

2018-10

La figura del terapeuta como punto de referencia en la vida de “Pablo”. Un estudio de caso

Sánchez-Escobar, María G.

Sánchez-Escobar, M. G. (2018). La figura del terapeuta como punto de referencia en la vida de “Pablo”. Un estudio de caso. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Psicoterapia. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.

Enlace directo al documento: <http://hdl.handle.net/11117/5760>

Este documento obtenido del Repositorio Institucional del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente se pone a disposición general bajo los términos y condiciones de la siguiente licencia: <http://quijote.biblio.iteso.mx/licencias/CC-BY-NC-2.5-MX.pdf>

(El documento empieza en la siguiente página)

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

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

Departamento de Psicología, Educación y Salud MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA



La figura del terapeuta como punto de referencia en la
vida de "Pablo". Un estudio de caso

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el grado de
Maestra en Psicoterapia

Presenta: LIC. PSICOLOGÍA MARÍA GUADALUPE SÁNCHEZ ESCOBAR

Asesora DRA. SOFÍA CERVANTES RODRÍGUEZ

Tlaquepaque, Jalisco. 27 de octubre de 2018.

DEDICATORIA

Al amor desinteresado, de tres mujeres a las que admiro y amo, que me han apoyado para conseguir mis sueños, así como de creer en mí en todo momento:

A la memoria de mi abuela Petra

A mi linda y única hermana; Verónica

A la persona más valiosa; Esperanza

AGRADECIMIENTOS

Quiero plasmar en este escrito un profundo y sincero reconocimiento a:

A Dios principalmente, por el regalo de la vida y su amor incondicional.

A mis maestros, por su sabiduría, en especial a la Dra. Eugenia Casillas y la Dra. Tania Zohn, quienes me alentaron a continuar en la Maestría.

A todos los consultantes, que me han permitido acompañarles en el proceso psicoterapéutico y por lo que he aprendido de cada uno, en especial a "Pablo".

A todas mis amigas, familia que de algún modo, se privaron de mi presencia.

A la Dra. Sofía Cervantes, por la dedicación e interés en mi Reporte de Experiencia Profesional para obtener la titulación.

RESUMEN

El Reporte de Experiencia de Trabajo (REP) tiene por objetivo dar cuenta de un proceso de acompañamiento psicoterapéutico, desde la experiencia profesional, personal y el estilo que se ha ido adquiriendo en el desempeño profesional en el contexto del consultorio privado en la ciudad de Guadalajara, Jalisco. Se realiza un estudio de caso con un consultante cuyo seudónimo es “Pablo”, a fin de resguardar su confidencialidad. El seguimiento al consultante se realizó durante 2 años y 8 meses con ciertos intervalos de suspensión debido a diferentes situaciones. En el año 2018 se retoma el caso para continuar con su acompañamiento psicoterapéutico. Lo característico del caso que se presenta es la condición de aislamiento afectivo y relacional que ha redituado en una insatisfacción de vida y en un vacío afectivo y en una condensación entre la sexualidad y la afectividad. Así mismo, en una tendencia a relacionarse con personas del mismo sexo en una búsqueda por subsanar un vacío existencial. Los dispositivos metodológicos incluyeron la recuperación, el análisis y la interpretación de la narrativa del consultante desde un enfoque cualitativo. Se presentan las sesiones realizadas en este año (2018) que fueron audio grabadas con autorización del consultante a fin de construir este Reporte de Experiencia Profesional para el programa “Progrado”. Se utiliza la metodología cualitativa, enfocándose en la vivencia del consultante y la relación con el psicoterapeuta. El acompañamiento psicoterapéutico aún no concluye, pues se sigue en la búsqueda de nuevas alternativas y en la aceptación de “Pablo” respecto a lo que vive; lo que implica el crecimiento, aprendizaje y un reto para el consultante y también para la psicoterapeuta.

Palabras clave: Psicoterapia, interdisciplina, experiencia, vínculo afectivo.

ÍNDICE

CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN.....	5
CAPÍTULO 2. PRESENTACIÓN DEL CASO	8
2.1 Contexto del caso	8
2.2. Número y fecha de sesiones	11
2.3 Resumen descriptivo del Proceso	19
CAPÍTULO 3. VIVENCIAS Y SIGNIFICADOS DEL CONSULTANTE	26
“LA PLUMA”	29
CAPÍTULO 4. INTERACCIONES E INTERVENCIONES EN LA RELACIÓN CONSULTANTE-PSICOTERAPEUTA: CAMBIOS Y RESULTADOS	44
CAPÍTULO 5. VIVENCIAS DEL PSICOTERAPEUTA Y PROCESO DE SUPERVISIÓN	78
CONCLUSIONES	86
REFERENCIAS	88
ANEXOS	91

CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN

Este caso es para mí un reto como profesional en psicoterapia, dado que el interés surge desde el servicio social como psicóloga clínica, en una Institución de la zona de Guadalajara. Dado que no es un caso común, es decir, lo considero distinto a lo que como profesional del área de la salud, he encontrado en mi consultorio privado. Considero que este caso rompe parámetros de toda índole, a nivel social e incluso teóricos, cuando escribo teóricos, me refiero a lo que recientemente ha surgido en el campo de la psicoterapia respecto a un tratamiento que sea conveniente en escenarios como el que aquí se estudia, es decir, que sea el apropiado desde el enfoque de la psicoterapia afirmativa. Creo que la psicoterapia afirmativa es una alternativa que no aplica del todo para el consultante, al que me referiré con el pseudónimo de “Pablo”. Lo que resulta interesante de este enfoque, además de compartir este mismo pensar en lo que considera a la homosexualidad como una opción de vida válida, que no debe intentar cambiarse, y no la considera una enfermedad mental, sin embargo, creo que no es aplicable a todos los casos, se tiende a generalizar, y algunas de sus propuestas sería necesario reflexionarlas con un sentido crítico. Para el ser humano llamado “Pablo”, que estoy atendiendo en este momento, sus necesidades son distintas a lo que de fondo propone la teoría referida.

Es un acompañamiento psicoterapéutico que me apasiona, dado que me atrevo a decir que sigo aprendiendo cada vez más de los procesos de cada consultante (único e irrepetible) y en especial de este caso con atracción al mismo sexo, encontrar un concepto para nombrarlo en este trabajo no ha sido fácil. En donde la sociedad y la ciencia lo conceptualizan con la palabra homosexual para su identificación y su estudio.

El presente trabajo se encuentra distribuido de la siguiente manera; primero se redacta la presentación de caso, la cual incluye antecedentes de forma breve del

proceso psicoterapéutico desde el año 2009, hasta la fecha actual en que inicia su proceso de atención psicoterapéutica. Considero importante mencionar que han existido diferentes intervalos de suspensión del acompañamiento terapéutico, mismos que se detallan, cómo fue que acude a sesión conmigo o sigue acudiendo, lo más relevante en cuanto a su situación personal, laboral, familiar y el motivo de consulta, así como un resumen descriptivo de la evolución del proceso, desde el reinicio en junio del año 2018, hasta la fecha actual.

Se utilizan: apuntes del caso, elementos significativos que he observado del caso, así como lo que el consultante plasma en escritos. Y lo más importante, utilizo también algunas viñetas de grabaciones en audio de las sesiones; sobre todo de las actuales. Para acreditar su uso, se tiene una “Carta de consentimiento informado”, que fue firmada por el consultante en donde manifiesta que acepta y autoriza hacer uso de la información sólo para fines académicos; en este caso, para la construcción de este Trabajo de Grado. Se enlaza todo esto con aspectos teórico-conceptuales para plasmar las vivencias y significados del consultante, a través de un análisis de interacciones e intervenciones psicoterapéuticas que se consideraron relevantes.

El trabajo incluye un apartado en el que escribo mis vivencias como psicoterapeuta, en donde incluyo las dificultades, los alcances y los retos en el acompañamiento del consultante con la temática de la homosexualidad. Aquí es en donde plasmo cómo me viví en relación con el consultante en sus diferentes etapas de las sesiones. Por último, se presentan las conclusiones y se finaliza con el registro de las Referencias utilizadas para respaldar este trabajo. En las conclusiones integro los puntos más sobresalientes sobre el caso en general y mi evolución dentro del mismo, en donde ya no deseo hacer perfecto mi trabajo (sin equivocarme) o ser la mejor psicoterapeuta, sino simplemente ofrecer un servicio de atención cada vez más humano y de calidad, así como mi experiencia en la construcción de este Reporte de Experiencia Profesional.

CAPÍTULO 2. PRESENTACIÓN DEL CASO

2.1 Contexto del caso

Antecedentes del proceso

Me encontraba en la Institución donde prestaba mis servicios ya terminando el período de prácticas profesionales de la Licenciatura en Psicología. Después de un largo período de lecturas, tareas y aulas, estaba frente al paciente que acude al profesional de la salud buscando la atención a su situación actual de vida. Durante este tiempo me experimentaba insegura de mí misma y de hacer adecuadamente mi trabajo. Y aún más aumenta esta sensación de sobrepasarme, dado que conocía muy poco sobre el tema de la homosexualidad, pues se presentaron varios casos para su atención durante el tiempo que estuve ahí. La primera fue una chica de 25 años de edad aproximadamente, que al momento de preguntarle su motivo de consulta me respondió que quería que su mamá aceptara su relación con otra chica, en un entorno familiar de religión cristiana, incluyendo a la consultante. Le mencioné que yo no podría hacer eso, que, en mis posibilidades, le ofrecía trabajar en su autoestima y escucharla respecto a otros aspectos. Honestamente, me experimentaba incompetente en este caso en especial, pero decidida a llevar su proceso. Ella solo acudió la primera sesión, aún recuerdo las lágrimas que rodaban sobre su cara. Otro caso fue el de otra chica de aproximadamente 18 años llevada por su tía a la institución para recibir atención psicológica. Al dialogar con ella, no refería algún motivo de consulta, solo hacía referencia a que la llevaban porque le gustaban las chicas. Le dije que si ella deseaba seguir en sesiones lo pensara y que no fuera por imposición de otras personas, que la decisión era de ella, sólo acudió tres sesiones. Y por último, el caso de un varón de aproximadamente 41 años, el cual, después de preguntarle su motivo de consulta, expresaba lo siguiente: “quiero saber si soy homosexual”. Este consultante -a quien se le asigna el seudónimo de “Pablo”-, durante mi estancia en esa institución, acudió a sus sesiones regular y puntualmente. Este es el caso que se

abordara en el presente documento para trabajar. Posteriormente, él continúa su proceso psicoterapéutico en consultorio particular con diferentes intervalos y algunas suspensiones que se detallan más adelante.

El consultante acude por primera vez a la Institución en cuestión con la psicóloga conductual encargada del lugar. Acude unas sesiones y posteriormente esta lo deriva conmigo e inicio un acompañamiento psicoterapéutico en el año 2009.

En la primera sesión, se realizó el encuadre, además de crear un clima de confianza y empatía. Unido a esto, por supuesto se indagó el motivo por el cual solicitaba la intervención de un profesional. Al preguntarle su motivo de consulta, su respuesta fue: “Quiero saber si soy homosexual”. Dentro de mí sabía que la respuesta a su planteamiento no me correspondía y le conteste lo siguiente: “Te acompañare en el proceso, y en un momento dado tú mismo encontrarás lo que buscas diciéndome quién eres”. Al iniciar su proceso de atención psicológica en aquellos momentos, entre los datos más relevantes estuvieron los siguientes: “Pablo” vive en casa de su madre, donde también viven su hermana y sobrinos; en total, en la casa habitan cinco personas. En la casa él provee el sustento económico, es soltero y tiene 41 años aproximadamente. La colonia en la que vive está ubicada en la periferia de la ciudad, cerca del Cerro del Collí. En la colonia se cuenta con servicio de luz, alcantarillado y agua, pero sin servicio de pavimentación; en general se considera una colonia pobre. El consultante es el más chico de la familia nuclear constituida en su momento por ocho integrantes; su madre, padre (ahora finado), y seis hijos, tres mujeres y tres varones. Acude a un grupo llamado “Movimiento Courage Latino”¹ y es de ahí que ve la necesidad de acudir a un proceso psicoterapéutico.

“Pablo” viste de una manera sencilla, sin embargo, un poco descuidado en su persona y tal vez por llegar a sesión después de su hora de salida del trabajo se encuentra un poco desalineado. Es de tez moreno claro, lampiño, estatura media y

¹ Grupo católico en el que participan personas que tienen atracción por los de su mismo sexo con la finalidad de que abandonen esta inclinación sexual. En este trabajo también se le refiere como “Grupo C”.

complexión delgada. El proceso psicoterapéutico duró un año aproximadamente, luego se suspendió temporalmente debido a que decidí trabajar en el Instituto Nacional de Estadística y Geografía e Informática (INEGI), dejando de ejercer el área clínica temporalmente, además de que el área de Psicología Educativa y Psicología Laboral eran las que me redituaban más en términos económicos. Posteriormente, transcurridos aproximadamente dos años de haber suspendido la práctica clínica, decidí regresar al trabajo clínico, pues me apasiona la atención a los consultantes. Debido a todo esto, y deseando brindar una atención adecuada a los consultantes, decidí prepararme estudiando la Maestría en Psicoterapia en el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), así como acudir a un curso en la Universidad del Valle de Atemajac (UNIVA) sobre la atención a personas con atracción al mismo sexo con expositores expertos en la atención a este tipo de casos. De ahí, la inquietud por leer documentarme y tener amistades cercanas con atracción al mismo sexo. Esta búsqueda ha sido desde que inicié el proceso con “Pablo” -seudónimo asignado al consultante- y ahora parte de un interés propio por encontrar respuestas y no quedarme con las que existen o surgen; me gusta ser crítica, pensante y no simplemente creer en lo que los otros escriben o dicen. Mi postura es que cada caso es distinto y no he encontrado libro, documento o teoría que me convenza para la comprensión y preparación de este tipo de casos. También ha despertado mi interés lo que ha surgido en estos momentos respecto a la Psicología Afirmativa, en cuanto a la atracción al mismo sexo, pero tampoco me es del todo válida.

Así, continúe atendiendo a “Pablo” con intervalos que se detallan más adelante, quien ha mostrado siempre su interés por participar, en un principio para la elaboración de mi tesis y ahora para titularme mediante el Programa “Progrado”. Durante el tiempo que trabajé en el área clínica, específicamente en el consultorio particular, se me han presentado más casos de personas con atracción al mismo sexo. Sólo brevemente menciono lo siguiente: atendí a una consultante mujer de aproximadamente 23 años, quien dijo sentirse atraída por personas de su mismo sexo, ella acudió a psicoterapia

durante cinco meses; esto fue hace seis años. Hace tres años, ya en mi formación como psicoterapeuta, atendí a un consultante varón con atracción al mismo sexo. Terminó un proceso conmigo que duro aproximadamente ocho meses pues el motivo por el cual acudió quedó resuelto. Actualmente atiendo dos casos de varones con atracción al mismo sexo que viven en pareja; uno de ellos ha participado de tres sesiones de trabajo en psicoterapia y el otro una sesión.

El proceso psicoterapéutico del consultante “Pablo”, con el cual se conforma el caso que ahora se presenta, se reinició el 24 de junio del 2018. Lo contacté por mensaje de WhatsApp, para preguntarle si le interesaba iniciar sesiones. Le pregunté: “¿No te gustaría venir a sesiones?” “Pablo” me contestó; “Si me gustaría”. En ese momento acordamos el día y la hora, entre otros aspectos.

2.2. Número y fecha de sesiones

La primera sesión la inicie con la siguiente pregunta: ¿De que deseas hablar? Su cuerpo se encontraba un poco encorvado y su caminar lento. “Pablo” me dijo que se encuentra cansado y relató en torno a su área laboral, familiar y personal. Su complexión era delgada y su vestimenta sencilla, cuando llegó al consultorio, colocó la mochila que traía en el piso. Su comunicación era continua y constante con pocas intervenciones de mi parte. Se anexan a continuación los siguientes datos actuales del consultante:

Fecha de reinicio del proceso psicoterapéutico: 22/junio/2018

Sexo: masculino

Edad: 50 años

Estado civil: soltero

Escolaridad: secundaria

Oficio o trabajo: personal de aseo contratado por una agencia. Trabaja aseando oficinas en la ciudad.

Lugar donde se brinda el servicio: consultorio privado en la Zona Centro de la ciudad.

Número de sesiones: 2

Sesiones: semanales.

Número y fecha de sesiones

Fecha de inicio del proceso psicoterapéutico: 2009 con varios intervalos hasta la fecha (2018).

Fecha de terminación: abierta.

Lugar de atención: Institución privada y consultorio particular en cinco diferentes espacios que se señalan a continuación, así como algunas particularidades en la atención brindada al consultante.

Atención en Institución privada

Número de sesiones: un total de 20 sesiones, cada 15 días. Se contaron 16 asistencias y 4 faltas durante el período 2009-2010.

Motivo de consulta: “Quiero saber si soy homosexual”.

Derivado: Psicóloga de la Institución en cuestión.

Registro: Sin ningún registro, la institución lo tiene prohibido. Tampoco se permiten anotaciones de ninguna índole.

Problemáticas atendidas que se convirtieron en objetivos de consulta: desea no seguir teniendo relaciones sexuales con personas de su mismo sexo de manera casual y mejorar su autoestima.

Logros durante el proceso: disminuyeron las relaciones sexuales casuales con personas su mismo sexo e inicia el conocimiento de aspectos de sí mismo.

Breve descripción de lo sucedido

“Pablo” tiene un trabajo estable en una empresa de la localidad, participa en el grupo “Courage Latino” y su estado de salud se encuentra estable. Vive en casa de su madre, con sus dos sobrinos y su hermana, estado civil soltero, con una escolaridad de secundaria y clase económica considerada baja. Entonces cuenta con una edad de 41 años.

Suspensión del proceso y motivo: la terminación de las prácticas clínicas en la Institución privada donde inicié el trabajo de acompañamiento terapéutico con “Pablo” y dado que decidí laborar en el INEGI, fueron las razones por las que el trabajo de acompañamiento terapéutico con “Pablo” se vio truncado. Se le sugirió al consultante continuar su proceso con otro(a) psicólogo dentro de la misma institución, pero él se negó y decidió esperar hasta que yo tuviera un espacio propio para la atención en psicoterapia. Fueron dos años los que transcurren para volver a iniciar el proceso con “Pablo”.

Consultorio Privado en la Colonia Alcalde Barranquitas

Numero de sesiones: 12, cada quince días aproximadamente durante 6 meses, en el periodo 2012-2013.

Motivo de consulta: no tener relaciones homosexuales y su autoestima.

Derivado: de ninguna dependencia ni particular.

Sin ningún registro del asunto; pocas anotaciones que en su momento se destruyen no considerarlas (en su tiempo) poco necesarias.

Problemáticas que surgen y que se convierten en objetivo: culpa, ansiedad, posible depresión, escaso desarrollo de la afectividad y dificultades en las relaciones interpersonales.

Cambios durante el proceso: Disminuyen las relaciones sexuales con personas de su mismo sexo, se controlan los síntomas depresivos, disminuye la ansiedad y se inicia a trabajar con la afectividad y la culpa.

“Pablo” continúa trabajando por medio de una agencia en las instalaciones de una empresa de la localidad, su situación laboral y familiar sigue estable. A nivel personal, se experimenta estresado por no eliminar de su vida, relaciones sexuales casuales con personas de su mismo sexo, y teme que esto le provoque alguna enfermedad sexual contagiosa; en general, se mantiene en un estado de ansiedad. El consultante no consume ninguna sustancia adictiva, como el alcohol o drogas, tampoco fuma. Sigue viviendo en el mismo lugar y con las mismas personas y continúa participando en el grupo de “Courage Latino”.

Suspensión del proceso y motivo: poco redituable el consultorio y escasos consultantes; solo esperaba el término del contrato de arrendamiento que era por seis meses para cerrar las puertas de mi consultorio. Se le sugiere al consultante continuar con su proceso psicoterapéutico y se le notifica de cambio de lugar para su atención. Debido a la instalación y acomodo del nuevo espacio se espera un mes para retomar el proceso de psicoterapia.

Consultorio Privado en Juan Manuel Centro

Número de sesiones: 13, cada quince días, solo faltó a tres sesiones. Durante el periodo 2013-2014 acudió 8 meses aproximadamente.

Motivo de consulta: continúa el motivo inicial y lo que va surgiendo.

Derivado: continuación del proceso sin ninguna derivación

Problemáticas atendidas que se convirtieron en objetivos de consulta: muerte de la madre y proceso de duelo.

Logros durante el proceso: disminuye la tristeza y la ansiedad, se abordan la pérdida de la madre y el duelo, sin embargo, no se concluyen en su totalidad; bajan de intensidad, pero no desaparecen. El deseo sexual por personas del mismo sexo continua, sin embargo, la práctica del acto sexual es casi nula, así como los síntomas de depresión y ansiedad.

Breve descripción de lo sucedido

A continuación, una breve descripción de la situación en la que vive el consultante. Respecto al área laboral, se encuentra inestable, dado que la empresa para la que labora inicia recortes de personal. "Pablo" teme perder su trabajo y considera que encontrar otro le resultaría difícil. En el área personal, el fallecimiento de su madre es una pérdida importante y le genera sentimientos de culpa, sin embargo, sigue viviendo en el mismo lugar, con sus dos sobrinos y su hermana, con los que prácticamente no tiene relación; es decir no hay vínculos afectivos.

Suspensión del acompañamiento psicoterapéutico y motivo: decidí dejar el espacio físico donde atendía a mis consultantes por discrepancias y desacuerdos con el colega que había establecido una sociedad para el uso del espacio. Terminé con la sociedad mencionada y cedí los derechos a la otra parte, para continuar con mi búsqueda de un nuevo espacio para atender a mis consultantes. Le sugerí al consultante: continuar su proceso, con otro terapeuta, dado que no sabía hasta cuándo iniciaría de nuevo la atención a consultantes en área clínica, además mencioné mi deseo de emprender un negocio. "Pablo" decide esperar, dado que no cuenta con la solvencia económica para pagar un servicio psicoterapéutico y también por la inestabilidad laboral que vive. Posteriormente, le notifique que contaba con otro

espacio, sin embargo, por la distancia le resulta complicado asistir. “Pablo” deja de acudir a psicoterapia tres años.

Consultorio privado en Sauz

Numero de sesiones: 8, cada quince días. En el lapso de tiempo de marzo a junio de 2017.

Motivo de consulta: “Pablo” refiere: “Me siento cansado, tengo problemas en casa con mis sobrinos y mi hermana y en el trabajo las cosas no van bien. Ya no quiero masturbarme y aparte he iniciado a ver pornografía. Ya hace bastante tiempo que no tengo una relación sexual homosexual, pero a veces la deseo”.

Derivado: contacté por whatsapp al consultante para informarle de la nueva dirección del consultorio, ahora más cercana a su domicilio.

Problemáticas que surgen y que se convierten en objetivo: presenta síntomas de depresión, problemas familiares y laborales que le producen ansiedad.

Logros durante el proceso: disminuyen los niveles de estrés, se inicia el trabajo en torno a la autoestima, y en concreto, la auto aceptación.

Breve descripción de lo sucedido

La situación actual de “Pablo” es difícil en el área familiar, tanto en la relación con su hermana y como con sus sobrinos; considera que comparten un espacio, pero sin crear vínculos afectivos. Refiere que “cada quien vive en su mundo”. La edad de su sobrina es de 17 años, quien no estudia y tampoco trabaja. La edad de su sobrino es de 20 años, quien actualmente trabaja, pero prácticamente no contribuye con el gasto familiar. Su hermana no trabaja, pues, al decir de “Pablo”, “se la pasa acostada y dice que ella con el problema de su tiroides se cansa”. Él prácticamente es quien cubre los gastos de la casa y su propia alimentación.

“Pablo” tiene 49 años de edad, es soltero, trabaja en el mismo lugar realizando el aseo. Su salud se ha deteriorado, tiene dolores en la columna y problemas para conciliar el sueño, por lo que en ocasiones llega tarde a su trabajo. Teme ser despedido, pues sus jefes le han llamado la atención. Su alimentación es deficiente, se prepara lo que puede, pues su madre murió y era ella quien le preparaba los alimentos. Regularmente se encuentra cansado y los domingos prefiere quedarse en casa a dormir, así como realizar las labores del hogar, como lavar su ropa, limpiar su cuarto etc. Por tal motivo sale poco y no frecuenta a sus demás hermanos por falta de tiempo y por sentirse cansado, sin embargo, el sábado que descansa sigue acudiendo al grupo de “Courage Latino”, en donde convive con más personas y en pocas ocasiones salen a comer o divertirse, pero las diversiones son mínimas, dado que su situación económica no le permite tener gastos adicionales.

Suspensión del proceso y motivo: la enfermedad del consultante y unido a esto la falta de un espacio adecuado para la psicoterapia. “Pablo” se vuelve a comunicar después de restablecer su salud para agendar nueva cita, pero le comento que estoy buscando un espacio adecuado, que después lo contacto.

Consultorio particular en zona centro; Rayón

Numero de sesiones: 2.

Fecha de sesiones: la primera el 22 de junio del 2018 y la segunda sesión el 29 de junio del año en curso. Sesiones semanales, los viernes por la tarde a las 7 p.m.

Motivo de consulta: “Pablo” refiere: “Me siento cansado y ya no quiero seguir. De qué sirve, no logro dejar de masturbarme, cada vez más deseo pornografía, no hay cambios en mí y sigo deseando tener una relación sexual como antes. Ya me cansé”.

Derivado: sacerdote que le sugiere ir con un terapeuta conductual para que le ayude a dejar la pornografía y la masturbación. Lo contacto por WhatsApp para preguntarle si desea acudir a sesiones.

Problemáticas que surgen y que se convierten en objetivo: por mi parte, confirmar o descartar la presencia de depresión aparejado de un cuadro de ansiedad. Por parte del consultante: quitar el deseo por la atracción al mismo sexo, la pornografía y la masturbación, dado que los considera no adecuados.

Breve descripción de lo sucedido

Actualmente “Pablo” labora en la misma empresa que refirió cuando acudió por primera vez a sesión terapéutica en el año 2009. Tiene diez años de antigüedad en su empleo y fue contratado por medio de una agencia. Su trabajo consiste en hacer el aseo de oficinas y áreas del edificio de la empresa. El único cambio que ha ocurrido en su área laboral es la ubicación de las oficinas, dado que se cambiaron de lugar. Tiene dificultades laborales con sus compañeros de trabajo dado que le permiten entrar un poco más tarde, por tal motivo empiezan los conflictos por creer que se le dan preferencias.

En este momento sigue viviendo en la casa de su madre en una zona marginada y considerada en un estatus económico bajo. Continúa siendo el proveedor económico, pues es quien cubre los mayores gastos de la casa. Sus sobrinos actualmente cuentan con 18 años la sobrina y el sobrino con 21 años, pero no aportan a los gastos de la vivienda, aunque el mayor trabaja actualmente. Anteriormente su madre se encargaba de la casa, de su alimentación y aseo, pero desde que falleció hace aproximadamente 4 años, él se encarga de sí mismo, así como su hermana se encarga de ella misma, pues su hermana no atiende a nadie de la familia y se la pasa en cama. Sigue asistiendo al movimiento “Courage Latino”. Actualmente su salud se encuentra deteriorada y continua con dolores en la columna para lo que acude a la prestación de los servicios de salud pública. Desde años atrás hasta la fecha, su médico sigue prescribiéndole los mismos medicamentos (Sulindaco, Paracetamol,

Clonazepan, Tamsulosina y Ranitidina). En la última consulta se le diagnostica Fibromialgia y Prostatitis.

En total, la atención al consultante ha sido de 2 años y 8 meses aproximadamente, cada quince días y actualmente las sesiones son de cada 8 días, a las 7 p.m. los viernes.

2.3 Resumen descriptivo del Proceso

Evolución del caso

Número de sesión: 1

Fecha: 22 de junio de 2018

Objetivo de la sesión: Crear un clima de confianza para conocer su contexto actual de manera general y el motivo de consulta por medio de la escucha atenta por mi parte como psicoterapeuta. En esta sesión consideré que no era conveniente grabar la sesión, dado que aún no había dialogado con el consultante respecto a el asunto de las grabaciones en audio, y por supuesto, faltaba la firma del consultante en la Carta de consentimiento informado, documento que me fue proporcionado por el ITESO. La sesión inició a tiempo, a las 7 p.m. del día viernes en consultorio particular ubicado en la zona centro de Guadalajara, la hora de término de la sesión fue: 8.20 p.m. cabe mencionar que el consultante fue puntual para iniciar la sesión, traía una mochila que colocó en el piso, su rostro reflejaba cansancio y su postura en el sillón no era recta. Vestía de manera sencilla, un pantalón de mezclilla y playera, observé que los pantalones le quedaban un poco flojos.

En esta primera sesión, después de establecer rapport le realicé la siguiente pregunta: ¿Cómo estás? de donde parte su narrativa, pues es una persona a la que no se le dificulta hablar conmigo, aunque si con otros, pues prácticamente no se

relaciona con nadie. “Pablo” detalló aspectos de su trabajo, su familia y otros asuntos personales.

Inició con el tema de su familia. Refirió que han disminuido los problemas familiares con su sobrina, su sobrino y también con su hermana. Mencionó acontecimientos relevantes que crean dificultad, como la falta de aportación económica por parte de ellos para los gastos que se realizan en casa y que son básicos, como el agua, la luz y el gas, así como la ausencia de cooperación en las tareas domésticas, es decir, el apoyo en las labores del hogar, como lavar la loza, asear la casa, preparar los alimentos, etc. Refirió que “cada uno vive en su mundo”, es decir, que establecen muy pocos vínculos, sin embargo, ahora ya no quiere mejorar esta situación, pues sólo trata de ser conciliador entre su hermana y sus sobrinos.

En relación con su trabajo, mencionó que existen problemas, pero que ahora ya no le preocupan tanto como antes, de hecho, no le preocupa si lo corren. Posteriormente pasó al área personal, expresó lo siguiente: “Me siento cansado y ya no quiero seguir. De qué sirve, no logro dejar de masturbarme, cada vez más deseo pornografía, no hay cambios en mí y sigo deseando tener una relación sexual como antes. Ya me cansé”.

Dijo que sigue viendo pornografía, por medio de su celular y que esto no disminuye ni se le quita. Que un sacerdote le recomendó acudir con un psicólogo conductual, que también se le dificulta levantarse para ir a trabajar y que, en ocasiones, prefiere dormir que consumir alimentos. Así lo dice: “A veces prefiero dormir que comer”. Agregó; “He tenido problemas de salud” y teme que en un futuro nadie le atienda, es decir, en su vejez o en una enfermedad. Agregó: “Estoy cansado”.

Dejé que “Pablo” hablara, mientras tanto, le escuchaba y en el momento que guardaba silencio al expresar “estoy cansado”, intervine preguntándole: “¿quieres continuar o prefieres regresar a lo que vivías antes? parece que es más fácil vivir como

antes que ahora”. Contestó: “No, los dos son difíciles”. Le comenté brevemente sobre la psicología afirmativa como una opción para él. Para el cierre le dije: “Me gustaría que te preguntaras a ti mismo lo siguiente: ¿Qué quiero yo, para mí? No quiero una respuesta de lo que quiere la Iglesia, Dios, o yo como psicoterapeuta, de la sociedad, ni de los demás, sino de ti. Reflexiona, pregúntate a ti mismo, date un tiempo y nos vemos para la siguiente sesión”, sin embargo, no esperó a la siguiente sesión y me contestó: “quiero seguir mi proceso, este camino”. Le interrumpí mencionándole que nos habíamos pasado del tiempo y que luego lo retomaremos.

Número de sesión: 2

Fecha: 29 de junio de 2018

Objetivo de la sesión: Dar a conocer al consultante del inicio de mi programa de obtención de grado y en que consiste su participación en este, posteriormente, abordar detalladamente el área personal del consultante.

En esta segunda sesión, comencé por el tema referente al Progrado, explique a “Pablo” en qué consistiría su participación, la necesidad de audio-grabar las sesiones siguientes y firmar una Carta de consentimiento informado. Antes de todo lo anterior, le mencioné lo referente a la confidencialidad, respecto a que no se plasman nombres y que toda su información se emplearía de forma segura. Después de todo esto le pregunte, si todavía deseaba contribuir en mi proceso de titulación con su caso; su respuesta fue afirmativa: “sí”.

Posteriormente le solicite información respecto a su trabajo actual, detalles como su antigüedad, puesto, cambios de departamento en su área laboral, entre otros, también, información sobre el aspecto familiar, edad actual de sus sobrinos y la relación con ellos, encontrando que prácticamente es nula. Respecto a la persona del consultante, edad actual, salud y/o enfermedades, alimentación, sus relaciones interpersonales y la relación o trato con sus demás hermanos para indagar respecto a las redes de apoyo con las que cuenta, hallando que en realidad no tiene redes de

apoyo. Después de obtener los datos básicos del consultante que requería en ese momento, revisamos tres temas que a continuación menciono brevemente; uno relacionado con la religión, otro respecto a la masturbación y uno más relativo a su último encuentro homosexual. En torno a lo primero “Pablo” expresó que ha dejado de orar y que ya no se confiesa con la periodicidad que solía hacerlo porque vuelve a caer en lo mismo; relacionado con ver pornografía: “de que sirve, vuelvo otra vez hacer lo mismo”. Mencionó que sigue participando en el grupo “Courage Latino”, que se identifica en este escrito como “Grupo C”. “Pablo” ha asistido en dicho grupo desde hace aproximadamente 10 años.

Respecto al asunto de la masturbación, habló muy poco; dijo que es por medio de su celular como ve pornografía y lo hace por las noches, después de ver pornografía siente del deseo de masturbarse y lo hace.

En el tema final habló sobre su último encuentro homosexual. Refirió que fue hace años atrás después de la muerte de su madre, que no recuerda bien, pero que fue distinto, dado que no fue el acto sexual como tal, que solo se quedó a dormir en la cama del sujeto e intercambió caricias, pues no quiso que lo penetraran ni hacerlo él; que solo quería compañía. “Pablo”; dijo: “no le permití que me penetrara ni yo quise penetrarlo, solo deseaba sus caricias, después me di cuenta de que él sólo quería que alguien lo atendiera y le ayudara en las labores de su casa”. “Pablo” expresó que, por su parte, buscaba compañía, se sentía solo y además tenía ese deseo tan fuerte de estar con alguien de su mismo sexo, agregó: “me vienen a la mente las imágenes de antes, cuando estaba con hombres, es como un apetito voraz”. Esta sesión inició a las 7 p.m. y terminó a las 9 p.m., pues perdí la noción del tiempo junto con el consultante. Desde esa sesión en adelante me propuse estar al pendiente del tiempo de trabajo con este consultante, pues regularmente las sesiones con él eran cada quince días y regularmente se pasa de la hora establecida, pues es la última sesión del día.

Número de sesión: 3

Fecha: 06 de julio de 2018

Objetivo de la sesión: Indagar en los diferentes aspectos de la vida del consultante por medio de su narración, en especial en el área laboral y familiar para descartar una depresión.

Se inició sesión a las 7 p.m. y termino a las 8:10 p.m. En esa sesión inicié por decirle a “Pablo” que a partir de hoy ya se grabarían las sesiones, esto lo hice antes de encender la grabadora y comenzar a grabar la sesión, él expresó: “si, pero que voy a decir, no sé cómo”. Le respondí que es una sesión como todas las demás, que la única diferencia es que sería grabada. Al principio es incómodo para mí y para él, sin embargo, llega el momento que él deja de preocuparse por la grabación, para entregarse al encuentro terapéutico.

En esa ocasión, se abordó el asunto de su área laboral y sus hábitos al llegar a casa sobre todo lo relacionado al sueño, descanso y alimentación. Relató que llegaba aproximadamente a las 7.30 p.m., después enciende la televisión, se acuesta sobre la cama, a veces medio duerme (sueño no profundo), entre las 9 p.m. y 10 p.m., se toma una pastilla para dormir, posteriormente se levanta medio dormido para cenar, a veces y bañarse, regularmente como a las 12 p.m. además de prender la televisión utiliza su teléfono móvil, ingresa a contenidos de “you tube” para ver diferentes cosas, una de ellas es pornografía, espectáculos del ambiente homosexual, entre otras cosas, se duerme entre una y dos de la mañana para despertarse a las 6 a.m. tiene aproximadamente un mes que hace esto para “dejar escapar mí tiempo”, es decir, se vive tan solo que prefiere que transcurra el tiempo e irse a descansar. Para mantenerse activo en su trabajo toma café y paracetamol para sus dolores musculares. Mencionó que su supervisora es manipulada por otra compañera. Tiene aproximadamente 6 meses en esa área y sus compañeras de trabajo son mujeres, lo que le dificulta su relación con ellas pues es el único varón. Anteriormente estaba en otra área, donde en su mayoría eran hombres, pero esta se cerró. Dice que, de alguna

manera, vive “bullying”², pues a él y otra compañera de trabajo los hacen a un lado. Tiene problemas porque a sus compañeras no les parece que llegue tarde, sin embargo, cuando hace el esfuerzo de llegar más temprano esto le molesta pues se siente mal físicamente y se enoja con los demás. Esta situación, aunada a otras, no le permite el establecimiento de vínculos, lo que agrava aún más su soledad.

“Pablo” considera que su situación familiar ha disminuido en intensidad en cuanto al estrés, las relaciones familiares siguen estando fracturadas y el estrés ha sido más intenso en el trabajo. Las relaciones laborales siguen siendo conflictivas y se ejerce una gran presión sobre él debido a que las compañeras de trabajo hablaron con la supervisora, y al parecer, existen posibilidades de despedir a alguna de ellas si “Pablo” no mejoraba y contrataban a otro hombre. En este momento ya no le afectan los comentarios que hacen, pero si le molestan y le enoja que lo estén presionando. Ha sido un reto lo de su familia y su trabajo, pero está en proceso de aceptar a las personas como son y en trabajar áreas de su vida.

En lo referente a su persona, dijo que tal vez está en una etapa diferente, de amarse a sí mismo como es, es decir, con la atracción al mismo sexo y cómo vivir su sexualidad, pues no se coloca la etiqueta de homosexual, sino que habla de una elección o decisión, así lo dice: “En la aceptación... (Guarda un breve silencio), tal vez buscaba un cambio, sí que se me quite, o sea me quiten estos miedos, que me quiten esta carga de encima” y continúa su narrativa; “Aprender a caminar con la carga, estoy en ese proceso” dijo “ya viví, disfruté”, refiriéndose al placer sexual con varones, pero quiere algo distinto. “Tal vez en mi caso la raíz fue la falta de amor, cariño y el despertar sexual en edad temprana”, - se refiere a su padre y hermanos en esa falta de amor y cariño, en otras palabras, “Pablo” percibe una carencia en su afectividad por parte de hombres, además, de niño fue abusado sexualmente por un niño mayor que él y posteriormente él buscaba varones de su edad o más chicos para hacer lo mismo. Esta revelación del abuso sexual no se plasma detalladamente, pero se

² La traducción del popular anglicismo “bulling” en español es: intimidación.

trabajó anteriormente durante su proceso psicoterapéutico, tal vez por eso él mismo reflexiona deseando encontrar causas de su atracción al mismo sexo. Quiere empezar otro asunto, solo le sugerí brevemente mencionar el tema para que quede grabado y retomarlo para la próxima semana. Es referente a los baños, dicho de otra forma, él antes acudía a baños públicos, para masturbarse o ver los penes etc. y ahora en su trabajo cuando limpia los baños, no mira, sino que sigue realizando su trabajo.

Su semblante desde un inicio fue distinto a la primera sesión y la segunda, me refiero a que no se observaba cansancio, su postura en el sillón era más recta sin ser rígida; en sus narraciones se encuentra un tinte de positividad.

Número de sesión: 4

Fecha: 13 de julio de 2018

Objetivo de la sesión: se suspendió la sesión.

Esta sesión, se canceló por parte de la psicoterapeuta avisando al consultante el día 11 de julio de 2018 por la mañana. Por medio de WhatsApp, se le notificó al consultante la suspensión de la sesión por el medio referido, dado que ha sido por este medio que nos hemos comunicado ágilmente. El motivo de la suspensión de la sesión fue un asunto personal, por el cual salí de la ciudad, no obstante, me aseguré de que recibiera el mensaje y él me confirmó de enterado, así mismo anoté su cita para la semana siguiente en mí agenda.

CAPÍTULO 3. VIVENCIAS Y SIGNIFICADOS DEL CONSULTANTE

Todo ser humano vive situaciones y acontecimientos que pueden no significarles a otros en sí mismos, pero adquieren sentido para quien los experimenta, dicho de otra manera, existen acontecimientos que se viven en determinado tiempo y espacio, estos sobrepasan la dimensión objetiva al estar en relación directa con el mundo actual. En el trabajo psicoterapéutico como profesional, es de suma importancia escuchar la vivencia del consultante, acompañarlo en su forma de experimentar dichos acontecimientos y los significados que le da a lo que le acontece. Cuenca (2012), a este respecto señala que:

Este uso asentado del término “vivencia” refiere a aquello que se experimenta de un modo inmediato, pero que no desaparece en el flujo indistinto y trivial de lo que vivimos, sino que se vincula, por su relevancia, a la totalidad de sentido de nuestra propia vida. Desde esta perspectiva, puede hablarse de una vivencia como puede hablarse de una experiencia, pero la diferencia radica en que la segunda recibe su concreción, a partir de (...) una construcción del sujeto, es decir, de una operación por la cual ciertas estructuras subjetivas median entre la materia de lo vivido y el significado que ésta adquiere, mientras que la vivencia reclama para sí una concreción y relevancia previas a toda construcción (p. 317).

De esta manera encontramos una clara diferencia entre lo que entendemos por vivencia y lo que entendemos por experiencia: la vivencia es pre-reflexiva, en tanto que la experiencia incluye la asignación de significados que proviene de la reflexión. Cuando “Pablo” acudió por primera vez a consulta en el año 2009 a la institución donde yo laboraba, fue derivado conmigo a atención psicológica, esto es, a psicoterapia. Cuando le pregunté por el motivo de su solicitud, su respuesta fue: “Quiero saber si soy homosexual”. Dentro de mí sabía que esa respuesta no me correspondía, por lo que le contesté lo siguiente: “Te acompañaré en el proceso, y en un momento dado, tú mismo encontrarás lo que buscas diciéndome quién eres”. Al respecto, Salama (2002) señala que:

Básicamente el individuo tiene en sí las respuestas a sus problemas, nadie conoce más del paciente que el paciente mismo, sólo que sus bloqueos le impiden tener la claridad a descubrirlos o a pesar de conocerlos, bloquea la voluntad para el cambio y encontrar alternativas de solución que impliquen un mejor aprovechamiento de sí mismo en favor de él (p. 187).

De esta manera, el encuadre de mi acompañamiento fue dado por la suposición de que es el consultante quien habrá de encontrar las respuestas a sus propias preguntas. En el transcurso de la psicoterapia, particularmente, durante el inicio, las narraciones de “Pablo” se enfocaban en aspectos de su infancia, los recuerdos de un padre alcohólico, poco afectivo, dedicado a su trabajo, a regañar y castigar. Recuerdos respecto a una madre dedicada al trabajo en casa, que constantemente se enojaba y le ordenaba, pero con quien existía un vínculo afectivo. En cuanto a su sexualidad, descubre el placer sexual a la edad de cinco años con otro niño de su edad, donde descubre sensaciones que le fueron sumamente placenteras. Dice Díaz, (1997) “La noción de significado o sentido surge en la memoria y es condición del pasado autorreflexivo” (p.14).

Cuando “Pablo” relata los sucesos de su infancia, tiende a procesarlos mediante preguntas y cuestionamientos, pero, poco conecta con sus sentimientos y emociones. Además, otra herramienta por la cual expresa más fácilmente su sentir y su pensar; es la escritura. Por este medio, plasma su interior, sus emociones y desea que su proceso en psicoterapia quede plasmado en un cuaderno. Le he solicitado que me permita la lectura de alguno de sus escritos, los que él elija y desee compartir. La escritura se puede utilizar como una herramienta de autoayuda o un complemento para el proceso psicoterapéutico. Es una forma de acceder al potencial creativo, descubrir emociones y pensamientos inconscientes, crear una forma de diario terapéutico ayuda a que los consultantes se expresen con mayor libertad. Valery (2000), señala que:

La escritura es una forma de lenguaje, un sistema de signos, y por lo tanto es una herramienta psicológica. Estas herramientas son medios de actividad interna que introducidas en una función psicológica, como el pensamiento por ejemplo la transforman cualitativamente (p.40).

Es necesario aclarar antes de transcribir las palabras de “Pablo”, que él habla en este escrito (por esta ocasión) en un sentido figurado. No se trata de interpretarlo, la cuestión es acercarse a entender cómo expresa lo que sucede en su intimidad, pues nos deja pasar a su espacio y a mirar lo que vive. El trabajo del psicoterapeuta es mirar, pero más allá de donde los demás miran, con ojos que penetran en el otro sin la experiencia de ser invadido, sino brindar al otro (consultante), un espacio seguro, sin juicios. Según Le Breton (1999), socialmente resulta difícil expresar emociones, o resulta a veces impensable dar libre curso a estas. Uno de los espacios donde se invita a que el otro exprese su mundo emocional, es el de la psicoterapia, donde el terapeuta invita a vivirlas sin rodeos, sin temor al juicio (del terapeuta o de los otros), a fin de que no se vea en la necesidad de refrenar su sensibilidad. Se dice que el individuo se libera por la palabra, pero esta no siempre tiene sonido y es entonces cuando el cuerpo; el *habla* es un haz de sentimientos contenidos, así como la escritura.

“Pablo” habla de sí mismo en el siguiente escrito de lo que vivió respecto al placer sexual (deseo) en sus relaciones con el mismo sexo y la masturbación, cuestiones que han llegado al punto de convertirse en una práctica recurrente que no puede evitar. En este escrito también se refiere a una costumbre, al poder, la motivación, restauración, el ser supremo (Dios) y otros aspectos más. Antes de continuar, es necesario aclarar que este escrito de “La pluma” -desde el marco psicoanalítico- se puede aparejar con el significado de representar el órgano sexual del varón. A continuación, el registro de este escrito:

“LA PLUMA”

20 mayo 2013

“Instrumento: del escritor, del sabio o del poeta imprescindible para dejar huella, mediante la escritura o una rúbrica, trazos, líneas, garabatos o dibujos con la pluma se construyen y se destruye cuando se afirma en positivo o negativo de algo o de alguien.

Sólo es un objeto entre los dedos o la mano, es grande su poder según quien la use para bien o para mal para firmar y cerrar un trato y empezar otro.

Su servicio es innumerable, para el estudiante, el maestro, el artista, el científico y todo el mundo la puede usar bueno aquí entre nos algunas personas no.

¿Pero quién la invento? No lo sé; imagino que tuvo antecesoras, una simple piedra sirve para escribir, total la pluma sirve para expresar ideas a través de la escritura; tiene infinidad de estilos, herramientas y detalles ¿qué más da? El instrumento sirve y fue inventado para escribir, si la pluma no existiera esta pregunta tampoco.

¿Tienes una pluma que me prestes por favor? La pluma siempre presente, en este instante yo, el escritor escribo con una pluma y en el pasado también lo hacía en el futuro tal vez lo siga haciendo no lo sé.

Es fuerte el deseo o ansiedad, como lo hice en el pasado no muy lejano recuerdo que produce placer, dejarse llevar por las ideas y luego escribir.

Reconozco que me hice adicto, escribía en cualquier cosa, lo más indicado es el papel.

Si, un papel suave pero firme, aunque a veces abultado y con imperfecciones, era placentero pasar la pluma deslizarla, suavemente y dejar la tinta sobre el papel.

En ocasiones se hundía en ese papel por más fuerte que estuviera pero qué más da, es solo papel y pluma; si pero según lo que se escriba sobre el papel es el resultado de las ideas o los pensamientos.

Si se expresa todo desde lo más bello, hasta lo más vil, creación o destrucción, incluso hasta el mismo escritor parece estar conmovido por lo que escribe o hasta inseguro porque en su mente se filtra tanto la luz como la obscuridad, haciendo un juego de luces y sombras, nada es lo que parece por su mente sucede, una revolución y eso es lo que plasma en el papel, pero no todo es cuestión mental también le viene del corazón y es de allí donde fluye el deseo de mostrar sus sentimientos a la razón, al papel donde escribe.

Según el momento y sus emociones, puede incluso llegar a escribir en el viento a falta de papel, trazos, líneas, o dibujos imaginarios por un momento, si por tan solo un momento dibujo en el aire y fluyo la tinta y después que pasa ese momento se reduce a nada y se queda vacío, sin ideas preguntándose ¿cuándo volverá a escribir? En el papel que antes tanto le gustaba, si ese material que no parece pasado de moda, pero hoy en día está al alcance de su mano, nada más hay que buscarlo o en ocasiones se ofrece solo en el mercado de diferentes clases. O tal vez mejor decida escribir en el aire, no lo sé, y el escritor, tal vez llegue el día y en su momento, que escriba la obra más sublime de su vida, sí, su obra maestra que lo haga elevarse a la cumbre más alta y se sienta victorioso y triunfador, para eso necesita encontrar otro papel más refinado y sin tantas imperfecciones o diferente al papel donde se acostumbra escribir. O simplemente eleve su corazón al punto existencial más elevado, a lo infinito del espíritu, y se deje llevar por la inspiración que brota de su alma y llega al verdadero deseo.

Pregunta a su maestro y el maestro parece que no le responde, porque la respuesta está en el corazón del escritor y no la ve porque no le gusta y quiere otra, no lo sé solo espero la respuesta adecuada, pero oh sorpresa la respuesta a sus interrogantes es que; no hay respuesta.

Y se hunde en el mar de la esperanza. Si hay solo esperara otra fuente de inspiración que lo lleve a escribir ya no con la mente sino con el corazón y se pregunta ¿Si llegara?

Esa fuente que me inspire a creer y renovarme, a restaurarme el corazón y me dé un nuevo anhelo de vida.

Oh tal vez llegue el momento de descansar y dejarme llevar por la paz, en el profundo sueño del cual ya no se despierta y volar a las alturas, no lo sé, hoy solo me hundo en el mar de la esperanza”.

Como se puede observar, “Pablo” hace uso de otros recursos (en este caso el escrito) para dar rienda suelta a lo que le sucede, pues también hay otros “espacios sociales que acogen la expresión de sentimientos que en otra parte no podrían vivirse abiertamente” (Le Breton, 1999, p. 137). La escritura, para “Pablo” es esta expresión o *habla*.

Sobre su adolescencia es poco lo que refiere, pues básicamente se enfoca en el área sexual, algunos acontecimientos que reseña son; a la edad de los 15 años aproximadamente, recuerda que le gusta su maestro de música, en ocasiones llego a tocar el pene de su hermano mientras este dormía, pues existe en él la curiosidad de saber si los penes de otros son grandes o no. En una ocasión observó a su cuñado y continúa con este mismo tipo de relatos con más detalles. A los 16 años conoce lo que es la masturbación y cómo hacerlo a partir de que observó a un adulto en un baldío realizándolo. A grandes rasgos, las sesiones abarcaron estos aspectos, curiosamente entrelazados con aspectos espirituales que deseaba compartir, particularmente en el marco de sus experiencias en el “Grupo C” (*Courage Latino*) donde participaba. En este “Grupo C”, participa desde hace aproximadamente 10 años. Este es un espacio que brinda ayuda espiritual a hombres y mujeres con atracción al mismo sexo desde las enseñanzas de la religión católica, no obstante, se les sugiere que también acudan a atención psicológica, dado que ellos no ofrecen psicoterapia.

“Pablo” dijo en una de las sesiones: “Mi primera relación sexual inició a los 18 años” y terminó aproximadamente como a los 35 años. Durante este tiempo practicó el sexo con penetración, también el sexo oral y el tocar con sus manos el cuerpo de quien se encuentra en ese momento con él. Le gusta mucho el contacto de la piel, aunque la mayoría de sus encuentros son casuales. No le agrada que lo besen en la boca.

Su inicio sexual, ya se decía, fue con otro niño (más o menos de su edad) a los 5 años. A esta edad desconoce lo que sucede, solo sabe que le da placer, aunque es muy poco lo que recuerda de ese suceso. “Pablo” dijo: “un niño, amigo mío me saco de casa para ir a jugar y mamá me dejó ir con él”. Posteriormente retomare este asunto más adelante, en sesiones que hemos iniciado en este 2018. Es importante mencionar que existen consecuencias psicológicas iniciales y a largo plazo en el aspecto psicoafectivo y relacional de un encuentro sexual que puede asemejarse a un abuso, dado que el otro, aunque menor de edad, contaba con mayor experiencia. Empezare por definir lo que dice el Diccionario sobre la palabra abuso: aprovecharse de forma excesiva de una persona, de una facultad o cualidad de alguien en beneficio propio. Este evento es recordado por “Pablo” como un despertar sexual dado que no hubo violencia y el accedió.

Posteriormente su foco de atención es el proceso de muerte de su madre, su sentido de soledad y falta de protección, lo que con el paso del tiempo, podemos decir que se ha convertido en un duelo que no ha sido resuelto. Y después, ocupan su atención, los múltiples problemas que se presentan en su familia y en su trabajo. Es importante recordar que han existido intervalos largos de suspensión de sesiones que se especificaron en el apartado de “Antecedentes del proceso”.

Por el momento, este registro busca ofrecer una comprensión de la historia de vida de “Pablo” y del proceso que se inició a partir del 2009 y se reinició en junio del 2018. Hasta este momento, yo tengo la experiencia, como profesional de la psicoterapia, de tener varias piezas sueltas -procesos no trabajados en “Pablo”-, y

otras piezas que he unido ya, en otras palabras, asuntos ya trabajados. Es importante mencionar que el deseo profundo de lo que él esperaba era que desapareciera la atracción al mismo sexo, lo que no ha conseguido. En palabras de “Pablo” en una de las sesiones: “quería que se me quitara”. Muchas veces me preguntó que si yo creía que se le pudiera *quitar*. La verdad es que ¡yo no sabía que contestarle! Sólo le respondía que lo que le pasaba no era una enfermedad sino un deseo profundo o atracción al mismo sexo. Richard Cohen (2005), dice en su libro “Comprender y sanar la homosexualidad” que el cambio es posible. Este psicólogo dice que existen necesidades de amor no satisfechas que se convierten en un impulso, o bien, en un deseo. El autor reseña lo siguiente: “Descubrí de donde provenían los deseos que yo tenía hacia los de mi propio sexo, cómo curar aquellas heridas, y cómo cumplir las necesidades que seguían insatisfechas desde mi pasado” (Cohen, 2005, p. 5). Como se ve, el autor se basa en el supuesto de que la atracción a personas del mismo sexo se debe a heridas infantiles, cuestión que, si bien, tiene cierta correspondencia con la historia de “Pablo”, no resulta conveniente considerar sólo esta posibilidad.

Dentro de nosotros mismos como psicoterapeutas, psicólogos y hasta psiquiatras, el tema de la homosexualidad, resulta todavía, bastante controvertido. Cohen (2005), agrega: “Me resultó muy difícil explicarme ante terapeutas que carecían de la clave del problema. Actualmente en los Estados Unidos y el resto del mundo los centros universitarios enseñan una “terapia de afirmación gay”. (p.5).

En este momento no se trata de debatir entre nosotros como profesionales en el área de la psicoterapia, sino se trata de presentar dos posturas distintas, dado que el consultante “Pablo” conoce el libro de Cohen (2005), pero desconoce sobre la psicología afirmativa. Posteriormente, en una sesión, le hablé sobre esta como una alternativa; al escucharlo, en una de sus narrativas dijo: “ya me cansé”.

La homosexualidad, de alguna manera continúa entendiéndose como una disposición congénita en diferentes ambientes sociales; la iglesia, familia, escuelas, ambientes laborales etc. Así como en diferentes campos de la ciencia, como algunas

posturas de la biología, sexología, antropología, sociología, etc. También se dice que es contraproducente que un terapeuta intervenga en modificar la atracción al mismo sexo. Cohen (2005) enuncia: “La gente me decía que yo había nacido así y que el pensamiento de cambiar resulta inviable, y que terapéuticamente era contraproducente” (p. 5). La controversia es tal, que aun en la actualidad, en algunos países se encuentra prohibido para los terapeutas brindar este servicio, aunque sea el mismo consultante quien lo solicite. A veces me pregunto y entonces ¿En dónde está la libertad, los derechos humanos de esta persona?, de estos consultantes que desean un cambio o modificación en sus conductas homosexuales; “Pablo” es uno de esos que desea continuar ese camino. Después de darle a conocer un poco sobre la psicología afirmativa dice “yo soy quien dice cómo vivir mi sexualidad y elijo el camino que inicié desde un principio”, dicho de otra manera, lo que propone Cohen (2005).

Dentro de las conclusiones de la Reseña: “Terapia afirmativa: una introducción a la psicología y la psicoterapia dirigida a gays, lesbianas y bisexuales”, del 2018 publicada en “Psicología, conocimiento y Sociedad”, se dice: “el texto de Borges resulta ser el único publicado en Iberoamérica donde se presenta el campo de las Psicologías Afirmativas de forma sistemática y desarrollada para un público profesional” (p.295). El artículo es interesante, si bien, solo presenta de una manera general el libro del psicólogo brasileño Klecius Borges, así como su experiencia en clínica de 10 años con pacientes con atracción al mismo sexo a quienes nombra como gays y lesbianas. Otro psicólogo es Gabriel J. Martin bastante conocido en redes sociales, sobre todo por su libro “Quiérete mucho maricón” (2016). Sobre la psicología afirmativa gay, es uno de los pioneros. El autor menciona que existe una diversidad sexo-afectiva y que la homosexualidad es una más. Además, en su línea de trabajo, busca ayudar a vivir gozosamente la homosexualidad con las herramientas que brinda. En el libro existen algunas vivencias de pacientes que atiende, las cuales expone para reforzar la homosexualidad. En uno de los comentarios que hace al diario “EL MUNDO” en Madrid en el 2016, dice que la homosexualidad es innata y biológica, por tal motivo no puede ser aprendida o elegida.

Menciono todo esto, dado que “Pablo” espera *quitarse* la masturbación y la atracción a la pornografía, donde obtiene placeres momentáneos. Él expresa que esto “no es duradero”. También que: “es pecado la masturbación y ver pornografía”, pese a que, no logra evitar estos placeres. Este placer sexual le hace disfrutar, sentir que vive y que si deja de hacerlo experimenta una sensación de vacío y displacer. En la revista jesuita de espiritualidad y Desarrollo Humano llamada “MIRADA” (2007), hay un tema interesante sobre ¿Que esperar y qué no de una psicoterapia? Donde su autor (Moreno, 2007) invita a una visión más amplia:

Así, uno de los riesgos en una psicoterapia es que el psicoterapeuta considere que su marco de referencia agota la comprensión de lo que vive y experimenta la persona consultante y no contempla la posibilidad de que haya, al mismo tiempo, otros factores importantes también están en juego (p. 18).

Lo anterior es importante, dado que en el acompañamiento psicoterapéutico a “Pablo”, estas dos visiones le resultan un tanto extremas, pues de alguna manera: a) le inducen a reforzar su atracción al mismo sexo, o bien, b) a que la deje. Pero lo relevante es explorar su experiencia para que identifique sus elecciones.

Al reiniciar la psicoterapia con “Pablo” el 22 de junio del 2018, expresó lo siguiente como motivo de consulta: “Me siento cansado, y ya no quiero seguir. De qué sirve, no logro dejar de masturbarme, cada vez más deseo pornografía no hay cambios en mí y sigo deseando tener una relación sexual como antes. Ya me cansé”. De alguna manera, “Pablo” es una persona dura consigo misma, perfeccionista, exigente y se le dificulta la aceptación de sí mismo, casi siempre sus pensamientos son negativos y es poco expresivo a nivel afectivo. En una de las sesiones, recuerdo que “Pablo” menciona: “¿Has visto a *Bob Esponja*? hay un personaje que es *Calamardo*; me parezco a él. *Calamardo Tentáculos* es un personaje principal de *Bob Esponja*, su personalidad se describe como amargado y de un carácter pesimista”. Le Breton (1999), señala que:

La afectividad se entrelaza con acontecimientos significativos de la vida colectiva y personal, implica un sistema de valores puesto a prueba por el individuo, una interpretación de los hechos según una clave moral específica. [...] La emoción es la definición sensible del acontecimiento tal como lo vive el individuo, la traducción existencial inmediata e íntima de un valor confrontado con el mundo. Hay un trabajo del tiempo y la memoria sobre las emociones, un trabajo del sentido que a veces lleva a experimentarlas de otro modo al tomar conciencia de un hecho que hasta entonces había escapado de ella, por ejemplo al escuchar un testimonio, al establecer súbitamente y atando cabos un vínculo entre sucesos a primera vista percibidos como independientes, etcétera (p. 109).

Dado que la afectividad siempre va asociada a los acontecimientos de la vida, sobre todo a los más significativos y que implica los valores de la persona y los de la comunidad en la que se encuentra inmersa, no resulta extraño que “Pablo” haya minimizado su expresividad afectiva al debatirse entre una confusión de valores, tanto propios como de su entorno. Para facilitar lo anterior y debido a que se le facilita más la escritura, le pido me conteste unas preguntas de forma escrita. A continuación, presento la transcripción de un párrafo de lo que él escribe como respuesta de una de las preguntas que le solicito:

“Este proceso terapéutico me ha ayudado a descubrir que mi vida ha sido como un rompecabezas en el cual poco a poco he ido poniendo piezas una por una (me refiero) a las etapas de mi vida desde la concepción hasta este momento, me ha servido para conocerme y darme cuenta que soy una persona muy valiosa y fuerte, aunque ha habido altibajos, no sé cómo, pero siempre he salido adelante, he aprendido a trabajar la voluntad. Y me doy cuenta que soy un hombre talentoso”.

Una de las sugerencias que hacen Cruzat y cols. (2010), es que eventualmente “parece pertinente evaluar el proceso terapéutico desde la perspectiva de las [o los]

pacientes y describir, desde su visión, qué ha cambiado en ellas tras su tratamiento y cómo ha sido este proceso” (p. 317). Posteriormente, en este mismo escrito, “Pablo” refiere lo siguiente: “lo he comparado como si yo fuera una figura de barro quebrada que poco a poco fuera siendo unida con pegamento (...) esa figura se ha restaurado y ahora tengo una visión diferente, es decir, a tener esperanza”.

Por su parte, Krause y cols. (2006), agregan que, para facilitar una comprensión más profunda de los cambios psicológicos que ocurren durante un proceso psicoterapéutico, habría de incluirse la vivencia que el propio consultante tiene de su proceso de cambio psicológico y de los elementos que lo hicieron posible, aunque también señala que esta perspectiva aún no ha sido suficientemente tratada en la investigación en psicoterapia. En tanto que Moreno (2007), asevera que es importante tomar en cuenta diversos factores, sin ignorar ninguno, en un proceso de psicoterapia, esto es, factores biológicos, psicológicos, sociales o culturales, para encontrar las posibles causas, o el sentido de lo vivido y así proporcionar alternativas de cambio eficaces a los consultantes. Es relevante que Krause y cols., (2006), manifiesten que:

Los resultados sobre el contenido del cambio psicoterapéutico muestran que este cambio se refiere a la perspectiva subjetiva de los clientes respecto de sí mismos, sus problemas y síntomas, y sobre la relación de éstos con el contexto en que ocurren (p. 306).

Debido a esto es que no podemos dejar de considerar lo que “Pablo” interpreta respecto a su situación, así como tampoco el hecho de que ingiere ciertos medicamentos, entre los que se encuentran: Sulindaco, Paracetamol, Clonazepan, Tamsulosina y Ranitidina. Ninguno de estos es antidepresivo, sólo el Clonazepan le sirve para dormir. En un momento pensé en un cuadro de posible Depresión, sin embargo, lo he descartado gracias a que lo indagué más profundamente en una de las sesiones más recientes.

Actualmente la salud de “Pablo”, se encuentra deteriorada. Dice que su médico le diagnosticó Fibromialgia y Prostatitis, además de que padece insomnio. Resulta

interesante lo reseñado en el libro “El lenguaje secreto de tu cuerpo” de Segal (2012), donde se menciona que existe cierta relación entre el cuerpo y sus afecciones con las emociones. Sobre la Fibromialgia, este autor dice lo siguiente:

Fibromialgia no sentirse querido; sentirse golpeado por los retos de la vida; demasiado estresado. Falta de fuerza para levantarse. Y seguir adelante. Desanimado por hacer y no tener el tiempo suficiente y energía para hacerlo. La vida una pelea. Sentirse atorado, resistirse al crecimiento, al movimiento y a la exploración. Tristeza, sufrimiento, culpa y preocupación desbordante. Estar deprimido, reprimido y a la defensiva (pp.186 - 187).

Por otro lado, la red de apoyo de “Pablo” es muy reducida, pues prácticamente se encuentra solo, no tiene amistades, sale poco a divertirse, casi nunca visita a sus hermanos y sus únicas salidas son al trabajo y a su “Grupo C” En otra de las sesiones, “Pablo” dijo: “cada uno vive en su mundo” en referencia a la hermana y sobrinos con los que vive en la misma casa. Tal parece que se experimenta como cuando era niño: solo y no querido.

Respecto a su contexto laboral, sigue en el mismo trabajo desde que acudió la primera vez a su sesión en el año 2009 hasta la fecha actual (2018), cuando reiniciamos otra etapa de la psicoterapia. Tiene diez años de antigüedad en este trabajo al que fue contratado por medio de una agencia; su tarea es el aseo de oficinas. El único cambio que ha ocurrido en su área laboral es la nueva ubicación de las oficinas donde labora y desde hace tiempo, tiene ciertas dificultades con sus compañeras de trabajo.

En este momento sigue viviendo en la casa de su madre en una zona marginada de la ciudad considerada de un estatus económico bajo. Aún continúa siendo el proveedor económico, pues es quien cubre los gastos más cuantiosos de la casa, y a pesar de que sus sobrinos ya crecieron, pues la edad actual de la sobrina es de 18 años y del sobrino 21, no aportan a los gastos de la casa, aunque el mayor trabaja actualmente. Anteriormente su madre se encargaba de las labores de la casa y de

atenderlo, vale decir, de su alimentación y el aseo de su ropa y la casa, pero desde que falleció hace años, él se encarga de sí mismo, así como su hermana se encarga solo de ella misma, sin atender a nadie de la familia, pues se la pasa en cama. “Pablo” sigue asistiendo al movimiento o “Grupo C”. En la actualidad, su salud se encuentra más deteriorada, pues continua con problemas de dolor en la columna, por lo que constantemente, gracias a que cuenta con la prestación del servicio de salud, acude al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

En una de las sesiones retomé el acontecimiento y los sucesos que siguieron después de su primera experiencia sexual, o sea, de los 5 años a los 35 años. Pero ahora en lugar de ser solo la narración, logro que contacte con sus sentimientos y sensaciones. Dice Krause (2005), que un individuo reacciona fisiológicamente y psicológicamente con gestos y actitudes y no sólo con palabras para expresar la emoción que le embarga. Entre las expresiones de “Pablo”, que fueron expresadas, se encuentran las de dolor mediante el llanto, el enojo y la ira en sus manos en forma de puño y el placer expresado en todo su cuerpo concentrado en su pene deseando tocarlo con sus manos. No solo es la expresión verbal de las vivencias por parte del consultante acompañado por el psicoterapeuta, sino la expresión del mismo cuerpo que habla. Tal pareciera que “Pablo” repite ciertos patrones de su niñez, adolescencia y juventud, donde es abusado y abusador. En su edad infantil las conductas sexualizadas con otros niños han sido un comportamiento aprendido que le resulta placentero y que repite persistentemente. Además de repercutir en su desarrollo psicosexual y en su vida adulta en las relaciones con los demás. Algunos autores mencionan que un abuso sexual causa una fractura emocional, aunque no lleve consigo violencia, pues se usa el engaño y la seducción para lograr lo que se quiere del otro en el aspecto sexual. A continuación, redacto parte de una de las sesiones, donde “Pablo” se relacionó con una muchacha que, a la edad de 14 años dejó de verla.

“Pablo”: “Tenía una amiga, me gustaba. Pasaba por su casa y no la veía. Hasta que un día mi hermana me dijo se casó tu amiga. Estaba enamorado de ella.

Terapeuta (T): *¿Cómo sabías que estabas enamorado de ella?*

“Pablo”: “Sentí aquí cosquilleo, aquí” (señala su estómago)

T: *¿Y qué paso sentías miedo?*

“Pablo”: “Deje de verla, perdí comunicación con ella....sentía que no merecía, que era joto. Así fue siempre”

T: *¿A qué te refieres así fue siempre?*

“Pablo”: “¿Que tengo? decía yo. Decía yo ¿Porque sólo hombres y hombres me buscan?”

En sus experiencias sexuales con su mismo sexo, a partir de los 18 años, “Pablo” siempre pregunta lo siguiente: “¿Te gusto? ¿Estuvo bien? ¿Lo volvemos hacer?”. Él, así lo comenta: “Me gustaba escuchar.....eso. Sentía que le importaba a alguien y deseaba su atención. ¿Te gusto?, ¿Estuvo bien? ¿Lo volvemos hacer? Y no pasaba, entonces a buscar otro y otro.....y más y más. No me sentía lleno”.

De esta manera, “Pablo” continúa una vida activa sexualmente solo con hombres hasta que llega un momento que se pregunta:

“Pablo”: “¿Para qué existo? ¿Para qué estoy en este culo de otros hombres sacado de mierda? Ya no quiero más esto....nadie tenía nada”.

T: “¿Qué buscabas? Abrazo, cariño, seguridad; te quiero mucho, deseaba esa palabra”.

En otro momento “Pablo” expresa la siguiente frase: “las mujeres se iban y los hombres llegaban”.

T: “Quiero que regresemos de nuevo a lo que recuerdas sobre lo que llamas despertar sexual en tu niñez”.

“Pablo”: “Estaba en casa de papás y me saca a jugar. Y me dice cogemos. ¿Y le digo que es coger? Y empieza a tocarme.....”

T: “¿Recuerdas algo más?”

“Pablo”: “No, solo sé que es sensible, apetecible, delicioso, hermoso. (Sentía rico). Despertó en mi sensaciones, cosas que no conocía.....”

T: “¿Abuso de ti?” Guarda silencio, y contacta con un sentimiento que nunca había expresado el enojo, coraje.

“Pablo”: “Sabía más que yo, me atrapó, hizo lo que quiso.....me engañó, me usó”, ¿por qué ellos no estaban ahí?

T: ¿Quiénes?

“Pablo”: “Papá, mamá, ¿Dónde estaban papá y mamá? ¿Dónde está Dios?

Grita fuertemente, llora y expresa la siguiente palabra; ¡por qué! Y golpea un cojín fuertemente

“Pablo”: “¡Solo soy un niño! ¡Él no quería jugar, quería otra cosa!

T: ¿Otra cosa?

“Pablo”: “Me enseñó otras cosas....”

La sesión en la que ocurrieron las viñetas anteriores duró dos horas aproximadamente. “Pablo” vivenció sus encuentros sexuales desde que era niño hasta la edad adulta. Solo hubo un intervalo donde dejó de hacerlo como a los 9 años y después inicia una vida sexual activa entre los 17 o 18 años aproximadamente. Al finalizar le pregunté ¿Cómo te encuentras? La contestación de “Pablo” fue: “He encontrado la respuesta de que fui abusado, es decir, usado, aprendí.....y lo seguí haciendo”.

Retomo a Cohen (2005), quien habla de que hay que encontrar la herida profunda en el consultante, y aunque “Pablo” ya me había hablado de ella, sin embargo, de alguna manera la había pasado de largo. Recuerdo sesiones de años atrás, donde salía de nuevo el tema y mencionaba algo así; “Esto despertó en mi algo... Después yo hacía lo mismo con otros niños. Les hacía, lo que me hicieron”. Otra frase que “Pablo” utiliza frecuentemente es: “A las mujeres se les respeta”.

Esos son algunos de los aprendizajes que le deja su despertar sexual temprano y que le han impulsado a la constante búsqueda de un placer sexualizado. Podemos decir que encuentra, no sólo el placer en un acto sexual sino también un impulso para su propia vida, puesto que constantemente refiere un vacío en la misma. El placer sexual le produce sensaciones de satisfacción para su vida durante bastantes años, mientras mantiene una vida activa sexualmente. Esto perdura hasta que conoce al “Grupo C”, e inicia un seguimiento dentro de él, con el objeto de dejar de tener relaciones sexuales con los de su mismo sexo. Esto le ayuda a disminuir esta conducta, pero aumenta la masturbación y la atracción por la pornografía. Esto le provoca sentimientos de desánimo, pues por más que intenta, no logra dejar estas conductas, sin embargo, en las últimas sesiones, su visión ha cambiado sobre esto, pues ya no se rechaza con la misma intensidad, esto es, empieza aceptarse. “Pablo” lo dice así: “ya no quiero separar, estoy integrando. Ahora doy gracias a Dios de mi AMS” (siglas que significan Atracción al Mismo Sexo).

Retomamos lo que “Pablo” compartió en su escrito respecto a “La pluma” como adulto y lo que experimenta como niño. Habla de un placer, no obstante, existen diferencias en cuanto a como lo experimenta un adulto y un niño. Le Bretón (1999), refiere lo siguiente:

Quien se emociona no es el cuerpo sino el sujeto. Una imagen pornográfica evoca, ira, asco, placer, curiosidad, incomodidad, según las circunstancias, la sensibilidad particular del individuo, sus preferencias sexuales, si esta sólo o

frente a un público, según la naturaleza de este, si es un hombre, una mujer, un niño, etcétera (p. 115).

El proceso de “Pablo” continúa y espero seguir abordando su historia de vida con una mirada que toca al “otro”, al consultante, acompañándolo en su proceso y seguir promoviendo el cambio personal con miras a un bienestar. Las situaciones personales son muy diferentes, desde luego, aun en los casos de atracción al mismo sexo; es imposible generalizar. En este momento estoy tomando de los autores citados en lo que coinciden, particularmente, en cuanto a la autoestima.

CAPÍTULO 4. INTERACCIONES E INTERVENCIONES EN LA RELACIÓN CONSULTANTE-PSICOTERAPEUTA: CAMBIOS Y RESULTADOS

Cada caso, cada consultante es distinto, ninguno es igual, pueden existir semejanzas, pero jamás casos o consultantes iguales. También existen diferentes escuelas que muestran la forma de intervenir con diferentes técnicas psicológicas, además de sus características especiales y específicas, así como sus formas de interacción ninguna es igual, pueden tener algunas semejanzas, coincidencias y diferencias, pero ninguna es idéntica a otra. De alguna manera, cada psicoterapeuta va creando un estilo propio, y de acuerdo con cada caso, en cada consultante, las intervenciones e interacciones son distintas. Es por eso que se analizarán a continuación, algunas de las audio grabaciones de las sesiones que se realizaron con el consultante, al cual se le coloca el seudónimo de “Pablo”, dicho de otra manera, no se pretende intervenir e interaccionar de la misma manera siempre, ni tampoco desde una escuela específica o desde lo que ha funcionado en otros casos semejantes, sino que se hace de una manera más flexible y abierta, dado que a veces las escuelas o enfoques se cierran, volviéndose rígidos en cada caso o proceso de acompañamiento. Al respecto, Egan (1981), señala que, “Los enfoques de las escuelas en psicoterapia tienden a ser tan rígidos como demasiado vagos” (p.14).

Con esto no pretendo eliminar ninguna escuela teórica o quitar la importancia de su contribución, sino hacer uso de ellas en un momento determinado de acuerdo con el proceso de acompañamiento que se lleve a cabo. Es importante tener un modelo amplio como psicoterapeuta, para captar el sentido de las escuelas, teorías y técnicas. Así, como tener el cuidado de evitar etiquetar, categorizar o dar por hecho algo, sin antes escuchar lo que la otra persona nos quiere comunicar a través de sus narraciones, posturas corporales, sus silencios, inasistencias o asistencias etc. Egan (1981), agrega que:

Un buen orientador sabe que el ayudar pide mucho trabajo. Atiende a la otra persona tanto física como psicológicamente. Sabe lo que su propio cuerpo está

diciendo y puede leer los mensajes no verbales de su cliente. Escucha atentamente al otro, conociendo que la acertada orientación es un proceso intenso en el cual se puede conseguir mucho si las dos personas están dispuestas a colaborar. Responde frecuentemente al otro, ya que está trabajando para comprenderlo. Responde desde el marco de referencia de su cliente, porque él puede ver el mundo a través de los ojos de su cliente. Respeta a su cliente y expresa su respeto al estar disponible para él, trabajando con él, no juzgándole, confiando en las fuerzas constructivas encontradas en él y finalmente con la esperanza de que viva la vida tan efectivamente como pueda. Se interesa auténticamente por la persona que ha venido buscando ayuda; esto es, no está a la defensiva, es espontáneo y siempre dispuesto a decir lo que piensa y siente, siempre que sea en beneficio de su cliente (p.21).

Un elemento importante en todo proceso psicoterapéutico es la relación entre psicoterapeuta y consultante, al establecerse una alianza terapéutica. Es de ahí de donde parten los cambios para obtener resultados favorables y esto se da a través de la interacción e intervención. Con esto no quiero decir que es todo, pues existen elementos relevantes en un psicoterapeuta como son las habilidades o destrezas que son indispensables ejercitar siempre, como las referidas por Cormier y Cormier (2012); las respuestas de escucha y de acción, así como las técnicas específicas que se emplean, como, la empatía entre otras más. Por tal motivo, desde que el consultante llega al espacio psicoterapéutico, es importante crear un clima agradable interno y externo. Que el consultante se encuentre en un lugar, confortable, a gusto para que logre expresarse de manera libre y con confianza y donde el terapeuta pueda interaccionar con mayor eficiencia. Salama (2002), menciona que el lugar en donde se imparte la sesión psicoterapéutica habrá de incluir ciertos elementos, para que exista comodidad para ambos. Por ejemplo, procurar que no existan ruidos externos que interfieran, un área independiente sin paso a otros lugares, con una temperatura agradable, limpieza del espacio y con luz, pañuelos desechables y un bote de basura, así como otros elementos más, que no es necesario mencionarlos, en síntesis,

considero que el espacio terapéutico juega un papel importante en toda relación psicoterapéutica.

Llegar a intervenir como psicoterapeuta requiere una gran dedicación, así como de una continua práctica que se convierte en una maravillosa manera de facilitar procesos y cambios. Salama (2002), dice que llegar a ser psicoterapeuta implica responsabilidad, puesto que este profesional facilita procesos de crecimiento en la sociedad. En sus palabras: “Por ello se requiere dar una mayor importancia a la metodología y a la investigación, algo que generalmente no es contemplado en la mayoría de las instituciones que forman terapeutas Gestalt” (Salama, 2002, p. 26). Es por eso que deseo incluir, antes de iniciar con el análisis de las narraciones de “Pablo”, con algunas consideraciones teóricas que puedan explicar o dar a comprender lo que ocurre en este estudio de caso. Es de suma importancia dar cuenta de lo que sucede desde un aspecto metodológico, a fin de lograr la claridad respecto a lo que se lleva a cabo. La psicoterapia tiene una metodología, por tal motivo se encuentra dentro del área científica, dado que sigue un método científico. En este estudio de caso, el tipo de método es fenomenológico, dado que se emplea lo subjetivo y su metodología es cualitativa, que se basa en la relación vivencial con el consultante, por lo tanto, también es una interrelación de forma intersubjetiva entre el consultante y el psicoterapeuta. Un elemento implicado en todo esto es el método fenomenológico. Al respecto, Dantas & Moreira (2009) dicen:

Podemos, entonces, pensar que la fenomenología radicaliza la relación del hombre y del mundo entre sí como flujo constante de producción de sentido, marcadamente histórica e intercorpórea, pues entrelaza varios horizontes vivenciales para darse cuenta de la mutualidad inherente a ellos. Podemos pensar, también, que este método toma conciencia del comprometimiento con la concreta dialetizada por la tensión de polaridades sin síntesis de esta misma relación hombre-mundo (p. 249).

Dantas & Moreira (2009), señalan que la fenomenología es un método que toma conciencia de las vivencias o experiencias del hombre en relación con el mundo. En una relación terapéutica, el método fenomenológico nos muestra el significado de lo que acontece en el sujeto al expresarlo por medio de las narraciones. Estos mismos autores dicen lo siguiente:

El campo fenoménico parece, en este contexto, presentarse como un conjunto de experiencias que orienta la conducta del sujeto en el mundo y permite la elaboración de un proyecto existencial, a partir del cuerpo. El cuerpo pasa a ser el elemento clave de esa inserción consciente en el mundo, ya que es dotado de un elemento de proyección para la cultura, que a su vez confiere el sentido intercambiable del campo intersubjetivo, el lenguaje. El lenguaje es, desde estos aspectos, un sistema específico de vocabulario y sintaxis que revela la unión del sujeto con el estar-en-el mundo y, por lo tanto, expone la condición del ser como hombre en situación. Como tal, este hombre no es libre por completo, visto que está comprometido en el mundo con infinitudes de posibles, siendo estas infinitas opciones de existencia que apuntan el carácter singular de cada ser. Dicho de otra manera, cada sujeto se individualiza por el proyecto existencial con el cual se compromete (Dantas & Moreira, 2009, p.249).

Por tal motivo, dicen Dantas & Moreira (2009) “Ver y oír fenomenológicamente pueden también ser posturas de intervención del investigador” (p. 250). Así, también un proceso de psicoterapia es un espacio en donde ocurre una intervención e interacción al ver y escuchar, sin olvidar, por supuesto el habla. Dantas & Moreira (2009), refieren que, de los recursos que se tienen.

Entre ellos, tenemos el habla auténtica, como un feedback o habla movilizadora, que permite el tomar conciencia de sentidos, por un proceso de awareness –un tipo de concientización vivencial– y, sobre todo, una reelaboración acerca de una Gestalt ya establecida. El habla auténtico es facilitador para la emergencia del sentido porque es un habla genuino (p.250).

Será, “a través de estas intervenciones, donde se desdoblarian espacios para la posibilidad de percibir el otro de forma plena y “ver el invisible”, más allá del verbal” (Moreira, Sabóia, Beco & Soraes, 1995 en Dantas & Moreira, 2009, p. 250).

Hasta aquí podemos tener claro que un proceso psicoterapéutico tiene un sustento metodológico, dado que los aspectos subjetivos del consultante pueden hacerse visibles a través de esa interacción entre psicoterapeuta y consultante, creando una intervención de movimiento, es decir, de cambio. En el mismo orden de ideas, otra forma importante de intervenir es la escucha:

Las técnicas de escucha activa también forman parte del contexto de facilitación del flujo de producción de sentido. Ellas pueden ser respuestas de elucidación – aclaración sobre el hecho descrito, por la vía de la síntesis deducida sobre aquello que fue dicho, a fin de confirmación o refutación de la comprensión expuesta; de reiteración –señalando elementos relevantes en el habla del colaborador o reproduciendo sus últimas palabras a fin de que se promueva una continuación del flujo discursivo de reflexión del sentimiento –como comprensión de los elementos emocionales envueltos en la descripción del hecho, favorecido por el involucramiento existencial y afirmando el vivido del colaborador; de confrontación –al exponer contradicciones en el flujo– discursos o incongruencia entre la producción descriptiva y sus componentes emocionales y la postura corporal (Dantas & Moreira, 2009, p.250).

Considero que se entrelaza el psicoterapeuta y el consultante o si se prefiere nombrarlo cliente, formando una alianza terapéutica, también el hombre y mundo formando en si vivencias o experiencias, así como el hablar, el escuchar y el observar, que son formas de comunicación de un proceso psicoterapéutico, es decir, se une o mezclan dos personas en interacción, en un cierto momento, para formar un todo. Lo que pretendo explicar con esto, es lo que ha ocurrido en mi estilo propio de ejercer la psicoterapia. No deseo pasar sin detenerme en lo que en estos dos años aproximadamente después de terminar los estudios académicos de la Maestría en

Psicoterapia en la Universidad Jesuita de Guadalajara (ITESO), he experimentado en la práctica diaria. De que en cierto modo, en el caso de “Pablo”, se entrelazan las diferentes escuelas psicológicas así como su teoría y sus técnicas. Y de alguna manera, en mi propio estilo psicoterapéutico, se encuentran entrelazadas las diferentes corrientes psicológicas, no obstante, considero que de alguna manera, existe también un orden, pero sin faltar a la espontaneidad y el compromiso. A continuación, de una manera breve explicaré mi propia experiencia que posteriormente aplicaré en el siguiente capítulo de este estudio de caso. Al inicio de todo proceso, en las primeras sesiones, brota la escuela humanista de forma natural, para que luego, en las sesiones siguientes, de una manera menos natural, de cierta relevancia al enfoque cognitivo-conductual. Posteriormente, en las siguientes sesiones, el enfoque psicoanalista y enfoque sistémico, después de estas el enfoque de la Psicoterapia Gestalt, y para finalizar, considero que el cognitivo-conductual es el básico, con esto no deseo restar importancia a ninguna escuela sino resaltar la riqueza que cada una de estas escuelas me ha brindado en la práctica psicoterapéutica. Es una forma con la cual he ido interviniendo e interaccionado con “Pablo” en este caso, y con los consultantes que atiendo en la consulta privada. Y no solo en los procesos interaccionales sucede, sino que también en cada una de las sesiones, sigue el toque delicado que brota de manera espontánea de cada uno de los enfoques. Por ejemplo, al iniciar cada sesión, es la escuela humanista a través de mí que se presenta al consultante, en las palabras o en las actitudes como; una sonrisa, calidez, ver al otro y escucharle con empatía. En la misma sesión, en cierto momento, se asoma la escuela psicoanalista, al escuchar al consultante en su catarsis, al reflexionar e interpretar. Después, desde la escuela sistémica, observo su contexto, y en otro momento aparece la escuela Gestalt al promover el contacto con los sentimientos o emociones y en la aplicación de alguna técnica. Casi al finalizar, cierra la escuela cognitivo- conductual y sistémica con alguna tarea, actividad que realizará en la semana el consultante. Con esto no quiero decir que sea la forma más adecuada o la secuencia teórica que se debe de seguir, pues de alguna manera, también es flexible y libre, de acuerdo con cada caso, consultante o situación específica. O bien, puede

desempeñarse a partir de un solo enfoque, o los que se elijan o requieran para la intervención e interacción. Al respecto, Egan (1981), señala que:

Un orientador es un integrador. Ayuda al cliente a explorar su mundo de experiencias, sentimientos y conducta; mientras el cliente da datos acerca de sí mismo, el orientador le ayuda a integrar esos datos en una forma que le facilita al cliente el entenderse a sí mismo y a su conducta. El orientador en este proceso, no teme compartir sus propias experiencias, si ve que esto avanzará el proceso de ayuda. No teme confrontar a su cliente con cuidado, a hacerle demandas, si estas demandas emergen de la experiencia del cliente y no de las necesidades del orientador. No teme tratar abiertamente sobre el tema de su propia relación con el cliente, al grado que ayude al cliente a entender su propia conducta y su estilo interpersonal. Pero hace todas estas cosas con precaución y respeto, recordando que la ayuda es para el cliente; no permite que él mismo y sus necesidades interfieran en la ayuda (Egan, 1981, p.22).

Pero sin olvidar lo siguiente, que también va entrelazado con lo anterior y que expone el mismo Egan (1981), quien menciona:

La acción es lo más importante para el buen orientador. Puesto que él es un, agente en su propia vida - uno que se apodera de la vida antes que someterse a ella -es capaz de ayudar a su cliente a elaborar programas de acción "que conduzcan a cambios constructivos de la conducta. Sabe que la propia comprensión no es suficiente y que el proceso de ayuda no está completo. Hasta que el cliente actúe según su entendimiento. Él es práctico: procurará todos los recursos posibles de ayuda que capaciten a su cliente a lograr sus metas. Indudablemente, se da cuenta de que el proceso de ayuda es evolutivo - que el proceso entero está llevando a un cambio constructivo de conducta por parte del cliente. Debido a su amplio repertorio de respuestas, el orientador puede "llegar a" un problema desde muchos puntos diferentes y ayudar a generar conductas alternas. No está atado a un solo curso de acción. Cuando usa una variedad de

técnicas en el proceso de orientación, es el maestro de las técnicas que usa; él las posee, ellas no lo poseen a él. Sigue un modelo de orientación, pero no tiene miedo a divergir de él cuando tal divergencia podría probar ser más constructiva. Finalmente, no tiene necesidad de modelos o técnicas específicas, porque está viviendo efectivamente y ayudar es algo instintivo en él (p.22).

Como se puede observar, el ejercicio profesional del psicoterapeuta es complejo, requiere de una fuerte y sólida preparación, por lo que hago énfasis en el conocimiento y reconocimiento de los marcos teóricos de referencia (señalados con anterioridad), y que sostienen, hasta este momento, mi práctica en la psicoterapia.

A continuación, en los siguientes párrafos se transcriben algunas de las sesiones actuales con “Pablo”, me refiero a las realizadas una vez que reiniciamos el proceso de la psicoterapia. También trataré de explicar las interacciones e intervenciones que como psicoterapeuta se han dado en el caso de “Pablo”, así como los cambios y resultados obtenidos por el consultante. Solo retomaré algunos fragmentos de las narraciones de las sesiones, para dar cuenta de este punto. De 11 sesiones realizadas hasta este momento, se cancelaron 3 con anticipación, que fueron; 2 por parte de la psicoterapeuta y 1 por parte de el consultante. De esta manera, en total fueron 8 sesiones, las cuales, en su mayoría, fueron grabadas en audio, y solo de las dos primeras sesiones no existen grabaciones, debido a que aún no se le informaba esto al consultante. Posteriormente se dialogó con “Pablo” respecto al asunto de grabar, se le solicitó su consentimiento y a partir de ese momento se grabaron en audio las sesiones de trabajo.

En este registro de las interacciones establecidas con el consultante y sus efectos en términos de cambio, se colocan en cursiva algunos párrafos que no se encuentran en el audio, para darle mayor peso con la teoría y una breve descripción de la misma.

Las primeras sesiones, la uno y la dos, no se encuentran audio grabadas, por los motivos expresados anteriormente. En estas sesiones se realiza el encuadre y se

escucha el motivo de consulta. Y ante todo, desde el enfoque Humanista, se busca la creación de un clima de confianza y de respeto. Las narraciones abarcan el contexto laboral, familiar y personal del consultante, de manera general.

A partir de la sesión 3 a la 7, se abarcan diferentes aspectos contextuales de “Pablo” de manera detallada, tales como el laboral, personal y familiar. Se trabajó una sesión en la cual se emplea en cierto momento una técnica vivencial de la escuela Gestalt, para trabajar un aspecto del pasado del consultante referente a su despertar sexual durante su infancia. Se coloca parte de esta interacción e intervención en el apartado número 4 de “Vivencias y significados del consultante”. Salama (2002), señala que “Fritz Perls planteaba que la Psicoterapia Gestalt debía evitar la intelectualización y poner el acento en la experiencia a través de técnicas vivenciales” (p.97). Dado que el consultante recurre frecuentemente al razonamiento, es necesario llevarlo a tomar conciencia y facilitar el contacto con la experiencia, donde se obtienen resultados favorables que implican la expresión de emociones y la movilización, es importante saber que lo anterior no es lo único que va a ayudarle al consultante, pero sí es una aportación de esta escuela al proceso del consultante.

A continuación, se muestran fragmentos de algunas de las sesiones. Se indican: la hora, el minuto y el segundo en que aconteció la narrativa presentada y el tiempo de duración de la grabación para identificarla del resto de las audio grabaciones de las sesiones; la nomenclatura para señalar los fragmentos de cada grabación es: 02:03:04, donde 02 son horas, 03 son minutos y 04 son segundos. Se registra en letra cursiva lo que no está en la grabación.

Minuto 00:37:37 de 01:08:06

En ese momento, la narración de “Pablo” fue relacionada con las dificultades que se presentan en su área laboral.

“Pablo”: “Prácticamente me gusta verlo como reto si, y superar ese reto y lo mismo ha sucedido en casa”.

T. “Y también ha sido un reto, no”.

La respuesta de escucha es un parafraseo. Es el tipo de respuesta, “para ayudar al cliente a centrarse en el contenido del mensaje” (Cormier & Cormier, 2012, p. 143) Quiero que se dé cuenta que lo mismo pasa con su familia, dado que en este momento se está refiriendo al trabajo.

“Pablo”: “Si, ha sido un reto muy difícil”.

T. “Ajá”.

Esta es una expresión que utilizo regularmente, para invitar al consultante a continuar con su narración, sin embargo, considero importante analizar si no es un tipo de muletilla.

“Pablo”: “Y he visto la forma de ir, lo que me ha funcionado ahí es soltar”.

T. “Umhjum”.

Esta otra de las expresiones o sonidos que emito regularmente para dar a conocer al consultante que estoy escuchando.

“Pablo”: “Soltar las cosas, aceptar a las personas, dejar de mirar y querer cambiarlas”.

T. “Uhjum”.

Es importante mencionar también que esta expresión o sonido lo emito con un tono suave, y que es la que menos utilizo.

“Pablo”: “Cuando creo que soy yo el que debe cambiar, y cambiar para bien por eso estoy viendo estas dificultades que se me presentan en la vida que dé (*no completa frase*) me hacen trabajar áreas de mi vida que tal vez me hacen falta trabajar, por ejemplo la disciplina.

T. “Aja”.

Esta es la expresión que más utilizo, regularmente continúan en toda la narración, sin embargo las omitiré en este escrito y solo dejare la otra expresión o sonido.

“Pablo”: “La puntualidad, la caridad, la comprensión, la paciencia, eh, solidaridad, comprensión, por eso eh, si me duele, si me causa coraje, si reniego, me cansa pero de cierta forma me hace como resurgir. Si, por eso digo que pareciera que soy masoquista, pero al mismo tiempo, me gusta que estas cosas sucedan porque...”.

T. “Le encuentras algo positivo”.

“Pablo”: “Eh, algo positivo sucede en mi vida que me hace eso”.

T. “De alguna manera, todos los seres humanos tenemos problemas o dificultades en algo, pero hay personas que aprovechan esas circunstancias para sacar algo positivo como dices, o hay personas que no le encuentran nada positivo y se siguen quedando ahí, no”.

Dicen Cormier & Cormier (2012), respecto a trasladar las ideas claves del cliente a sus propias palabras, se denomina paráfrasis. “La paráfrasis es la repetición de las palabras y pensamientos principales del cliente” (p.147), a fin de que el consultante se experimente escuchado, de manifestarle que se sigue la secuencia de su discurso.

“Pablo”: “Ajá”.

De esta manera, el consultante ratifica la paráfrasis anterior, es decir, ratifica lo que comunicó.

T. “En el agujero, pero cuando se está abajo en el agujero. O sea, salto es así me imagino como el resorte trae más fuerza”.

“Pablo”: “Sí, porque pienso podría buscar trabajo en otro lugar, pero a otro lugar a donde vaya, voy a tener, va a ver problemas, siempre voy a tener dificultades ya sean personales, ya sean laborales, sociales. No sé si recuerdas que hace un tiempo estaba enojado con la situación social que sucedía en México, eh y que yo te decía ¿Porque no nací en Europa?” (*Tono de voz alto como de molesto o disgusto*).

T. “Si, lo decías”.

“Pablo”: (risa).

T. “Si, lo recuerdo, eh”.

“Pablo”: “Entonces he estado viendo videos de extranjeros, que se admiran de la grandeza, de la belleza de México de....” (*Guarda silencio breve*).

T. “De su riqueza, de la naturaleza, la cultura”.

“Pablo”: “De su riqueza natural, cultural, social o sea y mucha gente desea venir a México y yo que estoy aquí no he sabido valorar o no me he sabido valorar como mexicano, eh. Me gustaría que los mexicanos cambiáramos, por ejemplo, ahora para las votaciones cuánta gente ha acusado a diferentes candidatos de corrupción. Y la corrupción eh, estaba viendo un noticiero, un reportaje de una empresa que contaminaba un río, la cámara se enfocaba en la corriente de agua que estaba toda contaminada, pero empezó hacer un recorrido hacia los lados por donde pasaba esa corriente de agua y había basura, había muebles, había de todo. Entonces yo, porque la gente opina acerca de los gobernantes o del gobierno de México que es corrupto, cuando todos somos corruptos, todos ensuciamos, todos contaminamos. Pocos hacemos algo para que México sea más hermoso, más valioso si, el hecho de depositar la basura en su lugar de no contaminar, de no ensuciar, de no grafitiar³ haría de México un país más hermoso para nosotros mismos, que somos los que vivimos aquí y si hiciéramos esa parte que a los mexicanos nos toca sería más deseable y viviríamos en un lugar recogido”.

T. “Lo que voy viendo “Pablo” (*es el seudónimo del consultante, regularmente me gusta hablarles por su nombre*), en esto que me vas mencionando, que me vas relatando, es como tu... este, has ido valorando también. Me refiero el ir valorando tu

³ Grafiti. Del it. graffiti, pl. de graffito. Firma, texto o composición pictórica realizados generalmente sin autorización en lugares públicos, sobre una pared u otra superficie resistente.

trabajo, el ir valorando tu familia, que, de alguna manera, con pocos vínculos afectivos, pero es tu familia”.

“Pablo”: “Aja, así es”.

En este momento deseo realizar un cierre, con una síntesis de lo acontecido durante la sesión, empero, no resulta, pues de ahí surgen otros aspectos importantes y es demasiado extensa mi aportación.

T. “Eh, has ido valorando también, como tú dices, el país y sobre todo, lo más importante, que también, he, ¿qué te vas valorando también a ti no?, y que de alguna manera vas aceptando también a las personas, aceptando el área de tu trabajo, a ellas, no como son, sino su personalidad y etc. Que a veces están así como machetito, pero dices, bueno así son, no cambian y si las cambiara voy a estar ahí todo estresado. Y de alguna manera, tu hermana, tus sobrinos, sin quererlos cambiar como tu quisieras cambiarlos, ¿también estarías muy estresado no? Y de alguna manera, cambiar la situación del país o cambiar a México, o las circunstancias, como decir, las aceptas y dices; qué encuentro de positivo también en esto. Lo más importante es que tú también te vas aceptando a medida que vas aceptando a los demás te vas aceptando tú, a medida que vas valorando a los demás, también te vas valorando a ti. Me refiero he, ¿cómo te diría? a ese “Pablo”(…).

Minuto 00:47:15

T: “No veo a un “Pablo” preocupado. Un “Pablo” que siempre estaba preocupado por el futuro o preocupado por lo que va a pasar. Preocupado, este, por encontrar una respuesta, preocupado por si es o no es, preocupado por si va a funcionar o no va a funcionar. Un “Pablo”, más bien, que se deja llevar”.

Mediante la interacción anterior, lo que busco es que el consultante se percate de que también posee aspectos positivos y no sólo los que considera negativos y que le impulsan a la crítica severa de sí mismo.

“Pablo”: “Creo que es lo que estoy manejando, dejarme llevar, este, por sentimientos positivos por ejemplo la paz... (continúa la narración). Me la pasé luchando, esforzándome, cansándome, tal vez, sea un cansancio interno, no solamente físico, sino de mis emociones de esperar siempre, eh, de no tengo la respuesta, quiero esto, eh. Te decía el ejemplo de escalar una montaña y por eso vino a mi ese pensamiento de ¿y quién te dijo que ya llegaste? O sea, o simplemente, creo que es otra etapa de mi vida, tal vez voy a mitad del camino, o tal vez avance un metro, realmente no sé pero el avance es mi orgullo es lo que estoy valorando ahora. En la aceptación, tal vez buscaba un cambio sí, que se me quite, o sea que me quiten estos cojines, que me quiten esta carga de encima cuando lo que debí haber hecho es tengo esta carga encima y así he ido caminando, o sea, no necesitaron quitarme la carga para caminar, sino que aprendiendo a caminar con la carga o estoy en ese proceso de caminar con la carga que es lo que veo como aceptación”.

T. “¿Te refieres a la atracción hacia al mismo sexo?”.

Señalan Cormier & Cormier (2012) que la clarificación “es una pregunta, que se utiliza frecuentemente detrás de un mensaje ambiguo del cliente” (p. 141). Coloco un tono de voz, que suene a pregunta pues intuyo se refiere a eso, no obstante, deseo tenerlo más claro.

“Pablo”: “Sí”.

T. “El deseo”.

“Pablo”: “Sí”.

T. “Y sobre todo como tu decías, a lo mejor lo que tu querías era así como “me quiten esto ¿no?”, así como, eh, no sé...”

“Pablo”: (risa).

T. “Como si tuvieras lepra, o tu vieras cáncer, como si tuvieras algo que fuera una enfermedad o no sé, como que quítame todo esto que se salga no sé”.

Estas intervenciones son relevantes, pues apuntan al reconocimiento de la atracción por el mismo sexo que tiene "Pablo" y que le ha costado mucho trabajo aceptar, además de que le ha colocado en una situación de constante frustración, pues no puede remontar las prácticas sexuales que tiene con otros hombres.

"Pablo": "Creo que la sesión pasada, me hablabas de ¡ámate! así como eres, o sea, ámate así, no cambies, así ámate, así quíerete, así acéptate sí. Creo que eso removió mucho mis sentimientos... *(la voz se quiebra un poco, carraspea), de sus ojos se derraman algunas lágrimas.*

T. "Y es en esa parte que "Pablo" encontró la respuesta en amarse así mismo, con ese deseo que existe, que no lo veamos como malo o bueno, pero que está. Eso sí, que "Pablo" elija que quiere este camino o este camino. Porque el deseo, no sé yo, considero en lo personal, no se quita, pero voy a seguir estudiando. Considero que el deseo no se quita, simplemente, de alguna manera, sigue con la persona, pero no sé si ponerle un nombre si controlarlo o equilibrarlo".

"Pablo": "Creo que es cuestión de decisión o de actitud" *(interviene el consultante)*

Empieza a narrar una historia que le contó un sacerdote, de que no se angustiara y trae de fondo, está hecho de que se toman decisiones ante algún acontecimiento. Y él dice, "se toma la decisión de ser como se quiere vivir". Esta narrativa que le fue ofrecida por otro, -y, además, proveniente de un sacerdote-, le da a "Pablo" nuevas esperanzas en cuanto a lograr la aceptación propia en cuanto a su preferencia sexual.

"Pablo": [agrega] "Y así como esa historia, he escuchado otras historias, y por eso digo como muchos me han dicho, que eso no se te va a quitar porque no es una enfermedad, no estas enfermo de nada, no te vas a curar, más bien es ¿Cómo quieres vivir tu sexualidad?... *(continúa su narración)*... ¿Cómo quieres vivir tu sexualidad? Ni siquiera quiero llamarla homosexualidad".

T. "Sí, porque es una etiqueta".

“Pablo”: “Porque es una etiqueta, ¿eh?”.

T. “Tú eres “Pablo”.

“Pablo”: “Incluso una persona que tiene relaciones sexuales es porque está decidiendo tener relaciones homosexuales, tal vez haya que buscar la causa o la raíz que lo llevó o la lleva. En mi caso, creo que fue la falta de amor, la falta de cariño y un despertar sexual a temprana edad”.

T. “¿De quién?”.

Esta intervención es una respuesta de escucha, Cormier & Cormier (2012), denominan clarificación. Estos autores señalan lo siguiente: “La clarificación puede ser apropiada en cualquier circunstancia en la que usted no esté seguro de haber entendido el mensaje del cliente y necesite una mayor especificación” (p. 144). Además, esta clarificación promovió que “Pablo” pudiera relacionar su presente con los eventos sexuales vividos en su infancia. Así lo dice:

“Pablo”: “La falta de padre, de hermanos y de cariño de varones, por falta de hombres principalmente y ese....despertar temprano sexual”. *(Continúa la narración: estamos ya por finalizar prácticamente).*

En otra de las sesiones se trabajó lo que le solicité de manera escrita, estas son las preguntas: ¿Qué he descubierto en este proceso de terapia desde que inicié hasta ahora? ¿En qué me ha ayudado? ¿Que considero me hace falta en este proceso para continuar, mejorar? Y por último, ¿Que no me ha ayudado? Es en esta estrategia donde entra el marco de la escuela cognitivo-conductual y el enfoque sistémico; en la asignación de tareas, así como en el análisis del contexto del consultante (que se da en otros momentos que no se registran aquí).

Además de lo anterior, también utilizo ejercicios de imaginación, como cuando en la siguiente sesión le solicito que cierre los ojos para concentrarse mejor. Le menciono que imagine una puerta del pasado, futuro, presente...utiliza la imaginación

y abre la del presente. Y le digo: la abres y está “Pablo”, quiero que percibas como lo ves, cómo lo sientes.

Minuto 00:08:37 de 00:25:33

T. “Si te dijera; quiero que te imagines a “Pablo” ahorita en el presente. *Guardo silencio esperando haga contacto y enseguida realizo la siguiente pregunta: ¿Cómo esta ese “Pablo” ahorita?*

“Pablo”: “Está cansado” *(su tono de voz concuerda con lo que dice, es lento, espaciado, así como en las siguientes expresiones de su narración).*

T. “Así es” *(lo confirmo, pues es así como lo observo cuando llega, camina y se sienta en el sillón).*

“Pablo”: “Agotado”.

T. “Ajá” *(esta expresión es una manera de invitarlo a que continúe, así como las siguientes hasta concluir la narración).*

“Pablo”: “Desesperado”.

T. “Ajá”.

“Pablo”: “Intranquilo”.

T. “Ajá”.

“Pablo”: “Temeroso”.

T. “Aja, así es” *(con esta expresión afirmo lo que él ve y yo veo).*

T. “Pablo ahorita está intranquilo, desesperado, cansado. *(Repito despacio para que lo haga propio) ¿Qué más, como lo ves? Intranquilo, desesperado, cansado” (deseo busque dentro de él algo más, por eso pregunto esto y repito lo que ya me dijo, que se sienta escuchado).*

“Pablo”: “Agotado”.

T. “Agotado” (*repito para que lo pase, a otro nivel, no solo del pensar*).

“Pablo”: “Y siento que ha aprendido a aceptar las cosas”.

T. “Ok” (*una expresión de estoy de acuerdo, pues en otra sesión estuvimos trabajando este aspecto también*).

“Pablo”: “Las cosas que antes él quería cambiar de afuera, como que se ha rendido”.

T. “Ok” (*expresión de te estoy entendiendo, estoy de acuerdo con lo que dices y una invitación a continúa*).

Estas breves expresiones están fungiendo como catalizadores que promueven la expresión de “Pablo”, quien continúa adelante en su narración.

“Pablo”: “Como si dijera basta ya, las cosas son así” (*guarda breve silencio, pues su tono es pausado*).

T. “Ok” (*invito a que continúe expresándose, deseo siga profundizando y vea hacia sí mismo*).

“Pablo”: “No puedo cambiarlas, (*su tono lleva en sí algo, como de tal vez resignación*), lo que me toca es aceptarlas” (*deseo saber cómo lo vive pues no me queda claro si es resignación “ni modo” o aceptación “quiero” por eso realizo la siguiente pregunta*).

T. “¿Y cómo se siente “Pablo” con eso?”.

(Breve silencio) ... (Ambos esperamos, pero me desespero y lo llevo de nuevo a pensar con la siguiente pregunta, que más bien es una interpretación).

T. “¿Pareciera como que se ha rendido?”.

“Pablo”: “Sí”.

T. “O pareciera ¿Cómo que ha aceptado? ¿Como ves? O es ¿combinado?”.

“Pablo”: “Ha aceptado”.

T. “Ok”.

“Pablo”: Pero al mismo tiempo es como... *(Guarda silencio y guardo silencio ahora si espero)*. Como si quisiera que las cosas cambiaran, pero dijera es que las cosas no van a cambiar, las cosas ya son así, que es como una línea recta que de repente baja y luego sube”.

T. “Ajá”.

“Pablo”: “Tiene ondulaciones”.

T. “Ajá, como altas y subidas *(solo lo repito y de nuevo al contrario, para moverlo de ahí y lo vuelvo hacer en la siguiente intervención. Busco que no se detenga, que no se atore o se quede a medias sin avanzar)*.

“Pablo”: “Si”.

T. “Subidas y bajadas”.

“Pablo”: “Si” *(guarda silencio breve y yo también)*.

“Pablo”: “Pero él quería que las cosas fueran planas”.

T. “Ajá”.

Mediante estas breves intervenciones busco que “Pablo” continúe expresando lo que le sucede, lo que, al parecer está realizando de manera simbólica, pues sin mencionarlo explícitamente, está refiriéndose a la aceptación de su homosexualidad; una cuestión con la que ha tenido severos conflictos y durante bastantes años.

“Pablo”: “Planas, así como perfectas” *(su tono de voz aumenta y con molestia lo expresa presionando sus dientes y golpeando su mano, es decir una mano puño que golpea la otra que está abierta; realizando esto baja su enojo)*.

T. "Aja, planas, perfectas. *(No me queda claro, a que se refería, pues en el fondo su enojo se debía a algo o a una demanda) ¿Qué son perfectas?"*.

"Pablo": "O sea..."

T. "¿Qué querías?"

"Pablo": "Quería que todo fuera a su manera *(su tono de voz la última palabra parece como si no quisiera lo escuchara y dice a su manera cuando es a "mí manera". Esto lo dejé pasar, pues mi interés es que siga hablando de él, de sí mismo, que siguiera viéndose a sí mismo)*.

T. "Ok".

"Pablo": "Que las cosas externas familia, sociedad, país, mundo, todo fuera como él quisiera".

T. "Tanto su preferencia como él quisiera" *(aquí me refiero a la atracción al mismo sexo, pues desde la perfección esto lo mira como algo no perfecto, como un "error". Esto es algo que no entra en su perfección y desea otra cosa, más "no su aceptación". Yo no deseo etiquetar a la persona del consultante, por lo que pienso que tal vez mi aportación no es clara y deseo aclararla enseguida con otra pregunta, sin embargo, me vuelvo a confundir)*.

"Pablo": "Sí".

T. "¿O no entra la preferencia?" *(esta es una alternativa que le doy, pues no deseo que me diga a todo que sí, o sea, que esté buscando que lo apruebe yo)*.

T. "Me refiero en el aspecto de familia, sociedad, mundo, país, ¿Me refiero a tu persona también? Me refiero a lo que "Pablo" quería en un principio, o sea, quitarse lo que tenía ¿cómo si le estorbara?, ¿cómo qué? *(considero que realicé muchas preguntas a la vez, por lo que "Pablo" se queda con la última pregunta y por eso responde lo siguiente en su narración)*.

“Pablo”: “Es como si “Pablo” trajera algo, un peso enorme sobre su espalda y que quisiera quitarlo”.

T. “Ajá”.

“Pablo”: “Pero al mismo tiempo, se acostumbró tanto a traerlo”.

T. “Aja”.

“Pablo”: “Que...se lo quiere quitar (*guardamos un silencio breve ambos*).

“Pablo”: “Pero siente extraño, siente como un vacío y pues se siente extraño”.

T. “Como que “Pablo” se acostumbró a cargar siempre algo”.

Dicen Cormier & Cormier (2012), que las respuestas de acción “se basan tanto en las hipótesis y percepción del terapeuta como en los mensajes y conducta del cliente (p.167). Esta es una interpretación que hago, de forma sugerente. Siguiendo a estos mismos autores, ellos señalan lo siguiente: “definimos la interpretación como una afirmación del terapeuta que asocia o establece relaciones causales entre varias conductas, sucesos o ideas del cliente o presenta una posible explicación de la conducta del cliente” (p. 179).

“Pablo”: “Si, cuando siente las manos vacías dice yo tenía algo aquí”.

T. “Lo vuelve a colocar”.

“Pablo”: “Yo quería esto, yo quería moldearlo, yo quería trabajarlo, quería que las cosas fueran así perfectas, blanco o negro. (*Como vemos, “Pablo” se sigue refiriendo de manera indirecta respecto a la homosexualidad*) Pero me doy cuenta que es un mundo multicolor, con diversas opiniones, problemas, frustraciones, ambigüedades y diversidad. Pero no es que las cosas son así (*cambia su tono de voz, con mayor fuerza*) y esta es mi opinión y las cosas son así decía. (*Vuelve a un tono normal*) Y no es, las cosas son como yo pienso, pero también son como él o ella piensan también, yo no tengo la razón, yo no tengo la respuesta para todo. Creo que es como que es

una especie de parte de la verdad, mi verdad, tu verdad, nuestra verdad y lo que “Pablo”, no sabía hacer es escuchar. *(Aumenta el tono de voz, con fuerza)* Imponía y decía que así tenían que ser las cosas y no”.

T. “¿“Pablo” imponía a los demás y se imponía a él mismo también?”.

La respuesta de acción, en especial la de interpretación, lleva a una mayor introspección. Es una forma de “motivar al cliente a recolocar las conductas inefectivas por otras más funcionales” (Cormier & Cormier, 2012, p. 180).

“Pablo”: “Sí”.

T. “¿Se imponía y decía tienes que ser así?”.

“Pablo”: “Sí”.

T. “Blanco o negro, defínete *(guardo silencio y quiero formular otra pregunta)* o imponer en esto que creo así tiene que ser”. *(Breve espacio para ahora si formular la pregunta)* “¿“Pablo”, de alguna manera se imponía también sobre él y sobre los demás?”.

“Pablo”: “Sí, porque *(su tono de voz aumenta)* si “Pablo” trabaja, lucha se esfuerza, porqué los demás no lo hacen. Porque hay gente perezosa, porque hay gente que se desanima, porque hay gente viciosa, drogadicta, *(su tono de voz baja)* es porque cada quien tiene su forma de pensar, su forma de vivir ¿porque no? Cada quien tiene derecho hasta de elegir su forma de morir”.

T. “De alguna manera, “Pablo” no podía vivir por estar ¿cómo en esa parte de...?” *(Realizo un silencio para que “Pablo” responda. Esta es una estrategia llamada de Frases incompletas, que proviene de la psicoterapia Gestalt).*

“Pablo”: “Observando”.

T. “Ajá”.

Esta expresión es de estoy de acuerdo, mira a los demás y deja de mirarse a él.

“Pablo”: “Siempre observando, hacia afuera, hacia afuera, hacia afuera (*guarda un breve silencio*). Quien fallaba, critica, perfeccionismo (*hace una expresión de me estoy dando cuenta con un sonido de “ja”*). Era como pulir un diamante, ponerle muchas facetas, pero no se daba cuenta que ese diamante con un mal corte se podía quebrar. (*Silencio un poco largo*). No me gusta la gente perezosa, pero tengo que darme cuenta que hay gente perezosa, que hay gente trabajadora, gente que le gusta mucho el deporte, hay gente que no le gusta, que hay gente que le gusta ver las cosas a distancia y hay quien le gusta ser activa (*breve silencio*). Me acostumbré a ser activo, me siento cansado, siempre buscando hacia afuera respuesta, soluciones, ¿Cómo hacerle? He buscado herramientas, como trabajar ¿Qué hacer? y cuando duermo, incluso trabajo, no descanso, siempre está activo”.

Como se puede ver, el hecho de introducir breves intervenciones que por lo general denotan aceptación da como resultado el hecho de que “Pablo” se extienda en su expresión. Esto puede encuadrarse en lo que se señalaba de inicio: “El lenguaje es, desde estos aspectos, un sistema específico de vocabulario y sintaxis que revela la unión del sujeto con el estar-en-el mundo y, por lo tanto, expone la condición del ser como hombre en situación” (Dantas & Moreira, 2009, p. 249).

T. “¡Pensando!”.

“Pablo”: “Si”.

T. “¿Ni en el sueño, descansas totalmente?”.

“Pablo”: “No”.

T. “¿A quién más no le gustaba la gente perezosa, aparte de ti? Recuerdas a mamá, a papá”.

“Pablo”: “Ja, papá era... no era perezoso, pero le gustaba más el descanso. Mamá era muy trabajadora, muy activa. Mamá era la hormiga de la casa, siempre trabajando siempre...ella comía parada”.

T. “¡No disfrutaba! el asiento, la comida...” *(En estas siguientes frases, nos atropellamos tanto el consultante como yo. No esperamos, parece que dejamos de escucharnos por contestar. Pero esto también puede ser una señal de que estamos entendiéndonos, pues en todas las intervenciones de paráfrasis y de interpretación que he hecho, “Pablo” las corrobora mediante afirmaciones, pero también, extendiéndose en sus relatos y compartiendo sus significados).*

“Pablo”: “No, no disfrutaba”.

T. “Tenía que comer rápido”.

“Pablo”: “Siempre estaba trabajando, ella se levantaba a las 5 de la mañana y empezaba sus labores desde que se levantaba, mis hermanos mayores todos son trabajadores, activos, siempre están innovando, creando. *(Guarda silencio breve)* Y yo no”.

T. “¿Y tú no qué?”.

Sé que él es activo, trabajador y no me queda claro que no es él entonces, como se percibe. Para esto realizo una pregunta de escucha de clarificación. Cormier & Cormier (2012), dicen que no hay que dejar supuestos o algo vago.

“Pablo”: “Yo no creo, yo no innovo, *(baja tono de voz)* no construyo. *(Deseo intervenir, pero el continúa, me detengo)*, Pero es una idea que me fue dada en la casa, siempre el trabajo, el trabajo, siempre trabajando, siempre mi casa era como un taller. No convivíamos como familia, no había cumpleaños, no había abrazos, no había festejos, a excepción de navidad”.

T. “Actividad, actividad”.

“Pablo”: “Sí”.

T. “Y a veces “Pablo” se llena de actividad, actividad, actividad”.

“Pablo”: “Sí, siempre”.

T. "Como el taller".

"Pablo": "Sí, como el taller".

T. "Trabajo, trabajo, trabajo" (*repito, para producir algo...sensación o emoción. Se voltea como deseando descansar y hace un sonido como de pujido*).

T. "Y se llena en la cabeza de ideas, ideas, ideas...pensamientos, buscar, encontrar, encontrar, buscar, leer, y llena también su cabeza, su taller el pensar, pensar, el cuerpo y la cabeza. Creo que la cabeza es la que más utilizas, estar buscando, buscando...tick, tick, no paras" (*continúo para despertar en él, los significados que regularmente asigna a su experiencia y que son poco favorables para sí mismo*).

"Pablo": "Sí, es por eso que digo que soy como un hámster que ruedo, camino y camino en esa ruedita y parecería que no avanzo, ideas nuevas y ahora cómo le hago, y que voy hacer, preocupándome que voy hacer, siempre preocupándome" (*tono de voz con ansiedad, más acelerado, con preocupación en este párrafo*).

T. "Así es, preocupándote. Como mamá, ¡preocupándose!".

"Pablo": "Sí" (*Después de la interpretación que hice, asemejando su patrón de respuestas con el de su madre, el tono de su voz es de un "sí, así es" ... cargado de emoción*).

T. "¿Qué voy a comer?, ¿En qué vamos a trabajar?, pero preocupándose. Recuerdas ¿qué le preocupaba a mamá?".

"Pablo": "Sus hijos. Ella no se acostaba hasta que su último hijo llegaba, o si alguien salía tarde de trabajar, o que sabía que su hijo o su esposo se alcoholizaban. Era una de esas personas que, como dicen, que se quitaba el bocado de la boca para dártelo, siempre tronándose los dedos, que voy hacer, no llega, no hace".

T. "Ansiosa, preocupada".

“Pablo”: “Si, ansiosa, preocupada, desgastada. Hasta sus últimos días, le decía yo, con solo verte trabajar ya me cansé, no trabajes tanto (*hace un silencio breve*). Pero era su vida, era su vida, yo le decía; (*su tono de voz lo aumenta, con fuerza, enojo con puños apretados*), descansa no eres un burro, no eres un animal, mereces descansar, no naciste para trabajar; también para descansar y disfrutar”.

T. “Aja, ¡disfrutar, la palabra importante! Que a “Pablo” también se le ha olvidado disfrutar, por eso busca disfrutar de ciertas maneras porque se le olvida disfrutar de otras (*hace un silencio largo*).

Minuto 00:23:39

Se tarda unos momentos y sale esta palabra, con un sonido como cuando se destapa algo.

“Pablo”: “Así es” (*empieza a llorar*).

Le pido que inhale y exhale para realizar una síntesis; el tiempo termina y deseo hacer el cierre de la sesión. Mientras le digo lo siguiente, sigue inhalando y exhalando.

T. “Aprendiste de mamá a estar también siempre preocupado, a estar ansioso, a llegar el momento de estar cansado, intranquilo, desesperado, pero agotado. Veías a mamá como se tronaba los dedos, como se angustiaba, como se preocupaba, y de alguna manera “Pablo” aprendió a preocuparse, a estar intranquilo, desesperado. Se preocupa en el trabajo, se preocupa por su familia, se preocupa por su hermana, se preocupa por sus sobrinos, se preocupa por el trabajo, se preocupa por él, ¿qué va a pasar después? Se desespera en el trabajo, se desespera con sus sobrinos, se siente cansado, que no encuentra una solución, se siente cansado de tanto pensar y pensar para encontrar la mejor respuesta para solucionar las cosas. Y llega un momento en que el hámster, el cerebro está trabajando tanto, que no lo deja descansar. ¿Y le dijiste a mamá? ¡Te mereces, disfrutar!, ¡te mereces descansar! Toma aire por la nariz “Pablo” y suelta por la boca, de nuevo por la nariz y suelta por la boca...”.

Síntesis. Es una respuesta de escucha que empleo, pero que aún me falta mejorar, es con el objetivo de entrelazar los múltiples mensajes del cliente. “La síntesis requiere mucha atención y concentración en los mensajes verbales y no verbales del cliente” (Cormier & Cormier 2010, p. 157). Aunado a lo anterior, la interpretación que hago asemejando su tendencia a estar siempre preocupado con lo que hacía su madre y que le enojaba mucho, le llevan a hacer contacto con su tristeza, y tal vez, su dolor por no aceptar ser quien es.

El final ya no se logra grabar por la batería que se descarga, pero le pido que se repita ¡te mereces descansar!, ¡te mereces disfrutar!, Posteriormente, le pido que empiece a escuchar los ruidos que están presentes, que mueva su cuerpo y que cuando esté listo abra sus ojos. Le pregunto ¿Cómo te sientes? Su contestación es “tranquilo”. Entonces le digo que nos vemos la próxima semana.

En las sesiones 7 Y 8, entre los aspectos más relevantes están: que “Pablo” tiene unos meses que no acude al “Grupo C”, pues desea darse un espacio, sin embargo, refiere que experimenta tedio y estrés, es decir, que no le llama la atención lo que antes le gustaba, y que además era importante para él, cuestiones como; leer la biblia y orar, pospone la asistencia al “Grupo C”. Habla sobre sus relaciones sexuales con el mismo sexo en el pasado, y cómo, desde niño, hasta la edad adulta, han ido cambiando y al final contacta con su sentimiento de tristeza. En la última sesión habla de una especie de sin sentido, de preocupación, y refiere que hace como una semana y media que ya no toma el Clonazepam. Que su médico ya no le quiso dar más desde enero, por lo que se estaba tomando las que tenía y ya no le quedaban, así que empieza a estar más ansioso por las noches y no puede dormir. Acude con el médico y le receta Hidrozicilina. En lo referente a su trabajo, están realizando recorte de personal administrativo y eso significa que cerraran más áreas y teme ser despedido.

Segundo 00:00:17 de 00:02:36

“Pablo”: “Ahora siento que soy una persona, que está empezando un proceso de anclaje”.

T. “¿Cómo de anclaje?”.

Esta es una respuesta de escucha, la que realizo para tener claro a que se refiere. Es de tipo de clarificación; “la clarificación permite a las dos personas establecer con exactitud que se dice y siente” (Cormier & Cormier 2012, p. 144).

Minuto 00:01:25

La narración gira en el tema de la homosexualidad y el abuso infantil, puesto que, en algunos eventos, no en todos, ha existido abuso sexual.

“Pablo”: “Y entonces no sé, tal vez sí haya habido abuso (*baja su tono de voz*) de alguna manera sexual pues sí, si fue abuso. (*Hace una expresión y dice ja*). Me fui movido la semana pasada”.

T. “Unhum”.

“Pablo”: “Todavía traigo aquí como mucha resonancia” (*señala con su mano la parte central de su pecho*).

T. “¿A qué te refieres con resonancia?”.

De nuevo una pregunta de clarificación, cuando se necesita tener claro algo. “la clarificación permite a las dos personas establecer con exactitud que se dice y siente” (Cormier & Cormier 2012, p. 144). Además, señalan Cormier & Cormier (2012), la importancia de “favorecer la elaboración del mensaje por parte del cliente” (p.144).

“Pablo”: “Que lo recuerdo y me da por llorar”.

T. “Te da por llorar, ¡Como tristeza!”.

Realizo una intervención de respuesta de escucha. Al repetir la parte afectiva del mensaje. Es de reflejo, Cormier & Cormier (2012,) dicen: “El reflejo es la repetición de los sentimientos o la parte afectiva del mensaje del cliente” (p. 142). Esto, a fin de que logre expresar sus sentimientos y hacerlo consiente de su sentir.

“Pablo”: “Si”.

T. “Ajá”.

“Pablo”: “Me siento triste”.

Minuto 00:01:27

Narró parte de lo que aconteció en la sesión pasada, de sus sentimientos de enojo y cómo ahora se presenta la tristeza. Realicé la siguiente pregunta: ¿Cómo es la tristeza?

“Pablo”: “Como que digo, si no hubiera pasado, no hubiera, perdí algo y este.”

Minuto 00:01:53 de 00:30:00

“Pablo”: “Es bueno y lo quiero mucho. (*Sigue llorando. No interrumpo, mantengo el silencio*). Es bueno y quiere que lo cuide, es delgadito, pero antes era gordito, es muy hermoso”.

T. “Y quiere que lo cuides”.

Paráfrasis. Una respuesta de escucha “es la repetición de las palabras y pensamientos” (Cormier & Cormier, 2012.p.147), verificando y reafirmando lo que dice en contenido anterior. Además, se favorece una disociación que permite que “Pablo” se relacione consigo mismo, lo que reditúa en una expresión de afecto que, por lo general, “Pablo” no se brinda.

“Pablo”: “Y yo lo voy a cuidar”.

Sigue llorando y continúa con su narración. Al final se deja de tarea que esté al pendiente de las necesidades del niño, que le pregunte ¿qué necesita?

Realicé esto para tranquilizarlo y luego traerlo al presente, pues se encuentra en una experiencia regresiva, visualizando a su “niño interior” necesitado del cuidado de alguien.

T. “Toma aire y suelta, toma aire y suelta, toma aire y suelta. Quiero que poco a poco vayas escuchando los ruidos que hay aquí”.

De la última de las sesiones, transcribo unos pocos párrafos, que son los siguientes:

Minuto 00:01:14 de 00:01:46

“Pablo”: “Me siento como una planta de sol que la cambiaron a la sombra”.

T. “Ajá”.

“Pablo”: “Me estoy muriendo”.

Minuto 00:01:19

Habla de su hermana, que vive ahí con él:

“Pablo”: “Y yo me estoy preocupando por ella”

Después de esta sesión me empecé a preocupar por el proceso del consultante, con una sensación de angustia, tal vez estoy dejando de escuchar algo. Salama (2002), define la angustia como:

Una sensación displacentera que se aprende de los modelos de identificación, los cuales pusieron expectativas muy altas [...] y que serán difíciles de alcanzar pues está entrenado en la idea de “si me esfuerzo lo suficiente ... tal vez” y en

los que se manejaba el futuro con fantasías catastróficas lo cual altera el aquí y ahora” (p. 202).

Hasta este momento, se ha trabajado durante este tiempo de 2 años y medio aproximadamente en periodos de intervalos, con la atracción al mismo sexo, los síntomas de ansiedad, los síntomas de depresión y su proceso de duelo o pérdida (muerte de su madre), asuntos de su infancia y poco sobre su autoestima, pero ahora me pregunto: ¿Qué ocurre que existen cambios, pero luego es como si él mismo volviera a colocar en sus manos lo que suelta, en otras palabras, sube y vuelve a bajar? Al respecto, Salama (2002), refiere que: “en general el motivo de consulta tiene su historia, la cual puede venir acompañada de síntomas somáticos y de repercusiones familiares o de trastornos, intra como interpersonales” (Salama 2002, p. 185).

Considero importante colocar algunos párrafos de lo que escribe el consultante referente a su proceso personal (es un cuaderno que él tiene) y que de alguna manera, tiene relación con el proceso psicoterapéutico; hay algunos escritos que me ha compartido. Dado que no existen grabaciones de las sesiones anteriores, sólo algunos escritos por mi parte, como psicoterapeuta y el cuaderno del consultante. Los siguientes párrafos son parte de un escrito que realizó el consultante en su cuaderno personal, solo transcribiré unos párrafos, y en cursiva colocaré una interpretación propia. Es un aporte para tratar de dar una explicación y ampliar detalles del caso. Este escrito no tiene fecha, pero “Pablo” le coloca este tema, porque describe cómo sube y baja, pues así considera su proceso personal, y de alguna manera, así considero también el proceso de psicoterapia con él; dicho de otro modo, se avanza y se retrocede. Esta es la manera como interpreto lo que ha acontecido en la psicoterapia:

“La escalera” *(este es el título del documento).*

El siguiente es el primer párrafo del escrito; por tal motivo se transcribe como está su redacción y ortografía de forma original.

Primer párrafo:

Es como un sueño o ficción tan cercano a la realidad; se asciende o desciende por ella, en ocasiones he subido, hoy me ha tocado bajar cayendo hasta tocar fondo, ¿qué es lo que me ha hecho descender, cuando llevaba varios peldaños hacia arriba? ¿Cuándo llevaba un buen ritmo en esta escalada?

Podemos decir que “Pablo” busca respuestas, se puede decir que busca un ¿por qué y un para qué? Tal vez lo desconocido le da miedo, por eso su afán de saber y tener el control. Lo mismo ocurre en proceso de psicoterapia deseando encontrar la respuesta a sus preguntas. El ¿por qué? o busca un ¿para qué? El conocimiento tal vez le da alguna tranquilidad.

Tercer párrafo:

Pero tal parece que cuando me caigo es tan solo uno o dos peldaños, sólo veo mi caída, pero no veo los que ya había subido antes, y estos peldaños ya subidos, cada uno son logros, éxitos o triunfos, ya alcanzados.

Creo que “Pablo” es exigente con él mismo, desea la perfección, por lo que cuando no la alcanza, sólo ve lo negativo de sí mismo y de su vida. De algún modo se refiere a la pornografía, la masturbación y los pensamientos o fantasías del pasado que trae al presente que le son placenteras, así como el deseo de tener una relación sexual con una persona de su mismo sexo. Me pregunto ¿qué ocurre, que no desaparecen, solo disminuyen?

Doceavo párrafo:

Como adormilado a mitad del camino ¿me quedare aquí? Tengo miedo a subir, pero no quiero bajar, pero la atracción a bajar es muy fuerte siento un extraño magnetismo que me invita hacia abajo.

De alguna manera, "Pablo", en el proceso psicoterapéutico actual manifiesta algo parecido a estoy "cansado", no dejo de masturbarme y continúo con el deseo; ya no quiero seguir.

Catorceavo y último párrafo:

Por eso cuando te caes te duele tanto que no puedes aceptar una derrota. Tus ojos miran hacia abajo aunque tu alma quisiera volar a lo infinito. No, no mientras yo exista, no mientras yo este contigo. Yo llegué a tu vida y no va a ser tan fácil que me vaya.

Me parece que ha "Pablo" le desagradan los fracasos, no acepta las pérdidas fácilmente, y sobre todo, le resulta imposible soltar. Existe una lucha interna entre aceptar su atracción por el mismo sexo y optar por algo distinto, pero no lo consigue. A veces prefiere no seguir para no caer de más alto y se detiene a medio camino. Y por último se hace presente la atracción al mismo sexo o si se prefiere llamar por su concepto: "homosexualidad".

En este momento estoy considerando trabajar sus rasgos obsesivo-compulsivos, dado que presenta ansiedad, depresión desde el inicio del proceso, además de una personalidad de perfección, exigencia y miedos, y de continuos pensamientos negativos, así como una conducta repetitiva de masturbación, afición por pornografía e imágenes o fantasías con relaciones sexuales del pasado, que, de alguna manera, le producen placer. Pero dice que ya ni eso le satisface del todo, dice que tal vez ahora desea el sexo oral. "Pablo" es una persona que no se encuentra satisfecha, siempre quiere más, pues experimenta una sensación de vacío, no se llena. Él lo llama un apetito "voraz", el que por cierto, está referido a la sexualidad.

Volví a escuchar todas las grabaciones y en varias ocasiones mis intervenciones son largas, en este sentido, creo que ser audio grabada en algún grado me inhibe, es decir, repercute en mi desempeño. También me doy cuenta de que en ciertos momentos no escucho al consultante por estar pensando en cómo elaborar la

pregunta siguiente. Algunas sesiones se colocaron casi completas y otras sólo en partes, para dar cuenta de las interacciones e intervenciones en el caso de “Pablo”, así como los efectos de las mismas en el consultante.

Hasta aquí se encuentra el proceso de “Pablo”, pues continuamos con la psicoterapia. Espero que con la exposición de este caso, pueda yo encontrar otras alternativas que le ayuden al consultante, y a mí, a encontrar nuevos caminos como psicoterapeuta.

CAPÍTULO 5. VIVENCIAS DEL PSICOTERAPEUTA Y PROCESO DE SUPERVISIÓN

Al presentarse “Pablo”, por primera vez en la Institución privada en donde me encontraba brindando mi servicio social en el año 2009, me experimentaba sobrepasada dado que conocía muy poco sobre el tema de la homosexualidad, por lo que me sentía insegura de llevar acabo dicho acompañamiento, sin embargo, algo que me caracteriza es que experimento miedo, pero dentro de mí existe otra fuerza más poderosa (Amor, fortaleza, Valentía, Dios,) que me empuja dándome seguridad de que he adquirido la capacidad y los recursos necesarios para seguir adelante con el proceso psicoterapéutico. También me apasionan los casos que me parecen difíciles, así como polémicos y hasta complicados, pues estos me invitan a crecer más en el nivel personal, profesional y espiritual. Por tal motivo elegí el caso de “Pablo”, dado que reúne las tres características, pues desde mi perspectiva es un caso difícil, polémico y complicado, no obstante, también es un caso interesante, poco común, de una duración prolongada y me apasionó dado que requirió de un mayor compromiso. Egan (1981), señala al respecto que:

Un orientador, antes que nada, está comprometido con su propio crecimiento: físico, intelectual, emocional, social (la gente orientada religiosamente agregarla "espiritual"); ya que se da cuenta de que debe modelar la conducta que él espera ayudar a que otros alcancen. Sabe que puede ayudar solamente si, en sentido pleno del término, él es un ser humano "potente", una persona con voluntad y recursos para actuar. (Egan, 1981, p. 21).

Podría decir que ser psicoterapeuta no implica ser una persona perfecta, que no comete errores, un ser sin sentimientos o emociones o con ningún problema en la vida. Ser un psicoterapeuta implica también ser humano y estar comprometido consigo mismo, vale decir, con un proceso personal y académico que nunca termina. Es de esta forma como me he responsabilizado de mi crecimiento además de

permitirme que me ayuden o ayudar, para entonces brindar al consultante o cliente una calidad en el servicio de atención psicoterapéutica. Egan, (1981), dice que:

Un buen orientador se experimenta a gusto, no teme entrar en el mundo del otro, sin intimidarse con la problemática de los casos. Puede manejar crisis, puede movilizar sus propias energías y las de otros con el objeto de actuar enérgica y decisivamente. Se da cuenta de que es un privilegio que se le permita entrar en la vida de otra persona, y respeta este privilegio (p.22).

“Pablo”, me ha permitido entrar en su vida desde el momento en que decide iniciar su proceso psicoterapéutico, siendo un privilegio para mí su caso, aunque, también un reto. A la fecha, creo que hemos crecido juntos en este proceso de acompañamiento.

A medida que avanzaba en el caso de “Pablo”, aumentaba el grado de dificultad para mí como profesional. Al principio, me resultaba relativamente fácil, dado que era cuestión de abarcar su historia personal, su niñez, adolescencia, juventud y edad adulta trabajando las heridas emocionales. Posteriormente, los síntomas de depresión y ansiedad, así como su manera compulsiva de buscar relaciones sexuales con su mismo sexo, la pornografía y la masturbación se sumaron también al caso como motivo de consulta. A esto se anexaron otros aspectos que se han trabajado durante su acompañamiento, por ejemplo; el duelo, su autoestima, la aceptación de sí mismo y el autoconocimiento, entre otros. “Pablo”, en una de las preguntas que le realicé dijo: “este proceso es como formar un rompecabezas”. Estoy de acuerdo con él, pues, de los diferentes casos que he atendido, el caso de “Pablo” es el que me ha llevado más tiempo, dedicación, lecturas, esfuerzo; sobre todo por lo que él esperaba o por lo que sigue esperando sobre quitar: su atracción al mismo sexo, su afición por la pornografía y la masturbación; aspiraciones del consultante que ahora me cuestiono.

Menciona Egan, (1981), “lee ávidamente, no sólo para contestar bien en las pruebas, sino porque está hambriento de las ideas que ensancharán su horizonte y que puedan servirle en el proceso de ayuda” (p.24). En lo particular, he leído más de

20 libros completos que versan sobre la homosexualidad, artículos, revistas, así como libros de filosofía, sociología, antropología y sexología, todos relacionados al tema de la homosexualidad y aún surgen en mí cuestiones, tales como: ¿Quién tiene la verdad o la razón? o todo tiene parte de verdad y ninguno la razón. Entre las consultas que he realizado, resalto lo siguiente:

Diferentes posturas siguen chocando hasta hoy como evidencia de una discusión inconclusa: si la homosexualidad debería ser considerada como una orientación sexual normal que debe ser respetada y aceptada por todos o si es una desviación, una anormalidad a corregir. Esta dicotomía de carácter social y política también se ha evidenciado en el campo psicológico y psicoterapéutico (Astaíza, 2016, p. 180).

En su momento el caso de “Pablo” fue confuso para mí, pues creía que habíamos colocado la mayoría de las piezas, como él lo llama: “del rompecabezas”, pero siguen algunas piezas sueltas que desconozco donde colocarlas y esto me produce ansiedad, pues existen avances en el proceso y después de un tiempo vuelve otra vez a las conductas y pensamientos que había cambiado. Es como volver a recoger lo que tira, pues le hace falta algo y lo vuelve a cargar, dice: “tal vez ya me acostumbré a cargar algo”. En otras ocasiones refiere: “estoy cansado, ya no quiero seguir, no dejo de masturbarme, ver pornografía y sigue el deseo de atracción al mismo sexo”. De alguna manera, esto me llevó a presentarle otra opción, lo que ofrece la Psicología afirmativa. Pues de mi parte como psicoterapeuta deseo su bienestar, un cambio eficaz y duradero, y al ver que lo anterior no brinda los resultados deseados, busco otras alternativas, sin embargo, su respuesta es continuar con el proceso que ya iniciamos. Ante esto, me doy cuenta de que me siento presionada y ansiosa por obtener resultados eficaces desde mi punto de vista y que estos sean rápidos y duraderos, con miras de concluir el proceso de acompañamiento de “Pablo”, no obstante, exploro mis conductas y reflexiono, para averiguar si estoy haciendo algo para que no avance. En relación con la labor del acompañante (asesor, facilitador o psicoterapeuta), Egan (1981) señala: este “explora su propia conducta y sabe quién

es. Sabe lo que significa ser ayudado y tiene un profundo respeto por el otro. Aunque esté viviendo relativamente con efectividad, siempre es un hombre en proceso” (p. 22).

Entonces empiezo a mirarme, a explorarme y encuentro tres aspectos significativos que me han ayudado en mi práctica psicoterapéutica, y por supuesto, en el caso de “Pablo”. Uno es respecto al proceso psicoterapéutico, otro relativo a la relevancia de dialogar con diferentes autores y teorías, y un tercero relacionado con centrarme en el cliente no en la teoría. Respecto a estos tres puntos, en la Licenciatura en Psicología, como estudiante, no era importante acudir durante o después de la formación académica a ningún proceso psicoterapéutico, lo que era una disputa entre los maestros, pues cada bando defendía su postura sin llegar a un diálogo. Lo que importaba era el enfoque, -no el cliente-, sin embargo, respecto a lo anterior, lo que el enfoque estudiado me aportó fue: la empatía, la escucha, saber cómo intervenir y algunas técnicas, entre otras cosas más, mismas que se reafirmaron durante el periodo de mi formación en la Maestría en Psicoterapia para Adultos. Al estudiar la maestría en el ITESO, recuerdo lo valioso y significativo que para mí resultó emprender mi propio proceso de acompañamiento psicoterapéutico durante mi formación, al que continúo asistiendo aún hoy como psicoterapeuta, aunque ahora solo en ciertos periodos, con miras a seguir trabajando aspectos personales no resueltos o problemas que surgen en mi día a día, así como para continuar con mi crecimiento personal, ser la consultante frente a mi terapeuta me coloca en el lugar de mis consultantes y sus procesos. Es importante la teoría, las destrezas y la práctica, como importante es, examinar las experiencias significativas propias, y así entender que participo de mi particular proceso de crecimiento, que soy un ser humano antes que un profesional. Respecto a esto Edgan (1981), dice que el orientador:

Ciertamente debe aprender a tratar con la problemática de su propia vida, no de una vez por todas, sino continuamente, porque es una persona en proceso. Uno de los supuestos básicos de la ayuda, es que el orientador está viviendo más

efectivamente que el cliente, al menos en las áreas en las cuales el cliente está teniendo problemas (p. 23).

Me doy cuenta que también mi consultante es una persona en proceso y que como tal, no está terminado, que ante todo, su motivo de consulta no es simple y que debido a ello es que la supervisión en psicoterapia es importante. La supervisión, en términos generales, se puede decir que consiste en un trabajo conjunto entre el psicoterapeuta y quien supervisa, para obtener una visión más amplia en el caso que se trabaja. Zohn-Muldoon & Valencia-Vega (2013), entienden a la supervisión como:

Un quehacer complejo, dado que involucra distintos niveles y dimensiones; por un lado, el caso – y la situación problema- y las estrategias que se pueden emplear para favorecer el cambio; por otro, el proceso formativo de quien busca ejercer la psicoterapia, desarrollado, a través de un proceso de revisión y reflexión grupal, destrezas y competencias para la práctica profesional (p. 117).

Respecto a la supervisión en la que participé durante mi formación como psicoterapeuta, recuerdo que en una de las revisiones de los casos que en ese momento atendía en el “Proyecto Presencia”, cuando aún estaba en la Maestría en Psicoterapia, llegó un momento en que la docente encargada de la supervisión me dijo que “evadía el tema que me provocaba sufrimiento o dolor”. En el caso de “Pablo”, me di cuenta de que daba la vuelta, a cuestiones sobre: sexo, sexualidad, masturbación, pornografía y abuso sexual, pues eran asuntos que *no se debían hablar* en mi familia de origen; por ello aprendí a huir, a evitarlos y guardar silencio. Y me di cuenta que estaba haciendo lo mismo en el caso de “Pablo”, guardar silencio sin intervenir con preguntas, evitar el tema dejando que pasara y sólo oía su narrativa sin detenerme a escucharlo; seguía huyendo. Hasta que me doy cuenta en mi propio proceso de que esto interfiere en la exploración de “Pablo”, es que decido enfrentarlos en mi propio proceso personal, lo que en su momento fue doloroso, pero a la vez liberador. Se rompe el silencio y por fin sale un sentimiento que estaba muy escondido, que no me permitía sentir odio, pues solo me permitía sentir miedo; y en el proceso

del consultante “Pablo”, empecé por abordar los temas que en su momento evité. Fue también doloroso para “Pablo”, pero a la vez liberador, se permitió sentir otro sentimiento, el enojo, pues solo se permitía experimentar tristeza. Egan, (1981), dice que él prefiere ser atendido o ayudado por alguien que ha pasado por la vivencia, es decir, por un proceso psicoterapéutico, pues se aprende dolorosamente lo que significa ser ayudado.

Otro aspecto significativo de mi práctica es la flexibilidad de dialogar con diferentes teorías o corrientes psicológicas, así como con otras disciplinas para buscar el bienestar del consultante. Indagar en teorías, escuelas y disciplinas diversas me encanta, pues el panorama se amplía. Al terminar la Licenciatura en Psicología fue con la corriente Gestalt, pero me di cuenta de los límites que ésta tiene y de los límites que también tienen las otras corrientes psicológicas, dado que no se trata de encasillar al consultante en una teoría psicológica, y tratarlo desde ahí, sino en saber qué es lo que necesita o es mejor para él. Recuerdo que las clases de “Supervisión de casos”, me provocaban ansiedad y miedo, pero no era la materia lo que me causaba miedo y ansiedad sino las características de la docente, demasiado estricta, de carácter fuerte y el temor de ser expuesta ante los compañeros. Yo elegía los minutos de videograbación en donde encontraba errores en los que incurría durante las sesiones del “Proyecto Presencia”, deseaba crecer como psicoterapeuta, pero a la vez, no me gustaba ser expuesta frente a mis compañeros ni la forma de como abordaba la docente las aportaciones, sin embargo, con las demás docentes que impartieron la misma materia realicé lo mismo y me resultaban muy enriquecedoras las aportaciones. Me di cuenta que no era la materia, sino que era algo que tenía que trabajar de mi historia personal en terapia y así lo hice en su momento. Menciono todo esto debido a que la materia de “Supervisión de casos” se componía de varios bloques a cursar y también recuerdo las aportaciones que me hacían ver mis puntos fuertes. Me ayudaron bastante las aportaciones de la docente y de mis compañeros, dado que ellos miraban lo que yo no miraba y observaban lo que yo no observaba, a este respecto, considero que diversas miradas son las que en alguna medida apuntalan mi

crecimiento personal y académico. De alguna manera, cuando existe una sensación en mí de estar estancada, atorada o que el cliente me menciona que está atorado, en alto o mediante algún adjetivo similar, me detengo a reflexionar, a interiorizar y a hacerme preguntas como: ¿qué estoy haciendo o dejando de hacer?, ¿qué está haciendo o dejando de hacer el consultante? es como dialogar conmigo misma (mirarme, observarme), es dialogar con las diferentes corrientes psicológicas (buscar mejores alternativas) para seguir adelante en el proceso y ser un agente de cambio en un proceso colaborativo. Egan (1981) señala que “una destreza personal que el adiestrado debe adquirir (...), es la de evaluar sus puntos fuertes y deficiencias reales en ayudar y en relaciones humanas” (p. 25).

Otro aspecto significativo de mi práctica -producto de la reflexión-, es centrarme en el cliente y no en la teoría solamente, o sea, en sus necesidades propias y no en las mías como profesional. Vélez & Alveriro (2008), afirman que:

En el terapeuta también puede aparecer un deseo por acelerar la terapia o por atender las cuestiones no tratadas previamente cuando se acerca la terminación o por el contrario abandonar temas que pueden ser dolorosos o penosos para los pacientes. En otros casos también es posible que frente a los pacientes “difíciles” puedan aparecer sentimientos de alivio después del anuncio de terminación (p. 63).

Sé que mi rol es terapéutico, de exploración de la vivencia y sus significados, acompañar a los consultantes a vivir efectivamente, pero sobre todo, proporcionar un acompañamiento humano, ir al tiempo del otro sin el deseo por acelerar, retrasar o detener la terapia. En el caso de “Pablo”, de alguna manera deseaba terminar el proceso por la ansiedad que me provocaba percibir lo difícil que me resulta el motivo de consulta que me presenta: “Que se me quite la homosexualidad, la pornografía y la masturbación”. Me experimento con una sensación de que me muestra sus manos abiertas y dice quiero que me quites esto, me lo muestra, pero cuando me acerco y lo quiero tomar, me cierra la mano y no se permite soltarlo. Este es uno de los aspectos

que ha dificultado el proceso, así como su avance, y por tal motivo, llegar a un término del acompañamiento psicoterapéutico. Hoy considero que el problema no es la homosexualidad, la masturbación, la pornografía o los síntomas de depresión o ansiedad, sino la falta de aceptación de lo que vive. Por tal motivo continúa el proceso de acompañamiento.

El cierre o terminación del proceso psicoterapéutico, ha sido abordado de diferentes maneras, por ejemplo; en la terapia Gestalt se sugiere un tiempo de un año; en el Psicoanálisis no existe un tiempo determinado, incluso se dice que es un proceso de análisis “interminable”, ya que existen nuevos análisis periódicamente. En tanto que en otros enfoques se mencionan períodos distintos, el asunto es que en el cierre de un proceso psicoterapéutico inciden varias cuestiones, entre estas, que se dé cuando se hayan alcanzado las metas u objetivos planteados en el inicio o durante el desarrollo del proceso, además de ser necesario el acuerdo entre el terapeuta y el consultante. La meta del cliente dice Egan (1981), es la siguiente:

Meta del cliente: actuar. Vivir más efectivamente; aprender las destrezas necesarias para vivir más efectivamente y manejar las dimensiones socio emocional de la vida; cambiar patrones autodestructivos y destructivos en el vivir con otros; desarrollar nuevos recursos (p. 28).

Estos tres aspectos me han ayudado actualmente en la consulta privada. Y al retomar y recordar algunas aportaciones de mis compañeros y docentes que en su momento enriquecieron mi práctica terapéutica, también me doy cuenta que estoy en ese camino de crecimiento aún, en ese vivir más efectivamente cada día. Así, como en seguir adquiriendo destrezas y desarrollar nuevos recursos, para mi práctica psicoterapéutica.

CONCLUSIONES

Durante el acompañamiento psicoterapéutico y análisis del caso de “Pablo”, en este tiempo, el vínculo terapéutico que se ha establecido ha sido sumamente significativo para su vivir y para experimentarse acompañado por alguien. Debido a ello es necesario buscar su integración a un grupo de ayuda y/o de psicoterapia, con el objeto de que restablezca la relación interpersonal y la comunicación con otros, pero sobretodo, para que tenga la posibilidad de establecer vínculos afectivos con personas sean del mismo sexo o no, y tal vez, la oportunidad de establecer una relación de pareja. A la vez, se busca que logre ampliar sus horizontes al relacionarse con otros y disminuir un tanto su fijación respecto a “la homosexualidad”.

Otra cuestión importante es que “Pablo” complete su ciclo en psicoterapia, es decir, que el vínculo con la psicoterapeuta no sea el único sostén en su vida, sino que pueda ampliarse con la experiencia grupal. Es indudable que el consultante cuenta con necesidades afectivas desde muy temprana edad, por lo que el intercambio afectivo y acercarse a la vida de los demás y sus problemáticas, podrá facilitar que salga de su ensimismamiento.

Un elemento conclusivo de suma relevancia, es que he podido constatar, gracias a mi ejercicio como psicoterapeuta, es que el motivo de consulta del cliente no necesariamente refleja el motivo del caso. Esto lo aprendí sobre la marcha -y gracias a la retroalimentación recibida en la construcción del REP- , pues he de reconocer que en cierto momento *le compre la idea* a “Pablo” de que lo importante en su vida era abandonar la atracción al mismo sexo, a la pornografía y la masturbación. Ahora me doy cuenta de la necesidad de cambiar el rumbo de la psicoterapia para buscar que “Pablo” establezca vínculos que le nutran afectivamente, al tiempo que se vaya preparando el cierre del acompañamiento psicoterapéutico.

Un aspecto relevante es que al tiempo que analizaba y sistematizaba el caso de “Pablo”, conté con la retroalimentación de los asesores y compañeros de

“Progrado”, gracias a lo cual pude observar otros ángulos de su problemática, y con ello, nuevas rutas para su acompañamiento. Estas retroalimentaciones hicieron las veces de una supervisión que me permitió enriquecer mi práctica psicoterapéutica. Para concretizar, puedo decir que me experimenté acompañada, orientada, escuchada y enriquecida; ha sido una experiencia significativa y maravillosa.

Entre las aportaciones de la asesora, se encuentran su constante motivación para seguir adelante, sobre todo en los momentos en los cuales se requiere mayor dedicación y tiempo, así, como su paciencia, flexibilidad, compromiso y dedicación. Se me dificultaba la redacción, así como transcribir las narrativas del consultante, las que me absorbían bastante tiempo, sin embargo, la asesora me impulsaba con su forma de ser y estar.

Finalmente, quiero agregar que la experiencia de construir este Reporte de Experiencia Profesional (REP) es un cierre importante en mi vida, pues representa la culminación de mis estudios de posgrado en el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), y coincidentemente, también el próximo cierre del proceso con “Pablo”. Al releer la sistematización realizada en este REP alcancé comprensiones muy valiosas, no solo para este caso, sino también para mi ejercicio profesional.

REFERENCIAS

- Astaíza, A. (2016). "Situación actual de los tratamientos psicológicos para la homosexualidad". *Revista de Psicología. Universidad de Antioquia*, Vol. 8, No. 2, pp. 173-194. Consultado el: 15 de agosto del 2018. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6059402.pdf>
- Cohen, R. (2005). "Comprender y sanar la homosexualidad". Consultado el: 22 de agosto del 2018. Recuperado de <http://www.rafapal.com/.../Comprender-y-sanar-la-homosexualidad-RICHARD-COHEN.pdf>
- Cormier, W. & Cormier, S. (2012). "Respuestas de acción". *Estrategias de entrevista para terapeutas. Habilidades e intervenciones cognitivo-conductuales*. Pp. 167-199. Bilbao: Descleé De Brouwer.
- Cormier, W. & Cormier, S. (2012). "Respuestas de escucha". *Estrategias de entrevista para terapeutas. Habilidades e intervenciones cognitivo-conductuales*. Pp. 141-165. Bilbao: Descleé De Brouwer.
- Cuenca, J. (2012). "Génesis de la comprensión experiencia del ocio en la modernidad tardía: transformaciones del concepto de vivencia". *Revista Arbor Ciencia, Pensamiento y Cultura*. Vol. 188, Pp. 315- 325. Consultado el: 22 de agosto del 2018. Recuperado de: <http://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/viewFile/1465/1474>
- Cruzat, C. Aspillaga, C. Torres, M., Rodríguez M., Díaz M., Haemmerli, C. (2010) "Significados y Vivencias Subjetivas Asociados a la Presencia de un Trastorno de la Conducta Alimentaria, desde la Perspectiva de Mujeres que lo padecen". *Psykhe* (Santiago), Vol. 19, No.1, pp. 3-17. Consultado el 12 de septiembre del 2018. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282010000100001>
- Dantas, G. & Moreira, V. (2009). "El Método Fenomenológico Crítico de Investigación con Base en el Pensamiento de Merleau-Ponty". *Terapia psicológica*, Vol. 27, Núm. 2, pp. 247-257. Chile: Sociedad Chilena de Psicología Clínica.
- De León (2018). "Reseña": Terapia afirmativa: una introducción a la psicología y a la psicoterapia dirigida a gays, lesbianas y bisexuales" de Borges, K. (2009).

Revista Psicología/conocimiento y Sociedad. Vol. 8, No.1, pp.288-298.
Consultado el 20 de septiembre del 2018. Recuperado de:
<https://revista.psico.edu.uy/index.php/revpsicologia/article/viewFile/456/359>

Díaz, R. (1997). "La vivencia en circulación. Una introducción a la antropología de la experiencia". *Revista Alteridades*, Pp. 5-15. Consultado el 25 de septiembre del 2018- Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/747/74711130002.pdf>

Egan, G. (1981) *El orientador experto. Un modelo para la Ayuda Sistemática y la Relación Interpersonal*. México, D. F.: Grupo Editorial Iberoamericana.

Krause, M., De la Parra, G., Arístegui R., Dagnino P., Tomicic A., Vilches O., Echávarri O., Ben-Dov P., Reyes L., Altimir C., Ramírez I., (2006) "Indicadores Génercos de cambio en el proceso psicoterapéutico". *Revista Latinoamericana de Psicología*, Volumen 38, No 2. Pp. 299-325. Consultado el 17 de septiembre del 2018. Recuperado de:
<http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n2/v38n2a06.pdf>

Le Breton, D. (1999). *Las pasiones ordinarias. Antropología de las emociones*. Buenos Aires: Nueva visión.

Martin, G. (2016). *Quiérete mucho, maricón. Manual de éxito psicoemocional para hombres homosexuales*. España: Roca Editorial.

Moreno, S. (2007a). "¿Qué esperar y qué no de una psicoterapia?". *Revista Mirada*, marzo, Año 5, No. 19.Pp.17-23.

Salama, H. (2002). *Psicoterapia Gestalt. Proceso y Metodología*. México, D. F: Alfa

Segal, I. (2012). *El lenguaje secreto de tu cuerpo. La guía esencial para la salud y el bienestar*. México, D. F: Tomo, S.A. de C.V

Valery, O (2000). "Reflexiones sobre la escritura a partir de Vygotsky". *Revista Educare*, Vol. 3, No. 9, pp.38-43

Vélez-Gómez P. , Restrepo-Ochoa, D. (2008). "El proceso de terminación en psicoterapia de tiempo limitado: Aspectos clínicos y técnicos". *Revista CES Psicología*. Vol. 1, julio- diciembre 2008, No. 2, pp. 59-68. Medellín, Colombia: Universidad CES

Zohn-Muldoon, T. & Valencia- Vega, D.M.(2013). La supervisión del trabajo psicoterapéutico: una mirada reflexiva de la complejidad." En Zohn-Muldoon; Gómez- Gómez E.N. y R Enríquez- Rosas (coords.). *Psicoterapia contemporánea: dilemas y perspectivas*". México :ITESO/ Universidad de Guadalajara/ Universidad Iberoamericana León/ Universidad Iberoamericana Puebla.

ANEXOS

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Actividad: Programa de obtención de grado “PROGRADO”

Asesor del Trabajo de Grado:

Egresado de la Maestría en Psicoterapia:

Al aceptar mi participación en la actividad referida y respecto al uso de información laboral he sido informado de lo siguiente:

1. Que la utilización del material será sólo con fines académicos que den cuenta del desempeño propio sin involucración alguna de instituciones ni de sus integrantes.
2. Que la información utilizada respecto al desempeño profesional sólo tiene por objeto ser analizada y publicada en la forma de un Reporte de Experiencia Profesional (REP) y/o un Trabajo de Obtención de Grado (TOG), para obtener la titulación de la Maestría en Psicoterapia (MPSI) del Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO).
3. Que en cualquier momento se hará el resguardo pertinente de los datos y de cualquier material que sea solicitado, con el objeto de ofrecer las garantías requeridas para la protección de la información y del derecho sobre la misma.
4. Que la información que se publique será acordada con las instancias correspondientes en el ámbito laboral y con la autorización respectiva.
5. Que, en caso de ser requerido, se informará de los avances en cuanto a la recuperación, sistematización, análisis y reflexión a las instancias correspondientes.
6. Que los resultados obtenidos de los procesos anteriores podrán ser puestos a disposición de quienes firman este Consentimiento Informado.
7. Que todo el material será supervisado solamente por el asesor designado para la construcción del Reporte de Experiencia Profesional (REP) y/o del Trabajo de

Obtención de Grado (TOG) que ofrece el Programa “PROGRADO”, mismo que vigilará el resguardo de los datos y el cumplimiento del Consentimiento Informado.

8. Que la publicación de la información en forma de Reporte de Experiencia Profesional (REP) y/o Trabajo de Obtención de Grado (TOG) será puesta a consideración en dos sesiones públicas: a. En un trabajo grupal donde participan el asesor del REP o del TOG y otros estudiantes inscritos al Programa “PROGRADO”, con el objeto de retroalimentar el trabajo. b. Ante un jurado con el objeto de ser sancionado el REP o el TOG, y en su caso, aprobado como opción de titulación.

9. Que el desarrollo del proceso en su totalidad sólo será informado a la Coordinación de la Maestría en Psicoterapia del Departamento de Psicología, Educación y Salud del ITESO.

10. Que en caso de requerir o solicitarse información adicional, ésta deberá ser aprobada por el asesor(a) del trabajo o por la Coordinación de la Maestría en Psicoterapia del ITESO.

11. Que, en caso de tener alguna duda, se ponen a disposición los datos:

a) De la Coordinadora de la Maestría en Psicoterapia: Dra. Eugenia Catalina Casillas Arista. Tel: 3669-3434 Ext. 3214. Correo e: eugenia@iteso.mx

b) De la asesora de “PROGRADO”: Dra. Sofía Cervantes Rodríguez. Tel. celular: 33-160-52-157 Correo e: sophiacr@iteso.mx

Fecha:

Nombre y firma del colaborador