

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 resignificación de la narrativa como herramienta en la elaboración de las pérdidas

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el **GRADO** de
MAESTRO EN PSICOTERAPIA

Presenta: **JORGE MOLLER MORALES**

Asesor: **BERNARDO ENRIQUE ROQUE TOVAR**

Tlaquepaque, Jalisco. 12 de Mayo de 2020.

RESUMEN

En el presente trabajo de obtención de grado, se hace un estudio de caso clínico sistematizado en el que se aborda el tema de la resignificación de la narrativa como herramienta en la elaboración de procesos de pérdidas. Nuestra postura expone que hay pérdidas cotidianas igual, o más, significativas que la muerte. Como propuesta para la elaboración de las pérdidas se toma el *re-membering*, que hace énfasis en la posibilidad de mantener vínculos continuos con lo perdido y traer al presente algo que con la ausencia aparentemente ya no está. Para el abordaje del caso se utilizaron elementos de diversas propuestas metodológicas, con el fin de poder hacer una descomposición y reestructuración del discurso de la pérdida que fuera sensible de análisis. En el diálogo final con los autores, podemos afirmar que hay una resignificación de la narrativa por parte de la consultante y que, la misma, se ha traducido en un mejoramiento para ella. Así mismo, consideramos que hay un proceso de *re-membering*, debido a que ha recuperado un parte de su ser que había quedado en pausa hace más de 10 años y esto le da fortaleza. Quedan para futuras investigaciones el poder analizar las intervenciones del terapeuta; así como la posibilidad de hacer este proceso en otros tipos de pérdidas. Por último, enfatizamos la aportación que este trabajo tiene en cuanto a la inculturación de una práctica terapéutica externa para beneficio de nuestra práctica, el enriquecimiento del sustento de validez de la propuesta narrativa, así como la elaboración de métodos de análisis del relato más adecuados.

ABSTRACT

In the present thesis, a case study is made in which we approached to the topic of the resignifying of the narrative as a tool in the work through mourning and loss processes. Our posture states that everyday losses can be as important, or even more, than the death of a beloved one. Like wise, we proposed, as a tool for working with mourning and loss, the *re-membering*, which emphasized the continuously bond type of work and the reaggregation of certain members, figures, or significant of the individual, that were apparently lost. For the study of the case we used a variety of elements took from diverse methodological approaches in order to get a loss narrative, that can be sensible for a further analysis. In the later discussion with the authors, we can affirm that the consultant made a remeaning of her narrative for the better. In addition, she recovered a part of her self that had been lost for more than 10 year and where she find strenght. Hence we consider this as an evidence of a *re-membering* process. For the future, we left opened the following lines of investigation: the analysis of the therapist interventions; as well, the possibility to replicate the last in other types of mourning. Lastly, we emphasize the relevance of this work in our effort to inculturalize a foreign therapeutic practice as a way to improve our own practice; the enrichment of the underpin of the narrative approach; and the construction of more accurate narrative analysis methods.

Palabras clave: Pérdidas, duelo, resignificación, socioconstruccionismo, *re-membering*, análisis estructural del relato

Keywords: Loss, grief, mourning, remeaning, socioconstructivism, *re-membering*, structural narrative analysis

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

Quiero dedicar este trabajo a mi abuelo Alfonso, que ya murió, y a mi abuela Coco; porque siempre me han y siguen apoyando en mi desarrollo humano y profesional, en ser una mejor persona. Sin ustedes no hubiera llegado tan lejos. A mi madre, Angélica, por siempre estar ahí apoyándome e impulsándome; incluso en los momentos en los que no quería seguir más. A mi hermana Anna y mi hermano Jürgen, porque la diferencia es nuestra riqueza y sé que puedo contar ustedes. A mis consultantes, que me comparten el tesoro que es su vida y, en ese proceso, me van formando. En especial a “Carmen”, que me permitió acompañarla, gracias.

Así mismo, agradezco a mi asesor, el Dr. Bernardo Roque, por irme guiando en este camino, haciendo el andar más ameno y su compromiso hacía mi trabajo; hemos concluido la catedral. A mis compañeras de asesoría Cristina Galiano y Azucena Zendejas, por las alegrías y sufrimientos compartidos. A mi lectora, la Dr. Eugenia Casillas, por su retroalimentación, que me ha ayudado a pulir el trabajo. A mi prima, y también psicoterapeuta, Marifer Morales (Ninfa para mí), que me estuvo impulsando y acompañando, en especial en el momento que fue germen de este trabajo. A mi amigo Silvano Andrés, por la escucha, apoyo incondicional, creer en mí y animarme a seguir estudiando. A mi tío Pablo y a pá, por su presencia discreta. Y a todas las personas que de alguna manera me ayudaron a elaborar este trabajo, gracias.

ÍNDICE

RESUMEN	2
ABSTRACT.....	3
DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS	5
INTRODUCCIÓN	8
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	16
CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	34
El Concepto de pérdidas	34
<i>Introducción al concepto de pérdidas</i>	34
<i>Taxonomía del duelo y la pérdida</i>	35
<i>Modelos de elaboración de la pérdida</i>	40
Narrativas y elaboración de historias.....	43
<i>Narrativa, construcción y deconstrucción</i>	43
<i>Historias e identidad</i>	48
La resignificación desde el remembering, una intervención desde la terapia narrativa	54
<i>“Hola de nuevo”</i>	54
CAPÍTULO III: FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA.....	58
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	68
Antecedentes del caso	68
Síntesis	69
<i>Primera columna</i>	69
<i>Segunda columna</i>	71
<i>Tercera columna</i>	72

<i>Cuarta columna</i>	74
<i>Quinta columna</i>	75
<i>Sexta columna</i>	77
Tabla – Secuencia Narrativa	78
<i>Situación Inicial</i>	129
<i>Complicación/ disparador 1</i>	130
<i>Acciones o evaluación</i>	131
<i>Resolución/ disparador 2</i>	133
<i>Situación Final</i>	134
<i>Moraleja</i>	135
CAPÍTULO V: DIÁLOGO CON AUTORES.....	137
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES, LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES.....	144
REFERENCIAS	147
ANEXO 1.....	152

INTRODUCCIÓN

En la vida nos encontramos frecuentemente con situaciones en las que sentimos que se nos han arrebatado personas, cosas, proyectos, relaciones en lo que habíamos invertido gran afecto. Dichas situaciones, ya sea la muerte de un ser querido o el cambio de etapa de vida, pueden considerarse como pérdidas e implican un proceso de duelo. Viendo la relevancia de la cotidianidad de las pérdidas en nuestra vida, el presente trabajo busca ahondar en la manera en cómo las mismas son trabajadas en terapia. Para ello, nos hemos centrado en cuestionarnos si podemos identificar la resignificación de la narrativa en los procesos de duelo, desde la concepción del *re-membering*. Esta última es una práctica psicoterapéutica proveniente de otro contexto, el australiano; el término fue acuñado por el teórico, y terapeuta, narrativo Michael White.

En el presente trabajo de obtención de grado, se hace un estudio de caso clínico sistematizado en el que se aborda el tema de la resignificación de la narrativa como herramienta en la elaboración de procesos de pérdidas. En el capítulo I se aclara nuestra postura respecto al problema, la cual se diferencia de aquellas que conciben la muerte física como la gran pérdida, poniendo de manifiesto que hay pérdidas cotidianas con igual o mayor peso y significatividad. Así mismo, como propuesta para la elaboración de las pérdidas se toma el *re-membering*, una herramienta terapéutica de la narrativa sistémica; con el fin de adoptar prácticas terapéuticas de otros contextos, en este caso específico del australiano que nos ayuden a dar una atención más adecuada y asertiva a

nuestros consultantes. La propuesta de elaboración del duelo del *re-membering*, se inscribe entre aquellas que admiten la posibilidad de mantener vínculos continuos con aquello que se ha perdido. Agregando la cualidad de traer al presente de la persona algo que con la ausencia de lo que se tenía aparentemente ya no está.

Al abordar el tema de las pérdidas hemos de recordar que fundamentalmente surge por nuestra necesidad como seres humanos de crear vínculos. En otras palabras, si no nos vinculáramos, no habría duelo. Dichos vínculos sirven en un primer momento para garantizar nuestra supervivencia, tanto afectiva como efectiva (Bowlby, 1993). Es difícil ubicar donde está la línea divisoria entre un duelo sano y uno patológico. sin embargo hay 2 ejes referenciales, a saber: la funcionalidad externa de la persona y la elaboración de una imagen de sí mismo sin aquello perdido. Es en este punto donde entra para nosotros la propuesta del *re-membering*. La misma surge de un enfoque terapéutico (el sistémico), con bases socioconstruccionistas; donde lo que llamamos lo realidad es construido a través de los intercambios que tenemos con otras personas. Estos intercambios generan significados que son susceptibles de ser negociados, por ende, cambiados (Ibañez en Sistos, 2012). Lo anterior es base de lo que llamamos resignificación en terapia; el evento no cambia, lo que cambia es lo que significa para nosotros.

En cuanto al *re-membering* como modelo para la elaboración de las pérdidas, debemos de mencionar que su particularidad estriba en que, mediante el

diálogo terapéutico, se busca que la persona “*re-amiembre*” algo que cree perdido. Esto va más allá de la simple recolocación de lo ausente, que es en lo que se concentran la mayoría de otros modelos para la elaboración del duelo. Si bien, también se tiene esta ganancia, hay que agregarle el traer el presente una parte del legado que ha dejado lo perdido.

En el capítulo 2 se hace un recuento de la bibliografía. Es importante destacar que nos hemos posicionado desde una lógica socioconstruccionista; como toda propuesta posmoderna, se caracteriza por cuestionar lo cotidiano, lo que damos por hecho y las lógicas lineales. Así mismo, como propio del socioconstruccionismo, tenemos que tener en cuenta que considera que lo que más pesa para nosotros no es en sí la realidad objetiva. De hecho, la realidad objetiva como tal sería difícilmente accesible. Si no, lo que pesaría es lo que decimos de ésta realidad. La misma se entiende como gestada *entre* nosotros, en la *interacción* de las personas. Desde esta postura, más que una separación entre el individuo y lo social, se habla de una co-construcción de los mismo. Esto no es inocente, no es que la realidad sólo se construya en el intercambio social, sino que por el intercambio social la realidad misma ya es alterada. Por lo mismo, el socioconstruccionismo le dará un lugar preeminente al lenguaje.

Ahora bien, cómo es que todo esto toma sentido y se engarza en la constitución del sujeto. Como se mencionó antes, y siempre siguiendo la propuesta de Gergen (1996), que a su vez retoma aspectos elaborados por White y Epston (1990), debemos decir que no consideramos que las personas tengan un

autoconcepto basado en una estructura cognitiva privada e individual de la persona, sino más bien, que el autoconcepto surge del discurso, lo que decimos, de nosotros, del yo. Así el “yo” es algo que se juega en la esfera pública y no deja de ser un ente eminentemente social.

Es a través de contarnos como le damos sentido a nuestras experiencias y nuestras vidas. Dentro de esos relatos tenemos una narrativa, un relato dominante, que nos da cierta y necesaria estabilidad, es, si se quiere ver así, el escrito al que más recurrimos para encontrarnos en cada momento. Sin embargo, hemos de hacer notar que, aunado a eso, en nosotros hay una multiplicidad de maneras de narrarnos y posicionarnos, nos narramos como hijos, hermanos, amigos, en fin.

Ahora bien, en cuanto al duelo diremos que lo inherente al mismo son los vínculos. Lo que genera el proceso del duelo es que nos vinculamos con los otros. Desde Bowlby (1993), esto es necesario para nuestra supervivencia de pequeños. Necesitamos estos vínculos para asegurar nuestra protección y seguridad, para alimentarnos. Y el tipo de vinculación que vamos aprendiendo de pequeños la reproduciremos de adultos a la hora de relacionarnos con otras personas. Incluso podríamos, podemos afirmar que podemos identificar nuestras tendencias en el trabajo de duelo a partir de estas vinculaciones. El duelo ocasiona una fragmentación de la persona de manera multidimensional (cognitivo, emotivo, social). Además, la definición más básica sería el duelo como el producto de la

pérdida de aquello que amamos. Estamos en el entendido de que el duelo es algo común, no es necesariamente patológico.

Se retoman 3 de las propuestas de elaboración de la pérdida más relevantes, antes de abordar la propuesta del *re-membering*; a saber, nos referimos a los modelos de Worden, Kübler-Ross y Meza. En cuanto al *re-membering*, retomamos parte de lo que hemos mencionado con anterioridad. Michael White, retomó el trabajo de la antropóloga Barbara Myerhoff y lo adaptó a la terapia. El postulado básico es, contrario a las propuestas de duelo tradicionales, que se centran en la metáfora del “adiós”, propone que se puede continuar en relación con la persona muerta (evidentemente hay que reposicionarla), de manera que ésta siga significando la vida de los vivos. No es decir un adiós definitivo, sino decirle a la persona “Hola” nuevamente.

Tomando en cuenta lo anterior, la propuesta narrativa buscará que se mantenga en una relación con las personas muertas, o ausentes; aunque la naturaleza de la relación ha de cambiar. En otras palabras, se busca hacer evidente a los vivos que sigue existiendo un vínculo, y que este vínculo tiene un valor propio y particular. De esta manera, se da la oportunidad a que el fallecido, o ausente, provea una estructura ética a los vivos, donde éstos puedan encontrar habilidades, significados, herramientas y valores para su vida cotidiana. Por lo mismo, hay una constante invitación a nombrar y hablar de los ausentes, ya que de esta manera se van enriqueciendo las historias de ellos y las de las personas.

Así mismo, es relevante mencionar que para Myerhoff y los teóricos narrativos, la vida de una persona no le pertenece sólo a esa persona, ésta vida pertenece a su familia, a su comunidad, a sus relatos e historia de las mismas, al mundo y a través de ella se pueden generar cambios (Kirstensen y Hedtke, 2018). Se invita a que se piense en el “legado” que dejan las personas en su paso por la vida. Existen legados que han generado estructuras y formas de vida que, si bien han tenido modificaciones, los valores de fondo son los mismos y han durado milenios.

Por su parte, en el capítulo III, con el afán de dar respuesta a la pregunta de investigación, se hizo el análisis del relato de un caso terapéutico ¿Por qué se ha decidido esto? Coincidimos con Wainer (2012), en que la utilización del estudio de caso es de amplia tradición en las diferentes escuelas de psicología clínica.

- Respeto de la cotidianidad terapéutica
- Primacía del paciente
- Buscamos un conocimiento específico y local

Para este trabajo fue necesaria la elaboración de un método de análisis particular . Dicho método retoma, primero que nada, las aportaciones de Barthes sobre el análisis estructural del relato. Entre lo más relevante, debemos mencionar que este autor postula que el relato está presente en toda nuestra vida e historia de la humanidad. Así, las unidades de análisis, contrario a otras aproximaciones, se hace a partir del sentido del contenido de una porción determinada de la narración. Se ha de abordar cómo la persona se posiciona, desde dónde cuenta el relato, qué posiciones ejerce y actúa, cuál considera que es el problema.

Para la elaboración del material de análisis se tomaron las aportaciones de Maldivsky que, si bien, la misma está hecha desde una postura psicoanalítica, nos hemos delimitado solo a la parte estructural para la facilitación del análisis; es decir, a la generación del cuerpo de datos, no tanto el abordaje teórico. Así mismo, la disposición de la secuencia narrativa de Adams, fue la que adoptamos en nuestro trabajo.

Para responder a la pregunta de ¿Qué buscamos en la secuencia narrativa? Nos remitimos a Bremond (1968), el cual menciona que todo relato es sensible de un proceso de mejoramiento o de degradación. Desde las terapias narrativas, podemos encontrar el postulado general de que los relatos han de enriquecerse, profundizarse y engrosarse (se mejora). En otras palabras, agregarle riqueza a las historias problemáticas para que se debiliten y pierdan fuerza en la definición y vida de la persona.

En el capítulo IV, mediante el análisis de datos, encontramos que la consultante se logra percibir más autónoma, reconoce su responsabilidad en el rompimiento de la díada conyugal y puede apreciar tanto las cosas positivas, como negativas, que su antiguo cónyuge tiene. Así mismo, consideramos que hay un proceso de *re-membering*, debido a que ha recuperado una parte de su ser que había quedado en pausa hace más de 10 años y esto le da fortaleza.

Con base en lo anterior, en el capítulo V, podremos afirmar que, en efecto, en el proceso terapéutico se percibe una resignificación de la narrativa; donde la consultante puede ir reconociendo 2 grandes aspectos (anteriormente mencionados), su implicación en la devaluación de la díada conyugal y reconoce las luces y sombras de su exmarido. Así mismo, en este proceso de resignificación ha habido un mejoramiento; que no sólo se percibe a nivel lingüístico, sino también en el nivel práctico, siendo ella más autónoma y procurando su autocuidado. Por último, consideramos que hay un proceso de *re-membering* por la recuperación de esa parte de ella que parecía haber quedado en pausa por más de una década.

En el capítulo VI, exponemos que quedan para futuras investigaciones el poder analizar las intervenciones del terapeuta en los diálogos para ver cómo este promueve o no, que se de un *re-membering*; así como la posibilidad de hacer este proceso en otros tipos de pérdidas. Por último, enfatizamos la aportación que este trabajo tiene en cuanto a la inculturación de una práctica terapéutica externa para beneficio de nuestra práctica, el enriquecimiento del sustento de validez de la propuesta narrativa, que carece de trabajos de investigación (se centra más en lo teórico), así como la elaboración de métodos de análisis del relato que sean más ad hoc a nuestro enfoque terapéutico.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La vida es un proceso mediante el cual estamos en un constante ciclo de ganancias y pérdidas. Pérdidas que, si bien no implican la muerte física de alguien, sí representan una ausencia; el paso de las niñas y niños a la juventud; el cambio de un lugar de residencia a otro; la ruptura de una relación de pareja; la independencia de los hijos de la casa progenitora. Cuestiones que sin embargo se cotidianizan y naturalizan, los tipos de duelos en los que se centran gran parte de las investigaciones tienen que ver con pérdidas físicas de personas. Mas, son estas pequeñas rupturas en el camino las que nos van constituyendo como personas y a través de las cuales nos vamos reinventando. Éstas se van haciendo parte de nuestra historia y como nos posicionamos ante el mundo, nos van dando notas de identidad. Sin embargo, al no dejar de ser duelos, estos han de elaborarse e integrarse.

Cabe decir que, para entender estos duelos cotidianos, se hace necesario abordar cómo se concibe al hombre y a los procesos de duelo mayormente abordados por las propuestas tradicionales de psicología y psicoterapia. Para ello continuaré exponiendo cómo es que la corriente de terapia narrativa, una rama del enfoque sistémico, concibe la construcción del hombre y sus historias a partir de las narrativas; posteriormente daré paso a describir cómo se da la resignificación desde una propuesta narrativa.

Partiendo de la propuesta narrativa de White y Epston (1993), podemos decir que desde que un individuo llega al mundo, éste es definido, en primera instancia, por los padres, las ideas y significantes que éstos tienen del niño, de ese modo se le da al niño la cualidad de un otro y a su vez, se ponen a su disposición los elementos mediante los cuales puede él mismo empezar a nombrarse y lenguajearse¹. Así es como, desde antes del nacimiento, se va preparando el espacio simbólico al cual llegará la nueva persona, a saber, a través de los dichos que los padres, sus familiares y conocidos, van proponiendo sobre él o ella. Es de esta manera que desde pequeños aprendemos a contarnos a nosotros mismos y, más aún, a contrastar nuestro relato con el relato que los otros tienen de nosotros; es decir, el relato no es fijo, es, por definición, mutable. En ese sentido, el ser humano es un ser mediado por el lenguaje, es por medio de él que se contacta con el mundo y consigo mismo. Desde este entendido, White y Epston (1993), proponen a la persona como una complejidad generada a través de las narraciones, los cuentos, que se va contando a sí mismo. Estos relatos van modelando su vida y relaciones.

Aunado a esto, se parte de la idea de que la experiencia, la realidad, no es algo aprehensible, dicho desde el planteamiento fenomenológico de Moreira (2001); sino más bien algo pre-reflexivo, es decir, la realidad está y lo que podemos hacer es describirla; es un flujo que va sucediendo y en la que estamos inmersos. El ejercicio de significar esta experiencia requiere que la pensemos, que

¹ El hecho de que la persona puede empezar a narrarse, a contar y contarse quién es, qué hace, el sentido de su existencia.

la hagamos consciente, en otras palabras que la reflexionemos, para después volvernos a zambullir en el continuo de la vida. Esta reflexión, este alto en el camino, nos lleva a hacer énfasis en ciertos aspectos de la experiencia, es decir, es un proceso de toma de consciencia y cuestionamiento, en el cual la vivencia pasa a ser experiencia, la tomamos y la investimos de algo propio. Dichos aspectos serán aquellos que signifiquemos y tengamos conscientes. El proceso implica darles una carga emotiva, cognitiva y relacional, significándonos a la vez a nosotros mismos, de forma *reversible* (Moreira, 2001), ya que aquello que significamos a la vez nos significa. Es así como vamos generando nuestros relatos, por medio de esta selección y significación de la experiencia. Las narrativas con más fuerza dentro de nuestro marco simbólico y existencial son los que los teóricos llaman *relatos dominantes* (White y Epston, 1993).

Siguiendo esta línea Mardones y Albornoz (2014), hacen notar que una parte fundamental en el proceso de comprensión del relato del otro, y el sentido de éste en la vida de la persona, es comprender el *Sitz im Lebe* desde el cual fue generado. Éste término como tal, fue tomado por los autores de Hermann Gunkel (un teólogo protestante alemán), argumentando que para la comprensión de la narrativa de los consultantes, la psicología ha de tomar herramientas de disciplinas con una base hermenéutica más desarrollada. La idea a la que alude el *Sitz* (cuya definición literal es “sentarse en la vida”, aunque una definición más fiel al sentido podría ser “la posición que tomo en la vida”), es que para comprender un relato, es necesario conocer el contexto en el que fue originado y al cual el mismo relato responde, es decir, no hay relatos que no busquen, al menos de

alguna manera, dar respuesta a una interpelación de la existencia. Pasado este principio a los procesos humanos, la idea sería entender a qué respondía la narrativa que causa malestar a la persona originalmente.

En este punto del abordaje, me parece necesario exponer cómo entienden los teóricos narrativos el origen del malestar psicológico. Antes de proseguir hago la acotación de que, al igual que en otras terapias posmodernas y construccionistas, la propuesta narrativa parte del presupuesto de que el paciente es quien más sabe de sí mismo y de su “cura”, entendida como una manera de vivir más adecuada. El papel del terapeuta sería ser facilitador de este proceso en un marco más de acompañamiento que directivo. Regresando al tema del malestar psicológico, este se originaría cuando un relato dominante es demasiado rígido, sin apertura a nuevos elementos y la inclusión de nuevas perspectivas (White y Epston, 1993). Es así que el trabajo terapéutico se entendería como el proceso por el cual se busca airar el relato, hacerlo más fluido, flexible. Para ello se buscan excepciones a la norma que propone el relato dominante, en las que se desdice el mismo. Estas contradicciones nos llevarían a generar fisuras en la estructura que nos hemos construido y así abrir la posibilidad de un cambio de perspectivas y posicionamientos vitales. A estos nuevos modos de narrar la experiencia se les llama *relatos alternativos*.

Desde estos entendidos, se puede decir que, para los narrativos, la terapia se entiende como el espacio en que el terapeuta se dispone a escuchar el relato del consultante y, a su vez, abre un hueco para que se exprese lo no dicho en las

narraciones de los pacientes (aquellas vivencias dentro del marco de la experiencia que, si bien están, no fueron puntuadas a la hora de reflexionar sobre lo vivido), priorizando, al menos en un primer momento, el punto de vista del consultante (Redón, 2015). Por lo mismo, cualidades dentro de este espacio son la deconstrucción y la co-construcción de las experiencias, de los relatos; fomentando a su vez nuevas formas de posicionarnos dentro de la mismas (*sitz*), para adquirir sentidos más plenificantes, que den respuesta a las cuestiones vitales actuales.

Esta cualidad de facilitar, de reubicar los sentidos de vida y de resignificar la experiencia podría ser de utilidad en los casos de duelo. Se propone que la tarea sería tomar el relato de pérdida, que respondería a una realidad contextual que da (dio), un sentido a la persona en su momento, para así buscar nuevos posicionamientos en la vida que signifique y resignifiquen a la persona o grupo en cuestión. Al final esto es una búsqueda de lugar, sentido y significado. Pero antes de ahondar más en la cuestión, nos parece necesario dar una contextualización sobre qué es el duelo, cómo se ha entendido y abordado el mismo, así como a qué nos referiremos nosotros al hablar de duelo y pérdida.

Ahora bien, el duelo se define como la pérdida de algo, algunos generalizan esta pérdida y otros la acotan más. Así para Payás (2010), lo define como “la pérdida de una relación, a pérdida del contacto con el otro, que rompe el contacto con uno mismo” (22 p.). Agregando que dicha experiencia normalmente genera en la persona una fragmentación de la identidad que se vive de manera

multidimensional, es decir, no sólo de manera física, sino también emocional, cognitiva y relacional; en la cual, por demás, son trastocadas nuestras creencias, presuposiciones y mundo interno trascendental (espiritual). Sin embargo, esta clase de vivencia la limita sólo a la pérdida de una persona, de un ser querido con el cual teníamos un vínculo afectivo.

Por otro lado Meza, García, Torres, Castillo, Sauri y Martínez (2008), conciben el duelo como producto natural de una serie de rupturas, que pueden ser con objetos, situaciones, personas. Se cuestiona aquí la noción de que el duelo sólo se viva por la pérdida de un ser querido, siendo que las personas pasan por un sin número de duelos, que se cotidianizan, en su vida. Se ha de hacer notar los casos en los que una situación, evento u objeto es más significativo que las personas; ejemplo de esto son los sujetos que estructuran su vida, incluso su definición como personas a partir de una ocupación (médico, ingeniero, dentista, por nombrar algunos), y que cuando, por algún motivo, son privados de la misma, entran en un proceso depresivo debido a la pérdida. Lo central es la significatividad que esta tienen para la persona estas relaciones, ya sean con otros seres, con objetos o situaciones. Sin embargo, Meza et al (2008), postula que, entre todos los tipos de duelos que podemos vivenciar, el más doloroso y central será el de la pérdida de un ser querido. Para el presente trabajo, si bien se toma esto en cuenta, se busca una mirada más amplia en la experiencia de los duelos/pérdidas, por lo que se tomarán como válidos aquellos que sean producidos por situaciones, objetos y personas, ya que se toma como central la

experiencia de los sujetos y la significatividad con la que embisten las relaciones que establecen.

Dicho esto, es necesario hablar sobre las etapas que componen el proceso del duelo. Esta temática fue primeramente tocada por Freud, el cual habla del “trabajo del duelo” como una liberación gradual del individuo de los lazos que lo tenían vinculado a la persona fallecida (Payás, 2010). Sobre estas mociones se han construido las propuestas de modelos sobre el duelo; a continuación presentamos 3 de ellas, la de Elisabeth Kübler-Ross, William Worden y la de Meza et al.

La propuesta de Kübler-Ross (1969) consta de 5 etapas, la de *Negación*, *Ira*, *Negociación*, *Depresión* y, por último, la de *Aceptación*. La primera se entiende como un momento de desorientación, en el cual existe confusión e incluso se selecciona sólo la información que se considera que se puede soportar en ese momento. La segunda, se caracteriza por estallidos de agresión contra seres cercanos, terceros; es una forma de buscar un culpable por la pérdida. La tercera, se refiere al momento en el cual las personas buscan generar alguna clase de acuerdo con el fin de hacer como si la pérdida no pasara. En la cuarta etapa la persona empieza a asumir el duelo de manera definitiva, lo que genera sentimientos de tristeza, abandono, desesperanza, entre otros. Por último, en la quinta fase, la persona llega a conciliar la idea de la pérdida y vuelve a un estado de calma, dando por terminado el duelo.

Por otro lado, la propuesta de William Worden (2016) consta de 4 etapas, aunque de alguna manera se encuentran en ellas asimiladas las 5 de Kübler-Ross. Además de esto, cabe resaltar que este teórico añade a su modelo ciertas tareas que la persona debe de cumplir con el fin de elaborar la pérdida. Las etapas de las que consta su propuesta son las siguiente: *Aceptar la realidad de la pérdida, Experimentar el dolor del duelo, Ajustarse a un ambiente donde el fallecido no está y Recolocar al fallecido emocionalmente*. La primera se refiere al proceso mediante el cual la persona va reconciliándose con la idea de la pérdida, ya que al inicio suele haber un “shock” y negación de la misma. En la segunda se describe el proceso mediante el cual la persona va dejándose vivir el dolor, lo cual no sólo trae tristeza y sufrimiento, sino también ira (similar a la propuesta de Kübler-Ross). La tercera etapa se refiere a los reajustes internos y externos que han de hacer las personas en duelo debido a la pérdida de la persona, por ejemplo: modificación en los roles, nuevas responsabilidades, cambios de residencia. Por último, la cuarta fase implica reubicar a la persona significativa, la invitación aquí es pasar de los sentimientos de pérdida a otros, de modo que se posibilite a la persona el seguir viviendo e invirtiendo fuerzas en sus relaciones actuales y presentes.

Por último, la propuesta de Meza et al (2008), es más estructural, sólo cuenta con 3 etapas y en ellas se puede apreciar cómo se engloban las propuestas anteriores; a saber, estas fases son: *Primera, Central y Final*. En la primera, como se ha dicho en las anteriores, se encuadra el estado de shock y de lenta aceptación de la realidad de la pérdida. Para la autora engloba desde el

primer anuncio de la muerte hasta las honras fúnebres, así pues, sería una etapa de poca duración. En la segunda se engloba el núcleo del proceso de duelo, es aquí donde se hace palpable los sentimientos de depresión, desesperanza, abandono y pérdida. Así mismo, es en este mismo momento cuando la vida se va reorganizando de manera lenta, tanto externa como internamente; se considera que es necesario para el trabajo de elaboración de las personas. En la última etapa, la persona termina su adaptación y un signo claro es que tiene otros intereses aparte de la persona fallecida y vuelve a establecer nuevas y significativas relaciones. La autora propone que esta etapa se podría entender como la capacidad de amar de nuevo.

Para los autores revisados, todos los duelos pasan por estas etapas. Además es evidente que se caen en un reduccionismo, ya que el término duelo como tal, solo es otorgado a las pérdidas que implican a otra persona. Ya en otro momento se ha aclarado que en el presente trabajo el término se utiliza de manera más amplia. Así mismo, cabe hacer notar que Payás (2010), propone que en los procesos de duelo, los pasos no se dan necesariamente de manera secuencial, sino que, dependiendo del caso, este tomará formas distintas; mas los modelos de desarrollo del duelo nos sirven de referencia para abordarlos clínicamente. Sin embargo, todos coinciden en que hay duelos "patológico", al menos formas de vivir el duelo que genera malestar y sufrimiento. Entre ellos se destacan los siguiente, tomando como referencia a Meza et al (2008):

- **Duelo anticipado:** Es aquel que se da antes de que suceda la pérdida. No necesariamente sería “patológico”, ya que puede dar la oportunidad a generar cierres.
- **Preduelo:** Es un duelo en forma y se da debido a que la persona considera que el ser querido ha muerto realmente.
- **Duelo inhibido o negado:** Se le considera como tal a aquel que no se afronta la pérdida, negando la realidad. Esto es distinto a la etapa primera de todos los modelos anteriormente revisados, ya que en este caso es un evento más prolongado, el cual suele ser acompañado de momentos de falsa euforia, haciendo notoria la patología.
- **Duelo crónico:** Es aquel que presenta una duración excesiva y, además, no presenta un cierre integrativo. Estos pueden incluso durar toda una vida y convertirse en el sentido de existencia de la persona que lo vive.

Además de estos duelos, se han de hacer notar los duelos o pérdidas ambiguas. Las cuales se pueden entender como aquellas que, debido a su ambigüedad, no se puede saber si la persona en cuestión está viva o muerta, o de la percepción conflictiva que tienen los miembros de una familia sobre si la persona está realmente presente o ausente. Sin importar el caso, la pérdida ha de tratarse de manera distinta, ya que no es una *pérdida definitiva*, por lo mismo, los ritos y formas culturales que existen para facilitar los procesos no pueden ser utilizados en estos casos. En lugar de que a nivel simbólico la persona diga un “adiós”, se requiere un reacomodo de la persona ausente, que no deja de “estar” de alguna manera en la vida del otro, mas no por ello ha de detener su vida.

Con relación a esto último, se hace necesario comentar la propuesta que da la corriente narrativa sobre la elaboración del duelo; que dista de aquellas 3 mencionadas anteriormente (a saber, la propuesta de Worden, Kübler-Ross y Meza). El nacimiento de esta manera de abordar el duelo y la pérdida, que se denomina “*re-membering*”, toma sus raíces del trabajo de la antropóloga Barbara Myerhoff (Kirstensen y Hedtke, 2018). Myerhoff, observó que las personas, al recordar al fallecido, podían dar nuevas formas a su vida y existencia, significándolas de manera distinta en su presente, pero también significando de nueva forma su pasado y la proyección de su futuro. Así pues, Michael White, retomó el trabajo de esta autora y lo adaptó a la terapia, donde el postulado básico es, contrario a las propuestas de duelo tradicionales, que se puede continuar en relación con la persona muerta, de manera que ésta siga significando la vida de los vivos. No es decir un adiós definitivo, sino decirle a la persona “Hola” nuevamente (Kirstensen y Hedtke, 2018).

Con el fin de poder reconocer la complejidad y profundidad filológica que tiene el *re-membering*, se hará un paréntesis, con el fin de tratar de explicar en español el juego de significados que tiene esta palabra en inglés, antes de seguir exponiendo otros aspectos importantes de esta práctica narrativa. La traducción literal de *remember* al español es *recordar*. Sin embargo, tanto Myerhoff como White, hacen la separación del prefijo de la palabra con el resto, lo cual da un giro de significado. El prefijo “*re*” se refiere a *volver*, mientras que la palabra “*member*” literalmente se traduce como *miembro*; no en el sentido anatómico-corporal, sino

más bien se refiere “al que es parte de”, como el miembro de una familia, una sociedad, comunidad, entre otros. Dicho esto, se postula que la traducción más cercana al sentido en el que se dice este término sería algo así como “volver a hacer parte de/ volver a integrar”, más que el simple recordar, entendido sólo como recordar. Que, por otro lado, no se niega, ya que la belleza del término en su lengua de origen es que contiene los 2 significados, en armonía uno con el otro, sin contradicciones o yuxtaposiciones. Esta belleza y riqueza se pierde al buscar utilizar el término en nuestra lengua, ya que si separásemos la palabra “re-cordar”, no evoca el mismo significado; sin decir por ello que una lengua es más rica o mejor que la otra. Por esta razón, en lo que resta de texto utilizaremos el término en su forma original, ya que evoca más fielmente los significados y procesos a los que se refieren los teóricos narrativos.

Tomando en cuenta lo anterior, la propuesta narrativa desaconseja el “sepultar” simbólicamente a las personas. Antes bien, lo que buscará es que se siga en una relación con las personas muertas, o ausentes. De esta manera, se da la oportunidad a que el fallecido, o ausente, provea una estructura ética a los vivos, donde éstos puedan encontrar habilidades, significados, herramientas y valores para su vida cotidiana. Probablemente, esto pueda sonar desfasado, incluso en momentos fuera de contexto. Primeramente, recordemos que esta es una propuesta que nace en un contexto distinto al mexicano (australiano), y hace casi treinta años; por lo que las maneras de vivir y hablar de pérdidas y duelos son distintas, ya que la cultura es distinta. Segundo, si nos tomamos la oportunidad de mirar la realidad cotidiana en México, nos daremos cuenta de que esto ya se hace

de alguna manera. El mayor representante de una práctica de re-membering colectivo en nuestra cultura es “El día de Muertos”, donde los ausentes vuelven a convivir con los vivos y se hace un recuento de su vida, se les da un lugar en la casa y comida. Todos estos son rituales que nos ayudan en nuestra elaboración de la ausencia, ya que se van de una manera, pero permanecen con nosotros de otra. Así mismo, la influencia cristiana de nuestro contexto sociocultural, nos provee con discursos en los cuales se asegura una comunión de los muertos con los vivos, es decir, no están, pero están. Algo parecido se busca hacer con la práctica del re-membering, obviamente de manera intencionada.

Así mismo, es relevante mencionar que para Myerhoff y los teóricos narrativos, la vida de una persona no le pertenece sólo a esa persona, ésta vida pertenece a su familia, a su comunidad, a sus relatos e historia de las mismas, al mundo y a través de ella se pueden generar cambios (Kirstensen y Hedtke, 2018). Se invita a que se piense en el “legado” que dejan las personas en su paso por la vida. Existen legados que han generado estructuras y formas de vida que, si bien han tenido modificaciones, los valores de fondo son los mismos y han durado milenios (como el cristianismo, budismo e hinduismo, o propuestas de pensamiento filosófico como la aristotélica).

La práctica del re-membering, al contrario de las propuestas tradicionales (Worden, Kübler-Ross, Meza y otros), no busca centrarse en los sentimientos que genera la pérdida, si bien no los niega, es contraproducente negarlos y hacer como si nada pasara (Hedtke, 2014). Más bien, lo que busca es centrarse en lo

que sigue aportando a los vivientes su relación con el ausente, cómo ésta puede seguir dando sentido a la existencia. En otras palabras, se busca hacer evidente a los vivos que sigue existiendo un vínculo, y que este vínculo tiene un valor propio y particular. Por lo mismo, hay una constante invitación a nombrar y hablar de los ausentes, ya que de esta manera se van enriqueciendo las historias de ellos y las de las personas.

Así mismo, se busca que los acompañantes de procesos utilicen la herramienta de la “doble escucha” (el término original es “*double listening*”, la traducción es mía). Mediante ésta se propone dar un paso más allá de la escucha activa utilizada normalmente en los procesos terapéuticos, en la cual, se busca conectar con lo que el paciente dice y sus sentimientos. Es escuchar lo ausente, pero que está implícito (Hedtke, 2014). En otras palabras, se escuchan 2 historias a la vez, no sólo una, si la persona habla de su pérdida y el dolor que le genera de manera explícita, también, sin que lo diga, habla del vínculo y el amor que le tenía a aquella persona, o cosa, que está ausente. En una historia de desesperanza, hay también un testimonio de amor (Kirstensen y Hedtke, 2018).

Justo esta doble escucha es lo que permite encontrar relatos alternativos, traer lo paradójico a colación y poder llegar a encontrar caminos de integración y esperanza para los dolientes. Ya que, se les hace evidente aquello que pueden no estar viendo, buscando connotar de una manera positiva la pérdida. De esta manera, el re-membering, puede generar caminos de *esperanza*. A este respecto se dirá que la esperanza no es entendida aquí como un mero sentimiento, sino

que se entiende como la puesta en práctica de una serie de acciones, basadas en los valores que deja el legado de los ausentes, mediante las cuales se crea un sentido (o nuevo sentido), de la pérdida y el dolor que implica esta; más allá de si la persona se siente esperanzada o no; no son pocos los casos en los que la pérdida de un ser querido por una enfermedad, ha llevado a la generación de sistemas comunitarios, por parte de los dolientes, en los que se ayuda a personas con el mismo padecimiento que les arrebató a su ser querido. Así mismo, es necesario decir que una “acción” no es necesariamente una conducta o un comportamiento; haber decidido no hacer nada, o el simple hecho de recordar algo en cierto momento, ya son acciones en sí mismas, lo que cuenta es la intencionalidad con la que se hacen las cosas, no tanto si son visiblemente comprobables o no (Hedtke, 2014). Esta generación de caminos de esperanza o historias de esperanza, no es una propuesta ilusa, no se busca convencer a las personas de que su dolor se irá mágicamente; tampoco prometerles cosas que no pasarán. Más bien se refiere al proceso mediante el cual se va facilitando al doliente que, desde lo que tiene disponible en su realidad, genere significados y a partir de estos significados rutas de acción. Esto no quita el dolor, pero le da sentido.

De igual forma, se ha de tomar en cuenta lo propuesto por Sather (2015), la cual trae a colación que si bien, en algunos casos es beneficioso el volver a hacer parte de nuestra vida a los ausentes (re-membering), también es cierto que en algunos no hace bien esto, ya que las personas pueden querer realmente cerrar con y sepultar a la persona, o al menos, una parte de ella. La autora da cuenta de

la complejidad que encierra el duelo por una persona con la que se tenía una relación conflictiva, es decir, se le amaba, pero esta persona violentaba a aquella que está en duelo (por ejemplo, un esposo que agredía a su esposa). En estos casos, puede que lo más sano para los dolientes sea elegir qué de la persona ausente quieren hacer parte de su vida y mantener, y qué no o, si definitivamente, no quieren mantener ese vínculo en su vida.

En la presente investigación, desarrollado dentro del marco del Trabajo de Obtención de Grado (TOG), se buscan abordar desde la narrativa de las personas cómo es que estos duelos las han influido y se propone como herramienta de elaboración la resignificación de la narrativa. Por lo que la pregunta de investigación se estructura de la siguiente manera: **¿Es posible identificar la resignificación narrativa de procesos de duelo expresados en sesiones de psicoterapia desde la concepción del *re-membering*?** Se parte de la premisa de que la resignificación es una herramienta de utilidad para la elaboración del duelo, por lo que se buscará describir la manera en cómo la narrativa es modificada y con ella la perspectiva de los eventos en los procesos que se acompañen.

Como objetivos de investigación de este TOG se enuncian los siguientes:

- Describir la relación entre la resignificación de la narrativa y los procesos de duelo.
- Observar si hay un cambio de posicionamiento en los sujetos que han elaborado una pérdida.

- Describir si, al haber cambios de narrativa, existe un cambio no sólo del posicionamiento en el presente del paciente, sino también un cambio en su proyección hacia el futuro.

La importancia de dicha investigación reside en el poder facilitar herramientas más adecuadas para la atención y ayuda de las personas que vienen al consultorio. De esta manera se puede construir una práctica profesional más asertiva y adecuada. Así mismo, se considera que los resultados generados en esta investigación pueden servir como base de nuevas formas de intervención más allá del contexto específico del duelo.

Es necesario decir que, si bien se opta por abordar el duelo desde la propuesta narrativa, también se toman como referencias las propuestas y enfoques tradicionales sobre el duelo; ya que la realidad es compleja y tomar algo como el único depósito de la verdad conlleva encasillar a los consultantes a una única manera de “estar bien” y sufre en detrimento la práctica terapéutica. Se plantea así discernir, junto con el entrevistado, qué es lo mejor en cada caso. Así mismo, y como se ha dicho antes, se entiende la pérdida y el duelo como algo que no sólo genera la muerte física de una persona, por lo que las pérdidas cotidianas (cambio de residencia, modificación de relaciones significativas, cambio o pérdida del proyecto de vida, rol, entre otros), se abordarán también desde el remembering, esperando encontrar, aunque nada lo asegura, ese nuevo significado que brinda lo ausente, permitiendo así mantener y encarnar el legado que nos

deja lo perdido, facilitando un cambio de posicionamiento en la vida y darle sentido a la misma.

CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

El Concepto de pérdidas

Introducción al concepto de pérdidas

Bernardo Roque, maestro de la maestría, nos comentó algún día que todo el mundo tiene cierta cepa psicoanalítica en su ser. Tomando esta afirmación como válida, remontaremos nuestro reconocimiento sobre lo que se ha dicho sobre el duelo y la pérdida hasta Sigmund Freud. Ya a inicios del siglo pasado, Freud, en su trabajo de “Duelo y melancolía” (1914), describió cómo era la vivencia de este duelo y en qué consistía la cura. Desde el principio quedó claro que bajo el término “duelo” entendemos la vivencia de la pérdida irreversible de aquello que amamos. Concretamente al ser/persona que amamos; es decir, un ser vivo que ha muerto o al que somos incapaces de recuperar. Esta misma idea ha sido mantenida por otros teóricos con el paso de las décadas, como lo son Bowlby (1993), Worden (2016), y Payás (2010). Sin embargo, podemos objetar que hay cosas y personas con las que nos vinculamos y que su pérdida (más bien simbólica, no me refiero aquí a una muerte física), puede generar en nosotros las mismas reacciones y necesidad de “trabajo”, que una muerte. Pensemos por ejemplo en la separación de una pareja, en duelo ha de hacer un proceso en el cual es necesaria una re-adaptación a su medio y una reconfiguración de su persona; es decir, cómo se ve a sí misma, cómo se experimenta percibida por los demás, qué de lo que antes era ya no es, qué se ha mantenido, qué es nuevo. Tanto Payás (2010), como Worden (2016), coinciden en que este proceso es

propio de los duelos, es parte de la necesidad del trabajo hacer esto. Podemos, así mismo, pensar en el cambio de un proyecto de vida o trabajo al cual se le ha invertido tiempo y esfuerzo, si la persona se ha comprometido con éste y le es significativo, probablemente el dejarlo (ya sea por opción personal, ya sea por las condiciones de vida, como la jubilación o la ama de casa que ya no tiene hijos que cuidar), generará en esta persona una pérdida de sentido, desorientación, tristeza, incluso apatía, todos estos sentimientos relacionados con el trabajo de duelo (Worden, 2016).

Tomando lo anterior como referencia, no nos es difícil concluir que a pesar de que gran parte de los teóricos consideran el mayor y más importante duelo la muerte de un ser amado, esto parece tener una correspondencia cuestionable con la realidad a la que nos vemos enfrentados día a día en el consultorio. Por esto mismo, en el presente trabajo, en el afán de desenmascarnos de una lógica reduccionista, entenderemos como pérdidas no sólo aquellas ausencias objetivas del ser amado (como la muerte física), sino también aquellas que implican muertes más bien simbólicas y que las personas las vivencian de manera interna.

Taxonomía del duelo y la pérdida

Ahora bien, para entender el duelo, primero tenemos que volver a algo fundamental. Si nos cuestionamos la naturaleza del duelo, éste se da por la ausencia de algo, hay algo que había y ahora no está. Hablar de duelos, de pérdidas, es fundamentalmente hablar de vínculos. Lo esencial del duelo es un

vínculo roto que nos esfuerza a una reconfiguración. La creación de lazos significativos con otras personas, con el mundo que nos rodea, no es un hecho meramente casual. Siguiendo a Payás (2010), necesitamos de esos vínculos para sobrevivir en una primera etapa. A *grosso modo*, podemos decir que sin los lazos iniciales entre el niño y la madre (o la persona que lo cuida), no habría alimentación, calor, en última instancia no habría cuidados. Sin embargo, y profundizando un poco más, la generación de estos primeros lazos será fundamental para el desarrollo del niño y serán parte determinante en su capacidad de relación con otros. Existe la posibilidad de la sobrevivencia de una persona sin el contacto con el otro, pero la capacidad de relación del niño como adulto se ve comprometida.

¿Por qué son tan importantes estos primeros contactos con el mundo y los contactos con el mundo en sí, aunque sean posteriores? Básicamente, a través de estos lazos donde interactuamos con el otro, con lo otro, es como vamos construyendo nuestro ser interior, es decir, en los intercambios nos hacemos, “armamos” de alguna manera lo que son nuestras emociones, pensamientos y sentimientos, ponemos en juego lo que llamamos “yo” y lo modificamos; damos cuenta de quiénes somos y de la “realidad” en la que nos desenvolvemos.

En sus trabajos John Bowlby (1993 y 1999), nos ayuda a comprender la tendencia que tenemos los seres humanos a la creación de vínculos. Según el autor, el niño pequeño busca crear lazos con la madre básicamente por su necesidad de seguridad y protección. Como adultos nos desenvolvemos con base

en este “fundamento original” de seguridad; es de hacer notar que con el paso del desarrollo, el infante, poco a poco, se va separando de la madre por periodos más largos, pero volviendo a ella como un ancla. De manera posterior, este mismo proceso de vinculación lo haremos con nuestros pares. Si la figura (o figuras), de referencia está ausente, esto generará en el niño una reacción emocional intensa que es del todo normal y cuya función es restablecer el vínculo afectivo con la persona que cree perdida. Primero éste protestará y rechazará el consuelo de los otros; una imagen sería la de un pequeño llorando mientras rechaza a toda persona que se le aproxime que no sea la madre. Si la figura de referencia regresa, entonces el niño dejará esta actitud, pues ha conseguido lo que quería, a saber: restablecer el vínculo con lo perdido. Sin embargo, si esto no sucede, aparecen la apatía, la tristeza, el aislamiento y la desesperación (Payás, 2010). En el caso de que el cuidador no regrese, se pasa a una tercera etapa donde el niño opta por desvincularse. Haremos mención de una propuesta sobre modelos de vinculación, aunque no se profundice más en ellos, ya que, siguiendo la lógica de Bowlby (1993), tener conocimiento de los estilos de vinculación nos es relevante, ya que influirá sobre las reacciones que tiene la persona ante la pérdida. Payás (2010), presenta los siguientes tomando como referencia la aportación de Mary Ainsworth (discípula de Bowlby):

- *Estilo de vinculación segura:* Se da cuando el cuidador está presente e interesado por el niño. El cuidado de esta persona le hace saber al pequeño que es alguien valioso y que merece ser querido.
- *Estilo de vinculación insegura-ansiosa:* Se establece cuando el cuidador es inconsistente en su cuidado, en ocasiones puede darle atención al niño y en

otras estar centrado sobre sí mismo. El niño genera una dependencia compulsiva, manteniendo una serie de demandas incesantes para atraer su atención. En ocasiones puede ser agresivo con el cuidador cuando intenta ser cariñoso.

- *Estilo de vinculación insegura-evitativa:* Se da cuando el cuidador es consistentemente frío y disponible, de manera física, de manera inconsistente. El niño reacciona minimizando sus necesidades y mantendrá la idea de que el contacto es doloroso.
- *Estilo de vinculación inseguro-desorganizado:* Todos aquellos que no pueden ser clasificados en los 3 anteriores estilos, por su alta de coherencia en sus respuestas.

Ahora bien, como se dijo anteriormente, el conocimiento de estos estilos de vinculación nos son relevantes porque es uno de los factores de vulnerabilidad que pueden indicarnos la complicación de un duelo. De igual manera, con antelación se han nombrado maneras en las cuales se manifiesta un duelo de carácter patológico, podemos hacer una división de los mismos en 2 grandes grupos. Por un lado aquellos que se viven antes de que se dé la pérdida en sí (el duelo anticipado y el preduelo). Por el otro, aquellos que se dan posteriormente a la pérdida (el duelo negado o inhibido, el duelo crónico). Mención aparte requiere la pérdida ambigua, puesto que la falta de lo amado es parcial; tomemos por ejemplo a una mujer cuya pareja sufre Alzheimer, su marido continúa viviendo objetivamente, pero ha dejado de ser *su* marido.

Es difícil marcar un límite o una medida estándar de cuándo un duelo es “sano” y cuando implica una complicación, ya que cada persona vive de manera distinta el proceso de readaptación a un mundo o espacio sin aquello que es amado (Worden, 2016). Sin embargo hay 2 aspectos que pueden ser nuestras referencias en este proceso. El primero es la funcionalidad externa, es decir, que la persona, a pesar de estar doliente pueda seguir siendo funcional en el mundo y se adapte a él. El segundo es que pueda encontrar una nueva imagen de sí mismo sin aquello que ha perdido. Así, el duelo se propone como el trabajo que hemos de realizar para readaptarnos a nuestro entorno y a nosotros mismos después de sufrir la pérdida de algo amado. Payás (2010), hace notar que para varios autores este es el elemento central del duelo: la creación de nuevos significados. La pérdida hace cimbrar nuestras creencias nucleares y otros aspectos a los que otorgamos significatividad. Es necesario negociar y renegociar los nuevos sentidos que queremos otorgarles a las cosas. Los síntomas del duelo no serían otra cosa que los signos de que estamos haciendo esfuerzos por encontrar nuevos significados. Worden (2016), apunta que el hecho de que la persona pueda encontrarle un sentido (incluso gracia), a su pérdida es señal de que va adelantada en el proceso de elaboración.

Antes de continuar para decir una palabra sobre los modelos de elaboración de las pérdidas, nos parece necesario comentar algunas características que se presentan en los dolientes, dentro de lo que Worden (2016), define como un proceso de duelo “sano”. Debido a que son muchas, y para no hacerlo tedioso al

lector, se nombrarán las categorías y se darán algunos ejemplos de cada una de ellas. Las categorías, tomadas de Worden, son las siguientes:

- *Sentimientos*: Entre los más relevantes en este apartado se encuentran la tristeza, la ira, culpa y remordimiento, soledad y alivio; esto nos deja entrever que el estar en proceso de duelo, no es necesariamente traer una nube de pesadumbre sobre nosotros, las emociones son variadas.
- *Sensaciones físicas*: Aquí podemos nombrar la sensación de vacío en el estómago, opresión en el pecho o la garganta, hipersensibilidad al ruido y la sensación de despersonalización.
- *Cogniciones*: Se destacan la incredulidad, confusión, preocupación, el creer que la persona está en el mismo espacio temporal que el doliente (en el caso de muertes), y alucinaciones.
- *Conductas*: Encontramos los trastornos de sueño y de alimentación, conducta distraída, retraimiento, soñar con lo perdido y evitar recordarlo.

Modelos de elaboración de la pérdida

Para empezar este apartado, nuevamente tenemos que hacer referencia a Freud. En el trabajo de “Duelo y melancolía”, ya citado anteriormente, Freud es el primero que no hace mención del duelo como un “trabajo”, es decir, no es algo que suceda de manera pasiva, la persona ha de *hacer*; Worden (2016), señala que sí hay modelos donde a la persona se la concibe de manera pasiva, pero esto lo abordaremos posteriormente. Este trabajo que Freud propone es retirar la libido que tenemos invertida en el objeto ahora muerto, para poderla redirigir a un nuevo

objeto, u objetos, “vivos”. Esto es lo que hemos llamado el proceso de readaptación nuclear del duelo. Si bien, nuevamente siguiendo a Worden (2016), podemos llegar a la conclusión de que nunca retiramos de manera total la energía que invertimos en el otro ahora ausente, o en lo ausente (recordemos que aquí la pérdida y el duelo también son provocados por cosas, todo aquello a lo que nos vinculamos fuertemente, ante su ausencia provocará en nosotros un duelo).

Anteriormente hemos hecho referencia a 3 modelos distintos de elaboración del duelo. Estos eran el modelo de Worden, el de Kübler-Ross y el de Meza (este último era más sintético. Dichos modelos nos servirán para ejemplificar las diferentes concepciones sobre el doliente y cómo es que vivencia el proceso de la pérdida. Sin embargo, debemos de hacer notar que no son los únicos modelos existentes, sólo por nombrar algunos también Bowlby, Parkes, Horowitz, entre otros han elaborado su propia propuesta (Payás, 2010). Un énfasis común a todos ellos es el “enterrar” de manera definitiva a lo perdido.

Siguiendo la diferenciación hecha por el mismo Worden (2016), los modelos que se definen por “etapas”, entre los que se encuentran los modelos de Kübler-Ross y Meza, tienden a presentar un transitar de manera secuenciada, es decir, una persona elaboraría cronológicamente su duelo pasado de la *negación* a la *ira*, de ésta a la *negociación*, de ahí a la *depresión* y por último la *aceptación*; por utilizar el modelo de Kübler-Ross. Sin embargo, los dolientes no suelen hacer este proceso y las personas que los acompañan tampoco lo llegan a percibir así. Es más bien un jaloneo entre las distintas etapas, ya que, según el caso, la persona

podría pasar de la primera a la tercera y de ahí de vuelta a la primera para terminar en la segunda. Además se tiene una concepción de la persona más pasiva, es decir, pasará las etapas haga o no haga nada; contraria a la concepción de otros autores (como Freud y Worden). La misma percepción se puede tener de los modelos que se manejan por “fases”, como es el Bowlby o el Sanders. Mas, tiene las mismas contradicciones, en especial la superposición de las fases o etapas.

Otro tipo de modelo, el de Worden, propone trabajar por *tareas*. Esta concepción le regresa un papel activo en el doliente, más en consonancia con lo propuesto por Freud, es decir, la persona *tiene que trabajar* para lograr algo. Para Worden (2016), proponer así lo que sucede con el doliente le empodera y le da la sensación de que puede hacer algo para adaptarse mejor. Para recordar, las tareas para el duelo que propone Worden son las siguientes: *Aceptar la realidad de la pérdida, Experimentar el dolor del duelo, Ajustarse a un ambiente donde el fallecido no está y Recolocar al fallecido emocionalmente*. Así mismo el autor se abre a la posibilidad de que las tareas no se hacen una detrás de la otra, sino que podemos estar en varias a la vez o en todas, volviendo cuando fuese necesario a alguna de ellas. Además también se apunta que no todos abordamos las tareas de la misma manera e incluso un misma persona puede abordar pérdidas de manera distinta.

Debemos de hacer notar que Worden, en los últimos años, ha sido influenciado por otros investigadores, como Klass, Silverman y Nickman (en

Worden, 2016), y se encuentra buscando una manera de integrar la noción de *vínculos continuos* (una propuesta similar al re-membering). Aunque aún se cuestiona en cuanto qué tan adecuado sería para todas las personas mantener ciertos vínculos. Esta cuestión la abordaremos más adelante cuando exponamos el re-membering. Por el momento sólo hacemos la señalización de que Worden ha cambiado el nombre de su última tarea, ésta ahora sería: *Hallar una conexión perdurable con el fallecido al embarcarse en una vida nueva*.

Narrativas y elaboración de historias

Narrativa, construcción y deconstrucción

Antes de empezar, se hace necesario dar cuenta de dónde estamos parados y desde dónde nos aproximaremos a nuestra realidad, es decir, debemos dar cuenta de nuestra epistemología. Primeramente, debemos hacer notar que partimos de una lógica posmoderna. Como características de esta lógica se encuentra un constante cuestionamiento y crítica a lo establecido, dado por hecho, a lo incuestionable. Contrario a la lógica moderna, donde se premiaba el orden, lo establecido y un conocimiento lineal “seguro”, con la concepción de que el mundo, la realidad, es un sistema entramado que vamos conociendo y, en la medida que lo conocemos, nos es más controlable y predecible (Ibañez, 2003). De este movimiento que buscaba repensarse lo que antes se consideraba incuestionable surge el construccionismo social, fundado por Kenneth Gergen, si bien ha habido otros colaboradores en la construcción de esta teoría. La misma parte de la asunción de que si bien, hay una realidad objetable (por ejemplo, tenemos

árboles, agua, sillas, botellas, entre otras cosas), y que de alguna manera nos condicionan (si nos exponemos una hora continua bajo el sol probablemente terminaremos con quemaduras en la piel), ésta no es aprehensible para nosotros. A qué me refiero con esto, a que lo que en mi vida implican constructos como *sol*, *mesa* y *maceta* se encuentran socialmente contruidos. En otras palabras pesa más lo que decimos de la realidad que aquello que sería “objetivo” de ella (Gergen y Gergen, 2011). Por lo mismo, todo aquello que se considera obvio, autorrevelado o evidente será cuestionado desde nuestra lógica (Sampson en Ibañez, 2003).

En el párrafo anterior mencioné que los elementos de la realidad y la realidad misma son socialmente contruidas. Sin embargo, es necesario que en este punto haga una aclaración. Una propuesta similar al construccionismo es el constructivismo, incluso el nombre es muy similar. Mas el origen del que surge la construcción de la realidad varía inmensamente entre los 2. Siguiendo a Gergen y Gergen (2011), por un lado el constructivismo propone que la génesis de la construcción de la realidad está en el interior de la persona, en su mente; desde una lógica más individualista, de la cual parten autores que van desde Marx hasta Rogers. Por otro lado, el construccionismo dirá que la realidad y nosotros mismos (aunque esto último lo abordaré más adelante), nos gestamos en la relación, en el intercambio comunicacional que tenemos con otros que nos permite llegar a acuerdos comunes sobre lo que nosotros consideramos que es. De aquí se desprendería la afirmación de que la realidad es como es debido a que para nosotros es *de esa manera* (Ibañez, 2003). En palabras de Searle (1997), ya no

son los elementos objetivos y lógicos de la realidad (si es que podemos acceder a ellos), lo fundamental y a partir de lo cual entendemos el mundo que nos rodea, sino que lo que tiene esta preeminencia son los significados que vaciamos en estos aspectos “positivos” de la realidad.

Esta simple afirmación no es inocente, ya que da pie a una concepción de la realidad en la cual realmente nuestra construcción de la misma afecta a su misma constitución; no es sólo lo que construimos en el intercambio relacional sobre lo que consideramos realidad, sino, la realidad misma alterada por este intercambio relacional. Podemos incluso llegar a afirmar que hay hechos de la realidad que no se explican sino es a través de los discursos o enunciados que hacemos de los mismos. Por ejemplo, un pedazo de determinados hilos, de determinado color, tejidos entre sí, con cierto diseño y en una medida compacta, es un pedazo de tela; pero nuestro discurso nos hace ver en este objeto un billete de determinado valor. El hecho de que sea “billete” y que tenga un “valor”, no depende de la realidad objetiva en sí, sino de los enunciados que hacemos sobre y en torno a ciertos pedazos de tela con determinadas características. En otras palabras, aquellos significantes que se vierten sobre el pedazo de tela son independientes a su descripción física y química; escapan de lo objetivo.

De aquí se desprende al menos 2 aspectos relevantes y que tienen relación entre sí. El primero es la construcción de acuerdos comunes entre lo que se considera realidad, es decir, no basta con que una persona considere un aspecto de la realidad de determinada manera, sino que esta concepción es puesta a

“prueba”, de alguna manera, con lo que los otros dicen. Esto generaría los significados comunes y nos da cierta impresión de estabilidad de lo real (Gergen, 1996). El segundo es que la construcción de lo real no surge de la nada, es un proceso histórico y cultural, en el cual se sigue una línea narrativa. Por tanto requiere una cierta coherencia. Partiendo de ambos aspectos podemos concluir junto con Sandu, (2016), que la construcción de da en un nivel comunitario que acepta una común significación. Esto engendraría al *ser* realidades, aspectos e ideas como el matrimonio, la moral, el mercado, lo que consideramos arte y cultura, ideas de trascendencia, entre otras. Este proceso se puede exponenciar a los niveles regionales, nacionales y mundiales. Cabe mencionar que algo similar ocurre con la construcción de nuestra propia identidad, las características son similares; como se mencionó en otro lugar, el niño pequeño llega a un lugar y contexto sociocultural bien específicos y es co-participe de una serie de significaciones y constructos sobre él. Esto implicaría que al ver al otro me veo y el otro se ve en mí, porque somos partes constitutivas (Gergen, 1996).

Así, podemos ver que si bien somos constructores de esta realidad, la misma nos pone ciertos límites y contingentes, ya que tiene una “lógica” propia, es decir, los acuerdos comunes dictaminarán que se considera “bueno” o “apropiado” en determinadas situaciones. No implica esto que sea algo rígido, como dijimos, no es una lógica moderna, están sujetos al cambio, pero requiere nuevas negociaciones que, sin embargo, tengan relación con los constructos anteriores y la historia. Las narraciones a partir de las cuales formamos la realidad tienen que

ser coherentes desde nuestro terreno común; cambiado el terreno, puede cambiar la coherencia.

Para no obviar las cosas, cabe decir que el lenguaje se erige como una herramienta fundamental en la construcción de la realidad, ya que a partir del mismo se genera la relación de un individuo con otro. Es un elemento que nos sirve para no sólo para crear, sino también para destruir. Siguiendo a Gergen y Gergen (2011), de manera tradicional se apreciaba el lenguaje como una manera de darnos una impresión exacta del mundo, a manera de una fotografía. Sin embargo, más allá de esto, el lenguaje tiene la función de relacionarnos, hacernos entrar en contacto. En ese sentido el lenguaje no sería algo pasivo e inocente, sino una acción misma, de acuerdo con lo expuesto por Sistos (2012). Por lo mismo, establece un sentido, la realidad en estos procesos de intercambio adquiere un sentido y significación. De ahí que el énfasis que socioconstruccionismo pone en lo que sucede *entre* las personas, no en ellas, ni independientemente de ellas, ya que es ahí donde se gesta el rejuego del propósito y sentido de lo que existe (Ibañez en Sistos, 2012). En el caso de que decidiéramos despojar a uno de nuestros constructos de esta significación dada, nos veríamos en una situación complicada, intentando encontrar, acaso vanamente, la ontología de aquello que tenemos enfrente (Searle, 1997).

Historias e identidad

Ahora bien, cómo es que todo esto toma sentido y se engarza en la constitución del sujeto. Como se mencionó antes, y siempre siguiendo la propuesta de Gergen (1996), que a su vez retoma aspectos elaborados por White y Epston (1990), debemos decir que no consideramos que las personas tengan un autoconcepto basado en una estructura cognitiva privada e individual de la persona, sino más bien, que el autoconcepto surge del discurso, lo que decimos, de nosotros, del yo. Así el “yo” es algo que se juega en la esfera pública y no deja de ser un ente eminentemente social.

Ya se ha dicho con anterioridad que desde que nacemos estamos inmersos en una serie de discursos y narrativas de nosotros mismos. Además de esto, es de notar que es justo a través de narraciones (cuentos, fábulas e historias), que nos vamos familiarizando con la manera en que la sociedad se organiza. Es esta, en suma, una manera de hacernos inteligibles el mundo social. Así el relato es una forma por medio de la cual nos identificamos con nosotros mismos y con otros. Es a través de este contar cómo damos significación a nuestras vidas y sentido a nuestras experiencias (White y Epston en Gergen, 1996). Pensemos por un momento en cómo es que nos presentamos a los otros o como compartimos un suceso que nos aconteció, normalmente este acto lo esgrimimos como cualquier otra historia, tiene un principio, un nodo, un clímax y un final; de hecho, el sentido de aquello que entregamos al otro se entiende viendo el acontecimiento en perspectiva, como las historias. Depende de nosotros qué aspectos puntuar, es decir, nuestra historia puede estar compuesta por múltiples historias. Así el

concepto de mi “identidad”, puede tener un principio en el momento de mi nacimiento, o antes, y continuarse hasta el momento actual, pero eso no imposibilita (y de hecho no lo hace), que esta “gran historia”, se componga por “pequeños relatos” o narraciones que más que restarle significatividad al hecho macro, le van aportando riquezas; ya que la historia toma significaciones más profundas en tanto más complejidad.

Debemos de hacer notar que el hecho de ser un producto de la interacción, del intercambio social, más que hacernos, por un lado, un ser individual, único e independiente, nos posiciona como un ser *interdependiente*; sin por ello demeritar que tenemos un pasado y un futuro potencial. De hecho, hemos de caer en cuenta que esta misma condición de interdependencia complejiza nuestras *autonarrativas*, ya que, igual que los significados y espacios comunes que se generan en los constructos sociales, también en nuestra autoconcepción debe de haber una mutua concordancia entre todos los actores que forman parte de mi historia “personal”, así como yo formo parte de la historia de ellos. Así mismo, otra característica presente en nuestros relatos personales es que se hallan incrustados en una temporalidad y contexto, no surgen de la nada, son el resultado de un “relato vital”.

Para ello, es fundamental cierta coherencia, es decir, la acción de autonarrarnos requiere explicarnos y explicar nuestra relación con los acontecimientos que van siendo autorrelevantes a través del tiempo. Al igual que en cualquier guion o novela, esta relación entre los acontecimientos no puede

estar inconexa entre sí, ya que esto haría que faltase consistencia, es necesario referir los acontecimientos (y referirnos a nosotros mismos), de manera consistente. Es así que llegamos a la construcción de *narraciones de estabilidad* (Gergen, 1996); el término se refiere a una historia mayormente coherente en sí misma, la cual nos da una sensación de solidez, donde asentar nuestra idea de identidad; no es que se niegue la diversidad de narrativas, mas para funcionar en lo cotidiano y relacional es *necesaria* esta solidez, aunque ilusoria, que dan las narrativas de estabilidad. White y Epston (1993), se refieren a estas narrativas, desde el enfoque narrativo sistémico, como *relatos dominantes*, es decir, los significados, constructos y contenidos a lo que más comúnmente nos remitimos al transmitir nuestra identidad a los otros.

Es de hacerse notar que, si bien las autonarraciones dan la necesitada solidez personal y social a nuestra “realidad”, no por ello se niega que no reflejan lo real sino que crean el sentido de lo que consideramos “real” y la “verdad”. Nuevamente aquí se ve reflejada la propuesta socioconstruccionista, en la cual las narraciones no reflejan lo real, sino que lo construyen. Así la idea del “yo autodeterminando” es suplida por el “yo determinado en la relación”.

Sin embargo, esta congruencia necesaria en el relato no impide que, dependiendo de las condiciones, nos presentemos de una u otra manera; los acontecimientos “objetivos” serán los mismos, sin embargo, la manera de narrarlos y de narrarnos en ellos puede variar. Para Gergen (1996), la cualidad de poder narrarnos de manera múltiple sería razón para esperar una buena

adaptabilidad por parte del individuo. En términos de la terapia narrativa (White y Epston, 1993), es generar relatos fluidos, flexibles y dinámicos, donde se tenga el recurso de contar con nuestros *relatos alternativos*. Esta última cuestión es importante, si bien las narrativas de estabilidad dan solidez a nuestra identidad, no significa que nuestras experiencias estén *realmente* conectadas por una lógica intrínseca, más bien es nuestra capacidad narrativa lo que le da esta lógica. Pero esto nos debe hacer caer en la concepción de que toda nuestra experiencia está concatenada en un todo coherente y lógico, más bien puntuamos una serie de momentos y aspectos que dan esta impresión; sin negar por ello la existencia de otros que no caben dentro de esta lógica que, si bien pueden ser motivo de malestar o poca solidez, a la vez pueden ser de riqueza identitaria.

Anteriormente se mencionó la necesidad de un consenso entre los individuos para mantener la solidez del “yo”. Ahondando un poco más en este punto, debemos de decir que la generación de un yo inteligible requiere un “préstamo” del contexto sociocultural en el cual estamos insertos. Esto nos garantiza un futuro relacional, ya que me pone en un terreno común con los otros actores. Así mismo, necesitamos de ellos, como especies de “actores de reparto” para generar mi identidad. De esta manera, las acciones que ellos ejecuten, así como los intercambios me sirven a mí para enriquecerme, pero, a la vez, yo paso a ser un actor de reparto en sus propias narraciones. De ahí la importancia de que exista un consenso, ya que todo desacuerdo (más si hay varios actores en mi contra), mermará mi solidez identitaria. Al final estos procesos de intercambio

facilitan y abren la posibilidad de tener una coherencia y comunión entre mi pasado y presente, así como las posibles proyecciones al futuro.

No quisiera cerrar este apartado sin mencionar la estructura y variaciones de las exposiciones narrativas, así como algo de los procesos; empezaré por esto último. Para Gergen (1996), existen propiamente 2, por un lado las *micronarraciones* y por otro lado las *macronarraciones*; a estas últimas se le une el fenómeno de la *multiplicidad* narrativa, que de alguna manera ya hemos tocado aquí (básicamente la capacidad de construir y reconstruir nuestras autonarraciones, así como el poder utilizar distintas narraciones según el tipo de relaciones que se le presenten. La micronarraciones hacen referencia a acontecimientos breves, como anécdotas, chistes, momentos puntuales; no es de vital importancia una referencia histórica, ya que, justamente por su naturaleza, tienen la capacidad de no depender de ellas. Mientras que las macronarraciones se refieren a aquellas exposiciones referentes a períodos prolongados de tiempo; como relatar la alguna etapa de vida autobiografías. Para estas es necesario el telón de fondo, es decir, la historicidad de lo que es foco de atención, ya que dan sentido a lo que se está contemplando en el momento presente.

En ambas, puede haber 2 tipos de narraciones (e incluso pueden convivir estos 2 tipos en las autonarraciones), que son las *narraciones regresivas* y *progresivas*. Las primeras se refieren a aquellos relatos en los que el movimiento es decreciente, es decir, la serie de acontecimientos va de mal en peor. Por otro lado, las segundas se refieren a aquellas narraciones donde la vinculación de los

acontecimientos entre sí a lo largo del tiempo se considera como positiva. En ambas, el fenómeno tiende a tener cierta direccionalidad, es decir, lo positivo anticiparía cosas positivas y lo negativo lo inverso. Es de notar que una misma trama puede contener varias de estos tipos de narraciones; la manera en las cuales damos cuenta de nuestra persona y la realidad las tiene. Normalmente tenemos un punto final hacia el que tiende la narración, para lo cual se seleccionan una serie de acontecimientos que consideramos relevantes para llegar a este punto (lo dicho sobre la coherencia); estos mismos son ordenados y se proporcionan vinculaciones que explican cómo se llegó al resultado final; por último, aquellos signos que nos indican el principio y el final del relato. En términos más simples, toda historia tiene un principio, un nodo, un clímax y un final /resolución. Normalmente tenemos narraciones regresivas en el nodo y clímax, y, a partir de este y el desenlace se presentan narraciones progresivas. Así, nuestra vida va tomando matices que van cambiando con dependencia a cómo nos situemos, y nos sitúen los otros, en las distintas historias. Con esto se abre una riqueza redentora de la experiencia, la cual nos permite volver a los acontecimientos y si bien no podemos cambiarlos, podemos cambiar cómo nos hemos posicionado hasta entonces ante ellos, aprendiendo a contar, cada vez mejor, las historias que nos forman.

La resignificación desde el remembering, una intervención desde la terapia narrativa

“Hola de nuevo”

No deja de parecernos importante hacer énfasis sobre una visión en que estamos contruidos a partir de relatos y que somos, a su vez, constructores activos de las actuales y futuras narrativas, ya que, como hemos visto, estas no son fijas, dadas e inmutables, sino que tienden a ser dinámicas, flexibles, de alguna manera “vivas”. Así mismo, debemos recordar la aportación de Worden (2016), donde nos hablaba de un movimiento en la elaboración de las pérdidas que se abre a la posibilidad de mantener los vínculos abiertos (vivos), con lo ahora ausente. Teniendo esto en mente podemos encontrar el sentido en la lógica de White, que desde el enfoque narrativo, en su artículo de 1988 *“Saying hullo again”*, expresa que las narrativas actuales hacen énfasis en la metáfora del “Adiós”. En otras palabras, los modelos para la elaboración del duelo, vistos anteriormente, ya sea por etapas, fases o tareas, tienen como meta que la persona “se despida”, “deje ir” a aquello que ha perdido, cortar toda vinculación con ello (anteriormente se dijo que Worden (2016), parece estar en un cambio de posicionamiento, se vuelve a comentar aquí para tenerlo en cuenta), que no deja de ser una manera de ver el duelo “heredada” de lo postulado por Freud el siglo pasado.

Sin embargo, en concordancia a lo propuesto por Nell (2009), pareciera que en muchos casos el decirle adiós a aquello que amamos es demasiado doloroso, llega a ser insoportable tenerle que sacar lo amado de manera total y definitiva de

nuestra vida. Es así que White llega la metáfora del “hullo again”, es decir, “hola de nuevo”; basando la misma en el trabajo de la antropóloga Barbara Myerhoff (Kirstensen y Hedtke, 2018). Mediante esta, se propone una elaboración del duelo de manera distinta, sin necesidad de un adiós definitivo con aquello perdido. Como se mencionó con anterioridad *hablar* de lo perdido lo actualiza en nuestras vidas y lo integra en nuestras prácticas comunitarias, permite significar el pasado, dar sentido al presente y proyectar el futuro. En muchos casos parece ser una forma más “amable” (por ponerle un adjetivo), de vivir el duelo (Kirstensen y Hedtke, 2018). No niega los sentimientos que trae consigo la pérdida, más bien, el énfasis es en centrarse en qué de aquello que ya no es puede seguir siendo parte de la vida del doliente. Para ello es necesario nombrar lo que está pero que no es evidente, es el sentido de la *doble escucha* que mencionábamos antes. Al nombrar lo que no es nombrado, o al menos que el terapeuta se dé cuenta de lo que no es nombrado, nos permite profundizar en la naturaleza de la relación, en cómo se ha dado el vínculo, qué es lo que más pesa de la pérdida. Podemos escuchar a 3 personas que hayan perdido un trabajo y, sin embargo, para cada una de ellas lo que implica y significa el trabajo será radicalmente distinto.

Nell (2009) y Worden (2016), hacen notar que es probable que no sea adecuado para todos los dolientes mantener estos vínculos continuos con las personas ausentes. El primero habla más bien de utilizar esta práctica dependiendo de las necesidades del consultante. El segundo hace énfasis en las posibles relaciones ambiguas entre el perdido y el doliente (por ejemplo, una esposa cuyo marido era violento). Siguiendo lo dicho por Sather (2015), esto no

tendría porqué ser una dificultad, ya que la misma práctica del re-membering da la posibilidad de que la persona elija qué hacer con el vínculo, es decir, re-membering, no es forzar a las personas a mantener un vínculo abierto y permanente, es dar la posibilidad de mantenerlo. Evidentemente el vínculo ha de transformarse, ya que hay aspectos de la pérdida que se imponen (la imposibilidad de regresar a un trabajo, relación o la ausencia física de una persona muerta). Pero podemos elegir con qué aspectos de lo ausente quedarnos y qué de ello despedirnos. Así podemos construir el legado, el cúmulo de significantes, que dinamizarán nuestra vida (Hedtke, 2014). Esta construcción es necesariamente cambiante, ha de estar dispuesta al diálogo, ya que conforme la persona avanza por las distintas facetas de su vida, puede que necesite recurrir a aspectos de la persona ausente que en un primer momento no visualizaba.

Hedtke (2014), hace notar que este hablar de lo ausente, de lo no dicho, de aquello que sigue siendo significativo para nosotros nos lleva a la generación de historias de esperanza. La esperanza, mal entendida, puede ser dolorosa para la persona que sufre una pérdida; por ejemplo que alguien enfermo de un padecimiento terminal se vaya a curar. Sin embargo, a la esperanza a la que nos referimos aquí no es un mero conjunto de sentimientos y emociones, son actos significativos que dan al doliente, o los dolientes, la sensación de que hacen algo contra aquello que les genera el malestar. Esto se logra tomando las narraciones significativas de las personas, estas historias se pueden traducir en actos. Es cambiar los papeles de los actores en cuestión; por ejemplo, no es lo mismo esperar la muerte de alguien como fruto de la impotencia a hacer esta misma espera, pero como fruto de una

opción personal y consciente. Esperanza para nosotros es un hacer, más que un estado interno y haciendo hacemos camino.

CAPÍTULO III: FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA

En el presente apartado pretendemos explicar la manera en la que haremos nuestra aproximación metodológica a la cuestión. Cabe destacar que nos posicionamos para ello desde una perspectiva metodológica cualitativa, que va acorde con nuestra perspectiva epistemológica (socioconstruccionista), donde damos primacía a los contenidos y narraciones de los consultantes, más que a la generación de estadísticas o comparación de grupos control.

Se ha optado por hacer un estudio de caso único ¿Por qué se ha decidido esto? Coincidimos con Wainer (2012), en que la utilización del estudio de caso es de amplia tradición en las diferentes escuelas de psicología clínica. Son varios los ejemplos donde a partir de un caso se llega a una comprensión más profunda, o innovadora, de la realidad terapéutica. Así mismo, brinda al investigador con la libertad de aproximarse a un mismo caso desde diferentes ángulos, ya que, de acuerdo con nuestras perspectivas e intereses del trabajo, podemos seleccionar o no aquellos que utilizaremos.

Es de hacer notar, siempre siguiendo a Wainer (2012), que una de las mayores aportaciones al seleccionar esta herramienta para nuestra aproximación metodológica, es que tiene afinidad con la práctica clínica. Me explico, normalmente cuando se utilizan estudios de caso o muestra desde un enfoque cuantitativo hay un rompimiento con las situaciones cotidianas en que acontecen

los sucesos. Sin embargo, nosotros podemos seguir manteniendo la cotidianidad de la situación terapéutica, no se modifica el contexto de trabajo ni los intercambios del mismo y *a posteriori* analizar los aspectos que consideramos relevantes en cuestión. Además, las personas se sigue beneficiando del servicio otorgado, la investigación, en ese sentido, es de plano secundario, se respeta la primacía del paciente. Por último su utilización nos permite poner a prueba las hipótesis que se tienen sobre una problemática en particular.

Wainer (2012), hace notar que una de las limitaciones del estudio de caso único es la de no poder establecer generalizaciones sobre lo encontrado en la muestra. Ante esto podemos responder que la intención de esta investigación no es tanto la generación de constructos con validez universal, sino, más bien, lo que se busca es reportar como una manera de elaboración de la pérdida “alternativa” para nuestro contexto cultural occidental, se vive en un contexto ajeno en el cual fue generado. Mas que conocimientos universales, buscamos algo más específico y localizado.

Para ello es importante resaltar que se hizo un abordaje desde el análisis estructural del relato. Siguiendo lo propuesto por Barthes (1979), el relato está universalmente presente. Que podemos encontrar sin importar los lugares, sociedades e incluso estilos (pensemos en la novela, el mito, la historia, reportajes, películas y, claro está, en las maneras en que relatamos nuestras vidas y vivencias). Llevándolo hacia nuestra perspectiva epistemológica (socioconstruccionista narrativa), tiene lógica. Podemos concebir la vida humana

como una organización que hacemos de nosotros mismos a base de relatos. Para el estudio metódico de los mismos, y siempre siguiendo a Barthes (1979), fue necesaria la generación de unidades de estudio. Contrario a otras formas de aproximación, como las de la lingüística misma, estas unidades no se hacen en función de frases o palabras intercambiadas, sino que, se busca encontrar el sentido del contenido de una determinada porción de narración. En dichas unidades podemos ver el sentido que la persona da al acontecimiento vital. Posteriormente, también es importante abordar cómo es que se posiciona la persona, desde dónde cuenta su relato, qué funciones va adoptando y actuando, y cuál considera que es el problema. Cabe resaltar que en el análisis de estas “personificaciones”, no se hace desde un enfoque psicológico, sino de acción; debemos preguntarnos qué acciones realiza la persona y cómo podemos nombrar esa serie de acciones (por ejemplo, es un seductor, ayudador, estafador, el que imparte justicia, salvador, entre otras). Debemos de tener en cuenta que esta “personificación” es negociable, ya que un mismo personaje (depende desde dónde se le mire), puede ser un gran seductor o un estafador.

Varias propuestas metodológicas han generado diversas formas para abordar el estudio del relato en la psicoterapia. Trabajos como el de Maldavsky son muestra de ello. Si bien la idea de este último tiende a ser más interpretativa y esto puede “chocar” con nuestro foco de estudio desde la perspectiva que hemos elegido, puede dar luz sobre cómo hacer el abordaje del relato.

Entre los elementos que Maldivsky retoma como relevantes para el análisis es encontrar la *isotopía* de aquello de lo que se está hablando; es decir, en una misma sesión (incluso en los diálogos cotidianos), no sólo hablamos de un tema, sino de una pluralidad de los mismo y, dentro de cada punto tocado, hay micro-relatos. A lo que se refiera la isotopía sería a encontrar el tema común ¿De qué nos está hablando la persona? (Greimas , 1966) Puede que dentro de su historia de pérdida marital, se encuentre el cómo le afecta emocionalmente al consultante, cómo se afecta en lo laboral, con sus hijos (si los tiene), con su familia extensa, amigos, etc.

Una vez teniendo claridad en esto, Maldivsky (2004), propone un procedimiento básico a partir del cual un relato pensado como texto se obtiene, éste consta de 5 pasos; a saber:

1. Diferenciación del texto por los diferentes textos encontrados
2. Hacer una combinación nueva de los diferentes fragmentos para construir unidades de análisis más coherentes
3. Obtención de un nuevo relato a partir de lo anterior
4. Detección de redundancias; qué se nombra constantemente
5. Análisis de la secuencia narrativa

Desde nuestra perspectiva, esta herramienta es aplicable a nuestro estudio, ya que no atiende a una cuestión teórica, sino más bien estructural para la facilitación del análisis. No da un entendimiento teórico al relato, más bien, prepara el cuerpo de datos para hacer dicho entendimiento.

El siguiente punto a considerar es la secuencia narrativa del texto. Adam (2007), en una revisión del trabajo de varios autores, llega a señalar que todo relato supone 6 elementos esenciales; tomando esto principalmente del trabajo de Bremond (1978):

1. Una sucesión de hechos
2. Unidad temática (al menos hay un personaje)
3. Predicados transformados
4. Un proceso
5. Una intriga
6. Un desenlace

La unidad principal es aquella de algunos hechos interconectados a partir de una acción relatada. Dicho relato gira en torno a un personaje principal que está en una situación de intriga, la cual genera interés, y que se sabe de alguna manera que terminará en un desenlace que implique un degradamiento o una mejoramiento de la situación actual. Si bien esto nos remonta a las historias de los cuentos de hadas y novelas que son vendidas en las librerías, es también perfectamente aplicable a los relatos que tienen lugar en el contexto terapéutico.

La principal aportación que consideramos de Adam (2007), es la creación de una secuencia narrativa prototípica en la forma de 5 fases y una evaluación final. Misma que tomaremos para hacer el análisis de los datos:

1. Situación inicial

2. Complicación o disparador 1
3. Acciones o evaluación
4. Resolución o disparador 2
5. Situación final
6. Moraleja

Vista esta secuencia desde una lógica narrativa. Las primeras 2 fases de la misma se refieren al momento en que la persona llega a la consulta y presenta el relato dominante y su demanda (el motivo por el que solicitó la terapia). Las siguientes 2, hacen referencia a la intervención terapéutica, entendida desde la lógica de diálogo, donde se intercambian reflexiones. Usualmente en esta etapa, los consultantes empiezan a generar algunos cambios en su vida. Por último, la moraleja hace referencia a la enseñanza prototípica que se expresa en el espacio terapéutico; normalmente encarnada en reflexiones propias de la persona, la presencia de testigos, cartas, entre otros documentos. Si bien puede parecer confuso, se debe de recordar que el relato recabado en cuestión debe de ordenarse desde el principio de isotopía, para de esta manera darle lógica y cohesión a lo analizado

Por último, debemos de hacer notar que algo relevante en la aproximación al análisis estructural del relato es lo que Bremond (1968), denomina el proceso de mejoramiento o de degradación del relato. Desde las terapias narrativas, podemos encontrar el postulado general de que los relatos han de enriquecerse, profundizarse y engrosarse. En otras palabras, agregarle riqueza a las historias

problemáticas para que se debiliten y pierdan fuerza en la definición y vida de la persona.

Para Bremond (1968), todas las historias son sensibles de mejoramiento; por más desdichada y dramática que pueda ser. Plantea así una opción prototípica en la que el relato llega a su fin cuando otorga cierta estabilidad al protagonista y se accede a la conclusión de la historia. Desde la lógica narrativa, esto puede ser dilucidado en las historias que el consultante cuenta en la terapia, que tiene la cualidad de ser un diálogo abierto y esperamos que los problemas se vayan elaborando en el mismo. Para lograr este proceso, se requiere una visión doble y una lógica circular. Así, la narrativa no es definida por atribuciones personales hacia el “héroe”, “villano” o el “aliado”, sino por las relaciones dinámicas entre los personajes. Aspecto que también está presente en los procesos de mejoramiento y degradación, en el sentido de que se abren a la posibilidad del otro.

Bremond (1968), explica varios tipos de mejoramiento y degradación; por ejemplo, aquellos en los que se busca eliminar definitivamente al adversario, o en el que se busca dialogar con él y llegar a acuerdos. Nos parece que lo relevante no es necesariamente la manera en la que se hace, sino la constatación de qué va sucediendo con el relato de la persona ¿Se va engrosando o, por el contrario, es cada vez más rígido, cerrándose a nuevas posibilidades de entenderse y aspecto a agregar?

Sobre el caso en cuestión, éste fue tomado de uno de los beneficiarios de un proyecto de intervención en una zona vulnerable de la Zona Metropolitana de Guadalajara. Al participante se le hará de su conocimiento las intenciones del trabajo y se pedirá su consentimiento para utilización de la información que se recolecte de manera audio o visualmente grabada. Así mismo se utilizarán pseudónimos para referirnos al participante. En el anexo 1 se puede encontrar una copia del formato de consentimiento que se le ha dado a firmar al participante. La integridad física y moral de la persona será resguardada y en cualquier momento puede cambiar de opinión sobre la utilización de medios de grabación y el uso de su información personal. En el abordaje del estudio de caso no se utilizarán las sesiones terapéuticas de manera íntegra, más bien, se hará una selección de los contenidos (reconociendo que esto implica una puesta en juego de la propia subjetividad del investigador), que puedan dar cuenta de si hay una resignificación en la narrativa en la cual se encuentre y viva el legado que dejó aquello ausente. Para ello se harán transcripciones de las sesiones siguiendo las reglas expuestas por Mergenthaler y Stinson (1992). Para estos autores, la transcripción de las sesiones tiene los siguientes beneficios: preserva la naturaleza de los encuentros terapéuticos, tanto verbales, paraverbales y no verbales; se ofrece un producto comprensible para diferentes investigadores, no sólo el que lleva el caso; da cabida a comparar intervenciones desde distintos enfoques y perspectivas y genera material para el análisis, tanto en medios impresos como digitales. Así mismo, para la transcripción se siguieron las siguientes reglas:

- En el encabezado se pusieron los datos de identificación de la sesión (Consultante, número de sesión, terapeuta, fecha de la sesión).

- Los códigos de identificación son los siguientes:
 - C: Consultante
 - T: Terapeuta
- Se utilizaron pseudónimos
- Se reprodujeron todas las palabras en su deletreo correcto de acuerdo al idioma
- Se reprodujeron los sonidos para dar seguimiento al discurso en una forma adecuada. Por ejemplo:
 - Afirmativo: Ajá
 - Duda: Mmm
 - Pregunta: ¿Eh?
 - Humor, risa: Jajaja
- Las enunciaciones no verbales y sonidos contextuales se pusieron entre paréntesis y en cursivas. Por ejemplo:
 - Yo (*inhala*) lo quise (*canta un gallo*)
- Las pausas de 1 a 5 segundos se representan con un guión (-), uno por cada segundo. Las mayores a 5 segundos, se puso entre paréntesis el tiempo aproximado.
- Las palabras incompletas se pusieron con un guion y espacio. Por ejemplo: *suf-*, *entonces*.
- Las palabras poco entendibles se pusieron con un signo de interrogación (?), y después la mejor conjetura de lo que se dijo. En caso de no haber conjetura se escribió “incomprensible”, entre paréntesis y cursivas

- Las citas del diálogo se pusieron con comillas sencillas (‘ ’). Por ejemplo:
Entonces me dijo ‘Vete al colegio’.
- Los cambios en el tono de voz en el dialogo se pusieron con comillas (“ ”).
Por ejemplo: Y le dije “Muy fácil ¿No?”.
- En los momentos de habla simultanea se dividió con el signo de más (+), en
ambos interlocutores en el momento en que se superponen. Por ejemplo: T:
¿Te gustaría que ella hiciera las cosas +diferentes? C: Sí+

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación presentamos una síntesis del caso del cual se extrajo el relato, así como la tabla con la sistematización de datos, según el método expuesto en la sección anterior. La manera de leerse es por columnas; no hay relación entre los fragmentos que se encuentran en una misma hilera. La mayoría de las columnas tiene un subtítulo que ayudará al lector a ubicar la temática en torno a la que gira el relato. A continuación se expondrá una breve síntesis de cada una de las columnas. Después de la tabla con la sistematización del relato se podrá encontrar un análisis de los datos. Posterior a esta tabla hay un análisis de cada una de las columnas.

Antecedentes del caso

Carmen proviene de una familia de 10 hermanos (5 hombres y 5 mujeres), de los cuales siguen vivos 4 hombres y 3 mujeres. Su padre murió hace algunos años, su madre sigue viva y reside cerca de casa de ella. Tiene 2 hijas, Julia de 28 años (la cual estudió educación), y Rosa, de 16 años (actualmente cursando la preparatoria en el colegio de uno de sus cuñados). Carmen ha estado casada por 30 años, sin embargo hace 5 años se dio cuenta de que su marido le era infiel. A pesar de ello, la consultante decidió continuar con su matrimonio y no decir nada, ya que en ese momento se encontraba cuidando de un hermano enfermo de insuficiencia renal (Leny). La enfermedad de su hermano duró 10 años, desde el principio ella estuvo al pendiente de él y fue este el motivo por el que empezó a

trabajar; de esta manera ayudaba a su madre con los gastos que tenía por su hermano. Algo que le enoja y, en el fondo, la amenaza es el hecho de que muchos de sus hermanos no ayudaron en el cuidado de Leny. Es un mes antes de que su hermano falleciera que se da cuenta de la infidelidad de su marido. Decide callar para no hacer los problemas más grandes, ya que el que necesitaba la atención era su hermano. Al año de la muerte de él, a su hermana Lidia le detectan cáncer y dura un año enferma. A esta hermana su marido le había sido infiel y un mes antes de la muerte de la misma, ésta se dio cuenta de lo que le pasaba a Carmen y le dijo “Ahora comienza tu infierno”. Carmen no hizo nada, ya que, nuevamente, quien necesitaba la atención era su hermana y no ella. En algún momento posterior confrontó a su marido (Gustavo), éste negó todo; aunque ella siguió encontrando mensajes. No es hasta que su hija menor se da cuenta de la situación cuando todo explota. Anteriormente lo corrió una vez de su casa y le dio la oportunidad de volver. Hace unos meses lo volvió a correr. Parte de lo trabajado en la terapia fue el hacer consciencia de que la calidad de su matrimonio se fue devaluando poco a poco y que ella también tuvo una parte de responsabilidad en esto. Así mismo, como parte del proceso terapéutico ha llegado a la determinación de divorciarse de su exmarido. Decisión que él no comparte, ya que él dice que para qué, que “así están bien”.

Síntesis

Primera columna

En esta columna se presenta la problemática como inicialmente se expresó. El relato se caracteriza por su saturación; se enuncian 3 aspectos conflictivos (todos

con relación a una pérdida), entre los cuales no hay una relación aparente; la consultante no encuentra su parte de responsabilidad en lo que sucede. Hay al menos 7 personajes en este momento, los cuales se presentan a continuación:

- Gustavo: Es el exmarido. En esta columna la consultante lo presenta como alguien que le **ha sido infiel** y que, sin embargo, lo niega; a pesar de que ella tiene evidencia de lo contrario. Se le percibe como **destructor del matrimonio** y se lo desconoce (en ocasiones se comenta que ya no era el mismo, se comportaba de manera diferente); mientras que, por otro lado, se le llegó a percibir como una **fuentes de apoyo** en los procesos de cuidado de los hermanos de Carmen.
- Leny: El hermano menor de Carmen. **Muere** después de 10 años de **padecer insuficiencia renal**. Esta enfermedad es lo que ocasiona que Carmen inicie a **trabajar**. Para la consultante su pérdida fue significativa; fue en las vísperas de esta pérdida cuando se da cuenta de la infidelidad de su marido. Ella **decide anteponer la situación** de su hermano sobre la propia.
- Lidia: Hermana de Carmen con la que tenía una relación cercana. Después de la muerte de Leny, **se enferma de cáncer**. Al igual que Leny, ella es una pérdida significativa. Al final de la enfermedad de ella, Carmen, vuelve a tener noticias sobre la infidelidad de su marido y busca repetir el proceso que tuvo con Leny (anteponer la situación de la hermana a la propia). Sin embargo, **ella se da cuenta y la confronta**.

- Suegro: Se le menciona como un **agente a través del cual**, Carmen, pudo **confrontar** a su marido y ponerle un límite.
- Rosa: La hija menor de Carme y Gustavo. Es ella gracias a la Carmen **deja de ignorar la infidelidad de Gustavo, la saca a la luz y empieza a poner límite**. Rosa, presenta un **carácter explosivo** y tiene una **relación en constante tensión con su padre**.
- Julia: Es la hija mayor entre Carmen y Gustavo. Tiene una **relación estrecha con su padre** y toma **una actitud distante ante la infidelidad de su padre**.
- Ella: La amante de Gustavo. Apenas es mencionada por Carmen. Si bien es un personaje presente de manera indirecta, la poca interacción que tiene con la consultante es para **comunicarle datos concretos de su relación con Gustavo**, como el tiempo que llevan en la relación.
- Comadre: Es una figura cercana a Carmen. Al igual que ella, **su marido le fue infiel**. Carmen la tiene como **referente en cuanto a la vivencia de una infidelidad**, si bien ella decide vivirla de otra manera.

Segunda columna

Carmen relata su experiencia sobre la separación. Habla de las complicaciones a nivel emocional, como le enojaba y molestaba el ver que su marido le seguía siendo infiel; las peleas que tenían; así como la tristeza que se hizo presente cuando se fue. Inicia a reconocer situaciones que la absorbían (como el trabajo y el cuidado de sus hermanos), que impedían que le dedicara mayor tiempo a su

familia; sin embargo, aún no hay un reconocimiento de su responsabilidad en la problemática. Así mismo, Carmen ubica momentos en los que ella misma fue agresiva, aspecto que le costaba apropiárselo, ya que nunca antes se había comportado de esa manera. Los actores en esta columna son los siguientes:

- Gustavo: Se relata su **actitud como distante**, ajena a las situaciones que va viviendo Carmen; o bien, mostrándose **violento y agresivo**. **Niega constantemente la infidelidad**, arguyendo que ya ha cortado relación con “Ella”. Sin embargo, la evidencia demostraba lo contrario.
- Hijas: En esta columna, ni Julia ni Rosa, son nombradas individualmente. Sólo se comenta que su vida ha sido modificada por la situación y **están destrozadas**.
- Ella: Se comenta un rol más activo. Carmen nos narra que ella le **mandó material digital** en el que demostraba que Gustavo seguía teniendo una relación con ella.
- Leny y Lidia: En ambos casos, se profundiza en cómo Carmen vivió la enfermedad de cada uno. Particularmente con Lidia, se comenta un episodio donde **ella confronta a la consultante** sobre la situación de la infidelidad.

Tercera columna

Esta columna se caracteriza por una toma de consciencia por parte de Carmen. Relata cómo es que constantemente vuelve atrás y puede apreciar los eventos del pasado de manera distinta, dándoles otro peso y significado; por ejemplo,

reconoce que se encerró mucho en la rutina, el trabajo, estar cuidando a sus hermanos y empieza a darse cuenta de la responsabilidad que tuvo en la devaluación de la relación conyugal (si bien esto último no justifica la acción de Gustavo). También se relata cómo es que le da otra oportunidad a su exmarido para arreglar las cosas; en este punto es relevante la triangulación de las hijas. Aunque, aún en este período, es notorio que Gustavo sigue manteniendo una relación distante con el resto de la familia, “encerrado” en el celular. Los actores relevantes de esta columna son:

- Gustavo: **Ruega** a Carmen por una nueva oportunidad y **regresa a casa**, aunque, como ya se dijo, mantiene una **relación lejana**. Por otro lado, también lo encontramos en los relatos de reflexión de la consultante, donde ella empieza a dar una **explicación sobre los comportamientos** que antes veía.
- Julia: **Pide a la madre que le dé una nueva oportunidad al padre**. Carmen **la utiliza como referencia para ejemplificar** la actitud que tomó durante las enfermedades de sus hermanos, es decir, **desconociendo la situación de la infidelidad**.
- Rosa: Al igual que Julia, **pide a la madre que le dé otra oportunidad al padre**. Ambas parecen haber adoptado un rol **de intermediarias**. Carmen comenta que **cuando su hija llegó a la secundaria empezó a descuidarla** por las múltiples ocupaciones que tenía.
- Lidia y Leny: Vuelven a hacer figura, pero más como referentes a situaciones de la vida de Carmen. En algún momento comenta que ella

sabe que si la enferma hubiera sido la consultante, **ellos la habrían apoyado.**

Cuarta columna

Se relatan algunas de las dificultades que ha traído la nueva separación. En punto relevante es que Gustavo empieza a reclamarle a Carmen sus acciones; el hecho de que lo corriera, de sus constantes agresiones verbales a partir de la infidelidad. Para ella, esto es un discurso victimizante y le ofende, ya que ella es la que considera que se ha de sentir así. Aunado a esto está la devaluación en la relación del exmarido con las hijas, hecho que afecta a Carmen. Se empieza a apalabrar una toma de consciencia en cómo es que ella se ha posicionado desde el inicio, esperando que él actúe en consecuencia de sus acciones (cosa que no ha pasado); reconociendo que si bien él no toma acción, ella puede hacerlo, como se ejemplifica en el querer poner en orden legal la renta a la cuñada. Una pregunta constante es “¿A qué espero ya?”, la cual condensa la decepción de que Gustavo no haya aprovechado la nueva oportunidad que se le dio. Los actores relevantes en esta columna son:

- Gustavo: Toma una actitud de **víctima, recriminándole constantemente** a Carmen su forma de tratarlo y el cómo hizo las cosas. Aunado a esto está el declive de la relación con sus hijas, se hace especial énfasis en su relación con Rosa. Parece ser que el trato que tiene con Carmen es más bien **hostil.**

- Rosa: Tiene **miedo de perder a su padre** y se siente en proceso de **abandono** por el mismo; si bien, no habla de esta molestia directamente con él. A Carmen **le afecta ver cómo su hija se molesta y entristece**.
- Julia: Casi no se le menciona, más allá **de sentirse molesta** porque su padre no la toma como prioridad.
- Jaime: Amigo o posible pariente de la amante de Gustavo. Rosa lo escucha hablando con él y esto la molesta, ya que le **representa un vínculo con Ella**.
- Cuñada: Se le menciona diciéndole a Carmen que se **espere antes de tomar la decisión del divorcio**, como si fuera algo tomado de manera presurosa. Esta postura lleva a Carmen a **preguntarse sobre qué esperar**, si ya le ha dado una oportunidad a Gustavo y éste no ha cambiado.

Quinta columna

En esta columna, Carmen, relata un cambio de posición con respecto a la problemática. Por un lado, reconoce que ha podido darse cuenta de cómo es que ella fue descuidando su matrimonio, mucho por el cuidado que hacía de sus hermanos. Si bien esto no justifica las acciones de Gustavo; de hecho, le recrimina que no le hubiera dicho nada. Así mismo, puede notarse un mejoramiento, el tiempo en terapia, así como otros cuidados que ha tomado, le han ayudado a ponerse a sí misma como su prioridad; cosa que antes no hacía, al menos así lo dice. Esto también la ha llevado a aprovechar los espacios de intimidad consigo misma. Pareciera estar en una fase más reflexiva. Aunado a esto está la

determinación de pedirle el divorcio a su exmarido, ya que no hay nada más que rescatar. Agradece los años vividos y lamenta que se hayan terminado. Sin embargo, no percibe que él haya dado muestras de quererla recuperar a ella; reconociendo que ella, en un principio quería hacer que él hiciera y reaccionase como era su parecer. Incluso se esboza una “propuesta de modificación” del motivo de consulta. Ahora lo que busca es fortalecerse para poder pedirle el divorcio en persona, sin ser agresiva, y prepararse para los momentos en los que tendrán que coincidir (como la boda de Julia o aspectos de crianza de Rosa); se da a entender que la naturaleza de la relación se está modificando, no es ya la “relación conyugal”. Los actores relevantes en esta columna son;

- Gustavo: Está presente, pero de una manera más **lejana**. Aunque se siguen presentando momentos en los cuales **hay tensión**, también hay un **diálogo** con el fin de unir esfuerzos en la **crianza** de las hijas. Por el momento, Carmen busca evitarlo, ya que considera que esto es lo mejor.
- Rosa: Se relata que ha tenido mayor **relación con el padre, ya sin tensión**. Así mismo, ha tenido una serie de conflictos que han hecho que los **padres unir esfuerzos** para ayudarla. Junto con Julia, se **preocupa de que su madre** se quede sola en los fines de semana. Sin embargo, para Carmen esto no es un problema, ya que **aprovecha estos momentos para cuidar de sí misma**.
- Julia: Sólo se le menciona con respecto a su **preocupación de que su madre se quede sola**. Así como haciendo referencia a su próxima boda, evento que hará que Carmen y Gustavo tengan que verse y convivir.

- Cuñadas y hermanas: Representan **voces contrarias a lo que Carmen ha decidido**, ya que **abogan** porque ella se espere a tomar la decisión de divorciarse, que aún se podrían rescatar cosas. Sin embargo, Carmen, no coincide con ellas.

Sexta columna

En esta columna se condensan dichos que se consideran relevantes en el proceso de Carmen, ya sea porque condensen cierta consigna desde la que se mueve o porque esta reflexión conlleva un proceso que promueve un mejoramiento. En esto se puede constatar como poco a poco la consultante va tomándose como prioridad a sí misma y como agente activo en su proceso.

Tabla – Secuencia Narrativa

Situación inicial Separación	Complicación / disparador 1 Complicaciones de la separación	Acciones o evaluación Reflexiones /opciones de que regrese	Resolución / Disparador 2 Nuevas complicaciones, segunda separación	Situación final	Moraleja
<p>Entonces este: lo que me trae aquí es: - la infidelidad de mi esposo - - (<i>manecillas del reloj</i>) - - y: - - junto con eso - la muerte de 2 de mis hermanos (<i>se le quiebra la voz</i>) - - - y me ha afectado mucho (<i>le tiembla la voz</i>) - - - después de 30 años de casada - - - - (Sesión I)</p>	<p>Sí (<i>sorbe</i>), lo que pasa es de que (<i>sorbe</i>) de recién que se fue mi marido duré como un mes llora, llora, llora, llora, llora, ya hasta que después dije `No o sea (<i>sorbe</i>), pues tengo que continuar´ y más que nada por mis hijas (<i>sorbe</i>). (Sesión I)</p>	<p>Pues sí me detenía para llorar - - y este (<i>inhala</i>) y empecé a (<i>sorbe</i>) a escuchar, a leer, me quise, estuve yendo mucho a Gaby Pérez Islas y y la escuchaba, veía y compré los libros y bueno (<i>sorbe</i>). Después me recomendaron un libro (Sesión I)</p>	<p>Pues el que se saliera con los amigos: el que: me hiciera daño, el que yo sabía que: que existía ella y le seguí permitiendo estar en la casa, el que yo traté de recuperar - - (se quiebra la voz) mi matrimonio - - - Pero él seguía llegando tarde: seguían los mensajes, seguía fotos, seguían mil cosas - - (Sesión IV)</p>	<p>C: Jajaja+ Pues haz de cuenta sí m: me pongo y pienso, o sea “ ¿En qué momento pasó todo (inicia a llorar), en qué momento: - cambió mi vida por completo? - - - Y sí me: - - - Pero también me pongo y entiendo que: - - n: no sé cómo empezar, no sé de qué manera lo voy a - solucionar - “. Lo que sí en esta semana he estado pensando es: - que le voy a pedir el divorcio, definitivo</p>	<p>Nada más me dijo `Empiezas a vivir un infierno, el peor de tus infiernos, pero tu vas a decir hasta cuando´ - (<i>se suena</i>) - y s:- ya vi que sí es cierto. (<i>se suena</i>)</p>

				(inaudible). Ya puse como que en una balanza: - y eché pa'cá y eché pa'llá y: dije `no, ya no hay, creo que no hay nada que rescatar' - - (se oye un cajón abrirse y cerrarse) (Sesión III)	
(murmura) Sí - y junto con eso se - - mi hermano tenía 11 años con insuficiencia renal - - Nosotros lo apoyamos (<i>le tiembla la voz</i>) lo ayudamos - - Gustavo nos ayudaba y nos apoyaba, porque de hecho, este, las hemodiálisis diario eran de noche (inhala) y nunca, jamás, me dejó venirme sola. Siendo que a mis	(<i>manecillas del reloj</i>) y la infidelidad de la infidelidad de mi esposo mi hermano se puso grave en ese lapso de ese tiempos (<i>tono de voz bajo</i>), en esos meses y yo decidí callar - - no dije nada (<i>voz en un hilo</i>) ni a mis hijas, ni a: ¡A nadie! Me lo guarde yo (<i>sorbe mocos</i>) (Sesión I)	Porque estábamos viviendo: - la gravedad de mi hermano (<i>esnifa</i>) (<i>voces de fondo</i>) - - decidí callarme y este (<i>esnifa</i>) (<i>voces de fondo</i>) Y pues tratar de continuar pero - (<i>voces de fondo</i>) muy difícil, muy difícil proceso (<i>esnifa</i>) yo enteré en noviembre y mi hermano murió en diciembre - - y este: - pues mi mamá le afectó mucho y y pues yo	(inhala) Y siento que que yo voy a seguir con las agresiones ¿Sí me entiendes? O sea, yo como le dije a él, porque él lo unc- único que me reprocha ahorita es que "Tú me agredías, tú me agredías, tú me agredías y tus palabras me dañaron" ¡Ah porque ahora es él el dañado! Porque mis palabras lo agredían - según él	C: Aja, o sea es que yo espero, espero, espero+ a ver si hoy, a ver si mañana, a ver si pasado y ya pasó un mes (golpe) y ya pasaron dos (golpe) y ay pasaron tres (golpe) +¿Si me entiendes? (Sesión III) C: Ya - Entonces digo - - Me puedo esperar un año, porque todo mundo me dice es que:, o sea, mis	Ya hasta que vive uno las cosas, no reaccionas de la misma manera. Porque a mi comadre, le rogó y le suplicó a mi compadre que se quedara y yo no, yo hasta ahorita no he rogado, ni implorado, porque no, o sea digo "Yo no me merezco un marido a fuerzas y yo no me merezco un marido compartido" Yo dije "¡Quiero todo

<p>hermanas los maridos se acostaban a dormir y. Haz de cuenta que Gustavo iba, me dejaba en la hemodiálisis (sorbe), de hecho a veces este, bueno a veces iba, me dejaba en hemodiálisis (inhala) y después yo le marcaba y este: `Ah ya ven por nosotros´ E iba por nosotros. Porque nos: este eran 3 días a la semana y nos los repartíamos (sorbe), un día cada quien de los hermanos. Pero de hecho, este, pues me tocaba marte, a veces me tocaba viernes, a veces me tocaba domingo. Y todos eran de</p>		<p>decidí seguir callada (<i>esnifa</i>) – y: sin correr a mi esposo ni nada; y sí hablaba con él y todo pero pues él no me decía nada (<i>se quiebra la voz</i>) (<i>toma pañuelos</i>) porque (<i>sonido de</i> <i>papel doblándose</i>) de primero no lo: - no lo aceptaba (<i>esnifa</i>) Y este: yo le encontré mensajes en su celular y – (<i>esnifa</i>) unos tickes de un hotel - - (<i>voces de</i> <i>fondo</i>) pero: bueno yo decidí callar porque decía `Ahorita tengo la prioridad que es: lo de mi hermano´(<i>esnifa</i>) – dije `Y no le voy a: - a hacer más grande el dolor a mi mamá - con lo mío – (<i>sollozo</i>) y:</p>	<p>y lo dañaron ¡Ah canijo! O sea, ya hora yo fui “Por tu culpa, tú me corriste, por tu culpa esto, por tu culpa el otro, por tu culpa, por tu culpa” Así se ha agarrado diciéndome</p>	<p>hermanas me dicen “Es que espérate” Pero ¿Qué espero? - - - (Sesión III) C: (inhala) – mmm: que porque es muy pronto para el divorcio, para ya tomar una solución de esa magnitud, el que ya sabemos que el d- divorcio es el el termino de (Sesión III) C: Pero pues ¡Ya lo tengo terminada! O sea ¿Ya qué espero? – (Sesión III) C: Ajá sí. O sea, haz de cuenta, yo lo que siento: ya por hoy, porque hasta hoy, en esta semana lo he estado entendiendo: (sorbe), te digo que por eso se me</p>	<p>o nada!”</p>
---	--	---	---	--	-----------------

<p>noche, nada más el domingo era de tarde y este (sorbe) y nunca me dejó venirme sola. De hecho, cuando: ya al último Leny, fue año y medio, dos años, lo teníamos que trans-ladar en ambulancia, este, yo me iba y me venía en la ambulancia y Gustavo ya estaba en mi casa esperándome para llevarme a mi casa. Y este, pues bien, o sea, nos apoya y nos ayudaba y todo. (Sesión I)</p>		<p>me callé. (Sesión I)</p>		<p>va el sueño yo creo, de que digo, o sea, yo viví mi duelo (Sesión III) C: Con él ahí – Pero hasta hoy lo entiendo. Porque en esos tres años previos: yo viví los duelos juntos, todos - - Las muertes de mis hermanos y y – y la infidelidad de él - - Y más porque no veía un: arrepentimiento, yo creía – o me hacía falsas ilusione ¿Sí me entiendes? (Sesión III)</p>	
<p>Pues no a lo mejor y sí, o sea, ya ya retomando, pues sí, muchos cambios por - por la enfermedad de Leny, que yo tenía</p>	<p>Y así duré un tiempo y después se enfermó mi hermana (voz <i>quebrada</i>) – de cáncer (<i>solloza</i>) - y: fue: (<i>solloza</i>) –</p>	<p>Mmm: - - Pues sí, creo que el – el este: el haberse alejado de nosotras - - El que él también puso una: - el hizo como</p>	<p>C: Pues a lo mejor como: para que no me digan nada – O sea, o yo siento, porque ahorita Gustavo agarró un: papel en que: hasta</p>	<p>C: (voz quebrada)Sí (00:08) Y más como dicen ¿Verdad? O sea – Murió Leny, pues no los ve uno,</p>	<p>yo nada más lo único cuando ella empezó a tener problemas yo le decía, este, porque ella era de las que le platicaba a todo</p>

<p>que apoyar en la casa:, trabajar - - -. Pero pues él la mayoría del tiempo se la pasaba trabajando - - -. Entonces ps no, no sé en qué momento pasó todo - - - o cómo pasó tampoco - - -. Yo lo único que ya hoy por hoy pienso es que -, porque haz de cuenta que él este:, los últimos años y empecé a a acceder a que se saliera los sábados, no todos los sábados, pero sí salía a: - - dos sábados al mes por decir. Y este, yo accedía porque él me decía “Es que: nomás me la paso trabajando y: tengo que salir y tengo que: convivir con mis amigos y</p>	<p>un año - - de la enfermedad de ella (<i>se quiebra la voz</i>) (<i>solloza</i>) - y también (<i>voz entrecortada</i>) ayudándola y seguí callando (<i>voz entrecortada</i>) - - este: - después murió mi hermana, al año exactamente (<i>solloza</i>) - y este (<i>solloza</i>) - después de que murió mi hermana. (<i>esnifa</i>) - Mi hermana supo unos días antes de lo que yo traía (<i>solloza</i>) - porque yo procuraba casi no ir al hospital porque: (<i>solloza</i>) - yo me ponía a llorar y (<i>solloza</i>) no quería que ella me viera así (<i>solloza</i>) y este (<i>solloza</i>) unos días antes de que ella muriera me - me</p>	<p>un espacio antes de todo esto y su mundo era el la sala (Sesión IV)</p>	<p>l- conmigo, de que: “¡Es que nomás me agredes a mí!” Una, los últimos mensajes de cuando: hablamos la ultima vez me dijo (<i>inhala</i>) “Espero que tu (<i>incomprensible</i>)” ¿Qué le puse? - - - Ay no me acuerdo qué le puse y tenía los mensajes y ya los borré. Este: - pero no, o sea, ni agredéndolo ni nada nomás me dijo, este: - - “Espero que algún día se - se me borren tus palabras:” - ¡Ah! Porque le puse que ojala y: y nunca se arrepintiera del daño que hizo (<i>canta el gallo</i>) - A mí y a sus hijas y este:, me dijo él “Espero que algún</p>	<p>murió Lidia, tampoco, pero: - Haz de cuenta (<i>comienza a llorar</i>), hace una semana que no lo veo: y luego aparece - Y eso es más difícil (<i>sorbe</i>) (Sesión III) C: Sí - Que se va y aparece, se va y aparece (<i>sorbe</i>) - - (<i>sorbe</i>) Sí, así me siento (00:08) Pero sí ya, te digo, he pensado y he pensado y he ¿Qué me espero? O sea ¿Qué espero? (00:06) No, ya no espero nada, ya no tengo que esperar nada (00:07) (Sesión III)</p>	<p>mundo, y yo le decía “No lo platiques:, porque todo mundo critica, criticamos. Pero en realidad no sabemos: el porqué de las cosas” Y ahora sí que como dicen a cada quién su problema es diferente, aunque sea lo mismo (Sesión III)</p>
---	--	--	--	---	--

<p>no sé qué”. Entonces yo empecé a acceder - - (Sesión III)</p>	<p>empezó a preguntar que qué tenía, que ella me veía (<i>solloza</i>) - y le platicué y este: (<i>golpe</i>) como ella era divorciada (<i>esnifa</i>)</p>		<p>día se me borren tus palabras:” - - - O sea, ahorita Gustavo agarró un papel de: de víctima, ahorita él es la víctima - - Él quiere que sus hijas lo busquen, (en voz baja) sus hijas no lo van a buscar y sus hijas quieren lo contrario, porque él hiz- fue el que hizo daño - Y así están. Que era lo mismo que me pasaba a mí - - Porque yo decía “¿Por qué lo voy a buscar yo? - - -“ Todavía de hecho de recién que se fue me lo dijo un día “¿Es qué por qué no me mandas mensajes en la mañana? De buenos días” “¡Ah sí! De buenos días</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>mi amor ¡Relájate! O sea no" - - - - Yo como les dije "Tú sabes lo que yo quiero - yo no sé lo que tú quieres, porque nunca me lo haz dicho" Yo se lo dije un día recién que se fue "Yo ve por hoy, vete, porque no podemos estar juntos, porque nomás nos estamos agrediendo, pero por hoy vete. A lo mejor nos hace falta un espacio" "No esas son niñerías" "Pues niñerías o no, como que nos hace falta un espacio, para saber realmente lo que queremos: - y si crees que allá esté tu vida pues adelante nomás</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>dilo." Yo siempre todo el tiempo le decía por algo Dios te dio boca:"</p> <p>(00:06) Yo el en ese tiempo yo le dije "Yo te quiero, yo te amo y yo estoy dispuesta a luchar - - -" Pero, te digo, yo sentía que luchaba: y íbamos en sentido contrario - yo hacía y él hacía todo lo contrario - Porque de repente seguía viendo mensajes:, el mensajes irónicos porque ella lo "Amenazaba" ¡Por Dios! - - - Yo todo el tiempo le decía "¡Eso que te lo crea tu abuela y ella ya se murió!"</p> <p>(incomprensible)</p> <p>(00:06) cuando quieres terminar algo lo cor- lo</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>terminas y punto, pero pues más bien nunca quiso terminar con ella, siento yo y eso creo - - (sorbe) él dice que no es cierto porque sí la dejo: y qué no sé qué y que sabe cuánto. Pero pues hacia una decía una cosa y hacía otra, tonces no. Todavía, te digo, hace dos meses "Que yo quiero recuperarte, quiero recuperar a mis hijas, quiero recuperar mi familia" Y digo "Pus ¡Trabájale; trabájale! Yo estoy dispuesta a, pero las cosas ya no va a ser como antes" (00:10) (chasquea la boca) Entonces la verdad, pues no sé (00:05) (Sesión</p>		
--	--	--	---	--	--

			IV)		
Entonces yo seguí callando (<i>solloza</i>) hasta hace 6 meses que corrí a mi esposo (<i>se le quiebra la voz</i>) - - y se me ha hecho muy difícil - (<i>esnifa</i>) Porque después de un matrimonio: que yo creía que todo estaba bien -. Porque él nunca: nunca me trató mal, nunca gritos, nun / nunca se supone que tenemos un matrimonio bien. Entonces a mí esto me cayó (<i>solloza</i>) - como un balde de agua fría -. Porque él era: - del trabajo a su casa. Sí yo veía un tiempo raro - Este, de repente los sábados se	Sí - - así es - - (<i>voces en el fondo</i>) Y estos 6 meses se me han hecho muy: difíciles (<i>solloza</i>). Después de un matrimonio que yo creía bien (<i>solloza</i>) mis hijas están desechas - -. Porque en mi casa (<i>solloza</i>) nunca hubo un maltrato, nunca hubo gritos, nunca hubo nada (<i>solloza</i>). (Sesión I)	Ah, pues es que mira, este:, pues ya ahora que yo me enteré de todo esto, este: o sea nosotros veía-, yo veía actitudes, igual que a mis hijas, en él enojado:, o sea, ya no era el mismo que antes (<i>inhala</i>). Porque él era: súper paciente:, tranquilo y todo y ya últimamente se la pasaba de malas, enojado, fumaba mucho, tomaba, no no tomaba. Porque: últimamente; antes sí tomaba, pero de: que yo me enteré para acá le bajo mucho al alcohol (Sesión III)	Porque todavía hace como - 15 días, tenía una ropa ahí en mi casa (sorbe) y este - le dije "¡Ya llévatela!" ¡Ah! Porque me dijo "¡No voy a regresar y que no sé qué!" "No no te estoy pidiendo que regreses, pero ya llévatela". Es que ese día (<i>balbucea</i>) días antes había hablado conmigo y me había dicho "Vámonos dando otra oportunidad, no las quiero perder" no sé qué no sé cuánto. Fueron 8 días, sí hace como 15 días (sorbe) - Y le dije yo "¡Pues demuéstalo! Demuéstralo que no nos quieres	C: Mmm+ yo de hecho había pensado y ayer lo estuve pensando y analizando: y creo yo que ahorita, por hoy, lo más conveniente es: enfocarme a - - a lo que nos: - a lo que nos llevaría al encuentro, que es Rosa - - - Yo pienso que por hoy (<i>se le quiebra la voz</i>) hablar de nosotros, cero - Eso creo y espero poderlo hacer, porque de repente a veces me agarra el coraje y soy muy: muy explosiva también, muy enojona. Este:, porque de hecho yo ya había pensado en pedirle el divorcio ¿Sí te había comentado?	Entonces dije "¡O sea! ¿Eso qué?" - Cuando tú quieres recuperar algo lo demuestras, bueno, eso es lo que yo espero. Entonces decía (<i>se quiebra la voz</i>) `Ni una llamada, ni un mensaje, ni un nada ¿Eso es su recuperación? Ah no, que bye' yo dije `Quiero todo o nada' Y eso para mí es nada, bueno, así lo tomaba - - -

<p>salía y me decía que iba con unos amigos y como yo le dije a él “Mi error fue haber confiado demasiado en él”. Porque yo jamás creí eso (Sesión I)</p>			<p>perder, termina con ella” “¡Es que ella ya no, ya no estoy con ella y que no sé qué” “Ah bueno, pues entonces que se vea, que quieres que quiere un cambio, que se vea que nos quieres recuperar ¡Demuéstralo!” Porque les hablaba a mis hijas y haz de cuenta iba y y: iba como de visita el señor; llegaba, prendía la tele, hacía lo que quería, como si estuviera. Allá a las 12 de la noche “Ay ya me voy” Y a mí ni me tomaba poco en cuenta. Entonces yo dec- y ya duraba 2 - 3 días perdido, que no sabíamos de él, bueno mis hijas sí</p>	<p>(Sesión IV)</p>	
---	--	--	---	--------------------	--

			y este, pero conmigo no.		
Sí - - Sí en la muerte de Lidias fue mucha falta de apoyo y: sí y yo por desgracia era trabajo casa - hospitales, pues andábamos para allá y para acá - - (Sesión IV)	(chasque la lengua) Sí - - Sí porque yo decía "las palabras (se le quiebra la voz) son unas pero las acciones son otras" (inhala). Sin embargo le di la oportunidad para que él: este: - se arrepintiera - pero no hizo -. Él seguía teniendo contacto con ella (canta un gallo) - - No sé si:, yo di pienso que sí la veía y el el celular (Sesión III)	Mmm: tres años te hablo. Este:, (inhala), entonces: (inhala) mmm: me puse y sí analicé el cómo me trataba, el:, o sea, como que empieza: de gol- estoy como que en el: recuento de los daños, creo yo, así lo veo (inhala), y digo `Ah, con razón se comportaba así y así y así y así' (Sesión III)	C: Sí (00:07) Sí - Y ahorita te digo, Rosa definiendo mucho a Gustavo: y Julia, no dice nada pero:, como dijo ayer el sábado "¿Qué creen que a mí no me afecta? ¡Claro que me afecta! Pero a mí mi papá que haga lo que quiera" - - (Sesión IV)	C: - - - El que: (00:05) (se le quiebra la voz) Para pedírselo lo tenía que ver, no lo quería hacer (00:06) Yo esperaba un tiempo más para fortalecerme un tiempo más - - Porque de hecho este:, las venidas aquí a terapia: - me han ayudado mucho, en muchas cosas (solloza) - - Porque por hoy, este:, porque antes era de que cualquier cosa que me movía y en el teléfono y tatatatá y le decía montón de cosas. No lo agredía, pero sí le decía: ¡Sus	C: Pero ese el explicación - Entonces este: y entonces estos días he pensado y sí es cierto, o sea ¿Por qué tengo que esperar a que él a que él termine o a que él solucione? ¿No? - - (en voz baja) No - Aquí la que ya no está a gusto con lo que él me ofrece y ni me ofrece nada pues, porque ni dice nada - - este, es él (sorbe) Entonces la que tengo que tomar decisiones soy yo - - - - O (Sesión III)

				<p> verdades! Y este:, y por hoy ya no - - - - O sea:, el venir aquí, la verdad - - me ha ayudado mucho - - - - Me siento un poco más fuerte, más tranquila, más relajada, este:, que sí hay cosas que me mueven y muchas cosas que hasta yo me sorprendí el otro día que - que: tuve un problema con Rosa y este:, y me empezó a gritonear y le dije “Te equivocas, mi chula, de aquí en adelante: yo soy tu mamá y me respetas” Y eso antes no lo hacía. Entonces hasta yo me quedé “Guau” ¿Sí me entiendes? (Sesión IV) </p>	
--	--	--	--	--	--

<p>Siempre fue un padre amoroso, siempre-, o sea, todo, todo lo mejor. Entonces de un, de un tiempo para acá haz de cuenta que ¡Chin, me lo cambiaron! Porque yo sí decía `¡Ah canijo! ¿Este qué onda?' - - - (Sesión III)</p>	<p>Porque yo todavía el: dos, tres veces (inhala) ¿Sí te comenté que nos mandó fotos, verdad? (Sesión III)</p>	<p>Y vas - como a - - como atando ¿Verdad? (00:06) (comienza a llorar) y van saliendo muchas cosas (00:05) el porque su lejanía:, o sea, hasta ahorita me está cayendo el: - como que el veinte, en muchas cosas (00:07) Pero también por hoy entiendo que - que si el ya no quiere estar conmigo también es imposible, a fuerzas - no se puede - - (Sesión IV)</p>	<p>C: Es que haz de cuenta que - le de habló a Rosa, creo que desde el sábado:, la llevó a una fiesta y de regreso (inhala), - la llevó y fue por ella, porque esa costumbre siempre la ha tenido, con mis hijas (sorbe). Sí les permite ir a todos lados, pero ella (esposo) las lleva: y las recoge. Entonces el do- el sábado no fue la excepción, hizo lo mismo y: de regreso creo que el dijo a Rosa que la invitaba al cine - "Mañana te marco para irnos al cine, pero ya tardecito mmm, vo a trabajar un rato y ya tardecito te marco" - No supe a</p>	<p>C: Y eso creo que: - - - lo he tomado de aquí - - - Como que he aprendido a valorarme (00:07) Entonces este, yo con Gustavo, por eso no le había pedido el divorcio, porque pues no se lo puedo pedir por teléfono, o sea, por mensaje no, o sea, yo tenía que hablar con él, porque pues hay cosas que arreglar - -. Este: - porque pues ya ¿sí te había comentado que no ha ido a: - acabamos de pagar la casa acabo de pagar la casa y nunca fue por las escrituras? (Sesión IV)</p>	<p>C: Sí, sí es que antes era: todo y y después yo - - o a lo mejor nunca pensaba en: en mí. Siempre era hacer mil cosas:, tener la casa limpia, ropa, esto, el otro, aquello y (inhala) trabajo y y - todo lo demás:, y después yo y ahora no. (Sesión V)</p>
--	--	---	--	--	--

			<p>qué hora le marcó o si le marcó, total, que a la hora de la hora le dije a Rosa “No te vas a arreglar para ir al cine” “No mi papá no me ha marcado” “Ah ok” Y al rato me dice: “Ya me marcó mi papá, pero no, no vamos a ir al cine, vamos a ir a cenar” “¡Ah! Ta bien” Pero pues yo la ví bien a ella ¿Verdad? (sorbe) - - Entonces este: -, pues se dieron las once y media de la noche – y él ni le contestaba los mensajes, ni llegaba: para ir a cenar. Creo que como once quince le empez- le mandó un mensaje “Ya voy para allá” - - No pues ya las</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>otras ya estaban, Julia definitivamente le dijo "Yo ya no voy a ir - ya es noche, yo tengo que madrugar bla, bla, bla, bla" Y Rosa se molestó y ahí se conflictuaron entre ellas (sorbe) - Este: - - Total que ya llegó como veinte a las doce: por Rosa a cenar. Tonces dice Rosa que cuando se subió al coche: este, él iba hablando con un amigo que tenían en común la: la mujer, la otra y él. Entonces que Rosa le preguntó `¿Con quién vas hablando?' "Ah con Jaime" Y que ya Rosa le dijo "Uuush:" Pero sí le le expresó su</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p> malestar pues - Dice "No le dije nada pero" pero nomás le dice "Uuush:" - Dice "Y nunca colgó el teléfono. Llegamos a cenar, pedimos y él siguió en el teléfono - - -" Y haz de cuenta que, llegaron las doce, o sea, nomás lo que, fueron, compraron los tacos, cenaron y: me la volvió a regresar ¡Pues sí ya eran las doce de la noche! Al día siguiente había que madrugar. Entonces ¡Eso sí me molestó! - ¡Mucho! Y pues empecé en el teléfono ¿Verdad? - Y más porque Rosa llegó y me dijo "¡Mamá: iba hablando con Jaime! Y que sabe </p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>qué, no sé qué que me afecta y que bla, bla, bla” Le dije “Se lo hubieras dicho” – Pero como Rosa tiene miedo (sorbe) que si reclama, que si dice, Gustavo la va a dejar de buscar - - Y ella tiene mucho miedo, porque l- lo dice - - Pero sí llegó molesta por eso. Entonces, yo por el celular le puse - - - - (Sesión III)</p>		
	<p>Este: - y él decía y juraba y perjuraba que “No que y la había dejado y que no sé qué” pero todavía le seguimos encontrando mensajes – y él se los contestaba. O sea, no nomás eran de ella hacía él, sino él se los</p>	<p>Eh: su comportamiento, su lejanía, su forma de actuar; porque haz de cuenta que (sorbe) que en 2 años nos cambiaron a un, 2 3 años, Gustavo cambió: ahora sí que dio un vuelco de: de noventa grados, casi 100.</p>	<p>C: Entonces Rosa ata, atamos los cabos m- yo no digo nada, pero Rosa lo dice como que Jaime es: algo de esta mujer, será pariente, será no sé; porque hasta abrazados y fotos y todo. Y Rosa pues todas esas ella las vio. Tonces mi</p>	<p>C: Entonces tiene que ir a recogerlas, este: - yo he tratado de eso – pues sí decirle “por el bien de todos, las cosas tienen que estar en regla, blablabla” por ese lado le empecé a llegar. Porque de hecho yo sí; mi cuñada el otro día</p>	<p>C: Otra, o sea, dio un cambio tan: radical (inhala) – que, que es otra persona totalmente -. Bien dicen mi libros ¿Verdad? `Sabes con quién te casas, pero no de quién te divorcias´ - - (Sesión V)</p>

	<p>contestaba – Y aún yo todavía seguía dando oportunidad: a que recapacitara, pero no (Sesión III)</p>	<p>De ser lo que (inhala) muy diferente a como él era – pero yo no lo veía o: no lo quería ver: ¡Así, así creo yo ya ahorita! - Más bien me hice como Julia, este:, ponerme:, porque es que Julia decía “es que él: - yo no le veo defecto alguno a mi papá, ni lo que ustedes dicen” Porque yo a veces de repente platicaba “Hija y tú ¿Qué crees, que esto y el otro?” “No mamá, sólo tú sabes, es tu marido no es el mío” – Y sí en ratos me quedaba yo – y ya después vi “no sí cierto” (00:05) Entonces este: (sorbe), te digo que ya ya ahorita: cuando me quedo</p>	<p>marido sabe lo que representa Jaime ¡En! - - - - ¿Y y seguía hablando con él por teléfono? Ah no yo sí estaba bien engorilada – O sea, porque no sabe el daño que le hace a Rosa -. Total, le cuelgo ¡Y al rato le vuelvo a marcar! No iba a durar toda la noche con Rosa: - - ¿Sí me entiendes? (Sesión III)</p>	<p>platicando me dijo “¡Es que pídele pensión para ti, que no sé qué!” No, yo para mí no pido nada, yo lo único que quiero es mi casa, a mí lo demás no me interesa, lo demás que tenga él no me interesa - - - - (Sesión IV)</p>	
--	---	--	--	---	--

		<p>así sin dormir, pues sí empieza uno a: ps como atar a a irte hacia atrás y decir `No por eso pasaba esto y esto y esto, la lejanía: porque: Gustavo era muy de: los fines de semana "Vamos a tal lado, vamos acá, vamos allá" Y de un de repente ya no, este:, o ya él se salía que al fut bol: - -y este: - Y así, pues varias varias cosas, o sea, ya no había tiempo para mí:, ya no había tiempo para nosotros (Sesión IV)</p>			
<p>Porque cuando yo me di cuenta fueron eran 5, según ella me dijo, porque ella nunca me ha dicho nada.</p>	<p>Y después de que yo me enteré de la infidelidad y yo empecé a ser grosera con él, porque sí; yo no</p>	<p>- Y: y te digo que en estos días me puse y pensé y analicé y dije `Bueno - o sea, yo le di la oportuni-</p>	<p>C: ¿Sí me+ entiendes bien enojabu- (incomprensible) (balbucea)? Entonces sí le puse</p>	<p>C: Exacto, eso es lo que quiero y estar fortalecida para - - para ahora que se viene lo de la boda de Julia, que hay</p>	<p>C: Bueno, a mí me ha dolido reconocerlo, que en muchas cosas fallé - - Y que ya entendí que no</p>

<p>Él no me dice nada ni ni, es más, de hecho ni ha: (sorbe) ni ha tenido el valor de decir “¡Ah! Sí, sí la tengo y sí existe” No. Más que el día de los últimos mensajes que les dije “¿Y esto qué?” Que fue ahora en octubre - que fue la última vez que lo: que lo corrí (sorbe) Este:, fue cuando me dijo “Es que: me está amenazando y que va a venir y no sé qué” fue cuando él tocó el tema que existía ella. Pero otras veces decía “¡Estás loca! O sea, alucinas, estás loca, inventas tus cosas”. Porque de hecho, lo que más le dolió, yo creo, fue que en su casa</p>	<p>soy de malas palabras (<i>sollozo</i>) (<i>esnifa</i>) - -. Y aunque él decía y-; y aunque trabajara en el de abastos me salía lo: lo corriente, pero no jamás -. Me salían porque, pues me enojaba y me molestaba - porque aún ya sabiendo yo lo que había pasado (<i>solloza</i>) - este: (<i>solloza</i>) - pues yo veía que seguía recibiendo mensajes de ella - - y él decía que no, pero yo los veía</p>	<p>, ya sabiendo esto: y todo, yo le di la oportunidad de que él mmm:, como que pensara las cosas este y: (sorbe) y se arrepintiera, pero nunca lo hizo, bueno, al menos nunca lo demostró (Sesión III)</p>	<p>(incomprensible, baja mucho la voz). Pero hasta eso, o sea, bien “Sabes lo que a Jaime le afecta a Rosa le afecta, el que estés hablando con Jaime, porque Jaime representa a...” (Sesión III)</p>	<p>que estar - pos vamos a tener que coincidir: en muchas cosas, pero sí quiero yo ser diferente y que no me afecte, eso es lo que quiero (Sesión IV)</p>	<p>nomás la culpa fue de él - - - (Sesión V)</p>
---	---	---	---	---	--

<p>él era el: el hijo bueno y no, no, no, no lo tenían acá (sorbe) y cuando yo fui y le enseñé a mi suegro “Esto hay y yo ya no quiero a su hijo en mi casa” este, mi suegro no, se agarró llorando y no sé qué y, y este, y fue lo que más le dolió a Gustavo, que lo desenmascare: en su familia y de hecho a mi suegro le dijo que no era cierto, que eran inventos míos y le dije “¡Ah sí! ¿O sea, las fotos son inventos, todo esto es invento, los mensajes son inventos? Nah, por Dios” pero dije “Usted crea lo que usted quiera” (sorbe) -. Pero,</p>					
--	--	--	--	--	--

<p>creo que fue lo más le afectó, que lo desenmascaré con su familia - y de hecho es lo que me achaca y con sus hijas, que sus hijas se ahigan dado cuenta. Pero le dije "Esos fue tu error", porque si Rosa se dio cuenta fue porque: - ponle él dejó el teléfono, pero, o sea - ¿Cómo te dijera? "¿Ves que las mentiras no son para siempre? Porque nos dimos cuenta". A mí ya me habían dicho `Vimos a tu marido tal, tal y tal' Pero yo aún no creía: - -. Porque no, te digo, él siempre fue: ¡Pues diferente! Él era del trabajo a su casa y nosotras y todo nosotras y</p>					
---	--	--	--	--	--

<p>todo. Entonces, por eso te digo que se me ha hecho muy pesado - - porque de hecho conflictos nosotros no teníamos (sorbe) (Sesión I)</p>					
<p>él seguía negando todo (sollozo) - - Y mis hijas, pues no le decían nada - La más grande un día lo lo enfrentó, pero él decía que no era cierto (sollozo) de hecho él primero se fue un mes y luego (sollozo) duró un mes fuera, dos meses fuera (sollozo) - y todo mundo me decía "es que está bien mal (sollozo) es que está bien mal (sollozo) ¡Velo!" (sollozo) (esnifa) Y este - y mis hijas "Mamá, por favor"- y le di la</p>		<p>Entonces este (sorbe), ya me empezó ahí a decir "que yo le hecho mucho daño" Porque yo lo agredía, pues, pero yo lo agredía, porque veía que el celular dormía con el, o sea, cuando: se fue un tiempo, se fue un mes por unos amigos, regresó, pero regresó mal, mal, mal, mal, mal, yo lo veía mal, hasta mis hijas me decían "Má, por favor má" Y un día llegó y llegó con todas tus cosas y</p>	<p>C: (al borde del llanto) Mmm: creo que no (00:08) Lo que sí, como dicen, infidelidad es una decisión - y fue su decisión - - yo confié (00:05) Y aún, fíjate, ahora que le di la oportunidad, o sea, sí; pero veía yo las actitudes y ya empecé a ver de que "A ver" O sea, si yo sí decía "Voy a confiar y voy a creer en él (sorbe) - si vino y me pidió pt- otra oportunidad" - Pero: - nunca creí que fuera a hacer</p>	<p>C: Y este: y anduvo: muy relajada. El sábado de hecho en la tarde la habló Gustavo y se la llevo a: - a pasear, el domingo hizo lo mismo (sorbe). Porque hasta me dice "Mamá: te vamos a dejar sola el domingo en la tarde" Yo "¡Ay qué bueno, gracias a Dios!" - (inhala) Este, yo por hoy tengo últimamente los fines de semana que (se deja algo en la mesa) como que: me he relajado en</p>	<p>C: Sí - - - Porque apenas está saliendo todo - - (inhala) - todo lo que ha pasado - - - Sí - - - Sí, es cierto (00:06) Y a veces es difícil pues, este - - reconocer (00:08) Pero sí - - - Tengo que reconocer que yo también me equivoqué - - - Y que no puedo esperar tanto de Gustavo - - - Pero sí a mí: ahorita Rosa me trae muy movida (Sesión V)</p>

<p>oportunidad me p-me pidió él otra oportunidad y se la di y regresó (sollozo) -. Pero yo le dije `si regresas no vas a regresar a lo mismo, o sea, termina algo para que sigas´ -. Yo estoy dispuesta a perdonar porque lo amo (sollozo) pero (sollozo) pero no es justo (sollozo) tampoco es justo para mí (sollozo) - - - - Porque siento que yo todo el tiempo he dado todo (sollozo) - -. A pesar de que he trabajado y todo (sollozo) siempre – he dado todo en mi casa (sollozo) – Y como te digo este: - yo creí que que teníamos una buena familia, una</p>		<p>llorando y suplicando y sabe qué me dio, ya ves cómo somos las mujeres (sorbe) y este, pues lo recibí “Es que no me corras, no me voy a ir y es que no me corras, no me voy a ir, perdóname y mil cosas” y bueno, lo dejé</p>	<p>lo mismo - y a que fuera a continuar con lo mismo - - - - Lo volví a creer en él - - - y me volvió a fallar (inhala) - - - - . De hecho ahorita – mis cuñadas: este – porque les comenté del divorcio, porque una de ellas renta mi casa (Sesión III)</p>	<p>mi casa y: - y la disfruto mucho, viendo tele películas: -, durmiendo, descansando de la rutina de toda la semana. Que antes no lo hacía (ruido de ropa) pero ahorita tengo dos fines de semana que así lo he hecho (Sesión V)</p>	
---	--	--	--	---	--

buena relación (sollozo) pero él acabó con todo (sollozo) -					
<p>O: `con razón era así y así´ porque: de repente: - de repente trataba súper bien; te digo, todo el tiempo que mi hermano estuvo enfermo, a mí no me permitía venirme sola a mediano- porque diario nos tocaba de madrugada en el hospital, entonces este, la hemodiálisis -. Entonces si yo salía tres cuatro de la mañana, cinco de la mañana, él iba por mí, no se quedaba conmigo, pero él iba por mí; a la hora que saliera. Y este:, entonces yo todo</p>	<p>Porque pues yo le decía “¡Ps lárgate con tu puta y aquí lárgate y déjanos vivir nuestra vida tranquilos! Y ella” yo le decía “¡Pon en una balanza! Yo y ella, si el-, si la balanza se va hacía ella ¡Adelante!” Y todo el tiempo se lo dije `¡Adelante!’</p>	<p>Entonces después de eso yo le dije “Me vuelves a hacer otra y te vas y esta vez te vas para siempre, porque yo quiero todo o nada y todo es todo” Porque yo le decía “Vete termina con tu relación que tienes con esa persona y +este</p>	<p>C: Entonces le dije que tenía que hacerle:, porque no le tenía hecho contrato, y le dije que le tenía que hacer contrato, o sea, todo el papeleo y lo que necesitaba para arreglar lo de: meter la demanda de divorcio y me dijo “No, no, no espérate, es que espérate, o sea, no te precipites” - - Pero me pongo y pienso, o sea, “¿No me precipite a qué?” ¿Qué voy a esperar? ¿Qué puedo esperar? - Y yo pienso que estos últimos días es lo que me ha</p>	<p>C: ¡Sí! (chasquea la lengua). Y te digo que me dice Rosa “¡Ay mamá, te vamos a dejar sola!” Y yo “¡Ay, gracias a Dios!” (se golpea un objeto). Y ya me dicen “¡Es que no es bueno que estés encerrada!” ¡Ah! Pero yo ahorita lo disfruto: - por hoy lo disfruto, el estar en mi casa y: relajada (manecillas del reloj) - - -. Con muchas cosas que hacer, pero digo `No, también ocupó descansar´. Y antes no, antes no era prioridad descansar - -</p>	<p>C: Alimentaba una esperanza de: de una reconciliación (chasque la lengua) y sí yo sabía que iba a ser difícil (inhala) -, por todo lo que me hizo y porque ya no iba a tener la misma confianza:. Porque ahora sí que como dicen, quebras una taza a: pegas y por más que se peguen no puedes lo mismo. Pero yo sí decía `bueno, si hay cambio en él y de verás un arrepentimiento, o sea ¿Por qué no darle otra oportunidad si?’ - Pero yo pienso</p>

<p>eso pues sí se lo tomaba a bien: pues y te digo, con nosotros nunca había gritos, nunca había nada, pero sí de un tiempo para acá se irritaba de cualquier cosa:, todo le molestaba:, conmigo y con mis hijas, y más con Rosa, porque Rosa es muy gritona:. Ro- Rosa grita mucho -. Ya ahora le ha bajado un poquito, pero: es muy gritona, Rosa. Rosa todo la habla a gritos y este:, él la regañaba, entonces Rosa más gritaba ¿Verdad? (Sesión III)</p>			<p>quitado el sueño (sorbe) - ¿Ya qué espero? (voz en quebrada) - - - - Para mí creo que ya no hay nada - - - - Y ahorita tengo que pensar en mí, en mis hijas y en mi patrimonio - - - - (Sesión III)</p>	<p>(Sesión V)</p>	<p>que, que ya no - - que ya no, que ya no sería conveniente - - (chasquea la lengua) Por mí (00:07) (Sesión VI)</p>
<p>Sí - sí porque te digo, él t- cambió totalmente, te digo que mis hijas me decían "es que ¿en qué momento</p>	<p>De hecho un día se lo puso violeto y me quebró un ventilador, lo agarro y ¡Tras! (sorbe) Y yo</p>	<p>C: Mmm: no nomás ellas me decían "Es que en la sala se la pasa viendo el celular y: en el celular y: que no sé</p>	<p>C: Ahm, lo que pasa es de que yo - yo pienso ¿Verdad? O sea, yo: - hace ocho días me hiciste</p>	<p>C: Mmm: - - - Pues una que - - - últimamente - - - de tanto que he leído:, y las venidas aquí y:</p>	

<p>pasó, o sea? Mi papá tuvo un cambio total, total” Con decirte, Julia era:, de hecho Gustavo a Julia, como Julia era muy apapachadora: con él y muy así, Gustavo yo siento qu: que para Gustavo Julia es su predilecta, yo así la siento. Porque Julia nunca dio problemas, nunca nada. De hecho, yo siento que la rebeldía de Rosa era eso, como que Rosa quería: - este, la atención de su papá. De hecho Julia es muy platica, Julia es de que platica y platica y platica y platica y platica y no la callas:. Así le digo “Ay hija ya cállate:”</p>	<p>“¡Uah:!” Lo que más me preocupó fue el ventilador y este y sí me molestó mucho y dije “Ah: no, no fíjate que no, eso sí que no, no vengas a acabar las cosas de mi casa (chasquea los dedos) ¡A chingar a tu madre! (sorbe) agarra tus tiliches y lárgate” - Pero no, no se iba y no se iba y no se iba y no se iba</p>	<p>qué” Pero ps yo decía “Pues sabe este qué onda” - Y sí, como que yo, pus hora sí que el trabajo este: - mmm con mis cosas con mis problemas, pues en ese tiempo tenía lo que era la enfermedad de Ricardo:, su muerte:, la enfermedad de mi hermana, todo - - Ya hasta que:, de hecho, estem, de ahora que: que esta vez que se fue y han sido estos, ya 5 meses, eeh: es cuando, como que eeh: a veces creo yo que por eso no duermo, gracias a Dios ya tengo como 3 días que he dormido un poco mejor mmm: como que, como que</p>	<p>reflexionar en que yo esperaba que él dijera, todo el tiempo he esperado eso, que él diga “¿Sabes qué? Ya muere, ahí muere, este,, vamos:” O sea, que él termine - Porque yo digo, “Él hizo las cosas” yo decía “Pues que él termine ¿Verdad?” O sea, yo di:, yo: le volví a dar otra oportunidad, él volvió a hacer cosas que no debía, este: - -. Entonces yo esperaba: el que él terminara todo esto (Sesión III)</p>	<p>entiendo que - (empieza a llorar) que yo también soy prioridad (00:05). Y luego un día en Whatsapp me apareció, no en Face, me apareció la canción de Pinpinela, la de Primero Yo C: Y como que tk (hace un ademán con la mano) me cayó el veinte a haz de cuenta que dije “Uy: esa canción está wow” - - Y la escucho cada que tengo oportunidad. Y sí de aquí en adelante primero yo - -. Y ya y de ahí he estado - ¡Trabajándolo! Que primero yo - (SesiónV)</p>	
--	--	--	---	---	--

<p>Porque de que llega y trae ganas de platicar, es un platicar platicar y este: (sorbe) - - Y Gustavo siento que: - - - que este, que también.; Julia decía - no a veces llegaba y le saludaba "Hola" se metía y la otra no. Era de que ellos platicaban mucho, mucho, mucho, mucho, mucho y ya el: último, te digo die-, meses antes de que se fuera Gustavo, Julia puso como que: bar- una barrera; dijo "A mí se me cayó y se me cayó, o sea, la imagen que yo tenía de mi padre: se acabó - - -" Por eso el sábado dijo "¿Qué creen, que a mí no me afecta?</p>		<p>vuelve uno atrás - - (Sesión IV)</p>			
--	--	---	--	--	--

<p>¡Claro que me afecta! - - - Y que le vale gorro hacernos daño, le vale gorro” Así dijo - (Sesión IV)</p>					
<p>¡Sí, todo el tiempo le decía! (canta un gallo) Yo todo el tiempo le decía “Tú me engañas, te vas, tú me engañas ¡Te vas:!” Porque hasta de hecho yo nunca fui celosa, fíjate. Él me decía “Ay, voy con mi novia” y yo “Ay ajá” y así, así, así le contestaba</p>	<p>C: En la sala vivía, en la sala dormía, en la sala: (incomprensible) (comienza a llorar) - - Y yo se lo permití, o sea, yo: yo permití muchas cosas (Sesión IV)</p>	<p>Y a mí+ no me atrevía a sacarle las cosas (sorbe). Yo no quería que mis hijas vieran el que yo le sacara las cosas. Pues yo pienso que en ratos les hubiera servido (sorbe) pero después pienso que no, que a lo mejor el día de mañana me lo iban a echar en casa (sorbe)</p>	<p>C: Sí - sí, como yo se lo dije a Gustavo la ultima vez que lo corrí `O sea, me cansé de esperar, esperar, esperar un cambio y nunca lo hubo´ - porque yo eso esperaba, un cambio. Pero un cambio para bien, o sea, un cambio, un arrepentimiento o un `sabes que´ yo le decía `vamos a terapia: hay que buscar ayuda:, igual religiosa, igual - - terapia este - profesional´ O sea, yo le decía `Vamos buscando ayuda´ porque yo sabía que la</p>	<p>C: Sí, sí pero sí, es que desgraciadamente espera uno demasiado de: de la otra persona; o bueno, yo así lo veo ya ahorita. Fíjate en esta semana yo, hice el mismo análisis y dije `o sea, si quiere uno: - - que actúen de dif- de la manera que uno espera, así lo he visto yo esta semana. O sea, con el día que le hablé y le dije “Es que necesito de que hablemos, me preocupa Rosa, así, así y asa” Este: (pasa saliva) - - ¡Ah</p>	

			<p>íbamos a necesitar; porque no es fácil - - (Sesión VI)</p>	<p>ese día se lo mandé por mensaje! Y ya después me mande habló, me habló y me dijo "Sí dime ¿Qué necesitas:?" Así me dijo - y ya le dije "¡Ah no, yo no necesito nada! - - -" Dije "Yo no necesito nada, la que necesita es tu hija (inhala) y discúlpame pero estoy ocupada" - Y le colgué - -. Y ya después por mensaje fue cuando le puse `Está pasado esto, esto y esto y esto y pues quiero que me apoyes´ Y ya la única contestación que dij- puso fue "Sí, no te preocupes, yo me hago cargo de ella" - Eso es todo - - -</p>	
--	--	--	---	---	--

				(SesiónV)	
Mmm: - O no sé, a veces comentarios, como pasó antes lo de mi comadre. De que yo me diera cuenta, entonces yo le empecé a decir "O sea, yo no soy mi comadre ¡Eh:! - - Yo te vas te vas y ¡Te vas! - Y que no sé qué" Pero ya vi que no.	Sí, sí, sí, sí+ - - . Entonces yo lo que quería era "Ah, él hizo las cosas, agarra tus cosas y vete y si no eres feliz aquí" porque él me decía "Es que quiero vivir feliz y tranquilo ¡Ah canijo! - Yo no quité tu tranquilidad ¡tú lo hiciste!" (sorbe) Porque él ya sabía las consecuencias el día que yo me enterara - -	Y seguí ignorándolo, pero ya había pasado toda este situación, por eso yo pienso que él últimamente me recriminaba mucho el que "Es que tú no hiciste nada por recuperar" - - - Porque últimamente eso me lo: me lo enf-me lo decía mucho "Es que tú no hiciste nada por recuperar" "¡Ah canijo, o sea!" "Tú tenías que cambiar" "Ah ¿Yo?" - Ps somos dos (00:05) Bueno como yo le decía a él y seguían los mensajes y seguían las llamadas y seguían ¿Cómo quería que y- que	C: O sea, como que ya me estaba haciendo un: poco a la idea de que él:, pues no. Por más que yo - daba y daba y daba y daba este, él al contrario, él todo era al contrario (traga). O sea, te digo, yo sentía que yo iba en un lado y él en otro, íbamos en direcciones: totalmente opuestas (inhala). Entonces, este, no quería ver, porque yo no quería: una separación, la verdad (se le quiebra la voz) (inhala) - Pero sí como que me estaba haciendo a la idea en que: ¡No eso ya no! No tenía futuro, así, no tenía futuro, pero aún	C: Bueno, algo así (risa en el fondo) y ¡Sí! para que no me afecten las cosas ¡Sí! Por hoy, lo veo que llega, me meto. Y hasta pensé en: mi comedor lo tengo con una cortina:, este, en el día no se transparenta pero en la noche sí; y ay dije 'Voy a cambiar de cortina' - (se rie) (inhala) Para no verlo. Porque sí, veo el coche y me corazón "shg-shg-shg" y pus no - (chasquea la lengua) Pero esta semana ya me sentí diferente - (Sesión V)	

		<p>cambiara? (00:09) Aparte un día - - - - (comienza a llorar) cuando - - - - Cuando mi hermana ya estaba grave, un día llegué del hospital - y este; ya ya me dijo “¿Cómo está y que no sé qué?” Ya le dije “No ps mal, que sabe qué” Este; pues ya nada más estábamos esperando: - el desenlace (chasquea la boca), ya nomás dice “Pos ni modo, se va a morir ¿No? Pues ya ¡Adelante!” - - Ya nomás voltié me le quedé viendo y dije “Pues sí - se va a morir (00:06)” Le dije “Y espero que - que tú nunca estés en esta situación (sorbe) porque eso no se</p>	<p>así yo me aferré y sí me aferré, casi un año - - - - A estar ahí, ahí, ahí - - (Sesión VI)</p>		
--	--	--	--	--	--

		<p>dice. No es tu hermana” Y eso Julia también se lo dijo - - “Cómo no es tu hermana, verdad papá - A ti no te duele, a ella sí le duele, es su hermana” - - - Y ya Gustavo como que se quedó callado (00:06) Y eso también me afectó mucho - - - Porque pues nunca me lo había dicho así - - - (Sesión IV)</p>			
<p>C: Mmm sí pero: buscábamos más bien: cosas en común, por decir, con amigos: o: pues antes salíamos mucho con mi comadre, que era la que te platicaba el otro día (Sesión III)</p>	<p>C: Yo de repente, cuando sucedió todo esto, yo hice cambios, este: trataba de el: más tiempo que pudiera - pues sí el trabajo me absorbía, pero:, el más tiempo que podía, este: mmm estar con él - - Pero desgraciadamente también:, hubo</p>			<p>C: Mmm - ya no me afectó tanto - - - que llegara - - - y es que se pone, como la cochera está grande, ahí ah a fuerzas se estaciona así, pudiéndose poner más para allá o más para allá ¡Ah no! Y sabe: que yo estoy ahí porque todavía a veces es</p>	

	<p>muchas situaciones porque como en ese tiempo fue cuando a él lo liquidaron del trabajo, él tenía mucho tiempo para estar en la casa y yo, la verdad, pus no. Y ellos se la pasaban dormidos todo el día, este: cuando Rosa estaba de vacaciones, de hecho dormían todo el día, tonces ellos en la noche andaban como si nada y Gustavo era cuando se la pasaba en la sala y yo creo era cuando quería: atenciones: o mmm no sé y pues yo cansada; ya bien enfadada yo lo que quería era irme a mi cuarto y descansar - - -</p>			<p>la hora que estoy con los niños (carraspeo) trabajando – C: Ajá, así siento. Pero ya, antes sí me afectaba y me enojaba “¿Por qué si te dije que no lo quiero ver, no quiero que se ponga, bla bla bla? ¡Lo hace!” Pero ya ahora no ¡No:! Dije sí cierto, no tiene porqué afectarme, yo no le debo nada (00:05) Porque a él me ha tocado que dos, tres veces, bueno anteriormente, este; poquito antes que dejáramos así de vernos de plano, de plano, yo lo – a veces íbamos, coincidíamos a la misma hora llegar y el se agacha. Yo</p>	
--	---	--	--	--	--

				no y él sí. Porqué se agacha no sé. (Sesión V)	
C: Esta:, peor ya también cuando ellos empezaron a tener problemas, pues yo traté de: - de alejarme. Porque haz de cuenta que ella me atacaba mucho y me decía, este: “¡Yo no te quieran ya no te quieren! ¡No sé qué estás haciendo ahí!” Siempre me lo decía, cada que me veía; y: “Gus es así, así y así”. O sea, nomás me veía los defectos de mi relación (inhala). Y este:, - y yo ya nomás me quedaba callada: (Sesión III)				C: Aja: (inhala) Pues haz de cuenta que - pue sí, me puse a pensar y dije “¡Ah, o sea, ahora sí ya no me quiere ver:!” - - Eso fue lo primero que pensé - dije “al no querer llevarnos es porque ahora sí ya no me quiere ver:” - - - (llorosa) Y sí duré dos, tres días así como: media chillona: y eso, pero ya después dije “Ay:, por algo” Yo de todas maneras por hoy no lo quería ver: (Sesión VI)	
C: Infidelidad por decir así, pero cada quien creo que lo vivimos de		C: Mmm, no lo sé - - - no lo sé - - -. Fíjate, en esta semana, también		C: Mmm: (00:06) Ay pues no sé (chasquea la lengua) que ahora	

<p>diferente manera -; y yo le decía “No platiques, no platiques” Y ella como que le molestaba que yo le dijera, entonces dejé de yo también me empecé a retirar de ella (inhala). Y este, y así detalles - y empecé:, pues sí te digo, que empezó él a salir con sus amigos:, yo en mi casa, yo no salía, yo me la pasaba trabajando:, y el tiempo que no trabaja me lo dedicaba a a la casa, a las niñas -, a mi hermano, entonces: - - ¿Y cuál fue mi error? ¡Confiar! Yo creo, que ese fue mi erro, haber confiado ciegamente en él</p>		<p>he estado así analizando y digo – este – (chasquea la lengua) `De verás que esto ya es de: de tiempo -´ O sea, el otro día no me acuerdo qué frase dijiste: - que me puso y así como que a - - - O sea ¿Qué tan cierto que esto es de ahorita? - - - Y no, me pongo a: a analizar cosas pasadas (inhala) y digo `Esto ya es de hace tiempo´ - - - - Que está uno tan enfrascada en el trabajo, en la casa, en la ro, la ros hijos, la rutina, este Rosa siempre fue muy chillona, aprehensiva, muy: o sea, todo su tiempo: todo mi tiempo era casi para ella. Porque</p>		<p>si definitivamente ya - - - - Ya entendió yo creo o no: n: ni idea (00:05) O ha decir que yo: por los mensajes que yo le dije que no lo quería ver, no lo (carraspeo) quería oír, o sea, no quería que me hablara, no lo, no lo quería oír, no lo quería ver, entonces dije “Ahora sí me la está cumpliendo ¿Verdad? Lo que yo le pedí” (Sesión VI)</p>	
---	--	---	--	--	--

(00:08) (Sesión III)		<p>yo casi siempre – cuando: Julia no trabaje; pero cuando Carmen, procuré trabajar el tiempo que ella estaba en la escuela – Para no dejarla, este, acomodaba mis tiempos (saca un kleenex). Para dejarla en la escuela y irme a trabajar. Ya últimamente, cuando trabajaba en el laboratorio de mi hermana, si he fue cuando ya empecé a descuidarla, en la secundaria. Pero: de ahí en más era:, este, enfocada a la casa. Y: de verás vive uno: tan en la rutina: (Sesión V)</p>			
		<p>C: Yo, yo yo yo yo yo vivía y: siento</p>			

		<p>que también Gustavo porque él se iba desde las 6 de la mañana y no regresaba hasta las 7 8 de la noche - - - s- según tenía un: este: un horario de doce horas. Entonces; llegaba y, te digo, y a dormir. Se dormía un rato y a las 9: de la noche se levantaba, cenaba, un rato medio: convivía y otra vez a dormir para el día siguiente; y así era la rutina de de todos los días. Entonces, si se enfrasca uno tanto en: las rutinas (Sesión V)</p>			
		<p>C: Perdí la noción del tiempo – y de que qué pasó en todo esto no sé, en qué momento tampoco lo sé.</p>		<p>C: Porque de hecho ha ido a la casa y ya otra vez empieza como antes, o sea, ya no se pone afuera de</p>	

		<p>Pero de que sí ya era de: tiempo sí – pero hasta ahora lo entiendo (00:05) (Sesión V)</p>		<p>la casa, como yo se lo había pedido. Porque duró un tiempo que no le importaba y ahí se ponía, no le importaba y ahí se ponía - - y ya después pues, o sea -, ya lo que hacía, cuando sabía que iba a venir, como mi comedor - - queda hacía la calle, hacía la cochera, o sea, se ve todo C: Y tengo unas cortinas medio transparentes, ajá – y este, en el día no se ve nada, pero en la noche sí se ven. Entonces lo que hacía era que ya sabía que iba a venir, entonces, yo me ponía de espaldas – me volteaba - - para no verlo (00:05) Y</p>	
--	--	--	--	--	--

				este: y pues sí sí me dolió – sí me dolió. Pero también entendí que que es por hoy lo mejor - - creo que es lo mejor (Sesión VI)	
		<p>C: Pues yo siento que: - - No sé, eran las ideas a: con mi mamá, al hospital; que, este: - - el trabajo:, la casa - - O sea, fue tanto una cosa, otra cosa, que que empecé a a este, pues sí a dejar a Gustavo en (balbucea) (inhala) como te digo, él: trabajaba de 6 a - 6, por decir (inhala). Entonces, casi no nos veíamos. Yo a veces - - dos veces a la semana:, este, yo me iba al hospital, a veces ¡Ni nos veíamos! - -</p>		<p>C: Porque ahorita como yo todavía estoy enojada, estoy sentida, estoy con – pos sí con miles de – sentimientos. Este, siento que si lo veo voy a volver a agredir:, voy a volver a: - tons por hoy digo, mejor no, mejor no lo veo - - - porque ya no quiero decirle nada - - - (Sesión VI)</p>	

		<p>Ni nos veíamos, este: - hasta el día siguiente o hasta la madrugada que iba por mí al hospital - -. Entonces, este, y pues sí el: que yo trabajara, pero pues yo trabajaba, se supone, que en el horario que él estaba trabajando - - - Pero sí: yo siento que – como en las noches:, que era cuando más podíamos tener, este, convivencia: o – de perdís estar viendo tele o no sé, yo me dormía, porque yo ya estaba cansadísima; o sea, los días que que y podía dormir, pos yo me dormía y – y este - - y que los sábados que él decía que se iba con sus amigos yo</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>le decía “Ah órale, ta bien” Porque siempre me peleaba “Es que:, yo tengo trabajo todo el día y que no sé qué; y yo tengo derecho - a salir con mis amigos” - - - - Pero como yo le dije un día una vez `Yo´ le dije `Mi error fue haber confiado demasiado en él´ Y este, como yo se lo dije un día, o sea “Tú decías amigos:, no amigas” - - - - Porque él decía que la oportunidad se le había dado y yo le digo `Es que a todos se- a todos se nos dan las oportunidades, pero tú sabes si las tomas o no´(00:08) (Sesión VI)</p>			
				C: (inhala) Pues que ya dije todo lo	

				<p>que tenía que decir - - entonces, este: (00:06) Que por hoy entiendo que: (00:05) que a Gustavo ya no:. O sea, yo en ratos siento, yo creía - que - - - que si él este, estaba arrepentido él - me lo iba a demostrar (llorosa). Sin embargo, no, nunca me ha demostrado nada. Entonces, hasta hoy entiendo que no hay arrepentimiento de nada de lo que me hizo (toma unos kleenex) y este: (sorbe) - - Solamente él sabe lo que pasa por su mente. Pero por hoy yo digo `Las palabras´ ahora sí `valen´ bueno `los</p>	
--	--	--	--	---	--

				<p>hecho valen más que las palabras'. Y él todo este tiempo me ha demostrado - que no le interesa, que no le interesa, porque; él hubiera hecho cambios. Pero ahora sí que; no sé qué pasa por su mente. O que en realidad, ya no me quiere (00:06) y que no se atreve a decirlo o no, no sé, no sé la verdad. Duré mucho tiempo muy confundida - - - - pero hoy, este, su actitud, ha demostrado: lo que él quiere, o sea, él ya no quiere: estar conmigo, ya no quiere estar con mi familia - porque él lo ha demostrado, porque no ha</p>	
--	--	--	--	--	--

				<p>hecho ;Nada, nada para recuperarnos, nada! - - Al menos a mí - - - Y sí, sí me duele - - - Me duele mucho porque: después de 30 años, de yo dar todo - - que como, yo te dije la vez pasada, yo: - ahora entiendo que, que yo tuve culpa en muchas cosas (inhala) y en haber permitido muchas cosas. Pero: - - pero lo que él me hizo, pues no, no es válido. Porque yo siempre he dicho - a mí siempre me ha gustado ser honesta - y creo que era lo que me merecía, que si ya no me quería me lo dijera (00:05) Y eso lo esperé todo el tiempo y todavía, en ratos lo</p>	
--	--	--	--	--	--

				<p>espero. Pero no, ya vi que no - - - Él nunca va a ser honesto - - - Y ahorita este: pues para ver lo del divorcio y eso, me estoy esperando hasta q- (sorbe) fuerte, fortalecida y que - ya no me duela tanto (00:05) Como que poco a poco me he estado haciendo d- a la idea de que, de ya no va haber yo todavía tenía una esperanza (Sesión VI)</p>	
		<p>C: Sí me: (00:06) Mmm ¿Cómo te dijera? - - - No me arrepiento eh C: Porque que: - - que mis hermanos en ese momento me necesitaban - y creo que si yo los hubiera necesitado, de la</p>		<p>C: Y ni que él quiera: - -este: - - pues sí que que nos: que arregle- que nos arreglemos, que nos diéramos otra oportunidad - porque yo en ratos decía "Bueno, como me ve tan</p>	

		<p>misma manera ellos hubieran - - este - apoyado y ayudado - y este: - . Pero sí tendría que haber puesto no sé - - - mmm (chasquea la lengua) - - Haber tratado de de hacer las cosas de diferente manera, creo yo</p> <p>C: Mmm no haber trabajado tanto, de todas maneras Gustavo - (me aclaro la garganta) pues él me mantenía. Pero en ese momento, pues trabajaba para apoyar a mi mamá, en le en lo económico (Sesión VI)</p>		<p>agresiva, él mejor puso -“ yo eso decía “él puso una: - una barrera para, a ver ya que se calme, ya veremos ¿Verdad?” Porque; este - porque de hecho cuando yo le hablaba y lo agredía el nunca me contestaba nada, nada. Nomás una sola vez me puso, este; que no podíamos vivir así. Fue lo único. Y sí, sí cierto, vivir así no, no podemos, ni yo lo quiero tampoco - - -. Pero, te digo, yo: alimentaba una esperanza de una reconciliación (inhala) pero pues no, ya veo que - que no - que ya no puede haber: - - (Sesión VI)</p> <p>C: Sí (00:05) así es.</p>	

				<p>Y te digo y él, ahorita si mis hijas lo buscan: - - les contesta y eso, sino, ni las busca tampoco ya. Antes era más el contacto con ellas, ahora no-. Ahora ya, se ha él solo se ha ido alejando poco a poco. Que era lo que te comenta que traía (Sesión VI)</p>	
				<p>C: (chasque la lengua) Las dos cosas. Sí yo quería rescatar mi matrimonio, porque yo le decía, o sea “¡Qué fácil! - - (fricciona las manos) 30 años shh a la basura” (00:08) Pero (00:05) También entendí que, que bueno, fueron 30 años vividos tanto (inhala), él me los</p>	

				regaló, como o se los regalé y - - - y no dio para más pues - - - (Sesión VI)	
				C: Pues, que los viví bien, a gusto y mis hijas: - - - - Porque en realidad tuve un matrimonio pues yo creo que bien. Te digo, nunca hubo: violencia - - - mmm:, yo creía que todo estaba bien - - - Pero a lo que veo no - - - - (fricciona las manos) No estaba bien (00:07) Y, este: - ya ahorita, así a veces pensando: y analizando, digo "No sí" O sea, sí la riega uno en: por decir, yo decía `Mil cosas´ (inhala) Me enfrasqué tanto en: - - - en las	

				<p>enfermedades de mis hermanos - - - - que descuidé mi matrimonio (comienza a llorar) (00:12) (sorbe) Pero también digo: `No se vale` (sorbe) - - porque Gustavo no me lo dijo (00:06) Pero bueno - - - (sorbe) - - (sorbe) (sacude la caja de kleenex) (00:08) Y como te digo, este (sobre) Ahora entiendo que yo cometí muchos errores, pero - no hay justificación (Sesión VI)</p>	
--	--	--	--	--	--

Situación Inicial

Dentro de la situación inicial de la consultante podemos ver 3 situaciones, entre ellas la situación problema, que se entrelazan entre sí, pero sin claridad aparente; a saber, la infidelidad dentro de su matrimonio, la muerte del hermano y la muerte de la hermana. Para la consultante (Carmen), no encuentra una explicación a porqué está viviendo la situación actual. En sus palabras, “le cae como un balde de agua fría”, ella no puede encontrar en el pasado de su relación signos que indicaran el deterioro de la misma; es un matrimonio perfecto, incluso ejemplar; no hay gritos, no hay discusiones, no hay golpes. Le sorprende el tiempo que la amante le dice que tiene de relación con su exmarido. Esto se contrapone al apoyo que ella reporta de él en las situaciones difíciles. Si bien, las voces de las hijas (que trae a colación), también denotan incredulidad ante el evento, todas coinciden en que “lo han cambiado”, es decir, lo desconocen.

Un punto en el que hace énfasis la consultante es la persona de “la comadre”. Pareciera representar, en un inicio, el posible futuro que ella podría tener (como una premonición), en éste sentido le concretiza un miedo. Posteriormente, los modos de respuesta a la situación que tiene la comadre, no le parecen, los reprueba y son un contra ejemplo que suele utilizar de referencia constante.

Es necesario hacer notar la saturación del relato, es decir, la consultante llega presentando la situación problemática, pero no se explica cómo es que le

llegó a suceder esto a ella, es como si se hubiera gestado de la noche a la mañana. Aunado a lo anterior, no alcanza a ver, ni a cuestionarse, si es que ella tuvo algún grado de responsabilidad en la supuesta “devaluación espontanea” de la relación conyugal. Lo que tiene claro, en consenso con sus hijas, es que han cambiado a su marido, ya no es la persona con la que se casó. Tampoco hay un diferenciador entre las 3 pérdidas significativas (a saber, la muerte del hermano, hermana y su matrimonio), sólo se presentan juntas. No hay indicadores claros de mejoramiento en esta etapa del relato, tampoco podría hablarse de deterioro, ya que no hay antecedentes al ser la fase inicial.

Complicación/ disparador 1

La consultante reporta varios eventos. Entre ellos destaca las continuas discusiones con su exmarido con el fin de que él tome responsabilidad por sus actos; que al principio niega. También se expresa el deseo de que salga de la casa, lo cual hace durante un tiempo. Lo percibe como la fuente del mal en su familia, el que vino a romper la paz. Se expone en varios episodios el proceso de decadencia en el que cae la relación; por ejemplo al mencionar que él vivía en la sala, que se queda desempleado y que, a pesar de los mejores afanes de Carmen, le cuesta tener tiempo de calidad con él por estar tan cansada por el trabajo. Por otro lado, la consultante hace notar la importancia que tiene para ella el peso de las acciones para que ellos puedan continuar en una relación, ya que las palabras no tienen más validez por sí mismas. De igual forma, relata su tristeza

comentando que lloraba con frecuencia. Lo único que la hace salir adelante son sus hijas.

Por último, Carmen se sigue manteniendo en un nivel más anecdótico, contando lo que sucedió y la implicación emocional que tuvo. Es claro que ella se esfuerza porque la contraparte reconozca su responsabilidad en la situación, poderlo nombrar “culpable”, y que de él salga alguna forma de redención o arreglo de la relación conyugal. Esto sigue manifestando un relato dominante rígido y saturado, ya que espera que el otro haga, vertiendo toda la responsabilidad fuera; además no hay un cuestionamiento de sus acciones. Da la impresión de ser un momento de franco deterioro, ya no hay motivaciones externas para seguir adelante; la consultante misma afirma que lo que la hacía seguir eran sus hijas, indicador de una baja autoestima y tristeza. Que por otro lado es esperable en casos de duelo.

Acciones o evaluación

En esta tercera columna se hace evidente cómo la consultante empieza a “completar” su relato inicial; como ella misma dice “va atando cabos”. Puede reconocer que su matrimonio se fue deteriorando de a poco, que ambos cónyuges estaban más concentrados en otros factores (enfermedades, trabajos), que en la relación misma. Ahora Carmen considera que tuvo demasiada confianza en Gustavo, y que las salidas de los sábados tenían una doble intención. También puede ver cómo es que el comportamiento de su exmarido no fue un cambio

inesperado de la noche a la mañana, sino que a través del tiempo se fue haciendo más distante y fue cambiando sus prioridades.

Es significativo encontrar que ella misma puede ubicar que ella también es responsable del deterioro de la relación conyugal, si bien, esto no justifica ni válida la acción de Gustavo. Esto lo encuentra doloroso, pues implica ya no sólo culpar a un tercero, sino también ubicarse como co-responsable. Los episodios de insomnio, si bien pueden tener un origen depresivo o ansioso, son oportunidades que aprovecha para ir acomodando y procesando su historia de vida.

En esta columna se puede ver como el relato empieza a hacerse flexible. Esto es perceptible en la forma en como Carmen empieza recordar lo que se vivió y a “atar los cabos”. Contrario a la situación inicial, el deterioro de la diada conyugal no se percibe ya de manera espontánea, sino procesual. Esto permite que el relato vaya adquiriendo formas distintas, incluso a entrar más en una escala de grises, antes que una contraposición entre una dimensión blanca y otra negra. Así mismo, Carmen puede empezar a asumir su propia parte de responsabilidad en el deterioro de la relación; aspecto sumamente relevante, porque, entonces, ya no se puede percibir a Gustavo como “el destructor”, al menos no como el único “destructor”. Para concluir, debemos decir que el relato empieza a tener signos de mejoramiento, evidenciados en la manera en como la consultante empieza a tener espacios autoreflexivos, que si bien no le quitan los problemas, empieza a dar un orden y forma al aspecto sufriente que la aqueja, para de ahí poder empezar a elaborarlo.

Resolución/ disparador 2

Después de un tiempo en que no estuvo en casa y de pedirle a Carmen una segunda oportunidad, ella decide dársela. Sin embargo, su marido le sigue siendo infiel, por lo que decide nuevamente separarse, esta vez de manera definitiva. Aquí priman 2 tipos de relato. En el primero la consultante describe cómo sigue percibiendo los mismos comportamientos en Gustavo; lo cual la hace darse cuenta de que las cosas no han cambiado y que no hay congruencia. En los segundos, la consultante expresa situaciones conflictivas que acarrea la separación; como lo es el estar escuchando al amigo de la amante por parte de la hija. Propiamente, esto no le afecta a ella directamente. Sin embargo, sí le impactan las emociones de su hija.

Así mismo, se pueden observar reflexiones y tomas de consciencia, como el darse cuenta que ella espera que su exmarido sea responsable y actúe en consecuencia a sus acciones, cosa que no hace. Mas no está en la misma posición de antes y se reconoce capaz de ella tomar las riendas de la situación que le es conflictiva.

A partir de lo anterior podemos decir que el relato muestra signos de apertura y flexibilización. No es que la consultante no le resulte sufriente la situación de vida que atraviesa, sino que, a pesar de que la sufre, es capaz de encontrar herramientas en ella misma que antes no encontraba. E incluso afrontar

la misma situación (la infidelidad), de una manera distinta a la primera vez; toma la decisión de separarse de su marido y empieza a hablar sobre la idea de que esa separación sea definitiva. En ese sentido, se podría hablar de un mejoramiento, ya que ella ahora es un sujeto activo y protagonista de su propia historia, no sólo la víctima de la situación.

Situación Final

La consultante muestra una comprensión distinta de la problemática a como era en un inicio. Esto se puede ver en su reconocimiento de su propia responsabilidad en la gestación de problema; si bien, aun así considera que tuvo un buen matrimonio, del cual no se arrepiente. Incluso llega a decir que su tiempo de matrimonio fue un regalo que se hicieron de manera mutua su exmarido y ella. Así mismo, es capaz de reconocerse capaz de afrontar la situación y ha llegado a la decisión de pedir el divorcio. Reconoce que es una decisión difícil y que le gustaría estar más fortalecida antes de decirle cualquier cosa a su exmarido. Así mismo, puede ver los aspectos que los siguen vinculando, como los son sus hijas. Por otro lado, ahora ella se ve a sí misma como prioridad, cosa que antes no hacía, en ese sentido se ha recuperado, y puede defender su postura más allá de lo que digan las otras personas; como es el caso de aquellos que le dicen que se espere antes de pedir el divorcio, cosa a la que ella ya no le ve sentido.

Es evidente el cambio en el relato, de ser una problemática espontánea y inesperada (enfocándonos en el deterioro de la relación conyugal), ahora lo ve

como algo que fue gestándose de a poco, un proceso. Así mismo, la consultante alcanza a hacer cierta diferenciación entre la pérdida de su matrimonio y la de sus hermanos; en un momento comenta que ella ha vivido la primera pérdida en los últimos años. Por otro lado, ha reconocido que estaba tan embotada en la rutina que se perdió a sí misma y ahora está en proceso de recuperarse. Los momentos de estar con ella misma le sirven para ello. Si bien, Carmen no deja de tener dificultades y problemáticas, podemos hablar de un proceso de mejoría, ya que, en cuento a ellos, no sólo los reporta, sino que también habla de la generación de estrategias para afrontarlos; como cuando dice que quiere estar aún más fortalecida antes de pedir formalmente el divorcio.

Moraleja

En esta columna se pueden apreciar momentos en los que la consultante llega a reflexiones y aprendizajes relevantes en el proceso. También se pueden encontrar palabras que otros le han dicho y las ha hecho propias. Se puede reconocer como es que ella poco a poco ha ido poniéndose como prioridad a sí misma y se reconoce como un agente activo de su cambio; dejando de lado la posición pasiva en la que estaba en un inicio, a la espera de que el otro hiciera lo que ella buscaba. Este conjunto de dichos que la van acompañando, algunos presentes desde la primera versión del relato (lo que le dice la hermana), son testimonios de momentos clave dónde podemos apreciar cómo la consultante va pasando de un discurso victimista pasivo a uno más responsable y activo; indicando así el proceso de apertura (transformación), del relato y su paulatino mejoramiento. Los

personajes suelen ser los mismos, lo que cambia es cómo los percibe o los aprendizajes que puede rescatar de cada uno de ellos. Por ejemplo, hay un episodio donde se cuestiona el porqué ella tiene que esperar a que Gustavo termine o solucione las cosas, si la que no está conforme con la situación es ella, concluyendo que la que tiene que tomar las decisiones es ella; contrario a la situación inicial, donde esperaba (como bien retoma aquí), que él fuera el que tomara la iniciativa. Otro ejemplo, es cuando menciona que ha entendido que la culpa del deterioro de la relación conyugal no fue sólo de Gustavo, sino que ella también tiene parte de esa culpa, haciendo referencia al dolor que esto le ocasiona; es la misma situación, los mismos personajes, la manera de percibir sus acciones y el modo de relacionarse entre los mismos es distinta.

CAPÍTULO V: DIÁLOGO CON AUTORES

Después de la revisión de datos previamente presentada, consideramos que podemos ir dando respuesta a la cuestión sobre si se da una resignificación de la narrativa desde la concepción del remembering. A partir de los resultados, podemos encontrar, claramente, que hay una modificación entre el relato originalmente presentado y el relato final. Se ha de hacer notar que esta modificación del relato no es un proceso intimista e individual, ya que de acuerdo a lo propuesto por Gergen (1996), este movimiento está enmarcado en un contexto dialógico de intercambio; donde la consultante puede exponer la vida y recibir las intervenciones por parte del terapeuta. En ese sentido, y sustentándonos en los datos recabados, podemos decir que no es que la persona cambie su identidad, más bien los aspectos que puntúa de su experiencia para ir construyendo su autoconcepto van modificándose, salvaguardando la solidez del yo. Dicho esto en los términos de White y Epston (1993), la apertura y flexibilización de relato dominante, no implicaría en sí derrumbarlo, más bien, es un proceso en el cual (como se ve en el caso expuesto), se van adoptando puntos antes no vistos. Es decir, el hecho “objetivo” sigue siendo el mismo: hubo una infidelidad. Esto se puede apreciar en el relato que se presentó, concretamente, en las primeras 2 columnas, encontramos que la infidelidad es un hecho inesperado, la problemática le cae como un “balde de agua fría”. Por lo mismo, Carmen es incapaz de identificar signos que indicaran un deterioro en la relación conyugal; el cuestionamiento de sus propias acciones tampoco se presenta; como lo son el haber estado centrada en el cuidado de sus hermanos, su trabajo y el trabajo que

implicaba la casa. Simplemente hay una exposición, más bien descriptiva y anecdótica, de lo que le sucede; prima la presencia de la tristeza y, en momentos, alcanzamos a apreciar enojo y molestia. Por último, como se ha dicho en otros momentos, no existe una diferenciación clara entre sus 3 pérdidas significativas; tampoco se alcanza a percibir un mejoramiento claro, en todo caso se mantiene o se degrada. Es sólo a partir de la tercera columna (y en las subsiguientes), que empezamos a ver cómo es que el relato está siendo objeto sensible a la transformación. La problemática se mantiene (la infidelidad), pero aparecen comentarios como “Estoy empezando a atar cabos”. A partir de eso, Carmen se abre a la posibilidad de que hubo un *proceso* de deterioro en la relación, no es que llegue espontáneamente, ni de manera inexplicable. Al contrario, reconoce conductas que la iban alertando de este deterioro, si bien opta por ignorarlas; como el estar embotada en el trabajo o en el cuidado de sus hermanos enfermos, sin brindarle este mismo aspecto al matrimonio. Este es un punto clave, ya que el que empiece a atar cabos, que el relato pueda irse complementando (más que cambiando a un nivel ontológico), también le abre la posibilidad de cuestionar su propia acción; al final, ella misma es la que dirá que uno de los aspectos dolorosos del proceso es justo asumir su propia parte de responsabilidad en la problemática. Por otro lado, se aprecia una diferenciación entre las 3 pérdidas y cómo se relacionan entre sí. Además, alcanza a reconocer el motivo por el que se presentan las conductas agresivas hacia Gustavo. Dicho lo anterior, podemos constatar el postulado construccionista que propone a la realidad percibida como sensible al diálogo y negociación, siendo la misma de una naturaleza fluctuante, debido a que los significados otorgados a la misma son sensibles al cambio

(Gergen, 1996). Recordemos que para autores como Gergen (1996), White y Epston (1993) e Ibañez (2003), lo que llamamos real es un consenso hecho mediante el diálogo y la interacción que mantenemos con el otro, aunque no por ello se limita a lo que hemos establecido en un momento puntual como “real”. Al contrario, el hecho de poder modificarlo nos habla justamente de la cualidad de adaptabilidad de un grupo o un individuo (como es el caso) (Gergen, 1996). Dicho en términos narrativos, nuestras experiencias no se conectan unas con otras por una lógica intrínseca, más bien obedece a un sentido de solidez identitaria, que bien puede ser modificada, dando relevancia a experiencias alternas que tenemos (White y Epston, 1993).

En este punto conviene preguntarnos si este cambio en el relato fue para bien o para mal, en otras palabras ¿Hubo un mejoramiento o una degradación en el proceso? Retomando a Bremond (1968), recordemos que él define como un proceso de mejoramiento el que un relato sea sujeto de “engrosamiento”. Si como bien se dijo antes, a partir de la columna de Acciones o evaluación, podemos ver modificaciones en el relato, como el que la consultante se cuestione sus acciones, empiece a percibir y dar sentido a acciones que antes no veía y que contribuyeron a la degradación de la relación conyugal, entre otras. Gustavo sigue presente, en ese sentido podríamos pensar que el “adversario” no se ha vencido. Sin embargo, consideramos que se debe de profundizar más en este punto para poder apreciar el proceso de mejoramiento. Ciertamente el exmarido permanece presente, lo que va cambiando es el tipo de relación que se establece con él. En la tercera y cuarta columna, se expone cómo es que Carmen enriquece el relato, pero sigue

cuestionándose sobre darle una oportunidad más a Gustavo, cosa que al final hace. Mas ella se da cuenta que está cayendo en lo mismo, que él sigue sin darle el lugar que le pide y vuelve a separarse de él; lo cual acarrea una serie de complicaciones con las hijas, especialmente con la más pequeña. En este punto se podría hablar (en especial en la cuarta columna), de un momento de estancamiento o, inclusive, degradación, debido a que la consultante regresa a pautas previas; si bien se ha de reconocer que es un momento de reflexión sobre su presente y lo que quiere para el futuro. Ya en la quinta columna, y ante las insistencias de las otras personas, la consultante se cuestiona sobre ¿Qué le queda por esperar con Gustavo, si ella ya ha luchado por la relación? Lo que la lleva a optar por el divorcio, reconociendo que aún hay cosas que los vinculan, como lo son las hijas. Dicho lo anterior, proponemos que se llevó un proceso de negociación en cuestión de la naturaleza de la relación entre los antiguos cónyuges. Tal parece que, en este caso, el adversario a vencer no es exterminado, sino modificado. Si lo que causa la problemática es el tipo de relación que se mantiene, porque es sensible de infidelidad, entonces se puede cambiar.

Lo anterior puede ser tomado como muestra del mejoramiento del relato. Con ello, también consideramos relevante y signo de este mejoramiento, la manera en cómo la persona se posiciona ante su realidad, evidenciado en los diálogos de las sesiones (nuevamente, de la columna 3 en adelante, en especial en las últimas 2). Carmen expresa que ahora ella es la que se ve como prioridad dentro de esta historia, no ya los otros, como solía ser antes; como lo fueron Leny,

Lidia, Gustavo y sus hijas. Y pone acciones de por medio para procurar un autocuidado, como ponerle límites a Rosa, aprovechar su tiempo de soledad como un momento de intimidad con ella, descansar y marcar distancia con Gustavo, porque es lo que le hace bien en este momento. Así pues, hemos de poner en resaltar, tanto el enriquecimiento y flexibilización del relato, como la manera en la cual el consultante se narra a sí mismo en esa historia y se posiciona, como elementos que manifiestan un mejoramiento.

Nos queda la cuestión sobre el remembering propiamente ¿Habrà algo de lo perdido a lo que Carmen le haya dicho “Hola de nuevo”? Hemos de recordar que ésta propuesta tiene como centro los vínculos continuos entre lo perdido y el doliente; que implica una transformación de los mismo. Aunado a esto, tenemos que tomar en cuenta la naturaleza de la pérdida, que en este caso, si bien el matrimonio ha llegado a un fin, al estar la consultante aún en contacto con su exmarido, en momentos pareciera más una pérdida ambigua; es decir, la persona está, pero la implicación con la persona ha cambiado. En ese sentido ¿Hay algo de su matrimonio que se recupere? Nos parece que sí. En la última columna, hay un pequeño extracto donde Carmen habla sobre su decisión de pedirle el divorcio a Gustavo y lo que la hace sentir, al final del mismo comenta que ambos se regalaron esos 30 años y que la relación no dio para más. No le quita el mérito de haber sido buen padre, ni lo que ella disfrutó y le implicó su vida conyugal; no borra eso. Tampoco quiere arrebatarle el padre a sus hijas, de hecho, espera que él siga ejerciendo su rol de padre. Lo que sí recalca es que ella ya no está dispuesta a seguir con la relación que tenía, que eso ha de cambiar y está

cambiando; por ejemplo, ha reducido al mínimo su contacto con él, sólo lo mantiene para lo que concierne a la crianza de sus hijas. Desde ese sentido, podemos decir que Carmen ha hecho una selección de con qué aspectos quedarse de su Gustavo, y con cuales no quedarse. Ha dicho un adiós a una parte y recibe otra. En consonancia con lo anterior, ha vuelto a traerse ella misma a colación en su vida, tomándose como prioridad, cuidándose, validándose. Elementos ausentes desde el cuidado de la enfermedad de su hermano Leny y que se mantuvo desde entonces, poniendo las necesidades de los otros sobre las de ella y su bienestar. Tomando como referencia lo anterior, podemos decir que hay una remembranza, de ella con ella, da la impresión de que la pausa que se aplicó a sí misma hace 15 años, empieza a perderse. Debemos de hacer un énfasis en el punto anterior, ya que Carmen no se limita a recordar lo bueno y lo malo y aceptar la nueva situación; sino, que trae una parte de ella misma que había estado ausente/ en pausa. Vuelve a reconectar con esta parte y aumenta su presencia en su vida, cambiando la manera en cómo se desenvuelve en su cotidianidad. Es justo ahí donde podemos ver el *re-membering*, que no se limita solo a la aceptación y al recordar aspectos puntuales, antes bien, subraya la importancia de este reconectar con aspectos personales (como es el caso de esta consultante), personas, lugares. Ya se decía, al inicio del trabajo, que la cualidad de esta práctica terapéutica es justamente esa. Aunado a esto, y validándolo, está la recolocación de los vínculos de sus otros significativos. En especial con Gustavo, que, ya lo decíamos algunos párrafos más arriba, su relación se modifica con el fin de que ya no sea problemática. Es necesario hacer notar que, al igual que en otros puntos, la posibilidad de que ella pueda hacer este ejercicio depende

de qué tanto el relato se ha ido enriqueciendo. Así, en las primeras 2 fases, Carmen no llega a vislumbrar esta posibilidad, el relato es demasiado saturado y encierra una realidad sufriente para ella, demasiado a flor de piel, a la cual no le encuentra sentido, ni está diferenciada de otras pérdidas. Es entre las tercera y cuarta fase (a saber, las columnas de Acción o evaluación, y resolución/ segundo disparador), que la historia se engruesa y va incluyendo elementos alternativos. Sólo es después de este enriquecimiento que ella se abre la posibilidad de recordar algún aspecto, sea de la relación conyugal, sea de sí misma.

Por último, quisiéramos exponer tanto limitaciones del trabajo como posibles líneas de investigación para un futuro. Dentro de las primeras consideramos que el tiempo limita las sesiones a analizar, para enriquecimiento o empobrecimiento del trabajo. Aunado a esto, nuestro análisis ha sido en un tipo de pérdida muy específico, lo cual nos hace preguntarnos sobre la factibilidad de este proceso en otros tipos de pérdidas. Así mismo, hemos dejado de lado las intervenciones del terapeuta en el diálogo, obviándolo, ya que nuestro objeto de investigación era otro. Al igual que los actos del habla del consultante. Dichos aspectos, quedan pendientes en el tintero para futuras investigaciones.

CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES, LIMITACIONES Y

RECOMENDACIONES

Para concluir nuestro trabajo es necesario cuestionarnos en este punto si es que hemos podido responder a nuestra pregunta de investigación: ¿Es posible identificar la resignificación narrativa en procesos de duelo expresados en sesiones de psicoterapia desde la concepción de *re-membering*? Nos parece que sí es posible hacer esta identificación. Sin embargo, éste es un acto intencionado ¿A qué nos referimos con ello? No basta con esperar a que la persona comente cierta re-membranza y partiendo de ella haga un proceso de elaboración del duelo. En la diálogo terapéutico es necesario facilitar este proceso; eso es lo que lo diferencia del solo recordar. En el caso que hemos presentado, se puede identificar el proceso mediante el cual ella presenta el relato y este relato se va flexibilizando poco a poco, con la consecuencia de un mejoramiento para la consultante. Posteriormente, hay algo de ella que busca hacerlo presente de nuevo, traerlo de vuelta. Esto lleva a una reacomodo de sus relaciones y, con ellas, de sus otros significativos. Lo anterior sucede en todos los trabajos de duelo, de acuerdo a la bibliografía, lo que difiere es cómo lo hace y desde dónde lo hace. Una de las aportaciones de este trabajo es lo dicho anteriormente. Consideramos relevante desde dónde y cómo la otra persona irá haciendo este reacomodo que trastocará su autoconcepto, proyecto de vida, relacionabilidad, entre otros. El *re-membering* como herramienta psicoterapéutica, ayuda facilitar este proceso de

reacomodo, con la particularidad de proveernos de la oportunidad de traer al presente algo del pasado; que es su distintivo de otras aportaciones.

Así mismo, otro de los aspectos de relevancia en el presente trabajo es la inculturación de una práctica terapéutica proveniente de otro contexto (Australia), y que nos permite ir adoptando y adecuando herramientas con las que podamos hacer historias más satisfactorias, así como intervenciones más “a la medida” de nuestros consultantes. Esto trae a colación la pregunta de si ¿Todas las intervenciones son posibles o adecuadas en todos los contextos? Y si lo son ¿De qué manera? La continua exploración de estas cuestiones nos aporta a ser mejores clínicos, más locales y contextuales. En cuanto a la práctica en sí, va más allá de simplemente ser otra propuesta para la elaboración del duelo por vínculos continuos; ya que, como se ha dicho, las conversaciones terapéuticas desde esta aproximación se enfocan en traer de nuevo aspectos del pasado que puedan dar luz tanto al presente como al futuro y que le da un lugar a parte de otras aproximaciones similares.

Siguiendo las ideas anteriores, el trabajo también expone la necesidad de seguir incursionando y avanzando en métodos más adecuados para los análisis del discurso. Mantenernos apegados a algunos de ellos limita el estudio de la práctica, debido a que iluminan una parte de la misma, pero no necesariamente aquella que queremos abordar. En ese sentido, con este trabajo buscamos abonar a las investigaciones prácticas de el enfoque que utilizamos; mismas que son escasas.

Haciendo un recuento de lo anterior, para futuras investigaciones, quedan abiertas las siguientes líneas: el estudio de las intervenciones del terapeuta en conversaciones donde se busque promover el *re-memebering* ¿Qué dice, cómo lo dice, en qué se enfoca, qué hace que un diálogo terapéutico sea desde esta práctica y qué no? Entre muchas preguntas más; seguir investigando en otros casos de pérdida la posibilidad de hacer un *re-membering*; así como la elaboración y desarrollo de métodos de análisis más adecuados para investigaciones de este tipo.

REFERENCIAS

- Bowlby, J. (1993). *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión*. España: Paidós.
- Bowlby, J. (1999). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Madrid, España: Morata.
- De la Paz Elez, P., & Díaz-Burgos, M. (2013). Trabajo Social con narrativas orientado a la resignificación con personas inmigrantes. *Portularia*, XIII (2), 39-47.
- Denborough, D. (2014). *Retelling the stories of our lives: Everyday narrative therapy to draw inspiration and transform experience*. Nueva York, Estados Unidos: W W Norton & Co.
- García, R. Y Suárez, M. (2007). La pérdida ambigua: Una prolongada aflicción de la familia. *Psicología y Ciencias Sociales*, 9 (2), 32-41.
- Garciandía Imaz, J., & Samper Alum, J. (2010). La terapia familiar en la resignificación transgeneracional del incesto. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39 (1), 134-152.
- Gergen, K y Gergen, M. (2011). *Reflexiones sobre la construcción social*. Barcelona, España: Paidós.

- Gergen, K. (1996). *Realidades y relaciones. Aproximaciones a la construcción social*. Barcelona, España: Paidós.
- Gergen, K. (2006). *Construir la realidad. El futuro de la psicoterapia*. Barcelona, España: Paidós.
- Hedtke, L. (2014). Creating Stories of Hope: A Narrative Approach to Illness, Death and Grief. *Australian & New Zealand Journal of Family Therapy*, 35(1), 4–19. Recuperado de: <https://doi-org.ezproxy.iteso.mx/10.1002/anzf.1040>
- Ibáñez, T. (2003). *Psicología social construccionista*. Guadalajara, México: Editorial Universitaria.
- Kristensen, H. G., & Hedtke, L. (2018). Still alive: Counselling conversations with parents whose child has died during or soon after pregnancy. *International Journal of Narrative Therapy & Community Work*, (1), 22–30. Recuperado de: <http://ezproxy.iteso.mx/login?qurl=http%3a%2f%2fsearch.ebscohost.com%2flogin.aspx%3fdirect%3dtrue%26db%3dsih%26AN%3d128794712%26lang%3des%26site%3dehost-live%26scope%3dsite>
- Kübler-Ross, E. (1969). *Sobre la muerte y los moribundos*. Buenos Aires: Paidós.
- Maldavsky, D. (2004). *La investigación psicoanalítica del lenguaje*. Buenos

Aires, Argentina: Lugares

- Maldavsky, D. (2008). Sobre las investigaciones de caso único y las combinaciones entre ellas, con especial referencia a la perspectiva de la intersubjetividad. Estudios sistemáticos con el Algoritmo David Liberman. *Clínica e Investigación Relacional*, 2 (1), 185-219.
- Maldavsky, D. (2013). *ADL Algoritmo David Liberman: Un instrumento para la evaluación de los deseos y las defensas en el discurso*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Mardones Ibacache, R., & Albornoz Carrillo, A. (2014). Una reflexión sobre la terapia narrativa en el contexto de formación y aplicación. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 12 (1), 100-119.
- Meza, E; Gacia, S; Torres, A; Castillo, L; Sauri, S; Martínez, B. (2008). El proceso de duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas* 13 (Enero-Marzo).
- Moreira, V. (2001). *Más allá de la persona*. Santiago de Chile. Universidad de Santiago de Chile.
- Nell, W. (2009). The saying Hallo methapor as alternative approach to deat related counselling. En A. Kasher (Ed.), *Dying, assisted death and*

mourning. Países Bajos: Rodopi.

- Payás, A. (2010). *Las tareas del duelo: Psicoterapia de duelo desde un modelo integrativo-relacional*. Barcelona, España: Paidós.
- Rendón Salas, L. (2015). Psicoterapia narrativa en un caso de ansiedad infantil. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 13 (1), 98-115.
- Sáenz Jiménez, A., & Trujano Ruiz, P. (2015). Resignificación narrativa en la terapia grupal posmoderna. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20 (1), 75-82.
- Sandu, A. (2016). *Social Construction of Reality As Communicative Action*. Newcastle upon Tyne, UK: Cambridge Scholars Publishing. Recuperado de <http://ezproxy.iteso.mx/login?qurl=http%3a%2f%2fsearch.ebscohost.com%2flogin.aspx%3fdirect%3dtrue%26db%3de00xww%26AN%3d1236791%26lang%3des%26site%3dehost-live%26scope%3dsite>
- Sather, M. (2015). Saying hullo, goodbye, or both? Multi-storied remembering practices to assist women in the transition after the loss of a male partner to suicide. *International Journal of Narrative Therapy & Community Work*, (2), 42–50. Recuperado de: <http://ezproxy.iteso.mx/login?qurl=http%3a%2f%2fsearch.ebscohost.com%2flogin.aspx%3fdirect%3dtrue%26db%3dsih%26AN%3d108560131%26lang>

[%3des%26site%3dehost-live%26scope%3dsite](#)

- Searle, J. R. (1997). *La Construcción de la realidad social*. Barcelona, España: Paidós.
- Sisto Campos, V. (2012). Análisis del Discurso y Psicología: A veinte años de la revolución discursiva. *Revista de Psicología (Santiago)*, 21(1), 185–208. Recuperado de: <http://ezproxy.iteso.mx/login?qurl=http%3a%2f%2fsearch.ebscohost.com%2flogin.aspx%3fdirect%3dtrue%26db%3dfua%26AN%3d82565112%26lang%3des%26site%3dehost-live%26scope%3dsite>
- Wainer, A. (2012). Estudios de caso único en el campo de la investigación actual en psicología clínica. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 16 (2), 214-222.
- White, M. & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós.
- Worde, W. (2016). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.

**Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de
Occidente**

Departamento de Psicología, Educación y Salud

Maestría en Psicoterapia

Forma de consentimiento informado

Título: LA RESIGNIFICACIÓN DE LA NARRATIVA COMO HERRAMIENTA EN LA ELABORACIÓN DE LAS PÉRDIDAS

Alumno y programa: JORGE MOLLER MORALES – MAESTRIA EN PSICOTERAPIA

Nombre del asesor: BERNARDO ENRIQUE ROQUE TOVAR

Propósito

Este trabajo tiene como finalidad conocer cómo es que la herramienta terapéutica de la resignificación de la narrativa (la historia de aquello que nos causa malestar), ayuda

en la superación (elaboración), de los procesos de pérdida; entendiéndose por pérdida cualquier realidad que implique la ausencia de algo tenido y apreciado en un pasado y que ahora está ausente (como una persona, una relación, lugar de residencia, trabajo, entre otros).

Se solicitan personas que estén actualmente en un servicio de atención psicológica por parte del Proyecto Presencia de la Maestría en Psicoterapia en el Centro Polanco y que su caso implique la vivencia de una pérdida. Se busca utilizar fragmentos de las sesiones terapéuticas que pongan de manifiesto la resignificación de la narrativa durante el proceso psicoterapéutico; así como una presentación del caso para contextualizar a los lectores. Toda la información de los participantes será tratada de manera confidencial.

Riesgos

Ningun riesgo es esperado para los participantes.

Beneficios

Ningun beneficio es esperado para los participantes, más allá del trabajo en su proceso psicoterapéutico. El beneficio primario de este proyecto será obtener información que permita la mejor comprensión de los modos de intervención en psicoterapia para una mejor atención.

Participación y Retiro Voluntario

La participación es totalmente voluntaria. Usted tiene el derecho para negarse a participar de este proyecto. Si decide participar y cambia de opinión se puede retirar en cualquier momento.

Confidencialidad

Los hallazgos se resumirán y serán informados en un reporte académico. Los participantes serán identificados con el uso de pseudónimos, los nombres reales no aparecerán en ningún registro, ni cualquier otro dato que permita la identificación de los participantes. Las grabaciones de las entrevistas serán guardadas bajo llave y en un dispositivo electrónico. El encargado de esta información será el alumno (Jorge Moller Morales), junto con el director del proyecto (Bernardo Enrique Roque Tovar), y estarán disponibles por un lapso de tres años para académicos y alumnos del programa que justifiquen el acceso a los datos.

Procedimientos

Las entrevistas se llevarán a cabo dentro de las instalaciones del Centro Polanco y tendrán una duración de 45 a 60 minutos. La fecha y hora será acordada con el alumno del proyecto.

Personas de Contacto

Si existe alguna duda acerca de sus derechos como participante, llame a:

- Jorge Moller Morales (cel. 332169-2506)

- Bernardo Enrique Roque Tovar (332258-1570)

Recibirá una copia de esta forma de consentimiento informado para que se quede con ella.

Si está dispuesto a participar de este proyecto, por favor firme abajo.

_____ Fecha _____

Participante

_____ Fecha _____

Alumno encargado del proyec

