

INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial número 15018
publicado en el Diario Oficial de la Federación el 29 de noviembre de 1976



NO MODIFICAR ESTE FORMATO OFICIAL

Desarrollo de Estudio de Caso

Pro-grado

Que para obtener el grado de maestro en:

Maestría en Psicoterapia

PRESENTA:

Christopher Adam Cuevas Trucios

ASESORÓ:

Sofía Cervantes Rodríguez

Tlaquepaque, Jal., 18 de Septiembre de 2015

Contenido del Trabajo

I. Introducción	3
II. Presentación del caso: Contexto y evolución del caso.....	4
III. Vivencias, significados y contexto del consultante.....	10
IV. Interacciones e intervenciones en la relación Consultante-Psicoterapeuta: Cambios y resultados.....	23
V. Vivencia del psicoterapeuta y proceso de supervisión.....	38
VI. Conclusiones.....	44
VII. Referencias bibliográficas.....	47

I. Introducción

El presente trabajo tiene como fin dar cuenta del proceso psicoterapéutico que se llevó a cabo con una consultante atendida durante el curso de la Maestría en Psicoterapia. Un proceso que tuvo lugar en el Centro Polanco por medio del “Proyecto Presencia” con el apoyo de trabajos ya realizados y la asesoría en el proyecto, este documento tiene como objetivo principal dar cuenta de las vivencias, significados, interacciones entre la consultante y el psicoterapeuta y los límites y alcances de la psicoterapia que se dieron a lo largo del proceso, así como también acreditar la titulación de la Maestría en Psicoterapia.

Haber atendido y analizado este caso significó mucho en mi formación como psicoterapeuta, ya que fue el primer caso que tomé, no nada más en la maestría, sino en mi carrera profesional también. Fue un caso que se llevó a cabo en el Centro Polanco y que fue derivado por medio del “Proyecto Presencia”, programa ofrecido desde el Departamento de Psicología, Educación y Salud del Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO). Un programa que brinda atención a personas con escasos recursos en donde por primera vez pude aplicar la mucha teoría que había aprendido durante la licenciatura, a la par con la que al momento llevaba durante la maestría. Aquí es donde me llevé mis primeras enseñanzas como psicoterapeuta, así como también las bases de lo que conforman los procesos psicoterapéuticos. Un proceso que resultó ser bastante rico, ya que no solo me dio enseñanzas psicoterapéuticas, sino también enseñanzas de vida.

En cuanto a la estructura del trabajo, éste consta de una primera sección en donde se presenta el caso junto con el contexto en el que se llevó a cabo, así como también la evolución del mismo. La segunda sección detalla las vivencias, significados y contexto del consultante conforme a la manera en que ésta vivía su situación problema en distintas dimensiones: cognitiva, emocional, racional, conductual y sociocultural. La tercera sección señala las interacciones e intervenciones en la relación Consultante-Psicoterapeuta, mientras que la cuarta aborda las vivencias del psicoterapeuta y el impacto que tuvo el proceso de supervisión. Finalizando con un apartado de conclusiones, principalmente relacionado a la elaboración del trabajo y el proceso en general. Cabe mencionar que a lo largo del análisis, se hace referencia a distintos autores y disciplinas a manera de dar cuenta de las teorías que inspiran mi quehacer psicoterapéutico. Algo que no solo permite el apoyo teórico, sino también que exista un dialogo interdisciplinario digno de enriquecer el conocimiento y la práctica eficaz de la psicoterapia.

Dado que la segunda y tercera sección tratan sobre las vivencias del consultante y las interacciones e intervenciones en la relación Consultante-Psicoterapeuta, es la razón por la que se hará uso de transcripciones textuales como fuente de evidencia.

En resumen; a lo largo de este trabajo se pretende mostrar las distintas facetas que forman parte del análisis de un caso de psicoterapia. Un caso que me presentó muchos retos y aprendizajes que terminaron formando la parte de la persona y psicoterapeuta que soy hoy día.

II. Presentación del Caso (contexto y evolución)

A. Contexto

“No Quiero Ser una Mala Madre”

El Caso de Lorena

“No quiero ser una mala madre” es la razón por la que Lorena, una señora de muy bajos recursos económicos y que contaba con aproximadamente 45 años de edad, acudía a psicoterapia. Como se menciona anteriormente, su proceso se llevó a cabo en Centro Polanco por medio del Proyecto Presencia y dio inicio a mediados del mes de Enero del 2011 y finalizó en Abril del mismo año constando de 11 sesiones de una hora semanal. El Proyecto Presencia tiene como finalidad ofrecer apoyo a personas con escasos recursos tales como Lorena. Una señora que proviene de un estilo de vida con bastantes carencias, y debido a ello, se llegó al acuerdo de que iba a pagar diez pesos por sesión, lo que era el costo mínimo.

Antecedentes del proceso

Creo importante señalar que el caso de Lorena fue el primero que tomé en la Maestría en Psicoterapia y como psicoterapeuta también, por lo que considero que así como enseñé me enseñaron. La relación que logré establecer con la consultante fue algo que me significó mucho y aunque fue un proceso, que a pesar de no haber durado mucho tiempo, me dejó con aprendizajes de por vida y espero que a ella también.

Antecedentes de la Consultante

Nombre: Lorena.

Sexo: Femenino.

Edad: 41 años.

Estado Civil: madre soltera.

Escolaridad: segundo año de primaria.

Ocupación: ama de casa.

Número de sesiones: 11.

Proceso de derivación: El proceso fue derivado por medio del Proyecto Presencia y se llevó a cabo en Centro Polanco.

Descripción de la consultante: Lorena es una madre soltera ya que su marido falleció de Diabetes. Tiene un hijo que al momento de atenderla tenía 8 años de edad y vive con él en la casa de sus padres. Es ama de casa, lo que indica que sus responsabilidades tienen que ver con mantener la casa limpia, hacer la comida y encargarse de su hijo. Tanto ella como su familia cuentan con escasos recursos económicos, al igual que un bajo nivel de escolaridad.

Motivo de consulta inicial

Lorena desde un principio explicitó la razón por la que acudía a terapia. El motivo era para poder dejar de ser violenta con su hijo, ya que desde la primera sesión expresaba que sentía culpa por pegarle, llegando al punto de considerarse una mala madre. Su razón de haber elegido un proceso terapéutico tenía que ver con poder manejar su enojo y coraje de tal manera que no afectara a su hijo.

Situación de la persona (condición personal, familiar, laboral y social)

Lorena es una madre soltera que vivía con sus padres muy cerca del lugar donde acudía a la psicoterapia. Tan es así, que para llegar a su terapia, solamente tenía que caminar un par de cuadras, cosa que hacía junto a su hijo. Ella entraba a terapia y su hijo de 8 años jugaba afuera mientras la esperaba. Se podía ver de forma clara la relación tan cercana que tenía con su hijo a pesar de que su queja principal tenía que ver con problemas que ella estaba enfrentando ante la misma relación. No nada más esto, pero Lorena tenía muy poca formación académica, sosteniendo estudios de segundo año de primaria misma que señalo porque es pertinente al proceso y la forma en la que se llevó a cabo. Un proceso que tuve que trabajar de forma práctica y sencilla ya que es así la vida de la que venía la consultante.

Lorena se decía ser una mala madre por el hecho de que era violenta con su hijo ya que le pegaba en la cara cuando él la desobedecía o se portaba mal en la escuela no atendiendo a sus labores. Desde la primera sesión ella expresaba que sentía culpa por pegarle a su hijo, lo que yo interpretaba como un indicador de que se daba cuenta de que no sabía manejar su enojo y su coraje. La razón por la que generalmente le pegaba a su hijo era porque él la desobedecía. Antes de que su marido falleciera de Diabetes y se quedara viuda, Lorena llegó a vivir en Phoenix, Arizona con su suegra, junto a su marido y su hijo. Esto es importante, ya que a pesar de no ser el motivo inicial de consulta, es otro asunto que se trabajó a lo largo del proceso, ya que la consultante mencionaba que ella le arruinaba la vida. Lorena indicaba que su suegra se metía demasiado en su matrimonio, al punto de haberlo hecho que fracasara. Lorena refería que la suegra siempre le decía que ella no era la indicada para su hijo, ya que no lo valoraba. Según comentaba Lorena, incluso la acusaba de coquetear con otros hombres y se lo comentaba a su marido. Como Lorena no trabajó en Phoenix, al igual que lo hacía en Guadalajara, su labor era cuidar a la madre de su esposo mientras él trabajaba durante el día. Debido a ello llegaron a surgir varios conflictos entre la consultante y su suegra, e indirectamente con su marido también, mismo que fallece su hijo estando todavía chico, dándonos a entender la ausencia de la figura paterna en su vida.

El hermano de Lorena era una figura importante dentro del contexto familiar y es importante señalar que también fue tema de conversación a lo largo del proceso. En su familia había mucha tristeza porque estaba en la cárcel.

Objetivos terapéuticos construidos en el proceso

Uno de los objetivos psicoterapéuticos centrales fue que Lorena pudiera manejar sus enojos hacia su hijo, particularmente cuando este hacía algo que ella reprobaba. Otro de los objetivos que a mi parecer

fue central, es el hecho de haber creado un ambiente de seguridad psicológica por medio de la escucha, la aceptación y la empatía, con el objeto de que Lorena se sintiera con la seguridad necesaria para que ella misma se escuchara. También fue importante ofrecerle información respecto al desarrollo de su hijo de 8 años y que lograra cuestionarse y flexibilizar sus creencias relacionadas a la obediencia materna.

B. Evolución

Resumen descriptivo del proceso

Grandes exploraciones y profundizaciones no fueron cosas que caracterizaron este proceso. Como menciono anteriormente, el hecho de que la consultante venía de una vida tan humilde, hacía que muchas veces le costara trabajo entender las intervenciones que yo hacía. El lenguaje que yo utilizaba, en algunos momentos no estaba sintonizado con el lenguaje del consultante, dada su escasa educación, ya que había cursado hasta el segundo año de primaria, en ocasiones se le dificultaba la comprensión de ciertas cuestiones. Es por esto que hice ajustes de mi parte y me enfoqué en crear un ambiente de seguridad psicológica ya que tenía que hacer todo lo posible por acercarme a su mundo y a su manera de vivirlo, tanto para ver las cosas desde su perspectiva, como para establecer una relación con ella.

La consultante provenía de un estilo de vida completamente diferente al mío y esta es la razón por la que, desde el principio y gran parte del proceso, estuvo enfocado en crear una relación terapéutica, es decir, una relación en la que la consultante no se sintiera atendida por una figura de autoridad, sino más bien alguien de confianza que estaba dispuesto a ayudarla y apoyarla. Es por esto que de mi parte, el crear un ambiente de seguridad psicológica por medio de la escucha, la aceptación y empatía fue primordial. Simplemente para que Lorena, siendo también su primera vez asistiendo a una terapia, tuviera la confianza de hablar más a detalle lo que sucedía conforme a la relación con su hijo y su vida en general.

En la primera sesión la consultante había señalado que cuando le pegaba a su hijo nada más lo hacía en las “pompitas” en forma de nalgada. Interpreto que utilizó la palabra “pompitas” para hacerme pensar que los golpes realmente no eran fuertes y en una zona del cuerpo en donde socialmente es más aceptable pegar. También recuerdo que había sido una sesión en donde la consultante me explicaba su situación sonriendo mucho. Mostrando ser una persona simpática y agradable creo tenía que ver con su querer restarle peso al problema más no importancia.

Sin embargo, a partir de la segunda sesión me comentó que hubo una ocasión en que le reventó el labio y lo lastimó. Al terminar ésta sesión, la consultante me preguntó si es que “estaba bien” que de vez en cuando le pegara un “trancazo” a su hijo cuando se portaba mal. Consideré que quería mi aprobación al respecto, lo que no le dí ni le negué. Le dije que ella pensara en su respuesta, lo reflexionara y que lo habláramos en la siguiente sesión.

Iniciando la tercera sesión, le pregunto a Lorena cómo le había ido en la semana. Respondiendo que le había ido bien, aborda el tema de su suegra y la situación de vida que tenía en Phoenix. Durante el proceso, cada que el tema se abordaba le cambiaba su tono de voz y respiración reflejando su enojo y

coraje. En esta misma sesión, le llegué a preguntar si el coraje que sentía por ella era similar al coraje que sentía antes de pegarle a su hijo y me dijo que sí. Fue aquí donde pude unir los hilos del coraje que sentía por su suegra al igual que cuando no la obedecía su hijo.

Desde la primera sesión, Lorena se decía ser una mala madre dada a su violencia cuando su hijo no la obedecía. Al explorar su concepto de obediencia y desobediencia en la sexta sesión, pude darme cuenta que tenía significaciones muy rígidas. Existía la creencia básica de que a una madre nunca se le desobedece ni se le niega nada. Por lo tanto, cada que su niño de 8 años no la escuchaba o se portaba mal en la escuela, ella le pegaba.

Durante la sexta sesión me doy cuenta que otro aprendizaje que Lorena tenía respecto a la obediencia era que le molestaba mucho que su hijo “no la escuchara”, por lo menos esto era lo que ella pensaba.

Debido a los aprendizajes rígidos de la consultante, en cuanto a la obediencia y la disciplina materna, así como a su intolerancia hacia varias conductas de su hijo al respecto, es que gran parte del proceso se enfocó en estarle brindando información respecto a las características de un niño de 8 años y a que se cuestionara sus creencias relacionadas a la obediencia, con el objeto de que las flexibilizara. Siendo una mujer con poca educación, haber empleado el uso de la información como técnica terapéutica me fue muy útil.

Tomando en cuenta que la información como técnica me había estado funcionando, en la sexta sesión le señalé la diferencia que existe entre oír y escuchar. La manera en que lo hice fue por medio de un ejemplo en donde a mitad de la sesión siempre oía las campanadas de una iglesia que estaba cerca del Centro Polanco, pero que sin embargo, no las escuchaba porque yo le ponía atención a ella. Es decir, le estaba señalando que oír y escuchar no eran lo mismo. Le expliqué esto con el objeto de que entendiera que tal vez era algo que pasaba con su hijo, en el sentido de que cuando le hablaban pudiera ser que la estaba oyendo, pero por estar haciendo otra cosa, no le ponía atención, y por lo tanto no la escuchaba. La manera en que le ofrecí esta información fue con la intención de que entendiera que eso es una de las muchas cosas que presentan niños de esa edad y que era algo que probablemente le iba a seguir sucediendo, porque era parte del desarrollo del niño.

En la quinta sesión hice una intervención en donde pregunté las diferencias que existían entre el enojo y el coraje hacia su suegra y el que sentía con su hijo; le pregunté si había diferencias entre estos mismos, dado que quería averiguar si había algo de su hijo que le recordaba a su suegra y que por lo tanto hacía que le pegara a éste. Lorena me comenzó a decir que cuando vivía en Phoenix su suegra era demasiada metiche y que discutían fuertemente. Después de esto retomo el tema de la obediencia y ella me dijo que ser obediente significaba no ser grosero y ser una persona educada. Tomando esto en cuenta, yo le pregunté si esa podía ser una diferencia entre su suegra y su hijo. Es decir, que su hijo fuera una persona educada y no grosera, en comparación de su suegra que nunca mostró estas características, por lo menos no con Lorena. La consultante me respondió que efectivamente sí, que su hijo no era una persona grosera, mientras que su suegra sí lo había sido.

En la quinta sesión, abordamos el asunto de su hermano que se encontraba en la cárcel, y que al decir de Lorena, esto generaba tristeza en la familia. Ella señalaba que su hijo era muy parecido a él, en el sentido de que era una persona muy noble y tierna. Sin embargo, al estarse refiriendo a esto, me dijo que su familia estaba muy triste por la situación en la que se encontraba su hermano, ya que estaba en la cárcel. En esta misma sesión, dijo que su hermano estaba “en la penal” por el hecho de que se estaba desintoxicando de drogas, pero al ir adelantando, me aclaró que la razón por la que lo encarcelaron fue porque lo “agarraron robando una licorería”. Siendo el hermano menor, ella indicó cómo es que esto había sido una situación de mucha tristeza en su familia, y aún más, por el hecho de que él quería y quiere mucho a su sobrino, o sea, al hijo de Lorena. Ella también mencionó que su hijo veía a su tío prácticamente como su papá, por lo que entendí, que él es otra figura paterna que permanece ausente en la vida del niño.

Relacionado con el motivo de consulta inicial, resulta curioso que a Lorena también de niña la regañaban mucho, según dice ella, “porque yo sí era muy desobediente”. En la octava sesión, le pedí que me diera un ejemplo de algún día en que la regañaron muy feo. Me relató que un día estaba empujando un columpio sobre el que estaba su hermana. Ella dice que dio un empujón demasiado fuerte y su hermana se cayó y se cortó en un brazo. También relató que su hermana “era bien chillona” y que le decía todo a su Mamá. Por esta situación la llegaron a regañar mucho y es un ejemplo, de varios, en los que la consultante a veces se hacía la sorda para no escuchar, lo que ella creía que también su hijo hacía. Con el objeto de recalcar esto mismo, señalé cómo es que “hacerlos los sordos” muchas veces forma parte del ser un niño. Ella asintió y dijo “Eeyy”. Es de aquí en donde deduzco que su mamá la regañaba y tal vez, golpeaba “por desobediencias” cuestión que ella reflejaba con su hijo.

Durante la séptima sesión, la consultante comentó acerca de la manera como se molestaba con su hijo cuando este “no juntaba sus juguetes” del piso. Ella indicaba que el niño siempre jugaba con sus carritos en la sala y luego se iba a ver la televisión sin recogerlos antes. Después de esto, me dijo que cada que su hijo le pedía permiso para ver la tele ella le respondió que no si antes no recogía sus juguetes. Que tenía permiso de verla, pero con la condición de que organizara sus carritos. Ante este hecho felicité a Lorena ya que pudo corregir a su hijo por medio del habla y no la violencia. El objetivo fue reforzar de forma positiva el buen trabajo que había estado haciendo a lo largo de su proceso.

La novena sesión fue una, en la que desde mi punto de vista, fue muy importante, ya que pude observar un avance notable en el proceso de Lorena. Ella comentó que habían regañado a su hijo en la escuela por haber sido grosero. La forma en la que la consultante reaccionó fue diciéndole que si se volvía a enterar que se portaba grosero con alguien ella “le iba a romper la boca”. Mi intervención fue señalarle que si quería darle a su hijo el mensaje de que lo que hizo fue incorrecto, con otras palabras, qué le diría. Esto fue algo que le costó mucho trabajo. Inclusive mantuve un gran silencio, dando lugar a que pensara en la cuestión planteada. Finalmente, después de comentarme que “se la puse difícil”, me responde que le diría “hijo, entiéndeme que no quiero que seas grosero”. De esta manera, Lorena muestra que tiene herramientas, más le hacía falta tomarse un momento para pensar en otras opciones no relacionadas a la violencia ni a los

impulsos y que tal vez requería de otro tipo de aprendizajes y que contara con ellos y no solamente con los que había tenido en su infancia.

Sesiones documentadas tengo hasta la número 9, sin embargo, aunque el proceso duró dos sesiones más, fue más que propicio para lograr el establecimiento de un vínculo emocional con la consultante y para el establecimiento de un clima favorable mediante la empatía y la escucha, además de que logré poner en juego algunas de las técnicas básicas de la psicoterapia. Insisto en que aunque fue un proceso corto, ya que tuvo una duración de 11 sesiones, fue muy rico en aprendizajes mutuos.

III. Vivencias, significados y contexto del consultante

C. Recuperación de las vivencias y significados del consultante

D. Relatos y narraciones que presenta el consultante

Dado que la naturaleza del siguiente apartado trata con las vivencias y significados del consultante, es importante primero señalar, qué es a lo que le llamamos “vivencia”. Rodríguez, Gil & García (1996) señalan que los investigadores cualitativos estudian la realidad en su contexto natural intentando interpretar los fenómenos de acuerdo a los significados que tienen para las personas implicadas. Es decir, las historias de vida, observaciones, imágenes y experiencias personales forman parte de lo que implica la vivencia que tiene como fin describir la rutina y los significados en la vida de las personas.

La vivencia también tiene que ver con un enfoque sobre lo individual y la experiencia subjetiva. En las palabras de Van Manem (Rodríguez, 1996, p.40) “es el estudio de la experiencia vital, del mundo de la vida, de la cotidianidad, al cuestionarse por la verdadera naturaleza de los fenómenos”. Para efecto de este trabajo, el foco se encuentra puesto en el discurso de la consultante mucho más que en estudios o explicaciones previas que partan de conceptos en materia de Psicología o Sociología.

En la primera sesión, Lorena expresaba sentir culpa por pegarle a su hijo llegando al punto de considerarse una mala madre. El mal manejo de su enojo y coraje no nada más le afectaba a su hijo, sino a ella también. Sin embargo, basado en los temas abordados durante el proceso, gran parte de su enojo no tenía necesariamente que ver con su hijo particularmente. Su suegra con la que había vivido un tiempo en Phoenix, Arizona le había causado muchos malestares que también le afectaron.

En la tercera sesión, Lorena me habló sobre su salud señalando que a partir de que vive con su suegra y marido en Estados Unidos, es cuando empieza a padecer de alta presión. Decía que ella nunca padecía de la presión, pero que un día después de un coraje que hizo con su marido se le empezó a subir la presión y que desde ahí ha sobrellevado tal condición. Lorena comentaba que su marido hasta le decía que tenía que aprender a controlarse para estar bien de salud y fue ahí cuando se regresa a Guadalajara de Phoenix. Hasta su madre le reflejó lo mucho que había cambiado para mal. La madre de la consultante le dijo que ella antes no era tan corajuda ni grosera y fue ahí donde yo deduje que la causa, o más bien el comienzo de ser enojona radicó en las vivencias que tuvo en el extranjero con su suegra.

Terapeuta (T): ¿Qué pasaba cuando tu te empezabas a sentir ya muy, muy enojada?

Consultante (C): Pues me enojaba, porque, porque, porque le daba muchas, muchas, este, como se dice, le daba muchas, le decía pues cosas a su mamá, que, que, como si fuera a Mexi, a Guadalajara que le dijera a su, a mi mamá como me portaba. Pero, este, también porque no le gustaba pues mi forma de ser que yo tenía.

T: Mhmm.

C: Y en veces yo decía pues porque, porque es así conmigo. Si conmigo cuando taba su mamá se fue con su, con su, con su hermana de allá de Estados Unidos, se fue su mamá para allá. Y cuando estábamos él y yo solos, vivíamos muy bien y ya namás llegaba y puros problemas. Puros chismes con ella, ella, con, con su hijo.

T: Mhmm.

C: Le daba chismes y la señora que nos rentaba mm le, le decía: “Ayy se ...” Se llama Elena le decía “Ayy doña Elena su nuera y, y su hijo parece que no hay nadie. Bien quietecito. No hay ni ni que haiga pleitos ni nada.

T: Mhmm

C: Namás llega usted y a puro, y a puros pleitos, a puros gritos.

En este caso, se puede ver que la consultante atribuyó su malestar y problemas de matrimonio a su suegra. Señala que cuando estaban solos su marido y ella, estaban muy bien. Sin embargo, cuando llegaba la suegra es cuando aparecían los conflictos, los chismes y finalmente los problemas que la llevaron a separarse de su marido.

En el primer capítulo menciono como Lorena y su familia contaban con escasos recursos económicos y un bajo nivel de escolaridad. Viviendo una vida práctica y sencilla, a Lorena le costaba trabajo entender algunas de mis intervenciones y su capacidad de atención no era muy prolongada. En este punto en donde la consultante mencionó que su matrimonio fue bueno hasta que llegó su suegra, se reforzó mi idea de que Lorena no contaba con muchas herramientas cognitivas.

En este caso es importante que la consultante acepte que su matrimonio tuvo conflictos por distintos motivos y no nada más por la suegra. En su libro intitulado *La Comunicación Terapéutica. Principios y Práctica Eficaz*, Watchel habla sobre como el consultante recibe los comentarios y reflexiones del psicoterapeuta a su modo. Es decir, el consultante vive el comentario de distinta manera de lo que el terapeuta cree que comunica (Watchel, 1996). Cada consultante llega a terapia con sus propias concepciones, sus propias experiencias y sus propias necesidades lo cual hace que cada quien vaya a interpretar lo que dice el terapeuta de diferente manera. Pero también puede suceder al revés: El consultante puede comunicar algo que nosotros como psicoterapeutas no captamos, o incluso interpretamos de forma diferente. Lorena, en este caso, mencionó que la suegra es la culpable de la disolución de su matrimonio, sin embargo yo lo interpreté de manera distinta, entendiendo que ella estaba jugando el rol de víctima y que su matrimonio no funcionó, no nada más por la suegra, sino por otras cosas también.

En la quinta sesión, le pregunté las diferencias que existían entre su suegra y su hijo. Hice esto tomando en cuenta la relación en el coraje que sentía ante su suegra siendo similar al que sentía antes de pegarle a su hijo, quería averiguar si había algo de su hijo que le recordaba a su suegra y que por lo tanto hacía que le pegara. Sin embargo, más que semejanzas entre la suegra y su hijo, encontré una situación

que fue significativa: que en ocasiones Lorena hace una lectura de “el otro me quiere manipular”. Las siguientes viñetas ilustran lo anterior.

T: ¿Qué diferencias ves tú entre Enrique y tu suegra?

C: Pus mi suegra es una metiche, como perdona la palabra pues, pues. Es una suegra muy, muy, este, muy, que no puede dejar que, que en la pareja este, este pues así que digan “Ay” que sea como pus como sea son parejas.

T: Mhmm.

C: Pero no la dejaba. Ella, ella al contrario, este se metía mucho en, en el, en el matrimonio.

T: Mm k.

C: Y eso es lo que no me gustaba. Y por eso en veces yo, cuando, cuando, yo pus cuando, me cuando, yo me yo le decía muchas cosas a mi suegra pero, pero verdad ¿por qué? Porque en veces este ella me quería mani, manipular, manicu, como se diga pues...

T: Manipular.

C: Mhmm al modo de ella. Y yo pus eso, pus no me gustaba. Yo pus, yo como mi mamá nos ed, nos educo. Yo a ella, pus dije pus es mi suegra, es, es, este la mama de, de, de, mi esposo. Yo dije “pus yo no voy a, a hacer como, como, como ella con sus nueras, este, hizo quiso, hacer con ellas o hizo con ellas”. Y yo pus, yo no me, yo no me dejaba.

En esta intervención traté de diferenciar las características en cuanto a personalidad entre su suegra y su hijo. En ese momento los resultados que obtuve no fueron del todo buenos ya que Lorena no contestó exactamente mi pregunta. En vez de explicarme las diferencias entre su hijo y su suegra, platicaba sobre lo metiche que era su suegra y cómo es que ella no se dejaba, lo que denota que la cuestión relevante para ella giraba en torno a “dejarse” o “defenderse”, le generaba conflicto, y que lo primero era lo que detonaba su enojo. Más adelante, en esta misma quinta sesión, la consultante menciona:

C: Pus la obediencia será que, que, este, como te dije, que no sea grosero con la, con la personas. Que, que sea educado, que sea, que, que le tenga respeto a la, a la persona. Yo pienso.

T: Mhmm. Y ¿tú piensas que a veces tu hijo es un poco maleducado contigo?

C: No porque, por, yo le enseñe desde que estaba chiquito que tenía unos cuatro años.

T: Mhmm.

C: Que no tenía que ser grosero con la gente, ni con nadie. Ni con su abuelita, ni con sus tías, ni con nadie.

T: Si. Entonces por lo tanto maleducado y grosero no lo es.

C: No.

T: Ok. ¿Tú crees que esa podría ser una de las diferencias de él y tu suegra?

C: Nombre.

T: No. ¿Por qué?

C: Porque el tiene mas educación que ella.

T: Si por eso, es a lo que me refería, o sea esto de que Enrique no sea maleducado, no sea grosero ¿es una de las diferencias a comparación de tu suegra?

C: Mhmm.

T: Si ¿verdad?

C: (ella asiente con la cabeza)

Lorena me explica que su hijo no era maleducado ni grosero. Yo le comenté que si su hijo no era maleducado ni grosero, esto era una de las diferencias entre él y su suegra. Lo hice para que la consultante reconociera que su hijo es completamente diferente a su suegra, basándome en lo que ella me había dicho. Ella al principio me dijo que “No”, que esa no podía ser una diferencia entre su suegra y su hijo dándome a entender que los dos eran maleducados y groseros. Sin embargo, me di cuenta que no había entendido la intervención y es por eso que se la clarifiqué diciendo que el que NO era maleducado y el que NO fuera grosero podría ser algo en lo que su hijo difería de su suegra. Ella reconoció que si era una gran diferencia evidenciado por medio del que asintió con su cabeza.

Los cambios buscados con esta pregunta sobre las diferencias que existen entre su hijo y su suegra, es que la consultante tuviera una diferente perspectiva, y con ello, disminuyera el enojo con su hijo, si es que lo transfería de su suegra hacia él, como era mi sospecha. En esta ocasión tuve que llegar a clarificar la pregunta que su hijo no era maleducado ni grosero era una diferencia entre él y su suegra, con el objeto de no caer en ambigüedades. Como señalan Fernández y Rodríguez (2002), hice uso de la clarificación para que ni la consultante ni yo cayéramos en significados diferentes. Con esto, Lorena me confirmó que su hijo era educado, mientras que su suegra no, y es así como los dos quedamos claros en cuanto a lo que estábamos hablando.

En la sexta sesión, surgió otro tema que fue el de la soledad. A raíz de vivir en Estados Unidos, Lorena se sentía muy sola, ya que se daba cuenta que nadie realmente estaba ahí para ella. Comentaba que un día que internaron a su esposo por una sobredosis nadie fue al hospital más que ella. No fue ni la madre ni la hermana de su marido. Cuando la consultante finalmente decide regresarse a Guadalajara y dejar a su marido, refirió que sintió un alivio pero “feo” a la vez, porque estaba dejando a su esposo que de alguna manera si lo quería y le tenía mucho cariño, pero alivio también porque ya no soportaba el que

nadie le agradeciera lo que ella hacía por su familia. Ella se quedó en el hospital y su suegra nunca se lo agradeció.

T: Mhmm. Entonces el sentimiento fue tanto feo pero también de alivio.

C: Mhmm.

T: De alivio ¿por qué?

C: De alivio porque yo estaba con él ahí cuidándolo y hasta eso no, no, no agradecieron que lo que, lo que yo estuve toda la noche, todo el día ahí. Y no agradeció tampoco él.

T: Mhmm.

Además, de la cuestión de la falta de agradecimiento por parte de los demás, incluso de su mismo esposo, Lorena también tuvo la experiencia de sentirse sin familia y enfrentando una situación sumamente difícil para ella. Por lo mismo, requería el apoyo de alguien más, pero debido a que ella no tenía familiares cercanos en ese momento, afloraron sentimientos de falta de apoyo y también de soledad.

C: O sea cuando él estaba, estaba, este, estaba en coma, taba pues con unas sondas así. Y yo, este, dije “ay pues” yo lo, yo cuando lo veía, lo veía sentía, sentía feo, sentía dolor con él por con andaba. Pus taba, no taba mas delgado que usted, taba bien delgado. Entonces, este, yo lo cuidaba, su familia no taba ni conmigo.

En este momento tan difícil para Lorena, ella requería el apoyo de alguien y de tal manera, que incluso deseaba que su suegra estuviera ahí. Por algunos momentos, incluso dejó de tener relevancia para ella la mala relación que tenía con la suegra, sólo deseaban que llegara a ayudarle con la situación que estaba pasando; la probable muerte de su esposo. Lorena buscaba una sensación de seguridad y conforme a esto, Filliozat (1998) señala que era algo que antes nos ofrecían las tradiciones, la pertenencia a un grupo, una familia o una empresa y que ahora hay que encontrarla en uno mismo. Algo que aquí se vio reflejado ya que Lorena no contó con el apoyo de su suegra cuestión que la llevó a tener que enfrentar la situación ella sola. Además, es posible que algunos aprendizajes vividos, le orientaron a que “era la mamá la que debía estar con él”; bien sea porque así lo aprendió o porque retomaba lo que la suegra tantas veces le había señalado: que ella era más importante para su esposo, que la misma Lorena.

Ginger & Ginger (1987) señalan que como psicoterapeutas debemos de ser capaces de afrontar cinco tipos de dificultades existenciales que son la soledad, la duda, la agresividad, la sexualidad y la muerte. Esto no quiere decir que debemos tener estos temas resueltos en nuestras vidas, sino “mi sentimiento actual de comodidad frente a los temas mencionados” (Ginger & Ginger, 1987, p.182). La posible muerte de su esposo forma parte de estos temas, por lo que agregaría que no solo los psicoterapeutas, sino también los consultantes, deberían de ser capaces de afrontar y explorar estos cinco temas.

C: Él estaba, él estaba, este, conmigo namás pero su mamá estaba en la en la casa. Y luego ya, este, sentí feo y luego me decía me decían “noo a po y tu y tu suegra” mm le digo ni esta aquí. “Y como tu aquí, tu aquí sola” le digo “si” digo de “no pues, este, tenía que estar aquí su mamá de él” le digo “pus si” le digo pero nadie estaba. Y cuando ella me hablaba me decía “Y ¿cómo esta Enrique?” le digo “Bien bie” ella estaba en México y yo estaba en Phoenix, me dice, le digo “Bien, y ¿por qué no me llamaste?” le digo “A porque yo no tenía que, que llamarle” le digo “Si le importara su hijo pus ahí estaba ahí al lado de él”. Pero era porque ella namás porque tenía, tenía plei, pleito conmigo pus ahí se ponía conmigo a a discutir.

De esta manera, Lorena refiere que, además de que nadie fue agradecido con ella, tampoco tenía el apoyo familiar que ella necesitaba, cuestiones que eran tan importantes para ella, que su carencia le impulsó a dejar Phoenix y regresar a Guadalajara. La falta de agradecimiento y de apoyo, le hizo tomar la decisión de regresar con su familia dejando a su esposo en una situación muy complicada respecto a su salud; situación que finalmente terminó en la muerte de éste.

Los cambios buscados fueron que Lorena lograra la reflexión sobre la muerte del esposo. En ese momento, se me hizo muy sobresaliente la muerte del esposo, razón por la cual no consideré el asunto de la falta de reconocimiento y de apoyo. Las condiciones necesarias para que se llevara a cabo este proceso fue que la emoción se volviera más consciente. Ginger & Ginger (1987), señalan que “La Terapia Gestalt contrariamente a algunos otros enfoques, no tiene como fin atacar, vencer, o ‘sobrepasar’ las resistencias, sino sobre todo volverlas más conscientes, más adaptadas a la situación del momento” (p.153). Esto fue lo que busqué en el momento; no tanto forzar a que Lorena viera las cosas de cierta manera, sino que hiciera consciente su vivencia y las emociones que venían relacionadas a esa experiencia. Respecto a la problemática de la soledad, la exploré de la siguiente manera:

T: Me imagino que, que te sentías muy sola ¿no?

C: Mhmm.

T: Me mencionas como tu esposo tenía muchos familiares en Arizona...

C: Arizona.

T: y tú estabas sola allá.

C: Sí, me hablaban mis primos y mis tíos pero, pero no era igual a que estuvieran ahí por ese, ce, cerquitas de ahí. Yo ahí sola le dije “pus” y hasta ellos me decían “Vamos, vámonos para allá vente” le digo “no pus tengo que estar aquí”. “No mira que aquí esta bien bonito no” le digo “pus si pero no” le digo. Nimodo de que me vaya con, con mi niño yo sola le digo “no donde va mi niño tiene que ir, tiene que ir conmigo”.

T: Y ahorita que vienes sin él ¿cómo te sientes?

C: (se ríe). Bien sola.

Abordo el tema de la soledad por medio de la herramienta del “me imagino que ...” para así tratar de contactar con la emoción de la consultante. En ese momento, hasta donde habíamos estado trabajando, no habíamos hecho contacto con los sentimientos o emociones de Lorena. Había sido más racional el trabajo y es por ello que le cuestioné sobre eso mismo. Ella llega a reconocer el hecho de que se sentía muy sola en Arizona y a pesar de que no llega al punto de llorar, se pudo ver en un momento que se vinculó con lo sucedido.

Curiosamente, yo también había experimentado en algún momento de mi vida la soledad a raíz de vivir en el extranjero. Esto fue algo que tuve que trabajar en mi proceso psicoterapéutico con la intención de que en situaciones como estas, en donde el tema de la soledad se presentaba, mis emociones no llegaran a interferir con mis intervenciones psicoterapéuticas. Mahoney (2005), señala que “También los terapeutas necesitan terapia ... Los clientes no son los únicos que cambian. Los terapeutas cambiamos gracias a lo que hacemos.” (p. 37). Esto me quedó más que claro, ya que tuve que trabajar con el estar solo en otro país en mi propio proceso. El que haya tenido una experiencia similar a la de Lorena hizo que le diera preferencia hacia la cuestión de que estuviera sola en el extranjero y a dejar de lado sus fuertes necesidades de reconocimiento y de apoyo.

Es importante también reconocer que Lorena asimismo explica que la razón por la que su hijo siempre esta con ella, es porque si ese no fuera el caso, ella se sentiría muy sola. En la sexta sesión, la primera que asistió sin su hijo, le pregunté cómo se sentía ya que él no estaba y ella me dijo que muy sola. Podemos ver entonces, que su hijo es, un refugio para que ella no sienta esta soledad que a veces le acompaña.

En la octava sesión, Lorena me platicaba que a ella también la regañaban mucho de chica por “ser desobediente”. Le pedí que me diera un ejemplo de algún día en que la hayan regañado “muy feo” y ella me comentó una situación en la que estaba empujando a su hermana sobre un columpio. Refiere que un empujón lo hizo demasiado fuerte, de manera que su hermana se cayó. La consultante decía que su hermana era “bien llorona” y que le decía todo a su madre, razón misma por la que la regañaron. Lorena refiere este evento de la siguiente manera:

C: Que es la más canijilla las más este. Y, este, ya decían “No es que Ma...” luego tenían, tenía un, un, un, este, un columpio y a ellas nos les gustaba que yo las columpiara que porque las tiraba. Y, este, y mi hermana la mas, la creo, que la, las, las ultimas, la más chica, la que tiene dos niñas y un niño, no dos niños y una niña. Ella, este, chiquilla nos decía “Ayy” porque todos nos hacíamos como de un pie de mano al guillonsito y entonces ella nos decía “Ayy hazme a mí” y esa vez era una pared raspasa y nosotros le hicimos así, nombre pus el raspadero que le, de, de, la raspamos. Y mi mamá nos regañó y dice “No ira dile” porque era bien chillona, ella bien chillona. “No ya no le vamos a, a hacer, a hacer a la chillona”.

C: Y nos castigó a nosotros por eso.

T: Mhmm.

C: Y ya luego por arriba nos después arriba nos hacia así (apunta con el dedo)

T: Sí.

C: Al lero lero (se ríe)."

De esta manera se puede ver como la consultante reconoce que de niña ella, así como su hijo, también, en ocasiones, se "portaba mal". Señalaba que no la dejaban columpiar a sus hermanas porque las tiraba y que en esta ocasión desobedeció y tiró a su hermana más chica. El hecho de que Lorena haya indicado esto, me dio a entender que de chica ella se visualizaba como una niña "desobediente" y hasta cierto punto rebelde. Me lo había mencionado en otras sesiones en donde se refería a ella misma como siendo bien "mula", describiendo el hecho de que de niña no le gustaba seguir las reglas de la casa.

Intervine preguntando ¿cómo es que la madre de Lorena la corregía?, con la intención de que concientizara que ella, también en su momento, como todos los niños, en ocasiones no atendía las indicaciones de su mamá, de tal manera que pudiera flexibilizar su concepto respecto a su hijo. Como lo indica Mahoney (2005), "los humanos no son instrumentos pasivos dentro del juego de la vida. Somos agentes que actúan en y sobre el mundo." (p.29). Es decir, todos jugamos un papel directo en nuestra propia vida y Lorena, de niña, en muchas ocasiones jugaba a ser rebelde y a tirar a sus hermanas, posiblemente porque esto era algo que le divertía en ese momento de su vida.

Relacionado al tema de los regaños de su propia madre, Lorena me decía que en muchas situaciones, se hacía la sorda, ante su mamá: interesante que ella pensara que su hijo hacía lo mismo. Zohn (2009) identifica que nuestra historia personal y familiar moldea nuestra vida de manera directa, situación que se presenta porque como ella así lo hacía pensaba que su hijo hacía lo mismo.

A manera de información, como en su momento lo hice con la metáfora de las campanadas en dos sesiones previas, indiqué que el "hacernos los sordos" muchas veces forma parte del ser niño.

T: Claro. Oye M.L. y si yo te preguntara por ejemplo ahorita que tu me dices "no pues que nos regañaban mucho y a veces como que nos hacíamos las que entendíamos y pues realmente seguíamos haciendo lo que estábamos haciendo" ¿no? Este, pues es como otro ejemplo yo creo...

C: Mhmm.

T: Si yo te preguntara por ejemplo ¿qué es algo que de repente hace tu hijo Enrique que tu podrías este decir que es parecido a esto que yo te digo, qué sería algo?

C: Ayy (respira profundamente). Pus sabe (se ríe) si me puedes repetir la pregunta otra vez porf..."

Cuando hice la intervención sobre como es que, lo que ella considera "desobediencia", forma parte de la conducta de un niño, la hice con la intención de darle a Lorena información sobre como es que su niño, por ser un niño, va a "desobedecer" y seguir haciéndolo por diferentes razones, ya que forma parte de su desarrollo. Similar a lo que hice con la metáfora de las campanadas, ejemplificando la diferencia entre oír y escuchar, trato de hacer lo mismo aquí. Que la consultante comprendiera, que así

como ella desatendió algunas instrucciones cuando era chica, también su hijo lo hacía, y no era necesariamente “desobediencia” o que le quisiera “ver la cara” como ella lo creía. Sin embargo, creo que los resultados que obtuve no fueron del todo buenos, ya que cuando traté de hacer esto, ella no me logró entender. Cuando le pedía que me platicara sobre algún comportamiento de su hijo que fuera parecido a lo que le dije, me respondió diciendo si le podía repetir la pregunta, dándome a entender que no me había logrado comprender.

Alrededor del final del proceso, en la sesión número 9, surge un gran avance por parte de la consultante. Dialogando sobre cómo es que trataba de educar a su hijo por medio del miedo, hice un ejercicio al respecto. Tomé como ejemplo cuando ella me dijo que si su hijo se portaba grosero le iba a “romper la boca” y le pregunté que si le quisiera decir lo mismo, pero de otra manera o con otras palabras, cómo se lo diría. Después de un silencio en donde la consultante pensó mucho para ver que me decía, ella me dijo que le diría que la entendiera que ella no quiere que él sea grosero con nadie. Fue después que le pedí que comparara las dos formas de decir las cosas, una siendo “te voy a romper la boca” y la otra, “hijo quiero que me entiendas que no quiero que seas grosero”. Le pregunté que cuál de las dos le sonaba mejor. Ella me dijo que la segunda y fue ahí cuando llegué a la conclusión de que Lorena sí tenía los recursos para lograr ciertas comprensiones, simplemente que le costaba trabajo llegar a ellos.

T: pues parece ser que la manera en que Enrique reacciona ante mucho enojos es con miedo ¿no?

C: Mhmm.

T: O sea, talvez a lo que estoy tratando de llegar o decirte, es el hecho de que talvez le quieren, quieren que obedezca por medio de meterle miedo a que haga, a que sea grosero, o se porte mal.

C: Mhmm.

T: Y en esta situación, a ti ¿se te ocurriría otra manera de educarlo sin meterle miedo?

C: Le digo “yo lo que quiero, tu ¿qué quieres que cambie o que no cambie?” Que cambies. Entonces porque no lo haces de propósito, también tú de ayudarme a mí de que yo no sea como era antes, de que namás te por no hablarte bien te daba trancazos.

T: Aha.

C: O te, o te, o te, te regañaba.

T: Claro.

C: ¿Qué quieres? Pus que me hables bien. Ay entonces yo, yo te he hablado muchas veces, mijo, o no te ladro digo “Si mami”. Le digo, yo no quiero ser como la, como la misma que, que como antes que te de, que te hablaba, te pegaba, te gritaba.

T: Mhmm.

C: Yo quiero cambiar.

T: Si.

C: Le digo, "por eso estoy yendo con el psicólogo a cambiar mi modo de ser, mi modo de hablarte mijo."

Con estas intervenciones, traté de primero de que se diera cuenta de que estaba tratando de educar a su hijo mediante el miedo. Creo que esto es algo que hacen muchos padres de familia y algo con lo que no estoy de acuerdo. Creo emergió una experiencia mía cuando le reitero que ella quiere que obedezca con base en el miedo. Cuando le pregunté si se le ocurría otra alternativa de educarlo que no tuviera que ver con el miedo, lo hice para ver los recursos que tenía la consultante. Sin embargo, considero que la pregunta que hice fue inducida, ya que la respuesta que me dio Lorena fue "pues mira, si he tratado de hablar con él". Es decir, su respuesta fue como diciéndome, que sí ha tratado de hacer otras cosas, pero por el tono de voz en que me lo dijo, lo interpreté como "si lo he hecho pero no me ha funcionado".

Conforme a estas y otras situaciones, se puede ver como su hijo le generaba un problema cada que ella consideraba que "se portaba mal" o "era grosero"; según ella lo había aprendido así. Según Mahoney (2005), "un problema es una discrepancia sentida entre como son las cosas y como se espera (o se supone) que sean" (p.81). La discrepancia que sintió la consultante es que ella piensa que su hijo SIEMPRE debió de ser "educado", SIEMPRE debió de "portarse bien" y NUNCA debió de "ser grosero" lo cual no sucedió. Es entonces la diferencia entre los siempre y los nunca y la realidad de las cosas, lo que le ha generado este conflicto, además de la proyección de sus propias experiencias y significados que aprendió en su infancia. En ese momento creí que por eso Lorena vivía en una constante frustración con su hijo, simplemente porque esperaba mucho de él. Fue por eso que le pregunté si había buscado otras alternativas de educarlo que no estaban basadas en el miedo, para poder llegar a perspectivas nuevas y que éstas llevaran a conductas diferentes. En la siguiente viñeta se ilustra cómo intervine para buscar alternativas mencionadas anteriormente.

T: Entonces él si te ha dicho específicamente que ya no quiere que seas como antes.

C: Mhmm.

T: Y tú en respuesta a esto le dices que es por eso que vienes aquí conmigo.

C: Mhmm.

T: Ok.

C: Le digo "pa cambiar el modo, el modo que tengo" le digo, porque no es porque yo le digo "será que yo mmm será porque yo no quiero que tu seas así que namás te estén hablando y te agaches y te hagas paca".

T: Mhmm.

C: Yo quiero hablar bien, así como, como ahorita, como le digo, como hablamos el psicólogo y yo, así yo quiero que hable contigo. Que me, que me escuches.

T: Claro.

C: Dice "sí mami".

T: Ok. Vamos a tomar entonces a hacer un pequeño ejercicio...

C: Mhmm.

T: en donde voy a usar el ejemplo que tú me dijiste hace rato. "Si yo me entero de que tu eres grosero con tus tías o alguien mas te voy a romper la boca".

C: Mhmm.

T: Si yo te dijera "a ver, le vas a tratar de decir lo mismo a tu hijo pero con otras palabras".

C: Mhmm.

T: ¿Cómo se lo dirías?

C: ¿Cómo se lo diría? (se queda pensando)

C: Se lo diría otra forma, de que, (silencio) de que, no de que, si me vas a entender yo no quiero ser contigo así. Yo pienso ¿eda? O ¿cómo ves?

T: A ver, te voy a volver a repetir. Tú le dijiste, o, mas bien me dijiste a mi hace ratito "si yo me entero que eres grosero te voy a romper la boca". Te vuelvo a preguntar, si quisiéramos decirle esto de otra manera, así como tu dices en donde hablamos así como estamos hablando tu y yo ahorita, ...

C: Mhmm.

T: ¿cómo se lo dirías?

C: (silencio) Me la pusiste bien difi, bie bien difícil. (silencio) Pus le diría que me entendiera, que mas, y que (silencio) (se ríe) sentí el calor (silencio) Le diría que por favor me entendiera que no quiere hacer lo que, lo que yo le dije, no lo quiero hacer otra vez.

T: Ok. Entonces sería algo parecido a "hijo entiéndeme por favor que no quiero que seas grosero".

C: Mhmm. Yo pienso ¿no?

T: Suena perfecto.

Hice un ejercicio en donde la consultante pueda ver los recursos o alternativas que tenía en cuanto a cómo le hablaba a su hijo. Lo realicé preguntándole cómo le diría a su hijo "si yo me entero que eres grosero ... te voy a romper la boca" con otras palabras. No me entendió muy bien al principio y es por

eso que reformulé la pregunta y le dije “haber, le vas a tratar de decir lo mismo a tu hijo pero con otras palabras.” En esa ocasión sí me llegó a entender pero se tomó unos momentos de silencio pensando.

Como ya había entendido el que Lorena tenía una concepción muy rígida de la “obediencia”, esto me impulsó a que tratara de que flexibilizara sus constructos y buscara otras alternativas para educar a su hijo. Lo anterior es señalado por Gergen, (2006), de la siguiente manera; “Los diálogos construccionistas dan preferencia a cuatro movimientos importantes de la orientación terapéutica: la flexibilidad, la toma de conciencia de la construcción, la colaboración y la práctica en conformidad con valores importantes.” (p.99). Lo que me decía esto es que una de mis orientaciones terapéuticas tenía que estar guiada a cambiar los fundamentos o ideas rígidas por concepciones más flexibles. De otra manera, Lorena se iba a seguir molestando con su hijo por mantenerse aferrada a un concepto de obediencia un tanto utópico.

Cuando Lorena se quedó en silencio, buscando alternativas de corrección, llegó a un punto en donde empezó a sentir calor y dijo que “se la puse difícil”. Yo también guardé silencio, y creo que fue efectivo haberlo hecho, ya que la consultante si encontró una alternativa. En su momento refirió que le diría a su hijo que la entendiera que ella no quiere que “sea grosero”. No nada más esto, pero buscó mi aprobación diciendo “Yo pienso ¿no?” a lo que le respondí diciendo que “suena perfecto”.

Este ejercicio lo llevé a cabo con la intención de cambiar el lenguaje de Lorena, y por lo tanto, generar un cambio. Con respecto a esto, Gergen (2006) afirma que “El cambio se produce a través del lenguaje, aquello que decimos y la manera en que lo decimos marca la diferencia.” (p.111). Es decir, el que la consultante haya dicho “hijo quiero que entiendas que no quiero que seas grosero” marcó una gran diferencia y un gran avance, si es que lo comparamos con su expresión de; “si me entero que fuiste grosero te voy a romper la boca.”

E. La dimensión sociocultural

El hermano de Lorena era una figura importante dentro del contexto familiar que también reflejaba características de la realidad sociocultural de Lorena y la comunidad en la que vivía. Lo habían metido a la cárcel porque “lo agarraron robando una licorería” y esto era algo que causaba mucha tristeza en la familia, ya que era el hermano menor y quería mucho al hijo de la consultante.

La violencia intrafamiliar y la delincuencia son ejemplos de situaciones problemáticas que pasaban en la vida de Lorena. Sin embargo, creo que a grandes rasgos también representan problemáticas que se dan en comunidades de nivel socioeconómico bajo, en donde la oportunidad de obtener una formación académica es nula.

Relato una experiencia que algún día tuve al salir de una sesión de psicoterapia con Lorena. Iba caminando hacia mi carro de regreso cuando me di cuenta que en el parque que estaba al lado del Centro Polanco, unos policías estaban esposando a un señor. Al estar saliendo del Centro, realmente no iba poniendo mucha atención a mis alrededores hasta que ví una patrulla mal estacionada y unos policías a unos cuantos metros arresando a dicha persona. No supe que infracción había cometido el señor para que

lo llevaran a la cárcel, pero menciono tal experiencia para dar a entender el contexto en el que vivía Lorena. Una comunidad en donde la delincuencia, las adicciones, el bajo nivel de escolaridad de la gente, la violencia y demás, formaban parte de la cotidianidad de la vida. En el caso de Lorena, particularmente, su bajo nivel de escolaridad, no le permitía tener un amplio léxico, lo cual afectaba su manera de corregir y llamarle la atención a su hijo. En vez de buscar otras palabras para decir las cosas, acudía a los golpes y a querer “romperle la boca”. Es decir, ella no quería que su hijo fuera grosero, pero era con grocerías que trataba de educarlo.

IV. Interacciones e intervenciones en la relación Consultante-Psicoterapeuta: Cambios y resultados

El siguiente capítulo abordará las interacciones que se desarrollaron en el marco psicoterapéutico de Lorena, con la intención de tener un panorama general de este proceso. Para ello, se inicia con la definición de conceptos centrales tales como el de interacción, lo que se entiende por relación consultante-psicoterapeuta, intervención psicoterapéutica, psicoterapia, cambio psicoterapéutico, vivencia y experiencia. De esta manera, no solamente se podrán ver las interacciones/intervenciones psicoterapéuticas y los procedimientos técnicos utilizados, sino también los diversos referentes disciplinares y metodológicos que lo apoyan.

Es importante reconocer que a pesar de que el presente trabajo se aproxima a un análisis de lo sucedido a lo largo de un proceso psicoterapéutico, para que exista dicho proceso, tiene que haber un encuentro entre dos personas que se comunican, formando parte de una interacción. Sassenfeld y Moncada (2006), señalan que tanto el psicoterapeuta como el paciente, están inmersos en el flujo tanto de sus experiencias relacionales así como también con respecto al otro durante el transcurso de cada sesión psicoterapéutica. Es decir, la interacción no solamente tiene que ver con el hecho de que el paciente dialoga y explicita su situación problema con el psicoterapeuta a manera de expresarse, sino a su vez, está consciente de la relación que esta formando con su psicoterapeuta. Esto es algo que también forma parte de la experiencia del psicoterapeuta con su consultante, ya que no solamente esta ahí para escuchar, sino para formar una relación de confianza con el consultante. Algo que finalmente hace que estemos hablando de una interacción antes de un proceso psicoterapéutico, ya que va más allá de un simple diálogo o descripción de un problema.

Son diversas cuestiones las que forman parte de la interacción que se da en el proceso psicoterapéutico. Para Brazier (Sassenfeld & Moncada, 2006, p.100), estas son “los contenidos del mundo interno del cliente ... la percepción directa que el terapeuta tiene ... la consciencia del terapeuta respecto de su propio mundo interno ... “. No nada más esto, pero agregaría que la percepción que el consultante tiene respecto al psicoterapeuta también es un factor que entra en juego al hablar de la interacción. A pesar de que el proceso psicoterapéutico se da en un contexto singular, no podemos perder de vista que antes de hablar de una relación psicoterapeuta-consultante, estamos hablando de una relación de dos personas. Dos personas que por naturaleza son distintas, y que por lo tanto, perciben el mundo de forma desigual. Sin embargo, es al entrar a un mismo contexto, que se crea un “mundo compartido de significados que se desarrolla a lo largo del proceso psicoterapéutico entre los participantes involucrados.” (Brazier 1992, 1993 citado en Sassenfeld & Moncada, 2006, p.100). Es el mundo compartido lo que finalmente viene siendo la interacción.

Siendo inherente al proceso psicoterapéutico, la interacción es necesaria para que se pueda llevar a cabo una relación entre consultante-psicoterapeuta. Sin embargo, es importante comprender que la relación consultante-psicoterapeuta puede ser vista e interpretada de distintas maneras y por diversos

referentes disciplinares. Egan (2007), señala que a pesar de que existe un consenso entre practicantes, investigadores, clientes y otros profesionales de la salud, referente a la idea de lo importante que es la relación entre cliente y profesional, existen diferentes perspectivas con respecto a lo que caracteriza dichas relaciones y la manera en que se llevan a cabo durante el proceso de ayuda. Rogers (1993), por ejemplo, indica que la aceptación incondicional positiva, la empatía y lo genuino son tres factores fundamentales que debe de poseer el psicoterapeuta en una relación de ayuda. Estas características son requisitos para que se pueda establecer el clima de confianza necesario para que los consultantes se puedan entender a ellos mismos, puedan encontrar sus recursos y manejar sus vidas de forma más efectiva.

Existen otras teorías que explican la relación consultante-psicoterapeuta de diferente forma. Una de estas implica considerar la relación como una alianza, en donde lo importante no es simplemente el crear una relación, sino crearla con la intención de lograr ciertos objetivos. Es decir, va más allá de lo que nos comenta Rogers (1993), en el sentido que corrobora que lo importante es la relación, pero que también es sustancial establecerla con la intención de lograr metas y así progresar hacia el objetivo señalado. Así como Rogers (1993) señala que existen ciertas características sobre las que se funde una relación, Ackerman y Hilsenroth (2003, citado en Egan, 2007), revelan ciertos atributos personales que el psicoterapeuta debe sostener, tales como la flexibilidad, la honestidad, el respeto, la confianza, la seguridad, el interés y la apertura. Todos estos, con el fin de promover una alianza terapéutica que conlleva una mayor probabilidad para poder ayudar. Pero no nada más esto, ya que como parte del proceso, se requiere la utilización de técnicas que ayuden a fomentar dicha alianza, entre estas se incluyen la exploración, las reflexiones, la correcta interpretación de diálogo y significado, la facilitación de la expresión de afecto y el poner atención a la experiencia del consultante (Ackerman & Hilsenroth, 2003, citado en Egan, 2007).

La palabra “técnicas”, utilizada anteriormente, puede ser entendida como las herramientas que forman parte del conocimiento del psicoterapeuta y que son empleadas con una determinada finalidad. Sin embargo, también pueden ser tomadas como “intervenciones” que son aplicadas por parte del psicoterapeuta. Ya sea que estas tengan que ver con parafraseos, reflexiones, interpretaciones, exploraciones o simples palabras, las intervenciones del psicoterapeuta son fundamentales dentro del proceso psicoterapéutico. Es decir, el lenguaje y la narrativa que se da en el espacio de la psicoterapia, son recursos mediante los cuales se puede apreciar lo acontecido en la experiencia de los consultantes, ya que “hoy se ha descubierto que las narraciones tienen valor en sí como métodos terapéuticos, pues modifican nuestras formas de pensar o de sentir ...” (García, 2003, p. 1). Esto nos da a entender un factor elemental de la psicoterapia, que es el uso de la palabra y el poder que esta puede tener en los consultantes. García (2003), menciona que la palabra oportuna, unida a la disposición de quien la recibe, produce un estado de purificación que conlleva a un equilibrio intelectual y emocional. Es por esto que, como psicoterapeutas, hay que poner especial atención a las palabras que utilizamos y a la forma en que las expresamos ya que, como se puede ver, tienen el poder de sanar, pero también de afectar si no las utilizamos correctamente.

Las interacciones, intervenciones y la relación consultante-psicoterapeuta son conceptos pertinentes a lo que sucede dentro de un proceso psicoterapéutico. Sin embargo, así como sucede en otros campos del conocimiento, existen distintas definiciones o explicaciones respecto a la psicoterapia.

Sassenfeld y Moncada (2006), señalan que la psicoterapia es un encuentro existencial entre dos personas que conlleva un enriquecimiento mutuo a partir de las distintas características y estilos de vida del consultante y el psicoterapeuta. Ellos mismos, también describen la Terapia Centrada en la Persona, formulada por Carl Rogers, en donde la terapia es tomada como un proceso basado en la reflexión y clarificación del mundo interior del consultante con una finalidad de desarrollo y crecimiento. Esto representa un cambio, sin embargo, el “cambiar a la persona”, es algo importante a considerar, ya que introduce un nuevo concepto que es el del cambio psicoterapéutico.

Siendo constituida por interacciones, intervenciones y una relación entre consultante y psicoterapeuta, la psicoterapia tiene como finalidad promover el cambio. Un cambio que desde la perspectiva de Sassenfeld y Moncada (2006), tiene que ver con transformar la experiencia que el consultante tiene de sí mismo y de su propia realidad. Tenemos que entender que los hechos y acontecimientos que han sucedido en la vida de nuestros consultantes son realidades que no se pueden cambiar. Es por esto que esta definición es más que pertinente a lo que sucede en el proceso psicoterapéutico, ya que lo que cambia es la manera en que el consultante experimenta hechos o acontecimientos, particularmente aquellos que le han causado malestar. Esto es algo que conlleva a “exploración vivencial de la experiencia inmediata del paciente, posibilitando la ampliación de su capacidad de darse cuenta respecto de facetas no reconocidas de ésta” (Sassenfeld & Moncada, 2006, p. 101). Es decir, parte de lo que sucede dentro del proceso del cambio, en donde el consultante experimenta su realidad de diferente manera, es que empieza a reconocer otros aspectos de su persona. Un cambio que implica el apreciar y vivenciar la situación problema desde otro ángulo.

Anteriormente se utilizan los conceptos de experiencia y vivencia. Dos conceptos que son frecuentemente utilizados dentro del campo de la fenomenología al igual que el de la psicoterapia. A pesar de que son términos que van de la mano, la manera en que se experimenta y en que se vivencia no necesariamente significa lo mismo. Las experiencias “siempre están dirigidas hacia algo, son sobre algo, de algo o con algo; constituyen una reacción a algo ...” (Sassenfeld & Moncada, 2006, p. 94). No nada más esto, pero Husserl (citado en Waldenfels, 1992), señala que todo lo que sabemos del mundo y del ser humano lo conocemos mediante la experiencia con la intención de alcanzar un entendimiento psicológico. Es decir, los acontecimientos y los hechos que nos van sucediendo van formando parte de nuestras experiencias de vida. Experiencias que conllevan a lo que conocemos como la vivencia. Se entiende como vivencia nuestra forma personal de experimentar los fenómenos internos y externos y de nuestra existencia en el mundo (Sassenfeld & Moncada, 2006). La vivencia entonces va más allá de los simples hechos que nos van sucediendo de momento a momento. Ginger y Ginger (1987) indican que las vivencias son fenómenos percibidos o sentidos de manera corporal, afectiva e intelectual, en el aquí y ahora.

Con el objeto de dar cuenta de las intervenciones psicoterapéuticas, de las respuestas del consultante, de lo sucedido en la experiencia de éste, en su manera de significarla y en los cambios acontecidos en este, a continuación se presentan las viñetas que son interpretadas en un determinado sentido, mismo que a la par, se va clarificando y comentando.

Fue el jueves 27 de Enero del 2011, el día que por primera vez me encontré con Lorena. Como psicoterapeuta, en una primera entrevista, hay tres aspectos fundamentales que se deben tomar en cuenta, que son: el clima de confianza, el encuadre y una primera apreciación de la problemática de la persona. Con Lorena, el motivo de consulta fue no querer ser una mala madre para su hijo, definido esto como dejar de ser violenta con él en cuanto a no pegarle. Ella, desde un principio reconoce que es una persona que se enoja fácilmente, no nada más con su hijo, sino con otros integrantes de su familia también.

El encuadre es algo que se establece desde un inicio y es una parte fundamental de la primera sesión. Utilizar el encuadre significa establecer ciertas “reglas” que ayudan a que se pueda llevar a cabo un proceso psicoterapéutico. Beck, Rush, Shawn y Emery (2005), mencionan que el encuadre es importante para que el terapeuta informe al consultante lo que se espera de él en el proceso, la manera en que se trabaja, en qué consiste, los supuestos en que se basa, y logre transmitirle que es un espacio de colaboración mutua en el cual se trabaja siguiendo objetivos específicos. Ya sea que esto se aborde en un principio o final de la sesión, es de suma importancia establecer y mantener este encuadre, ya que como la palabra lo indica, encuadra el trabajo que se debe llevar a cabo tanto de nuestra parte como terapeutas, como también el de los consultantes. En la siguiente viñeta presento el encuadre que se llevó a cabo con Lorena y el efecto que esto tuvo con ella.

C: Oiga, ¿y cada cuanto voy a tener que venir aquí con usted?

T: Pues mire, a mí me gusta trabajar con mis consultantes una vez por semana con cada terapia durando entre 45 minutos y una hora. En caso de que no pueda acudir, ya seas tú o yo, se necesita avisar con 24 horas de anticipación. Es decir, si veo que no te puedo atender te avisaría un día antes lo cual es algo que en tu caso también aplica. Como usted sabe, trabajamos por medio del “Proyecto Presencia”, que forma parte del ITESO y el costo de la sesión puede ser de entre 10 y 100 pesos dependiendo de lo que pueda pagar.

C: Ok. Y ¿cuantas sesiones voy a tener que venir?

T: A mí en lo personal no me gusta establecer un número de sesiones antes de tiempo ya que se pueden dar muchas cosas en un proceso. Es posible que te sean suficientes 10 al igual que 20 o 30. Todo depende de como es que vamos trabajando y obviamente como tú te vas sintiendo con lo que hacemos.

*C: Yo pensé que por mi problema tenía que venir por años.
(reímos)*

T: No, te repito que no me gusta establecer número de sesiones ya que todos van avanzando a su propio ritmo.

C: Muy bien.

En esta viñeta se puede ver que la consultante me pregunta sobre cuanto tiempo va a tener que asistir a su proceso. Esto lo entendí como una apertura para hablar sobre el encuadre y es por esto que se lo explico. Asimismo, resalta la cuestión que la consultante plantea respecto a su expectativa de que por su problema iba a durar años en terapia. Me lo dijo en forma de broma, razón por la cual nos reímos juntos. Comento esto porque, el humor fue algo que me indicó, tanto en el encuadre, como a lo largo del proceso de Lorena, que el vínculo y el clima de confianza que tanto se busca en la psicoterapia, se estaba dando. Un clima que permite al consultante sentirse genuinamente comprendido, cuestión misma que va en línea de lo que señala Rogers (1993) respecto a los requisitos que debe poseer el psicoterapeuta en una relación de ayuda. Respondí reiterando que no me gusta decir cuantas sesiones vamos a durar, ya que cada quien va avanzando a su propio ritmo. El “va avanzando a su propio ritmo” es crucial, porque demuestra mi concepto de ser humano como alguien que esta en constante desarrollo. Es decir, un ser humano que no es estático respecto a no hacer nada cuando se le presenta algún conflicto o problema en la vida. Creo que es por naturaleza que los seres humanos buscamos el desarrollo, razón por la cual creo que todos vamos desarrollando habilidades para lograr el crecimiento, ya sea por medio de una psicoterapia o de otras actividades. Mi concepto de ser humano esta inspirado en Rogers (1993) ya que coincido con su visión de una tendencia actualizante. Una visión en la que la persona tiende a una independencia, a moverse hacia delante y a ser constructivo. Movernos hacia un lugar que nos sea más propicio para el desarrollo del que nos encontramos actualmente.

En la tercera sesión, Lorena me comentaba sobre como nadie la atendía ni la cuidaba cuando vivía en Phoenix, Arizona. Al contrario, ella atendía a su suegra, ya que le tocaba hacer el desayuno, la comida y la cena, así como también sobarle los pies cuando estaba cansada. Sin embargo, cuando la consultante estaba embarazada y se sentía mal o cansada, la suegra no hacía nada por ella. Su marido tampoco la atendía en este tipo de situaciones, ya que llegaba y le preguntaba qué hacía acostada. Que ella se tenía que levantar y hacer de comer, hacer el aseo y atender a su mamá. Es decir, Lorena siempre fue la que atendió y no la atendida. Esta situación queda ilustrada en las siguientes viñetas.

C: Pus nada. Le digo “ay este” me retorció. Y ni, ni, ni, y ni el marido, ni la mama, ni la hermana hicieron el favor de, de, pon, de ponerme una, un tesito, ni nada.

T: Si, o sea como que usted nunca, o por lo menos en esa esa situación, no se sintió que la cuidaban.

Esta intervención, tiene la modalidad de una paráfrasis. Cormier y Cormier (1994), indican que el parafrasear es una técnica que implica la repetición de las palabras y pensamientos principales del consultante. Dicha herramienta tiene como finalidad dar a entender que estamos comprendiendo el mensaje así como favorecer el posterior tratamiento de la situación. La paráfrasis empleada tuvo como efecto que la consultante asintiera al material ofrecido, que en este caso, fue la afirmación de su experiencia de no ser cuidada ni atendida cuando lo necesitaba. En la siguiente interacción, se repite la

situación anterior, ya que mediante otra paráfrasis, se sigue afirmando dicha experiencia, misma que fue muy significativa para la consultante, al grado de que, precisamente por esta percepción de un descuido reiterado hacia ella y hacia sus necesidades, es que decide posteriormente abandonarlo todo y regresar a su país, sin que le fuera significativo que con ello rompía la relación de pareja ni que dejaba a su esposo en malas condiciones de salud, lo que posteriormente, significó su muerte.

T: Y, y tu al contrario, tú, si se sentían mal la suegra o su esposo...

C: Eyy

T: pues usted si atendía, y, y cuando a usted le pasaba algo, pues...

C: No. Yo pues, a, a, mi esposo, pus tengo que, tengo que cuidarlo, tengo que atenderlo. Pero la suegra y al a la cuñada, que yo me sentía mal, y, y, luego mi, mi, suegra me decía “ay Mary me, me, siento, me siento aquí como que me duele” y yo, le, se me, me, prendió, luego, luego, el foco, le dije, “ay sabe que déjeme, déjeme, terminar acá” le digo voy a hacer lo, lo, que me falta de aquí para que, que, cuando llegue Enrique no se enoje y le digo “Orita vengo” pus, la deje que se retorciera. Dije; para que se le quite. Así como yo sentí el dolor, así va a sentir el, el dolor. No porque yo sea mala, mala, mala, nuera ni nada...

En este caso hice una intervención diciendo *Si, o sea, como que usted nunca, o por lo menos en esa situación, no se sintió que la cuidaban*, con el propósito de que Lorena se sintiera comprendida. Esta viñeta demuestra el conflicto que Lorena tenía con su esposo porque éste le daba prioridad a lo que sucedía con su madre y no a lo que le sucedía a su esposa. De manera tal, que se estableció una rivalidad entre Lorena y su suegra y donde esta última salía perdiendo, lo que le generaba un fuerte enojo. Las intervenciones realizadas ayudaron a que la consultante expresara este conflicto y también sus maneras de manifestar su enojo, lo que además le causaba cierta culpabilidad. De esta manera, se promovía en la consultante la expresión de su experiencia y la validación de la misma ante otros, como fue el caso, ante el psicoterapeuta. Estas intervenciones también las realicé porque realmente no había intervenido mucho en la sesión y quería recordarle a mi consultante que ahí seguía escuchándola atentamente y como una manera de ser empático. Como señala Madrid (2005), escuchar no es simplemente esperar a que el otro termine, escuchar no es solo cuestión de inteligencia o de buena voluntad, escuchar no significa el poder repetir lo que el otro dice y escuchar no es lo mismo que oír. Escuchar es “la destreza interpersonal que expresa conductualmente el interés y la aceptación de la otra persona, e intenta comprender, su mundo íntimo observando sus conductas y comprendiendo correctamente sus mensajes verbales y no verbales” (Madrid, 2005, p. 390). Algo que creo dio buenos resultados, fue ser empático. Empatía entendida como una dimensión muy importante de la inteligencia emocional según Filliozat (1998), que requiere sentir sin juzgar y salirnos del egocentrismo para centrarnos en la vivencia de los demás. Lorena me respondía “Mhmm” y “Eyy” dándome a entender que mis intervenciones si le hacían sentido. Una evidencia de ello ante mis intervenciones, la consultante, en ocasiones me interrumpía y las completaba, como se pudo observar.

En la quinta sesión, Lorena me comentaba que su marido comparaba a su madre con la mamá de ella. En varias ocasiones, la consultante ya había comentado la mala relación que llevaba con su suegra por el hecho de que interfería en la relación de pareja. Esta fue la primera vez que Lorena menciona cómo su marido hacía comentarios, por lo general, muy desfavorables respecto a su mamá. A continuación se puede ver como la consultante explica que su mamá, a comparación de su suegra, nunca se metió ni en su matrimonio ni en el de sus hermanas.

C: Pus olvídense de que yo sea como ellas, le dije “Ah”. Y yo si me defendía y todo. Pero este, mi mamá si te, tenía razón. “No mira, que tu suegra hace esto y esto, que, que no, que no, no le, no le tengas confianza”. Ay pus ni la conozco. “No mira fijate”. Y viéndola bien, la fui conociendo. Que no, me decía mi esposo, que era como mi mama y no, al contrario. Ella peor que mi mamá.

En este caso se puede ver como Lorena tenía una relación de conflicto con ambas figuras maternas en donde recibía agresiones de su mamá y luego de su suegra. Sin embargo, a pesar de que había tenido una mala relación con su madre, la situación que vivió con su suegra le llevó a revalorar esta relación, dado que ella no interfirió en su matrimonio.

C: Le decía “No Mary que al rato te, te dice, te va decir Enrique que ya, este, que te va a dejar”. Le digo “Si por usted sale que usted le diga a su hijo que me deje” le digo “sea usted su problema de él”. Usted va a tener la culpa, le digo “por qué” le digo porque se tiene que meter en el matrimonio.

La consultante estaba muy resentida con su suegra. Este resentimiento tuvo un efecto negativo en la relación con su hijo. Así, consideré que la problemática a resolver era el enojo que provenía de su vida en Phoenix y que transfería a situaciones de su vida actual. En esta línea, las aportaciones de la psicoterapia Gestalt me fueron de utilidad, ya que “no solo tiene como objetivo simplemente explicar los orígenes de nuestras dificultades sino experimentar ... las pistas de soluciones nuevas...” (Ginger & Ginger, 1987, p.19). Mis intervenciones tuvieron entonces este propósito; dar a la experiencia de enojo y resentimiento el lugar que le correspondía, es decir, en el pasado y no en el presente de la consultante.

El manejo que Lorena hacía de sus sentimientos de frustración, enojo y resentimiento respecto a su suegra, y probablemente también con su esposo, lo transfirió a su hijo. Que se diera cuenta y transformara este patrón, fue el propósito más importante que me planteé en la psicoterapia. Este cambio se evidenció cuando la consultante reconocía que su hijo no merecía recibir golpes y regaños de su parte, ya que no tenía nada que ver en sus conflictos anteriores. A continuación se puede apreciar esto en la narrativa de Lorena:

C: Y por eso, en veces, cuando, cuando me, me, discutía con mi suegra o con mi esposo, le ponía así, y ya le, le, lo regañaba al niño, le pegaba. Y yo digo “pero porque yo hago esto, si el niño no, no, no tiene porque, porque me, porque recibir los trancazos que, que, o los regaños que ellos me hacen a mí”

T: Claro.

También se puede ver que mi intervención dio lugar a que Lorena reconociera el derecho que su hijo tenía respecto a no recibir malos tratos ni de ella, ni de los demás. Este fue uno de los cambios más importantes de la consultante; aprender a manejar sus enojos, a expresar su afecto hacia su hijo y a remontar los aprendizajes que había tenido en la relación con su madre.

C: ¿Por qué? Y ya, este, mi esposo cuando estaba soltero él tenía sus sobrinos, no ahí los tenía que los quería mucho. A mi niño lo hacía a un lado. Y yo le decía “No” le digo “así como tu quieres a tus sobrinos, también quieres a tu, también quieres a, a, a tu hijo”.

Previamente señalo como la terapia Gestalt no solamente busca la raíz de los problemas, sino ofrece soluciones nuevas también. Una de las afirmaciones de este enfoque es que la toma de conciencia promueve el cambio y esto se estaba dando en Lorena. Ginger & Ginger (1987) señalan que la toma de conciencia favorece la responsabilidad y un mejor contacto entre el yo y los demás. Ello se aprecia en el hecho de que la consultante reconoció que su hijo no merecía sus golpes y ello fue un gran paso para su propio desarrollo y para el cuidado y la protección que podía brindar a su hijo. Esto también podía posibilitar que ella aprendiera a brindarse a ella lo mismo.

En la sexta sesión, algo interesante que sucedió fue que por primera vez la consultante llegó a la psicoterapia sola. Normalmente llegaba acompañada de su hijo y mientras trabajábamos, el niño se quedaba afuera jugando. Sin embargo, en esa ocasión me sorprendió haber llegado al Centro Polanco y encontrarme con Lorena sola. La razón que me dio por no haber llevado a su hijo fue que no estaba listo a la hora que tenían que irse. Mencionó que “estaba en chanclas” y que como no podía esperarlo se fue sin él. Esto es algo que muestra un avance en el proceso de la consultante, ya que parte de la razón por la que su hijo siempre esta con ella es para no sentirse sola. Como lo menciono en el capítulo anterior, su hijo era un refugio para que ella no se sintiera en soledad, sin embargo, ya no dependía de él, pues se trasladaba sola. La siguiente viñeta describe las intervenciones que realicé y como fui corroborando los cambios que se estaban dando en la consultante respecto a lo anterior.

T: Mhmm. Ok. Y ¿qué otros pensamientos o sensaciones te da el sentirte sola?

C: Pus ahorita, fíjate, ahorita tengo mi niño. No me siento ni sola, tengo mi familia, me siento bien. Aunque son, mm, así como te diré, este regañonas, pero si ando, ando, a gusto.

T: Mhmm.

C: Un rato namás, se, se, ponen ahí, se, se, enojan y ya al rato ya están conmigo bien.

T: Mhmm.

C: Pero si estoy bien ahorita.

T: Muy bien.

C: No me siento ni sola ni triste ni nada.

Como se puede observar en la narrativa de la consultante, las dificultades presentes con la familia ya son sobrellevadas por ella, e incluso, remontadas, puesto que ahora no le generan conflicto y el hecho de que haya asistido por primera vez a su sesión sin su hijo, muestra que se basta a sí misma y la manifestación del recurso de su independencia. Ginger & Ginger (1987) señalan que como psicoterapeutas hemos de ser capaces de afrontar cinco tipos de dificultades existenciales que son: la soledad -presente en este caso-, la duda, la agresividad, la sexualidad y la muerte. Creo que esto es algo que también se podría aplicar a los consultantes, en el sentido de que tengan la capacidad y las herramientas necesarias para afrontar dichas dificultades. Lorena demuestra con hechos que está siendo capaz de afrontar la soledad llegando a su sesión de psicoterapia por primera vez sola. Además, es importante señalar que Lorena comenta estar bien a raíz de estar con su familia. A pesar de reconocer que con su propia familia también tiene malentendidos, no son comparables con los que tenía en Phoenix, Es decir, la ruptura en Phoenix le permite regresar y revalorar lo bueno que tenía en casa.

Algo que notablemente afectó la relación de pareja de Lorena y su matrimonio fueron los conflictos que sucedían con la suegra y la cuñada. Como parte de sus experiencias en Phoenix, la consultante relata cómo es que a su suegra y a su cuñada no les gustaba que hablara con otras personas ya que lo tomaban como una desatención hacia el marido. Lorena terminaba de hacer el quehacer de la casa cuando aprovechaba para salir con su hijo y platicar con otras personas. Sin embargo, como a continuación se puede ver, esto no les agradaba a la suegra y a su cuñada.

T: ¿Cuáles son las cosas que te vienen a la mente que no te gustan?

C: Mi suegra.

T: Mhmm.

C: Mi suegra. Mi suegra y mi cuñada.

T: Ok.

C: Porque mucha gente de ahí si me, si me, me, regalaban cosas como ropa. Me, me, me, mmm, como te diré, se acercaban mucho conmigo, platicaban pero eso no le gustaba, a mi suegra no le gustaba, a mi cuñada que yo me poniera a platicar con la gente porque, era porque, era desatender al, al marido, y no era así. Él porque trabajaba todo el día y llegaba tres, tres de la ma, de la tarde llegaba de trabajar. Yo a esas tres de la tarde ya, ya, ya tenía el que hacer, este, ya terminado. Temprano pues pero, pero yo a, al terminaba temprano mi que hacer ya tenía tiempo, rato de, de con mi niño ahí a paseándolo. Y hast, y hasta eso le molestaba a la suegra y a la cuñada porque andaba platicando con una señora. Y así platicaba con quien sea pero yo no era digna de decir, hasta eso yo no soy chismosa con, con mi marido.

En la narrativa de Lorena, podemos apreciar un notable avance ya que logra darse cuenta de dónde se encuentra su conflicto, cuestión misma que abre la posibilidad de que ya no la transfiera a su vida actual.

T: pues mínimo que tengas a alguien ¿no? Sin embargo, tu suegra te veía y pues te decía que eso no debías de hacer no...

C: Uuu no.

Siguiendo con el mismo discurso, intervine haciendo un parafraseo en donde repito la idea de que a la suegra no le gustaba que Lorena hiciera otras cosas. Cormier & Cormier (1994), señalan que uno de los propósitos de la paráfrasis es ayudar al cliente a centrarse en una situación o suceso. Al utilizar esta técnica, resultó en la consultante asintiendo cosa que me indicó que su atención estaba más centrada en esta situación en particular.

La intervención que sigue es un reflejo de sentimientos en donde hice una interpretación conforme a la consultante encontrándose con una sensación de querer salir de la situación en la que estaba. Cormier & Cormier (1994), indican que la interpretación implica entender y comunicar el mensaje implícito del consultante. Es decir, trata con la parte que el consultante no verbaliza explícitamente. A continuación se puede apreciar en mi narrativa como empleo dicha herramienta.

T: que porque debías de estar tú con tu marido. Entonces llega como una sensación en donde tu quieres salirte...

C: Mhmm.

Al haber hecho esta intervención, me sentí bien por el hecho de que la consultante asintió con su cabeza y me dijo “mhmm”, con lo que confirma el darse cuenta de lo que sucede en su experiencia. El que haya hecho un reflejo respecto a cómo Lorena se sentía sometida a las reglas y requisitos de la cuñada, pero sobre todo, de la suegra, logró que le reafirmara la transmisión de la aceptación y la comprensión de la que habla Rogers (1993). Una comprensión que poco a poco lleva a que el consultante vaya generando más confianza en uno como psicoterapeuta, pero más importante aún, que logre la confianza en sí mismo. En las propias palabras de este autor: “La aceptación no significa nada si no implica comprensión. Solo cuando comprendo los sentimientos y pensamientos ... y cuando alcanzo verlos tal como él los ve ... se siente realmente libre de explorar los rincones ocultos” (Rogers, 1993, p.41).

Lo más remarcable de la octava sesión tuvo que ver con la cuestión del respeto. Para Lorena era sumamente importante que su hijo fuera una persona respetuosa, lo que para ella equivalía a ser educado. Tomando esto en cuenta, era importante conocer de manera específica los constructos o aprendizajes de lo que es el respeto desde el marco de referencia de la consultante. En la siguiente viñeta se ilustra lo anterior.

T: Mhmm. Para que Enrique le tenga respeto a la mamá ¿qué es lo que tiene que hacer?

C: Pus, pus, pues, este, pues para mi nada namás, pus, que cumpla con sus tareas.

T: Mhmm.

C: Y obedezca a todos.

T: Te refieres a tarea de la escuela o a tareas de la casa.

C: No de la escuela.

T: Ok.

C: No yo casi no le pongo nada de tareas, nomás lo que le pongo es juntar lo que le digo sus juguetes, su ropa.

Se puede ver en la narrativa de la consultante, la manera en que entiende que su hijo sea respetuoso. Ella mencionó que esto tenía que ver con el cumplimiento de sus tareas, lo que se puede considerar realista, no así el que obedezca a todos, ya que es difícil para cualquiera, y en particular, para un niño, lograr este absoluto. Ellis y Abrahms (2005) señalan que los problemas psicológicos de las personas surgen principalmente de percepciones y concepciones irracionales, acerca de lo que les sucede en la vida. Menciono esto, ya que buena parte del proceso de Lorena estuvo enfocado a flexibilizar algunas de sus creencias, particularmente las creencias rígidas e irracionales que tenía respecto al respeto y a la obediencia de su hijo. El hecho de que la consultante quiera que su hijo obedezca a “todos”, forma parte de estas concepciones irracionales de las que hablan los autores anteriores. Ella tenía una concepción de respeto y educación, que al ser tan estricta, dejaba en franca desventaja a su hijo, pues él tenía muy poco margen de error.

En esta misma sesión, al abordar la cuestión de cómo es la relación entre la consultante y su hijo, Lorena me dijo que también había situaciones en las que su hijo llegaba a gritarle y que ella le contestaba diciéndole que no le gritara, porque a una mamá se le debe de respetar siempre. Cuando indagué respecto a lo que significaba para ella ese respeto, por primera vez Lorena reconoció que tenía que ser por las dos partes, es decir, también de ella para con su hijo. O sea, que en lugar de gritar, primero intentara platicar y hablar de manera tranquila. Esto fue algo de gran importancia en su proceso de desarrollo, ya que después de transcurridas ocho sesiones, finalmente pudo reconocer que el respeto también tenía que mostrarlo a su hijo. A continuación se puede observar lo anteriormente señalado.

T: Claro. Entonces el que el sea respetuoso...

C: Mhmm.

T: quiere decir que haga sus tareas de la escuela...

C: Mhmm.

T: y te obedezca a ti.

C: Mmm también yo puedo poner de mi parte también eyy.

T: Claro. Poner de tu parte ¿a que te refieres?

C: A que si él me grita, pus, yo tampoco, no gritarle, no haga de pedo...

T: Si.

C: hablarle de no me grites, toy hablando contigo, estoy, este hablándote. No te voy a gritar.

T: Mhmm.

C: Yo pienso que así ¿no?

T: Claro. Entonces tiene que ver por las dos partes ¿no? Tanto E. como tuyo...

C: Yo, mhmm.

T: que, que, tú le enseñes también por medio del ejemplo no a gritar cuando se enoja, este, hablarle bien y muchas otras cosas ¿no?

C: Mhmm.

Esto es importante, ya que indica que la consultante se dio cuenta que mucho de lo que tiene que ver con su hijo, tiene que ver también con ella misma. El que haya dicho que el respeto también tiene que ser brindado de su parte, por medio de hablar tranquilamente y no gritar, me dio a entender que reconocía, cómo a veces, no demostraba esto mismo y que era algo que tenía que empezar a hacer. Después de haber escuchado esto, me sentí muy bien, ya que era algo que yo había tenido como uno de los propósitos más importantes: que la consultante reconociera que su hijo, en ocasiones le faltaba al respeto, porque lo veía en su propia madre. Sin embargo, de algo que me arrepiento, es que no me quedé en esta cuestión lo suficiente. Al escuchar la grabación, me di cuenta que me “brinco” a otros temas muy rápido, lo cual hizo que no pudiera profundizar en la cuestión del respeto. En este caso, la problemática a resolver era volver conscientes y explícitas las creencias o pensamientos irracionales que la consultante tenía sobre el respeto. Intervine utilizando el parafraseo para llevar a cabo este objetivo y los resultados que obtuve fueron buenos. Esto tiene relación con una de las afirmaciones centrales de Rogers (1993), donde señala que tendemos a movernos hacia delante y a ser constructivos. Esta tendencia, que llamé, actualizante la veo claramente en la consultante, ya que reconoce que el respeto tiene que venir de su parte también, sin que yo haya tenido que hacer una intervención de manera directa al respecto. Representa un reconocimiento que no había visto en ella en lo que llevaba del proceso. Esto también tiene relación con lo que describe Mahoney, en cuanto a que “el desarrollo humano raras veces sigue un camino simple,

lineal.” (Mahoney, 2005, p. 35). Es decir, no podemos tener expectativas en cuanto al desarrollo y la dinámica de cambio del paciente, ya que como seres humanos somos impredecibles en nuestro desarrollo.

En la novena sesión, surgió un tema en donde Lorena comenta cómo le había pegado a su hijo una de sus hermanas. Esto fue algo que a la consultante le causó mucho coraje y en respuesta a ello le dijo a su hermana que así también le iba a hacer con la hija de ésta. Es decir, iba a expresar su enojo o venganza pegándole a ella. En la siguiente viñeta se muestra lo anterior.

C: le digo, y que estaban las dos, los dos, Lupita y este Alex, ah. Le digo y que le pego un, un, trancazo. “Y tú ¿qué dices?” digo no. Le dije “que era primer y última vez que le pega, porque si no, la voy, le, yo también me agarro con su hija, no con su hija, con ella”.

T: Ok.

C: Le digo, porque yo no, yo no soy, de que, de que me de, que tenga, yo este, que “ay” por pegarle a mi, a mi hermana, por nada.

En esta sesión recuerdo haber notado mucho coraje en Lorena. Me daba cuenta de ello, ya que se le abrían los ojos más grandes de lo normal. Esto es algo que demuestra que “no se habla solo a través de palabras, se habla también con expresiones faciales, con gestos, a través de una postura, de una forma de vestir, etc.” (Gergen, 2006, p. 103) Fue productivo haberme dado cuenta de estas expresiones faciales, ya que por medio de microgestos tales como el abrir más los ojos, me podía dar cuenta si lo que estaba expresando la consultante involucraba, como en este caso, enojo. En la narrativa anterior, además hay otra cuestión importante; Lorena menciona que iba a desquitar su enojo con su sobrina, pero luego se retractó y dijo que no con ella, sino con su hermana. Al estar escuchando la grabación y transcribiendo, me di cuenta del cambio sucedido en Lorena; en cuanto a no pegarle a su sobrina, sino a su hermana. Esto marca un cambio, ya reconoce que no desquitará su enojo con un menor, aunque también he de mencionar, que sigue presente una respuesta violenta. Es decir, todavía no se logra la expresión, de una manera cabal, de sus enojos, sino la actuación de éstos. Esto fue algo, que en el momento, me llegó a frustrar un poco, ya que puede ser tomado como un retroceso en el proceso psicoterapéutico, pero habré de tener en cuenta que el proceso “mas a menudo es un camino tortuoso, con puntos de fricción frecuentes, círculos repetitivos, ocasionales y unos cuantos saltos y caídas inesperados.” (Mahoney, 2005, p.35). Es decir, mis expectativas conforme al avance que debe de mostrar Lorena en su novena sesión, no pueden ser tan rígidas, ya que el proceso del desarrollo humano tiene sus recovecos.

Un acontecimiento importante que sucedió en el cierre del proceso, fue que la consultante faltó a dos sesiones. Es decir, pasaron dos semanas en las que sin previo aviso no había llegado a terapia. Es en la tercera semana que regresó diciendo que la sesión #11 iba a ser la última. Me comentaba que se le complicaban mucho los tiempos para poder llevar a su hijo con una tutora que le ayudaba a hacer su tarea y que ya estaba satisfecha con el proceso que habíamos llevado a cabo. Se puede ver que la que toma la decisión de terminar el proceso psicoterapéutico, en este caso, fue la consultante y no yo, el

psicoterapeuta. La razón por la que digo, en este caso, es porque los cierres se pueden dar por muchas razones. Ya sea que, como aquí, el consultante sea quien lo decida o el psicoterapeuta decida dar a la persona de alta. Pero también es posible que el consultante ya no pueda pagar las terapias, se cambie de residencia o que el terapeuta cambie su consultorio, de tal manera, que ya le quede muy lejos al consultante, etc. Es decir, las terminaciones del proceso pueden ser por distintas razones y en diferentes fases y momentos. En la siguiente viñeta presento la narrativa de Lorena respecto a dejar de asistir.

C: Oiga, quiero decirte, decirle que hoy va a ser la última.

T: ¿Te refieres a la última sesión?

C: Sí. Lo que pasa es que metí a mi niño con una tutora y como lo va a estar viendo diario ya no voy a poder venir. Tengo que llevarlo y esperar a que salga y como toma mucho tiempo, pos ya no puedo.

T: ¿Podríamos cambiar de horario si es lo que quieres?

C: No, la verdad no. Le digo que las tutorías son todos los días por la tarde. Creo que ya he cambiado muchas cosas y me siento bien. Cualquier cosa que necesite tengo su teléfono y le marco.

En esta viñeta se puede ver como ha cambiado el discurso de la consultante; es más claro, hilado, afirmativo y sin titubeos. Lo que no se había visto con anterioridad y que me parece importante señalar. Lorena también obtuvo la percepción de que había logrado cambios que le eran significativos y que los expresó autoafirmandose. Además, gracias a la relación establecida, se sintió con el derecho de solicitar ayuda si así lo consideraba. Es decir, había establecido una relación donde no dependía del apoyo del otro a pesar de que sí lo tenía presente. La consultante, de inicio toma como pretexto las actividades de su hijo, pero luego reconoce que es una consideración que hace ella misma; es decir, se expresa de manera más asertiva.

Ante la solicitud de dejar la psicoterapia, y a la distancia, ahora pienso que hubiera sido bueno de mi parte indagar sobre cuáles eran estas cosas en las que había cambiado. Esto con la idea y el supuesto de que un modo pertinente de terminar un proceso psicoterapéutico es haciendo un recuento de los beneficios o logros. A pesar de que coincido con esta idea, reconozco que no fue algo sobre lo que indagué y la verdad es que no recuerdo porque. Creo que una posibilidad es que esta consultante fue la primera que atendí como profesional y no sabía mucho sobre como cerrar un proceso, mucho menos cuando no fue algo que se había acordado o que yo había decidido. Es decir, no me lo esperaba y es posible que por esto no supe realmente qué hacer ni qué decir. Al estar analizando la viñeta, me di cuenta que en el momento vi que un cambio de horario sería muy pertinente respecto a seguir con el proceso. Sin embargo, cuando la consultante me dijo que realmente ya no quería seguir con su proceso. Sea la razón por la que sea, fue en ese momento que descubrí que su interés ya no estaba en una psicoterapia, o por lo menos, no en una conmigo. Siendo mi primer consultante, esto fue algo que tomé muy a pecho, ya que pensé que había hecho algo mal al respecto. Es decir, que la consultante había decidido dejar su proceso

por algún asunto que tenía que ver conmigo. Retomo lo antes mencionado por Ginger & Ginger (1987) cuando se refieren a que los psicoterapeutas hemos de enfrentar el conflicto que genera la duda. En este cierre, la duda estuvo presente en mí. Esto es algo que me creaba mucha incertidumbre, pero inspirado en estos mismos autores, trabajé estos temas en mi propio proceso personal.

Reconozco que mucho de lo que hago en mi práctica psicoterapéutica tiene raíz en distintos modelos y teorías. En un principio, esto era algo que me generaba conflicto por el hecho de que tenía la idea y noción de que estaba haciendo una mezcla de intervenciones que chocaban unas con las otras. Sin embargo, poco a poco pude irme dando cuenta que lo importante en la psicoterapia no es tanto que las intervenciones y concepciones van basadas en modelos teóricos, sino en generar ese vínculo de confianza que nos permita acompañar al otro en su aventura y búsqueda del desarrollo y el crecimiento. Creo que no se necesita de ninguna teoría para lograr tal vínculo, sino más bien de habilidades sociales que nos permitan transmitir esa calidez y apoyo humano que todos necesitamos. La psicoterapia, finalmente es una relación entre dos seres humanos, razón por la cual creo el tratamiento nunca debe perder esa misma esencia. Una esencia humana y cálida que nos permita acompañar y estar con el otro.

V. Vivencia del psicoterapeuta y proceso de supervisión

Vivencias en el proceso de psicoterapia

Gran parte del presente trabajo ha abordado las vivencias del consultante así como también las interacciones e intervenciones que se llevaron a cabo. Sin embargo, es importante tomar en cuenta que como psicoterapeutas, nosotros también experimentamos y vivimos muchas cosas a lo largo del proceso de los consultantes. Cosas que van teniendo un efecto sobre nosotros, ya que antes que ser psicoterapeutas somos seres humanos. Seres humanos que no por nuestra profesión estamos exentos a tener sentimientos, pensamientos, ideas, aprendizajes, etc. Al contrario, “Los terapeutas cambiamos gracias a lo que hacemos.” (Mahoney, 2005, p.37). Razón misma por la que es importante señalar lo que pasa con uno.

Una de las primeras situaciones que me llamó la atención al atender el caso de Lorena fue el lugar en donde se llevaron a cabo las sesiones. Centro Polanco es una casa de salud ubicada en una zona de bajos recursos y que esta enfocada en ofrecer atención a aquellas personas que se encuentran en situaciones de vida precarias. Comento esto, ya que al estar manejando por las calles que se encuentran alrededor de Centro Polanco, es cuando uno empieza a asimilar las carencias con las que viven tantas personas, no nada más en la ciudad, sino en todo el país también. No conozco el nombre de la colonia ni de la zona, pero si recuerdo haber visto muchos talleres mecánicos, tiendas de abarrotes y depositos de cerveza, como parte de los negocios de la comunidad. También recuerdo el parque que estaba en contra esquina del Centro Polanco ya que, como menciono anteriormente, fue aquí donde al salir de una sesión, pude observar como arrestaban a una persona. Sin embargo, lo que me sorprendió no fue tanto el hecho de que se lo iban a llevar a la cárcel, sino que para las personas y niños que estaban jugando en el parque fuera tan normal que esto sucediera. Los niños que se encontraban en el parque jugando fútbol, recuerdo que siguieron jugando como si nada pasara y es por eso que entiendo sus reacciones como “normales”. Es decir, que tuvieran la idea de que “esto es algo que pasa seguido”. El hermano de Lorena, mencionado durante el proceso, también fue encarcelado, cuestión que me indicaba que siendo una colonia marginada, la delincuencia y la falta de responsabilidad social formaban parte de la vida cotidiana de las personas y de Lorena también.

Siendo el primer caso que atendí como psicoterapeuta, recuerdo cómo la primera sesión empezó desde que me comencé a vestir para irme al Centro Polanco. Al momento contaba con 24 años de edad. Una edad que para empezar a atender casos particulares la consideraba como joven, razón misma por la que me traté de vestir de una forma muy profesional. Quería que mi vestimenta aparentara ser muy formal para darle su respectiva seriedad al proceso y también aparentar una edad mayor.

Al entrar al Centro Polanco Lorena ya me estaba esperando. Al momento de conocerla, inmediatamente pude darme cuenta del bajo nivel de recursos del que provenía, ya que portaba una ropa muy vieja e incluso su cabello tenía un poco de pintura blanca, dándome a entender que posiblemente no se había bañado. Fue en ese momento que me di cuenta de la diferencia que había entre ella y yo. Una

diferencia que no implica que yo fuera o sea mejor que ella, sin embargo, sí una que denotaba los diferentes estilos de vida. Entré yo con un pantalón de vestir negro, zapatos negros, camisa de botones fajado, bañado, aperfumado y peinado, mientras que Lorena venía de casa en playera, bermuda, chanclas y poco aseada.

Durante la primera sesión me sentía muy nervioso. Sabía que como punto principal tenía que conocer el motivo de consulta por medio de ciertas herramientas que ya habíamos trabajado con la maestra Eugenia. Herramientas tales como el parafraseo y la clarificación, y simplemente ir generando un clima de seguridad psicológica. A pesar de que conocía un tanto el “protocolo” que se debe de llevar a cabo en una primera sesión, el “hacerlo” me fue distinto. Durante la carrera muchos profesores me habían comentado que el leer sobre un caso de psicoterapia era muy distinto al atender un caso de psicoterapia. Es decir, la teoría es una cosa mientras que la práctica otra. Me di cuenta de esto desde un comienzo. Todo lo que había aprendido durante tantas clases, me habían preparado para llegar a este punto. Al punto de poder atender a alguien y ayudarlo. Sin embargo, a pesar de que la preparación ya estaba lista, no me sentía así. Totalmente lo contrario. Estaba nervioso y sentí que en el momento ya se me había olvidado las muchas cosas que había aprendido a lo largo de mi corta carrera profesional. Es decir, no me sentía como el psicoterapeuta. Me sentía simplemente como un chavo de 24 años de edad.

Entendiendo que una de las cosas que tienes que hacer en la primera sesión es conocer el motivo de consulta, por lo que pregunté cual era la razón por la que Lorena acudía a psicoterapia. Lo primero que me dijo fue “ya no quiero ser una mala madre” refiriéndose a que era una persona que se enojaba con mucha frecuencia y que eso hacía que fuera violenta con su hijo. Cuando Lorena me dijo esto, lo primero que me vino a la mente fue conocer el grado de violencia que ejercía sobre él para así tener una idea más completa de la problemática. Al preguntarlo, me indicó que en más de una ocasión le había pegado en la cara con tal fuerza que le rompía el labio y lo dejaba sangrando. Aquí fue donde se me presentó mi primer reto, ya que nunca me han agradado las personas que son violentas con los niños. Es decir, en ese momento, Lorena ya no me estaba cayendo bien. ¿Qué hacer cuando un consultante no te cae bien? Ese es un ejemplo de una situación que posiblemente nunca se te enseñó qué hacer, pero que sucede en la práctica. Sabía que tenía que mantener una mente abierta, regresar a las bases de la psicoterapia que es estar en una posición de escucha, mantener mis propias creencias y presupuestos al margen y ver a donde llegábamos con todo esto. Sin embargo, esto fue difícil de hacer.

Conforme el proceso se fue llevando a cabo, el que no estuviera de acuerdo con las acciones de Lorena, y por ende no fuera tan de mi agrado, fue una sensación que se fue perdiendo para dar lugar a otras. A pesar de haber faltado en un par de ocasiones, la percibí como una consultante muy interesada en su proceso y por querer cambiar. Teniendo ya algunos años de experiencia, he tenido varios tipos de consultantes, dentro de los cuales, a veces se presentan algunos a los que simplemente no se les ve mucha intención por querer cambiar y mejorar. Aquellos que tal vez van a una sesión y nunca regresan, e inclusive algunos que agendan una cita y ni acuden a su primera entrevista. Sin embargo, éste no fue el

caso de Lorena. Siempre fue una persona muy puntual, atenta y sobre todo con interés de querer algo distinto en su vida.

En la primera sesión, se había acordado que la cantidad que Lorena iba a estar pagando por sesión iban a ser 10 pesos. Con este simple dato yo podía apreciar el estilo de vida tan carente del que provenía mi consultante. Un estilo de vida completamente distinto al mío, y que lo menciono porque esto fue algo que tuvo mucho que ver con el proceso. Anteriormente menciono la vestimenta tan formal que llevaba para la primera sesión, y que si se comparaba con la vestimenta que portaba Lorena, también existía una discrepancia significativa. De entrada, a manera inconsciente, ya que no era mi intención, estaba reflejando la diferencia que existía entre ella y yo. No nada más esto, pero ella llegaba al Centro Polanco caminando mientras que yo en ese entonces llegaba en mi carro del año. Con esto no trato de puntualizar que mi estilo de vida era mejor que el de ella, ni el de ella mejor que el mío, sino más bien señalar la gran diferencia que fue tan aparente.

Parte de lo que me aportó el proceso de supervisión en ese entonces, fue darme a entender que para que yo pudiera realmente entrar al mundo de la consultante, iba a tener que hacer lo posible para crear una relación equitativa. Fue por esto que a partir de la segunda sesión, mi vestimenta cambió por completo. En vez de ir de zapatos, pantalón y camisa, me fui vestido de jeans, tenis y una playera tipo polo. El lugar en donde estacionaba mi carro también fue algo que tuve que modificar, ya que al principio lo estacionaba en frente del Centro Polanco, mientras que después lo empecé a dejar frente al parque que estaba a la vuelta. Esto con la intención de poder llegar al Centro Polanco caminando y que la consultante, a pesar de saber cual era mi carro, no estuviera visualmente expuesta siempre a él. Parecerán detalles irrelevantes o sin importancia a primera vista, sin embargo, fueron detalles que me ayudaron para poder crear esta relación equitativa que buscaba, para así poder empatizar de una manera más efectiva y poder crear un ambiente de seguridad psicológica.

No puedo negar el hecho de que mantener mis ideas preconcebidas al margen me fue una tarea complicada. Creo que uno de los aprendizajes más importantes que me llevé del proceso de Lorena fue comprender, por medio del haberlo vivido, que mi realidad no es la de todos. A uno siempre le dicen que valore las cosas, ya que no todos cuentan con las mismas oportunidades o privilegios en la vida. Esto es algo con lo que siempre estaba de acuerdo y al día de hoy lo estoy. Sin embargo, no fue hasta que todas las semanas que manejaba al Centro Polanco y atendía a Lorena, que me di cuenta por experiencia propia que realmente tengo una vida privilegiada. Una experiencia que tengo que aceptar adquiere mucho más peso y significado al haberlo vivido a comparación de simplemente haberlo escuchado. El poder crear una relación equitativa por medio de estas pequeñas modificaciones que fui empleando a lo largo del proceso tuvieron un efecto positivo. Sucedió un día que Lorena no llevaba sus 10 pesos para pagar la consulta. Contaba con solo 6 pesos y al terminarla, me dijo que si me invitaba un refresco en una tienda que se encontraba justo en frente del Centro Polanco, ya que no traía el dinero suficiente. Recuerdo la situación en la que me encontré al momento que me dijo esto Lorena. No sabía si al aceptar iba a estar cruzando un límite dentro de la relación Consultante-Psicoterapeuta, pero también no quería verme mal educado ni

negado con la opción a decir que no. Los 10 pesos, al final del día, realmente eran irrelevantes. Sabía que tenía que tomar una decisión y acepté. Cruzamos la calle y me compró mi refresco, y hasta se esperó a que me lo acabara, antes de partir. Es decir, tuvo la educación de platicar un ratito conmigo fuera del consultorio y acompañarme. No recuerdo realmente de qué hablamos, pero sí recuerdo que fue una conversación agradable. Esto creo que puede servir como una prueba de que poco a poco, si se pudieron ir dando las cosas para que la relación entre Lorena y yo no fuera tan dispareja. El hecho de que ella haya sentido la confianza de invitarme un refresco y platicar sobre cuestiones no relacionadas a su proceso, me demostró que la empatía ya estaba más que formulada, y que la decisión de haber aceptado el refresco había sido acertada.

Vivencias en relación con el aprendizaje y el proceso de supervisión

Los procesos y la materia de supervisión, tengo que aceptar, son de los que más he aprendido a lo largo de mi carrera como psicoterapeuta. El impacto que ha tenido el poder recibir retroalimentación de personas tan capaces y preparadas, como lo son mis maestros y mis compañeros, en mi caso ha sido muy grande. Es importante reconocer que va más que bien intencionada para los consultantes también. Las hojas de consentimiento como, tal refieren a que las terapias puedan ser grabadas con la intención de poder ofrecer un mejor tratamiento. Es decir, grabábamos las sesiones y ya que la maestra las escuchaba, nos podía guiar sobre ciertas cosas, tales como errores que estábamos cometiendo, al igual que el reconocimiento de buenas intervenciones. Una de las cosas que hice conforme al caso de Lorena, y que me fue retroalimentado en un proceso de supervisión, fue comprar un libro sobre la prevención de la violencia infantil. El tener algún libro especializado en los temas de los casos que vamos atendiendo, creo debería ser una práctica frecuentemente utilizada por psicoterapeutas. No nada más esto, pero el uso de silencios fue algo que también trabajé con Lorena. En un principio recuerdo cómo el ser pausado y utilizar los silencios en momentos adecuados, me era una labor muy difícil. Al notar esto dentro de mis grabaciones y escuchar mis primeras sesiones, cómo es que se iban llevando a cabo como un interrogatoria más que como una conversación terapéutica, me dio a entender que tenía que ser un poco más pausado para dar lugar a que se llevara a cabo los procesos reflexivos.

Otra de las cosas que la supervisión me fue dando, fue el darme cuenta de los temas que requerían trabajo personal. Como muchos autores lo mencionan, el ser psicoterapeuta requiere el mismo trabajo personal que nosotros le damos a nuestros consultantes. Es por esto que cada que salía de supervisión, al igual que de una sesión, me iba dando cuenta de ciertos temas, valores y creencias que podían interferir en mi trabajo. Un ejemplo de esto, tiene que ver con uno de los núcleos principales del proceso de Lorena, que fue el tema de sentirse tan poco cuidada y sola cuando vivía en Phoenix. Al estudiar la licenciatura en psicología en Estados Unidos, yo también entendía, por medio de experiencias propias, lo que significaba y se sentía el estar tan lejos no nada más casa, sino de la familia también. Uno de los obstáculos más grandes que pude superar al estar fuera fue exactamente sobre lo que me hablaba Lorena. El no sentir

que hay alguien ahí para ti. En mi caso fue distinto, ya que sabía que contaba con el apoyo de mi familia, sin embargo, al final del día, yo estaba solo así como la consultante también lo estaba. Creo que esto fue algo bueno, ya que el tener experiencias de vida similares a las que tienen que ver con los motivos de consulta, nos ayudan a realmente poder decir “que nosotros también en algún momento habíamos pasado por lo mismo” o por lo menos algo similar. Esto no es algo que le mencioné a Lorena, el hecho de que yo también había tenido la experiencia de estar en otro país por mucho tiempo, sin embargo, el haberlo vivido me daba las herramientas necesarias para poder entrar al mundo de la consultante.

La maestra a la que le correspondió supervisar este caso fue Marina Ayo, y tengo que aceptar que fue una de las maestras que nunca voy a olvidar. Simplemente por lo mucho que me enseñó y la forma tan agradable en que lo hizo. En un principio, mi estilo psicoterapéutico era muy de llevar propósitos y temas sobre que hablar a cada sesión. Esto lo hacía con la intención de tener una estructura que se podía seguir y así sentirme organizado y creer que el proceso se estaba llevando con cierta intención. Es decir, no significaba simplemente sentarte a platicar. Sin embargo, nunca se me va a olvidar cuando Marina un día me dijo que llegara a una sesión sin objetivos para ver qué pasaba. Recuerdo como al habérmelo dicho me sentí un tanto incómodo, ya que no formaba parte de la manera en que a mí me gustaban hacer las cosas. Es decir, yo con casi todo en mi vida, soy una persona que me gusta la estructura y la organización. Se podría decir que “sin estructura” me sentía fuera de mi zona de confort. Sin embargo, sabía de la experiencia y el conocimiento con el que contaba Marina, confiaba mucho en ella y es por esto que decidí hacerlo. El llegar a una sesión sin objetivos, para así poder simplemente estar en el momento siguiendo el discurso del consultante. Al principio recuerdo haberme sentido no preparado como tal, pero al final me sentí muy satisfecho con la sesión. Esa fue una de las sesiones en las que más rápido se me pasó el tiempo y hasta siento que pude trabajar de una mejor manera en la que estaba focalizado en los temas de la consultante y no necesariamente los que yo traía para trabajar con ella. Es decir, trabajar desde el marco de referencia de la consultante y no del del psicoterapeuta.

El proceso de supervisión que también se ha llevado a cabo con la maestra Sofía Cervantes Rodríguez ha sido excelente. En un principio, cuando se nos ofreció la opción de poder titularnos por medio de esta modalidad del Pro Grado, me surgió la duda de si la forma en la que se nos iba a asesorar iba a ser efectiva. Sin embargo, gracias a todos los medios de comunicación que existen hoy en día, a raíz del internet creo que no pude haber sido asesorado de una mejor manera. Los comentarios que recibí de su parte en mis trabajos y entregas siempre fueron más que puntuales y atinados. A lo que me refiero con esto, es que mucho de lo que en su momento me pasó en mi TOG anterior, fue que las retroalimentaciones que recibía por parte de mi asesora no me eran muy claras. Esto no lo señalo con la intención de hablar mal de nadie ni de demeritar conocimientos, ya que si de algo estoy seguro, es que ITESO cuenta con los mejores profesionistas. Sin embargo, anteriormente sí tenía la sensación de estar un tanto perdido conforme a mi TOG, mientras que con Sofía siempre estuve claro respecto a lo que tenía que hacer y cómo lo tenía que hacer. Yo creo que lo más importante que me aportó dentro de todo este proceso fue claridad. Tener los objetivos y las entregas siempre muy en mente y un mapa de cómo llegar a ellos.

Otra de las cosas que me gustaría puntualizar conforme al proceso de supervisión que se me dio durante el Pro Grado, fue la motivación. El poder titularte de una maestría creo que es algo que no todos hacen, ya sea por el grado de dificultad que implica o la cantidad de tiempo que uno se tiene que tomar. Ya sea una o la otra. La motivación que recibimos por parte de nuestros maestros, asesores, coordinadores y todas las personas implicadas en este programa, es fundamental. Existen momentos en donde lo que uno más necesita es ese comentario al final de un correo que indique que “vas bien, ya nos falta poco” o “veo lo mucho que has avanzado en estos últimos días, tu calidad de redactar va mejorando”. Esto es algo que estuvo muy presente a lo largo de esta titulación, y a pesar de que pueda verse como detalles que no significan o aportan mucho, para mí sí funcionaron. El que se me brindara ese reconocimiento que a veces uno necesita para seguir adelante. Nunca se me va a olvidar como es que en el curso intensivo, Sofía nos mencionó lo peligroso que era trabajar como psicoterapeutas solos, refiriéndose a estar tratando casos sin estarlos supervisando. Un punto con el que estoy más que de acuerdo, ya que de otra manera la psicoterapia puede volverse una profesión y práctica muy solitaria. Menciono esto, ya que durante la maestría y la elaboración del presente trabajo, los procesos de supervisión fueron los que más aportaron a mi quehacer como psicoterapeuta y también lo que más disfrute.

VI. Conclusiones

Gran parte de mi objetivo con Lorena, como lo menciono anteriormente, fue crear una relación equitativa en donde yo pudiera mantener mis ideas y presupuestos con respecto a su situación al margen, mientras que ella pudiera visualizarme como el psicoterapeuta con el que sentía la comodidad y confianza de ser quien ella es. Esto fue algo que se logró por medio de ciertos ajustes que fui manejando a lo largo del proceso y que al final también le aportaron un nuevo aprendizaje en el manejo del enojo y la violencia.

Lorena era una mujer viuda que provenía de un estilo de vida con escasos recursos y un bajo nivel de escolaridad. Tomando esto en cuenta, gran parte de su dolor y malestar, no solamente venía del que ella era una “mala madre”, sino también de experiencias que había tenido en el extranjero viviendo con la familia de su marido. Ella fue llevada a Estados Unidos realmente para ser sirvienta, lo cual indica, que no solamente fue utilizada como trabajadora doméstica, sino en general no fue cuidada. Teniendo un contexto caracterizado por tanta precariedad, es importante reconocer que las habilidades de comunicación, sociales y emocionales de Lorena se veían mermadas. En un principio, se puede ver como en las viñetas que presento existe un tartamudeo constante, en donde a la consultante le cuesta trabajo poder poner en palabras sus ideas, e inclusive hilar estas mismas. Al final, una de las cosas que se pudo lograr con ella fue, que ella fuera un poco más clara con su discurso, al igual que más asertiva. En la viñeta que presento, a cuando me comenta que va a ser su última sesión, se puede ver como los tartamudeos ya no existen. Es decir, las habilidades de interacción de la consultante, en general mejoraron, así como también su habilidad para poder reflexionar y reconocer la responsabilidad que ella tenía en el manejo de su enojo.

A pesar de que estacionaba mi carro en distintos lugares y portaba ropa casual, con la intención de establecer esta relación equitativa, es importante reconocer que renunciar a ser “yo” por completo, es imposible. Señalo esto porque a pesar de haber mostrado movimientos intencionales que me fueron exitosos en cumplir su debido propósito, dejar de manejarme tal cual como soy, o cambiar mi personalidad, son cuestiones que no se pueden cambiar. Sin embargo, esto fue algo que también tuvo su efecto positivo en el proceso de Lorena, ya que aprendió de mí, lo que no había aprendido de otras personas que le rodeaban, particularmente de su familia. El que indiscutiblemente hayamos tenido esa diferencia en estilos de vida, formas de pensar y maneras de sobrellevarnos, fue lo que a ella, y a mí también, nos permitieron tener otros aprendizajes. A ella en el manejo de su enojo y violencia y a mí en reconocer cómo el enojo y la violencia en ciertas culturas y subculturas, es utilizado como un mecanismo de supervivencia. El caso de Lorena es solo un ejemplo de muchas familias y personas que provienen de comunidades de bajos recursos, en donde la violencia doméstica forma parte de su cotidianidad.

“No quiero ser una mala madre” es, en las palabras de Lorena, la razón por la que acudía a psicoterapia. Sin embargo, el que haya acudido y buscado ayuda profesional por medio de un psicólogo, demuestra una gran ruptura sociocultural. Las comunidades de bajos recursos son las que en muchas ocasiones más necesitan del apoyo de otros, y las que desafortunadamente, menos lo reciben. Además, son las personas pertenecientes a estas comunidades, las que suelen estar conscientes, de que la cotidianidad

en la que viven, no siempre es la más favorable, ni mucho menos la más saludable. Vidas que están rodeadas de violencia, delincuencia, adicciones, falta de educación y de oportunidades laborales, hacen que de pronto esto mismo se vuelva una “normalidad”. Una normalidad que no indica que sea lo mejor. Es por esto que el que Lorena haya asistido a un proceso psicoterapéutico de forma constante presenta una disonancia en cuanto a lo cultural se refiere.

Anteriormente menciono cómo, en un principio, el motivo de consulta de Lorena me conflictuaba, ya que no son de mi agrado las personas que son violentas con los niños. Es por esto que gran parte del proceso de Lorena también involucró un proceso conmigo mismo. Un proceso en el que tuve que mantener mis juicios y presupuestos fuera de la práctica, para así poder escuchar de una forma más certera a la consultante. Indico esto, ya que mantener mi ideología al margen, me permitió sorprenderme ante la vida del otro. Sorprenderme, en cuanto a descubrir los recursos con lo que contaba Lorena. Recursos, que en su momento utilizó dentro de las mismas sesiones, cuando se le hacían preguntas que la ponían a pensar o reflexiones a las que ella misma llegaba. Recursos que también demostró al ir a varias sesiones, ya no acompañada de su hijo, mostrando con ello un sentido de independencia. Esto es algo que valoro mucho, ya que la capacidad de sorprenderse ante la vida del otro, dentro de la psicoterapia, es algo que fácilmente se puede perder. El hecho de que nuestra profesión sea escuchar a tantas personas con situaciones de vida tan difíciles, hace que poco a poco pueda uno pensar que ya ha escuchado y visto de todo. Sin embargo, el que uno pueda tener consultantes, como lo que fue Lorena para mí, que con sus acciones puedan irte dando otras perspectivas de vida, y así también ir adquiriendo otras herramientas de vida, es algo que hace que nuestra profesión esté llena de aprendizajes. Por más que Lorena no contaba con el mismo nivel de escolaridad que el mío, no significa que no le aprendí nada. Lorena me enseñó bastante, y a pesar de que título el presente trabajo, con lo que ella en algún momento me llegó a decir referente a ser una “mala madre”, desde el momento en el que decide ir con un psicólogo, es en donde me demostró ser totalmente lo contrario. Es decir, una madre dispuesta a cambiar por el bienestar suyo y de su hijo, a pesar de lo desfavorable de la cultura que le rodeaba.

Quedo más que satisfecho con el trabajo con el que me titulo. El proceso de haberlo realizado, también es algo que me gusta tomar en cuenta, ya que fue un proceso bastante placentero. A pesar de que la mayor parte se realizó en línea me sentí más que bien acompañado. El que el trabajo haya sido tan pertinente a lo que habíamos estudiado durante la maestría, hizo que su realización fuera muy relativa. El hecho de que en los TOG se nos haya permitido hacer un trabajo relacionado con cualquier temática, fue algo que de pronto hizo que perdiera relevancia en cuanto a la psicoterapia. Entiendo como existía el aspecto psicoterapéutico de por medio, pero la realidad es que en el TOG pasado estaba realizando un trabajo más de corte sociológico que psicológico. Es por esto que llegó un momento en el que perdí el interés. Simplemente porque no le veía la relevancia a lo que hacía y hago como psicoterapeuta. En este sentido, el que el presente trabajo haya sido un análisis de caso enfocado a vivencias, intervenciones, interacciones y aportes teóricos, hizo que el enfoque estuviera especializado en el que hacer

psicoterapéutico. Un enfoque, que a pesar de haber hecho del trabajo un reto, ya que fácil no lo fue, lo convirtió en un reto posible de afrontar, y por ende, un reto que decidí tomar.

Bruce Lee, para muchos considerados como el mejor practicante de artes marciales, utilizaba una analogía con la que me gustaría terminar el presente trabajo. Señala cómo es que los seres humanos tenemos que ser como el agua, ya que el agua, si la pones en una taza, se convierte en una taza, si la pones en una botella, se convierte en esa botella. Es decir, en cualquier recipiente que la pongas, el agua va tomando la forma de dicho recipiente, ya que es uno de los elementos mas adaptables. Lee refería, que parte de su forma de pelear y visualizar las artes marciales, era por medio de esta analogía e indicaba que el ser humano tenía que ser como el agua. Una analogía que siempre me ha llamado la atención y con la que siempre he coincidido, ya que tiene que ver con la flexibilidad. La teoría de la evolución de Charles Darwin habla sobre esto mismo, en donde la especie que posea la mayor flexibilidad, será la que mejor se adapte a su medio ambiente y es la que más probabilidades de sobrevivir tiene, y por ende, pasar sus genes a futuras generaciones. Es decir, el poder tener la capacidad de funcionar como el agua, es algo que nos puede dar una tremenda ventaja en la vida. Lorena es el ejemplo de un proceso, en donde ambos, tanto ella como yo, tuvimos que funcionar en ciertos momentos como el agua; cada quien con la flexibilidad de acomodarse a sus respectivas situaciones novedosas. Desde que ella inicia un proceso psicoterapéutico comienza a fluir con las herramientas de ayuda que existen hoy en día, mientras que yo, tuve que aprender a acomodarme a las interacciones que se iban dando con una persona que contaba con pocas habilidades sociales y un estilo de vida distinto al mío. El que ambos hayamos podido fluir como el agua, permitió, no solamente que nos hayamos podido encontrar el uno con el otro, sino también, que descubriéramos nuestra capacidad de moldear nuestras perspectivas en la realidad en la que nos encontrábamos y que contruimos juntos.

VII. Referencias bibliográficas

- Beck, A., Rush, A., Shawn, B., & Emery, G. (2005). *Terapia cognitiva de la depresión*. (19ª ed.). España: Desclée De Brouwer.
- Cormier, W. H. & Cormier, L.S. (1994). *Estrategias de entrevista para terapeutas. Habilidades básicas e intervenciones cognitivo-conductuales*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Egan, G. (2007). *The skilled helper. A problem-management and opportunity-development approach to helping*. Belmont: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Ellis, A. & Abrahms, E. (2005). *Terapia racional emotiva*. México: Ed. Pax México.
- Fernández, A. & Rodríguez, B. (2002). Primer nivel: Habilidades básicas. *Habilidades de entrevista para psicoterapeutas* (pp.21-55). Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Filliozat, I. (1998). *El corazón tiene sus razones*. Barcelona: Ediciones Urano.
- García, R. (2003). *La curación por la palabra*. SEUT.
- Gergen, K. J. (2006). *Construir la realidad*, México: Ed. Paidos.
- Ginger, S. & Ginger, A. (1987). Un vistazo a un grupo de gestalt trabajando. *La gestalt: una terapia de contacto* (pp. 3-32). México: Ed. Manual Moderno.
- Madrid, J. (2005). La destreza de escuchar. *Los procesos de la relación de ayuda* (pp.375-413). Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Mahoney, M.J. (2005). Constructivismo una breve introducción. *Psicoterapia constructiva* (pp.23-70). Ed. Paidos, Barcelona.
- Rodríguez, G., Gil, J. & García, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Granada: España.
- Rogers, C. (1993). Algunas hipótesis acerca de la posibilidad de facilitar el desarrollo personal. *El proceso de convertirse en persona* (pp.39-61). México: Ed. Paidos.

Sassenfeld, A. & Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial (pp.91-106).
Revista de psicología, vol. XV, núm. 1, Chile.

Wachtel, P.L. (1996). La curación por el habla. *La comunicación terapéutica. Principios y práctica eficaz*
(pp.126-169). Bilbao: Desclee de Brouwer.