redipal Virtual III (págs. 533-551). México Distrito Federal: Red de Investigadores Parlamentarios en Línea.

Román, J. A. (10 de enero de 2018) En su peor nivel de 30 años, el poder adquisitivo de minisalaridos: UNAM. La Jornada. Recuperado de <https://www.jornada.com.mx/2018/01/10/politica/013n3pol>

Rosas, J. G. (2014). Migrantes centroamericanos en México. Un estudio de opinión sobre el respeto de sus derechos humanos.

Ruiz, E. D., & Valdivieso, C. U. (2002). Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana. *Revista Latinoamericana de psicología*, 1(1), 17-27.

Ruíz-Ramírez, R., Ayala-Carrillo, M. D. R., & Zapata-Martelo, E. (2014). ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN LA DESERCIÓN ESCOLAR: CASO EL FUERTE, SINALOA. *Ra Ximhai*, 10(7).

Schnitman, F. D. (1994). *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad*. Buenos Aires: Paidós.

Shotter, J. (1993). *Conversational realities. Constructing life through language*. Sage.

Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of counseling psychology*, 45(3), 235.

Solís, P. (2014). La difícil emancipación familiar de los jóvenes en México. Transiciones a la adultez y desigualdades en América Latina (págs. 1-8). Lima, Perú: VI Congreso de ALAP.

Suárez, M. (2004). El enfoque narrativo en la terapia. En L. d. Eguiluz, *Terapia familiar. Su uso hoy en día* (págs. 139-160). México D.F.: Pax.

Sunkel, G. (2006). *El papel de la familia en la protección social en América Latina*. Cepal.

Tarragona, M. (2006). Las terapias postmodernas. Una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología conductual*, 511-532.

Teachman, J. D., Polonko, K. A., & Scanzoni, J. (1987). Demography of the family. In *Handbook of marriage and the family* (pp. 3-36). Springer US.

Tovar, P. (1999). Más allá del rrimonio, un territorio llamado viudez. *Nómadas (Col)*, (11).

Villar, F. (2003). *Psicología evolutiva y psicología de la educación*. Universidad de Barcelona

Valdés Cuervo, Á. A., Basulto Moreno, G., & Choza Concha, E. (2009). Percepciones de mujeres divorciadas acerca del divorcio. *Enseñanza e investigación en psicología*, 14(1).

Vargas, J. D. J., Ibáñez Reyes, E. J., Guillén Pérez, J. E., & Tamayo Herrera, C. (2014). Construcción de un cuestionario trifactorial de Diferenciación del Yo. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17(4).

Vargas, P. (2004). Antecedentes de la terapia sistémica. Una aproximación a su tradición de investigación científica. En L. d. Eguiluz, *Terapia Familiar y su uso hoy en día* (pág. 266). México, D.F.: Pax.

Vargas, J. D. J., & Ibáñez, E. J., & Mares, K. (2016) *La dinámica de la familia y la diferenciación*. Alternativas en Psicología (pp. 133-149)

Vygotsky, L. (1964). Lenguaje y pensamiento. *Lautaro*.

Watzlawick, P., Beavin, J. H., & Jackson, D. D. (1995). *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder.

White, J. M., & Klein, D. M. (2008). *Family theories*. Sage.

White, M. (1994). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona: Gedisa.

White, M. (2002). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona: Gedisa.

White, M. (2007). *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas.

White, M., & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos* (pp. 53-87). Barcelona: Paidós.

Wiener, N. (1948). *Cybernetics*. Paris: Hermann.

Wiener, N. (1988). *The human use of human beings cybernetics and Society*. Boston: Da Capo Press.

Wittezaele, J.-J., & García, T. (1994). *La escuela de Palo Alto. Historia y evolución de las ideas esenciales*. Barcelona: Herder.

Zamudio, F., & Valadés, D. (2011). *Instituciones sociales en el constitucionalismo contemporáneo* (No. 369 I5).