



**UADY**

**UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA  
DE YUCATÁN**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE YUCATÁN  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**RELATOS DE SUPERACIÓN EN RELACIÓN AL ABUSO SEXUAL:  
INTERVENCIÓN CON UNA ADOLESCENTE MEDIANTE TERAPIA  
NARRATIVA**

**PRESENTADO POR  
LIC. EN PSIC. ROSA ELENA CONTRERAS RODRÍGUEZ**

**EN OPCIÓN AL GRADO DE  
MAESTRA EN PSICOLOGÍA APLICADA EN EL ÁREA DE CLÍNICA INFANTIL**

**DIRECTOR DE TESIS  
MPPI JESÚS ESTEBAN SOSA CHAN**

**MÉRIDA, YUCATÁN, MÉXICO**

**2018.**

Agradezco el apoyo brindado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por haberme otorgado la beca No.607252 durante el periodo de agosto de 2016 a julio de 2018 para la realización de mis estudios de maestría que concluyen con esta tesis, como producto final de la Maestría en Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Yucatán.

Declaro que esta investigación es de mi propia autoría, a excepción de las citas de los autores mencionadas a lo largo de ella. Así también declaro que este trabajo no ha sido presentado previamente para la obtención de ningún título profesional o equivalente.

## **Dedicatoria y agradecimientos**

Quiero agradecer a la Universidad Autónoma de Yucatán, ya que este trabajo no tuviera lugar de no ser aceptada hace dos años en el programa de maestría, es y será un honor el pertenecer a esta casa de estudios donde obtuve experiencias académicas inigualables que andarán conmigo en mi camino profesional y que compartiré con otros colegas para que, día a día, nuestro contexto comience y continúe apreciando la importancia de nuestra profesión.

Agradezco por el tiempo brindado al maestro Jesús Esteban Sosa Chan por su apoyo y consejos en el desarrollo de este trabajo y a mi comité del trabajo terminal, las profesoras Silvia Álvarez Cuevas, Ana Cecilia Cetina Sosa y Faride Peña Castillo, muchas gracias por sus observaciones y contribuciones para el término del presente.

Asimismo, al nombrar parte del cuerpo académico de la universidad, me es imposible no recordar a los profesores a quienes admiro y reconozco la labor que desempeñaron y, seguramente, continuarán desempeñando al formar día con día a profesionales de la psicología, valoro inmensamente cada una de sus enseñanzas y la visión apasionada que nos transmitían de la psicología y su trabajo con las personas.

Seguidamente, no me caben las palabras para expresar gratitud hacia mi mamá y papá quienes me crecieron y desarrollaron en mí la certeza de que con trabajo arduo podemos conquistar nuestros sueños y llegar hasta donde no imaginamos. Espero poder hacer que ustedes se sientan orgullosos de mí en esta etapa concluida.

Con una dedicatoria especial, agradezco mis compañeras y compañeros de la generación porque aprendí de cada uno y creo que el tener diversidad de opiniones, posturas teóricas y estilos de trabajo diferentes hizo muy enriquecedora cada asignatura. Y como dentro de cada grupo surgen algunos, me siento afortunada de toparme con unas amigas y colegas tan

similares y distintas al mismo tiempo, quienes se convirtieron en un pilar fundamental de apoyo en esta travesía. Deseo que cada colega de esta etapa en la que coincidimos tenga mucho éxito y alcancen sus metas profesionales y personales.

Finalmente, quiero mencionar a la joven que da pie a que los temas hablados en el presente obtengan mayor relevancia en nuestra sociedad. Sin lugar a dudas, el conocer su historia en relación al abuso sexual que vivió años atrás, nos permite visibilizar que existe un sinnúmero de dificultades que se desencadenan a raíz del suceso y que pueden permanecer con el paso del tiempo. El llegar a consulta, como sucede en los procesos psicológicos, le permitió construir un camino hacia nuevas alternativas de verse a sí misma en el mundo. Por ello, quisiera agradecerle infinitamente ser testigo de su proceso personal y me siento muy contenta de los cambios de los que ambas fuimos testigos, y de los que ella mencionó que continuará experimentando por su cuenta.

## Contenido

Resumen.....	1
CAPITULO I. Introducción.....	2
1.1. Planteamiento del problema.....	3
1.2. Justificación.....	6
1.3. Objetivos.....	9
1.4. Marco Teórico/Referencial.....	10
1.4.1. Contextualización del abuso sexual infantil.....	10
1.4.2. Efectos psicológicos del abuso sexual en la infancia y adolescencia.....	11
1.4.3. Importancia de la intervención psicológica en víctimas de abuso sexual.....	13
1.4.4. Surgimiento del enfoque narrativo en psicoterapia.....	14
1.4.4.1. El construccionismo social dentro del enfoque narrativo.....	15
1.4.4.2. La visión del postestructuralismo dentro del enfoque narrativo.....	16
1.4.4.3. El pensamiento lógico-científico y el pensamiento narrativo.....	17
1.4.5. La terapia narrativa en la práctica clínica.....	19
1.4.5.1. Las historias dominantes y las historias alternativas.....	20
1.4.5.2. Describir la influencia del problema.....	21
1.4.5.3. El panorama de acción y el panorama de conciencia o identidad.....	22
1.4.5.4. Conversaciones de la terapia narrativa.....	23
1.4.5.4.1. Conversaciones de externalización.....	23
1.4.5.4.2. Conversaciones de re-autoría.....	24
1.4.5.4.3. Conversaciones de re-membresía.....	25
1.4.5.5. La recuperación de la agencia personal.....	25
1.4.5.6. El papel del terapeuta.....	26
1.4.5.7. Las experiencias abusivas desde el enfoque narrativo.....	27
CAPITULO II. Evaluación del problema: Exploración de los relatos iniciales, descubriendo un mundo amenazante.....	30

2.1. Objetivo de la fase exploración de relatos iniciales: descubriendo un mundo amenazante.	30
2.2. Descripción del contexto.....	31
2.3. Procedimiento .....	34
2.4. Estrategias empleadas en la fase de exploración de relatos iniciales: descubriendo un mundo amenazante.....	34
2.5. Informe de resultados de la fase de exploración de los relatos iniciales, descubriendo un mundo amenazante.....	36
CAPITULO III. Intervención: Dando pasos hacia relatos de superación y descubriendo otras formas de ver el mundo.....	
3.1. Introducción .....	46
3.2. Objetivos de la intervención. Avanzando hacia los relatos de superación, descubriendo otras formas de ver el mundo.....	47
3.3. Programa de intervención .....	48
3.4. Estrategias de intervención .....	51
3.4.1. La intención de las preguntas dentro de la terapia narrativa: El panorama de acción y de la conciencia o identidad.....	51
3.4.2. La externalización y su propósito .....	52
3.4.3. Acontecimientos extraordinarios .....	52
3.4.4. La toma de postura en el proceso terapéutico.....	53
3.4.5. El uso de las imágenes en las conversaciones narrativas.....	54
3.5. Las sesiones con la consultante.....	54
CAPITULO IV. Resultados de la intervención: Un recuento de relatos finales, descubriendo otras formas de ser en el mundo. ....	
4.1. Objetivo de la fase recuento de relatos finales: descubriendo otras formas de ser en el mundo .....	78
4.2. Evaluación de los resultados de la intervención .....	78
4.2.1. Evaluación de la experiencia de la consultante dentro del proceso de intervención .....	79
4.2.2. Evaluación sobre la aplicabilidad y utilidad de la terapia narrativa .....	81

4.2.3. Evaluar los cambios generados en el significado del miedo y la inseguridad de estar espacios exteriores mediante el análisis de la historia alternativa con .....	87
5. CAPITULO V. Discusión y conclusiones .....	91
5.1. Hallazgos.....	92
5.2. Aportaciones .....	94
5.3. Limitaciones.....	95
5.4. Propuestas y sugerencias para investigaciones futuras .....	96
5.5. Conclusiones generales .....	97
Referencias.....	101
Apéndice A .....	107
Apéndice B.....	108
Apéndice C.....	109



## **Resumen**

La violencia en la niñez y adolescencia es un fenómeno que ocurre desde tiempos remotos en todas las culturas y sociedades. Dentro de los tipos de violencias en dicha población, el abuso sexual ha sido motivo de estudio debido a su alta incidencia y prevalencia en recientes décadas. El presente documento aborda los efectos psicológicos posteriores al abuso sexual desde una perspectiva clínica de la psicología, y específicamente, desde un enfoque narrativo. La metodología empleada fue la investigación aplicada, a través de un estudio de caso clínico único, con una mujer adolescente de diecisiete años que vivió abuso sexual al inicio de su adolescencia y que, cinco años después del suceso, presentó repercusiones en distintas áreas de su vida a raíz del suceso. Por medio de un proceso terapéutico de dieciséis sesiones, la intervención se centró en los elementos de la terapia narrativa como el análisis de la saturación del problema, las conversaciones externalizantes, los acontecimientos extraordinarios y la deconstrucción de la historia dominante en relación al abuso sexual. Dentro de los resultados obtenidos destacan la disminución de los efectos psicológicos que la consultante presentaba en su vida cotidiana, la generación de historias alternativas asociadas al abuso sexual y un sentido de agencia personal. A través de la terapia narrativa, se comprueba que mantener una problemática ajena a la identidad de una persona consultante, genera una visión más manejable de sus conflictos y permite la construcción de una imagen de competencia personal en la que se destacan los recursos necesarios para realizar cambios favorables en una persona.

## **CAPITULO I. Introducción**

Se estipula que niños, niñas y adolescentes tienen el derecho a vivir una vida digna y con condiciones adecuadas que den como resultado un desarrollo óptimo en todo sentido, sin embargo, existen acontecimientos que perturban este derecho, tal es el caso de la violencia hacia infantes, misma de la que millones en el mundo son víctimas. Uno de los términos que se articula a la violencia infantil y adolescente, es el abuso sexual, fenómeno estudiado considerablemente en las recientes décadas y que resulta difícil de definir ya que es entendido en términos culturales y además, varía según las creencias que cada sociedad tenga respecto al tema.

Si se realiza un acercamiento a las estadísticas sobre violencia sexual infantil, tanto a nivel internacional como nacional, se obtendrán datos significativos que reporten la alta prevalencia de este fenómeno. Sin embargo, las cifras proporcionadas por importantes organismos mundiales, se infieren por debajo de la realidad, lo que permite reconocer que la violencia sexual infantil, es un fenómeno aun invisibilizado por las sociedades (Echeburúa y Redondo, 2010; López, 2010; UNICEF, 2016).

En México, el abuso sexual infantil ha empezado a tomar gravedad y para ello, se ha contribuido a la creación de políticas públicas encaminadas hacia la protección de niños, niñas y adolescentes, producto de diversos informes y tratados realizados a nivel internacional. Dichos planes proporcionan un panorama que invita a centrar la atención al fenómeno desde numerosas posiciones, lo que indica que éste compete a diversas disciplinas. A continuación, se presenta información relevante que sentó las bases para que el presente estudio sea de interés para la autora y que también, determina que el fenómeno es de vital importancia para continuar con la investigación desde las prácticas de la psicología clínica.

## **1.1. Planteamiento del problema**

Se entiende como violencia o maltrato infantil toda conducta en la que, por acción u omisión, produce daño real o potencial a una niña, niño o adolescente. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014) define el maltrato infantil como: “los abusos y la desatención de que son objeto los menores de 18 años, [incluidos] todos los tipos de maltrato físico o psicológico, abuso sexual, desatención, negligencia y explotación comercial o de otro tipo, que causen o puedan causar un daño a la salud, desarrollo o dignidad del niño, o poner en peligro su supervivencia, en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder”. De esta manera, se puede calificar al abuso sexual infantil como una forma de malos tratos hacia la infancia.

De acuerdo con información obtenida del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2014) y el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2016) la extensión y tipos de violencia a la que están expuestos niñas, niños y adolescentes se encuentran subestimados por diversas razones y es percibida como un fenómeno de poca cuantía. En primer lugar, existen formas de violencia consideradas como no perjudiciales e incluso, socialmente aceptadas. Seguidamente, la edad de los menores representa una dificultad para que se revelen sus condiciones, ya sea por miedo al agresor, por desconocimiento de derechos o por falta de acceso a las instituciones o protocolos pertinentes para atender a este grupo de la población. Por último, la escasa cuantificación del fenómeno se debe no sólo un bajo reporte de casos, sino también a la falta de sistemas de información estadísticos que permitan coordinar, transversalmente, los diferentes tipos de comportamientos, agresiones y violencias que sufren los menores de edad.

De igual manera, la Organización Panamericana de Salud (2016) menciona que en muchos países, la verdadera magnitud del problema está muy subestimada debido a que los cálculos de la prevalencia del fenómeno de la violencia hacia los infantes provienen de datos

administrativos usados por los sistemas de salud o de justicia y no de los datos de una encuesta nacional, además existen creencias generalizadas de tal dimensión que, las personas, incluidos los niños, tienden a considerar a la violencia como una norma y no como un problema que exige atención.

Aun con este panorama, aparentemente, poco favorecedor, vale la pena reconocer los esfuerzos de investigadores e instituciones que visibilizan la problemática y que abonan a la continuidad de nueva información sobre el fenómeno y alientan el interés en la investigación desde diversas disciplinas.

Si la atención se centra en la violencia del tipo sexual en niñas, niños y adolescentes, vale la pena prestar atención al estudio de la Organización Mundial de la Salud sobre violencia y maltrato infantil a cargo del profesor Sergio Pinheiro que fue presentado en Nueva York en el año 2016, en el que se calcula que cerca de 150 millones de niñas y 73 millones de niños en el mundo han experimentado relaciones sexuales forzadas u otras formas de violencia sexual que implican contacto físico, sin embargo, dichas cifras se estipulan como números muy por debajo de la realidad. Seguidamente, en territorio nacional, la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE) reportó que en el año 2015, el país ocupó el primer lugar a nivel mundial, junto con la violencia física, en abuso sexual en menores de 14 años.

UNICEF (2016) señala que en niñas, niños y adolescentes, la mayoría de las víctimas de abuso sexual no llega a recuperarse del suceso. Las secuelas generadas pueden ser profundas y causar, entre otros, baja autoestima, problemas de salud, bajo rendimiento escolar, depresión, abuso de alcohol y las drogas así como daños a sí mismos incluyendo el suicidio.

Estudios que afirman que existen personas que vivieron abuso sexual sin presencia de efectos psicológicos en su vida y, aunque no requirieron atención en dicha materia, sí fue

necesaria otra clase de asesoría para algún proceso legal (López, 2010). Por el contrario, investigaciones describen que las personas que vivieron alguna clase de abuso sexual pueden padecer problemas de salud físicos pero también efectos psicológicos como depresión, ansiedad, trastornos de la alimentación y el sueño, además de suponer una interferencia en el desarrollo infantil adecuado, pudiendo dejar secuelas que no se remiten con el paso del tiempo (Rodríguez, Álvarez, García-Castrillón, Moreno, del Pino, Guillén, y Asensio, 2016).

Por su parte, Echeburúa y Redondo (2010) mencionan que el abuso sexual, supone una desestructuración de la conducta y de las emociones del menor. Al menos un 80% de los niños, niñas y adolescentes sufren consecuencias psicológicas negativas. Las niñas tienden a presentar reacciones ansioso-depresivas, en los niños fracaso escolar y dificultades específicas de socialización, así como comportamientos sexuales agresivos o conductas violentas en general.

Los efectos a largo plazo mencionan que no hay en la vida adulta un único síndrome específico ligado a la experiencia de abuso sexual en la infancia y adolescencia. Los fenómenos que se observan con mayor regularidad son alteraciones de la esfera sexual, la depresión y el trastorno de estrés postraumático, así como control inadecuado de la ira en el caso de los varones, quienes tienden a volcar esta misma hacia el exterior. En cualquiera de los casos investigados ha existido un déficit de autoestima importante y de hecho, en los casos más graves las víctimas pueden llegar a sentirse estigmatizados para siempre (Echeburúa y Redondo, 2010).

De esta manera, es imperante tomar en cuenta la magnitud del fenómeno en nuestro contexto y además, preguntarse qué sucede con las niñas, niños y adolescentes que vivieron abuso sexual y que no fue denunciado por diversas circunstancias ni tampoco canalizado a algún servicio de atención psicológica. Si no existe atención psicológica al menor y en su caso,

a familiares o si no se proporciona un tratamiento necesario a raíz del abuso sexual, no solo se podrían manifestar las afecciones mencionadas anteriormente, sino que se hablaría de una grave falta hacia los derechos al bienestar infantil y adolescente, por segunda ocasión. Lo anterior, permite suponer que la atención psicológica posterior al abuso sexual infantil, es una medida de acción necesaria a quienes presentan manifestaciones que afecten su vida cotidiana o funcionalidad.

## **1.2. Justificación**

Existen cifras que señalan que las agresiones sexuales, incluyendo el abuso sexual tienen alta prevalencia a nivel internacional, otorgando datos que son difíciles de ignorar. La Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2016), menciona que en cada minuto, cuatro menores sufren abusos sexuales en América Latina, de las cuales al menos tres son niñas y la mayoría no logra recuperarse nunca de ese trauma.

En México, la Asociación para el Desarrollo Integral de Personas Violadas (ADIVAC, 2016) expuso que en el país se cometen aproximadamente 600 mil delitos sexuales anualmente contra los menores de edad; nueve de cada 10 víctimas son mujeres, y cuatro de cada 10 casos son menores de 15 años. La mitad de los delitos son cometidos en el hogar de la víctima y en 60% de ellos son perpetrados por personas conocidas.

Por su parte, la Cámara de Diputados LXII Legislatura (2013) mediante su análisis efectuado de la información sobre el maltrato infantil y abuso sexual, proveniente de los registros de reportes de maltrato del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) y del análisis de la Consulta infantil y juvenil del 2012, proporcionan cifras del estado de Yucatán, teniendo como resultado que el 8.0% de las niñas y 11.8% de los niños entre 6 y 9 años comentaron que algún miembro de su familia ha tocado su cuerpo; 6.0% de las niñas y 8.9% de los niños entre 9 y 12 años declararon que algún miembro de su familia lo había hecho

también, y finalmente 3.9% de las niñas y 5.5% de los niños entre 13 y 15 años declararon recibir tocamientos en el cuerpo por algún miembro de su familia.

El abuso sexual ha sido uno de los fenómenos con numerosas investigaciones hoy en día y en materia de salud mental no es la excepción debido a que tiende a ser cada vez más visible como motivo de consulta en los procesos psicológicos, ya sea por derivación de médicos, docentes, así como por la demanda directa de madres y padres de familia (Chiclana, 2016).

En México, dentro de los servicios que se prestan a infantes después de un proceso de denuncia por abuso sexual, el acompañamiento legal es solicitado en materia jurídica. Aunado a éste, la consejería, siendo descrita como la proporción de información relacionada con el fenómeno, es un servicio comúnmente ofrecido por diversas instancias aunque no en todos los casos cubre las necesidades de intervención psicológicas que una víctima requiere.

Velázquez, González, y Delgadillo (2013) mencionan que en términos operativos, la atención psicológica para las personas víctimas de abuso sexual se da en varios estados del país donde se han establecido instituciones de apoyo. Debido a que el servicio proporcionado es insuficiente para la demanda de consultantes, la intervención psicológica en organizaciones no gubernamentales enfocadas en el fenómeno es una alternativa, así como diversos centros de atención psicológica que apoya la causa, son una alternativa para estos casos.

Debido a la incidencia reportada a nivel nacional e internacional de este fenómeno, sumarse a la investigación desde el aspecto psicológico resulta necesario para contribuir a la creación de estrategias encaminadas hacia la recuperación y bienestar de las personas que han sido víctimas. Se puede afirmar que la intervención clínica desde el momento en que se conoce que se han manifestado síntomas clínicos a partir del abuso sexual es altamente importante para conocer las posibles reacciones en torno a los sucesos ocurridos y prevenir posibles

afectaciones y consecuencias psicológicas a largo plazo. Asimismo, se considera que la participación personas allegadas al menor quien ha sido víctima, resulta importante ya que como responsables y próximos al menor, son quienes pueden proporcionar un apoyo significativo dentro del proceso terapéutico.

Aunque existen investigaciones sobre abuso sexual en el ámbito clínico, se considera relevante continuar con estudios que amplíen la información sobre la intervención clínica ya que como se menciona anteriormente, los efectos del fenómeno en la vida de las personas es muy variable y por lo tanto, difícil de definir. Se espera que este trabajo permita tener información útil para que más profesionales de la psicología se unan a la visibilización y atención de los efectos psicológicos de las niñas, niños y adolescentes que pasaron por este fenómeno.

Desde una posición de la psicología clínica y narrativa, el abuso sexual, es entendido como una experiencia, integrada a la identidad de una persona. Las experiencias vividas tienen un significado para cada persona y por medio de ellas, se crean narrativas acerca de ello (White y Epston, 2010). Si el abuso sexual es entendido como una experiencia negativa, irreparable, insuperable y que definen la vida de una persona que vivió el suceso, se contribuye a la formación de narrativas con un significado negativo y limitante, lo que repercute en cómo se percibe una persona y cómo percibe el mundo que le rodea. Sin embargo, si las historias creadas en torno a un fenómeno o vivencia como lo es abuso sexual se deconstruyen y se crea un proceso de resignificación de lo vivido, una persona es capaz de generar narrativas alternativas y potencializadoras, mismas que le ayuden a mejorar su vida en el aspecto psicológico y proporcionen mayor bienestar.



### **1.3. Objetivos**

A partir de la situación presentada por la consultante en el presente trabajo, se establecen los siguientes objetivos:

#### **1.3.1. Objetivo General del trabajo**

Implementar un proceso de intervención psicológica mediante terapia narrativa con una adolescente que acude a consulta al Centro de Atención al Estudiante (CAE) de una de las preparatorias públicas de la Universidad Autónoma de Yucatán, en la que los efectos psicológicos del abuso sexual que vivió a inicios de su adolescencia disminuyan y se promueva su bienestar psicológico.

#### **1.3.2. Objetivos específicos del trabajo**

Identificar los efectos que ha tenido el abuso sexual en la vida de la consultante mediante la exploración de sus discursos dominantes referidos en relación al tema.

Promover la deconstrucción de los discursos dominantes que la consultante mantiene en relación a la experiencia de abuso sexual mediante la implementación de prácticas narrativas.

Analizar los cambios en la vida de la consultante a partir del uso de las prácticas narrativas hacia la reconstrucción de nuevos significados e historias alternativas en relación a la experiencia de abuso sexual.

## **1.4. Marco Teórico/Referencial**

### **1.4.1. Contextualización del abuso sexual infantil**

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2016) describe que el abuso sexual infantil ocurre cuando un niño, niña o adolescente es utilizado para la estimulación sexual de su agresor u observador; los agresores pueden ser personas adultas conocidas o desconocidas, un familiar e incluso otro infante. Implica toda interacción sexual en la que el consentimiento no existe o no puede ser dado, independientemente de si el niño entiende la naturaleza sexual de la actividad e incluso cuando no muestre signos de rechazo. El contacto sexual entre un adolescente y un niño o una niña más pequeños también puede ser abusivo si hay una significativa disparidad en la edad, el desarrollo, el tamaño o si existe un aprovechamiento intencionado de esas diferencias. La interacción abusiva puede ocurrir con o sin contacto sexual e incluye los manoseos, frotamientos, el coito interfemoral, la penetración sexual o su intento y actitudes intrusivas sexualizadas, como efectuar comentarios lascivos e indagaciones inapropiadas acerca de la intimidad sexual.

Por su parte, López (2014) menciona que los tipos de abuso sexual pueden ser acciones llevadas a cabo en maneras muy diversas, pero siempre suponen el uso inadecuado de una actividad sexual con un menor ya sea porque no ha alcanzado la mayoría de edad para el consentimiento de la actividad o bien, porque existe violencia o coerción cometiendo un delito contra la libertad sexual. Aunado a lo anterior, el autor menciona que las formas de explotación sexual como producción de pornografía infantil con niños, la prostitución infantil así como obligarles a presenciar conductas del tipo exhibicionistas, también se incluyen en el concepto.

En la misma línea, Cantón y Cortés (2010) mencionan que el abuso sexual debe ser definido por dos variables, coerción y asimetría de edad. La coerción se considera como el uso de la fuerza física, la presión y el engaño hacia un menor. Por su parte, la asimetría de edad

impide la libertad de expresión misma que hace imposible una actividad sexual consentida, ya que los participantes tienen experiencias, grado de madurez biológica y expectativas diferentes.

Para la temática del trabajo de investigación se considera pertinente tomar en cuenta cómo se define legalmente el abuso sexual en el estado de Yucatán, siendo este: “A quién sin consentimiento de una persona y sin el propósito de llegar a la cópula, ejecute en ella un acto lascivo o ayude a ejecutarlo... A quién obligue a tener sexo oral a cualquier persona por medio de la violencia física o moral” (Código Penal del Estado de Yucatán, 2018).

Existe información otorgada por la Fiscalía General del Estado de Yucatán (FGE) que señala que en el año 2015 se registró un aproximado de 500 casos denunciados de abuso sexual a menores. No obstante, dichas cifras solo se mencionan como la punta del iceberg ya que existen cientos de casos más que no son denunciados y con la sospecha de ser perpetrados por familiares cercanos a los menores (Castillo, 2017).

#### **1.4.2. Efectos psicológicos del abuso sexual en la infancia y adolescencia**

El abuso sexual, puede tener diversos efectos, no existe una respuesta universal y por lo tanto, no es posible hacer generalizaciones ya que lo que para unas personas puede suponer un trauma, para otras, las consecuencias pueden ser completamente diferentes. Lo anterior permite pensar que respecto a este fenómeno, las personas que viven pasaron por esta experiencia necesitan una intervención psicológica individualizada.

Una de las variables significativas es la edad de la víctima, sin embargo, Echeburúa y Redondo (2010) menciona que no siempre resulta fácil de valorar. Por lo general, los niños más pequeños son más vulnerables y cuentan con mayor riesgo de padecer síntomas disociativos, pero tienen la ventaja de no percatarse del abuso. A su vez, una persona de mayor

edad viene acompañada de una mayor disponibilidad de recursos, pero en el aspecto negativo, entraña una mayor consciencia en la víctima de lo ocurrido.

Otras de las variables estudiadas han sido el tipo de abuso, su frecuencia y duración, la relación con el agresor, y el uso de la fuerza. Los resultados de diversas investigaciones indican que si el abuso sexual producido con mayor frecuencia y por un periodo de tiempo largo y o si se emplea la fuerza física, las consecuencias son más graves (Cantón y Cortés, 2015).

Asimismo, el tipo de funcionamiento familiar puede servir o no como un amortiguador ante el abuso sexual. Se ha dicho que las víctimas de abusos sexuales con un funcionamiento familiar negativo, conflictivo o con poca cohesión experimentan un mayor nivel de estrés. Por otra parte, si el infante mantiene una relación favorable con los miembros de su familia, los efectos negativos del abuso pueden disminuir. De esta manera, si los familiares allegados creen en la historia de la persona que vivió el abuso sexual y le expresan su apoyo y afecto, se promueve un panorama favorable para el procesamiento del suceso (Cantón y Cortés, 2015).

Los efectos durmientes a raíz de abuso sexual son características que hacen referencia a la situación en la que los infantes parecen no mostrar problemas significativos inmediatamente después del abuso. Sin embargo, cuando transcurre el tiempo, se manifiestan problemas emocionales o conductuales de una etiología no clara. Este tipo de efectos pueden aparecer mucho más tarde de lo que inicialmente se creía e incluso, en ocasiones la sintomatología puede surgir durante la edad adulta por un suceso estresante que le recuerde el abuso vivido (Cantón y Cortés, 2015).

Por último, el abuso sexual infantil y adolescente puede afectar la percepción que las víctimas tengan de sí mismas y de las relaciones con los otros. Por ejemplo, algunos problemas interpersonales comunes de las víctimas son el iniciar, mantener y desarrollar relaciones

interpersonales, así como dificultades para depositar confianza en los demás (García, Loredó y Gómez, 2009).

### **1.4.3. Importancia de la intervención psicológica en víctimas de abuso sexual**

López (2010), menciona que los efectos del abuso sexual pueden ser muy variables, desde huellas emocionales de la víctima y los miembros de la familia de ésta, hasta una mala experiencia de la que la persona afectada se repone rápidamente, en el otro extremo. En algunos casos, la familia reacciona de una manera adecuada sin descompensarse, mientras que otros familiares, son quienes necesitan el mismo o mayor apoyo psicológico que el niño o adolescente que vivió el suceso.

Es imperante tomar en cuenta que no todas las víctimas requieren ser tratadas psicológicamente debido a que la terapia puede implicar, al menos en algunos casos, una segunda victimización. En diversos casos, cuando una víctima es capaz de mantener su vida de manera eficaz y sin la presencia de síntomas clínicos, por sí misma o con el apoyo familiar o de otras personas, lo indicado es ofrecer otra clase de asesoría, ya sea en un proceso de declaración, peritaje o juicio. Asimismo, el apoyo familiar, las relaciones sociales y la reanudación de la vida cotidiana se consideran factores poderosos de protección al menor y, por ende, el papel del terapeuta en estos casos se limita a orientación y apoyo a la familia, así como el seguimiento psicológico periódico del menor (Echeburúa y Guerricaecharría, 2011).

Ahora bien, es necesario el tratamiento si se observa que después del abuso sexual, los infantes desarrollan sintomatología psicopatológica importante como inadaptación significativa a la vida cotidiana, ansiedad, depresión, pesadillas o alteraciones sexuales. Algunos de los criterios que son necesarios para la intervención, son en primer lugar, creer en las víctimas y contar con el apoyo de su entorno familiar (López, 2010). Asimismo, como en cualquier otra intervención en la infancia, es imprescindible crear una buena relación

terapéutica con la víctima y favorecer un clima de confianza en el que el menor perciba la consulta como un espacio acogedor de ayuda y superación (Echeburúa y Redondo, 2010; López, 2010; Echeburúa y Guerricaechavarría, 2011).

#### **1.4.4. Surgimiento del enfoque narrativo en psicoterapia**

Cuando se habla de la Terapia narrativa, se hace alusión a quienes la desarrollaron, Michael White, trabajador social australiano y David Epston, antropólogo de origen canadiense residente en Nueva Zelanda. Ambos pioneros empezaron a trabajar en conjunto en los años ochenta en su modelo terapéutico mismo que ha ganado numerosos adeptos alrededor del mundo.

Asimismo, para hablar de la terapia narrativa es importante remontarse a los orígenes de la terapia familiar. El surgimiento de las prácticas narrativas ocurrió en el seno de los desarrollos posteriores de la terapia familiar sistémica con un fuerte acento en el significado, la cual incorpora como objetivos el énfasis en las fortalezas de los consultantes, la visión del consultante y terapeuta como socios, la adaptación a una aproximación construccionista del significado y la atención centrada en la narrativa o la forma del relato del significado. A su vez, incorpora una crítica al enfoque sistémico, optando por abandonar el modelo cibernético del ser humano y reemplazarlo por un modelo lingüístico, es decir social, tomando conceptos del construccionismo social en la que todos los tipos de conocimiento pueden ser vistos como versiones consensuadas de realidad, producto de la interacción y negociación interpersonal, donde el significado es creado y posible en el contexto del discurso que lo sustenta (López de Martín, 2011). A continuación, se describe de qué manera, el construccionismo social, además del postestructuralismo y el pensamiento narrativo, tienen cabida en el contexto terapéutico.

#### **1.4.4.1. El construccionismo social dentro del enfoque narrativo**

Uno de los aspectos esenciales y mayor conocido de la terapia narrativa es el contexto sociocultural de los relatos que llegan a consulta. Las historias suelen estar relacionadas con supuestos políticos, sociales y culturales que influyen en gran manera la vida de las personas, incluyendo sus sentimientos, emociones y la visión que tiene de sí mismos. Y es que, alrededor de las personas hay mundo repleto de significados donde pocas veces se es consciente que, si se quisiera, existiría la posibilidad de ponerlos en perspectiva, identificarlos y descubrir de qué manera les afecta. En otras palabras, el construccionismo social plantea que el nivel en donde el significado es generado y actualizado es externo al individuo, perteneciendo a la dimensión interpersonal, es decir, social (Freeman, Epston y Lobovits, 2001; Payne, 2002).

Como se mencionó, esta postura manifiesta que el mundo se entiende y valora, al igual que las personas, de maneras que emergen de las historias personales, la cultura compartida y las organizaciones de las que se es parte. Estos mundos de significados están íntimamente relacionados a la acción y contruidos dentro de relaciones. En gran manera se actúa en términos de lo que se interpreta como real, racional, satisfactorio y bueno y, a su vez, estos significados surgen de las relaciones con otras personas (López de Martín, 2011).

Asimismo, el construccionismo es una forma de psicología posmoderna que invita a enlazar la teoría con la vida cotidiana, analizando las paradojas del poder que rigen a las sociedades para ayudar a las personas a liberarse de la culpa y autocensura, propuestas realizadas por White y Epston. De esta manera, el construccionismo es posmoderno, en tanto que, aunque sigue siendo una teoría, niega la posibilidad de saber verdades absolutas sobre las personas por medio de las teorías y por su interés en la naturaleza cambiante, múltiple, compleja e interactiva de la vida cotidiana (Payne, 2002).

Aunque existen teorías tradicionales que califican y emiten juicios clínicos sobre los consultantes, tras años de historia se ha demostrado que la verdad es relativa y que es necesaria una psicología consciente de ello. Por el contrario a las posturas tradicionalistas, los construccionistas sociales no se fijan en los teóricos daños internos, sino en los procesos en los que se forja la visión del mundo en una persona, que a su vez influye en sus acciones y relaciones (Durrant y White, 1996; Payne, 2002; White, 2002).

#### **1.4.4.2. La visión del postestructuralismo dentro del enfoque narrativo**

El postestructuralismo surge como respuesta a los postulados de su antecesor, el estructuralismo, cuya influencia llegó a diversas disciplinas, y entre ellas, a las ciencias sociales. A continuación, se hace una revisión de la importancia de mirar el estructuralismo, para posteriormente, entender al postestructuralismo como una parte importante dentro de la terapia narrativa y además, su conexión con el construccionismo social, comentado en el punto anterior.

La influencia del estructuralismo en el mundo de la terapia partió de la idea de conocer “la verdad” acerca de las personas, y de que ello era posible atravesando las capas del “self”, que a su vez, lleva a un “self profundo”, encontrando la verdadera identidad de las personas. De esta manera, el estructuralismo llevó a creer que las acciones y comportamiento de las personas se debían, determinadamente, a la influencia de estas estructuras fundamentales. Lo anterior, llevó a los terapeutas a desarrollar su trabajo bajo esta premisa, de interpretar el comportamiento de las personas como si estuvieran relacionando de alguna manera, misma que sigue vigente en la actualidad. El estructuralismo anima a terapeutas y otros profesionales a creer que el rol fundamental del trabajo terapéutico es, saber las “verdades” emocionales y psicológicas acerca de aquellos con los que se trabaja y apoyarse de la interpretación y



diagnóstico del comportamiento para desarrollar un tratamiento para ella y encontrar el verdadero self, naturaleza o psique (White, 2002; Russel y Carey, 2004).

En contraste, el postestructuralismo es una manera de pensar que se basa en las ideas de varios filósofos franceses, como Michael Foucault y Jaques Derrida, y ha estado influyendo en muchos de los diferentes campos donde había prevalecido el pensamiento estructuralista. Russel y Carey (2004) refirieron que el mensaje del postestructuralismo para las distintas disciplinas ejercidas en el mundo es que el lenguaje y el uso del lenguaje juega un papel vital en la formación de la vida y que lo que las personas dicen y hacen y cómo se relacionan entre ellos da forma a sus vidas. El aspecto relacional no es la excepción, ya que postula que las ideas, problemas y cualidades que surgen en el entorno son producto de éste mismo, creados por la cultura y la historia y, por ende, las identidades están siendo constantemente creadas en relación con los demás, con las instituciones y con las relaciones de poder más amplias.

En la práctica clínica, el pensamiento postestructuralista invita a los terapeutas a asistir a las personas por medio de sus historias, tomando muy en serio como cada conversación de la terapia va formando al identidad tanto de la persona que consulta como del terapeuta, hasta llegar al enriquecimiento de las identidades preferidas (White, 2002; Russel y Carey, 2004).

#### **1.4.4.3. El pensamiento lógico-científico y el pensamiento narrativo**

A lo largo de la historia, las personas se han esmerado en la producción de un conocimiento objetivo, tangible y comprobable, en donde no hay lugar para la inconsistencia y la contradicción, y excluyendo aquellos significados alternativos mediante el uso unívoco de las palabras, prefiriendo descripciones cuantitativas. Por lo tanto, se ha desarrollado lenguajes técnicos determinantes de una única verdad para evitar los riesgos de la polisemia, es decir, la posibilidad de que las palabras tengan más de un significado y de que los significados de las palabras vengan determinados por el contexto en el que se usan (White y Epston, 2010). A partir

de ello, se hace referencia a dos lenguajes que serán presentados a continuación y cuya intención, forman parte del contexto terapéutico.

El modo lógico-científico representa a la persona como un escenario pasivo que reacciona ante alguna fuerza o fuerzas internas o externas a la persona y que son éstas las que moldean y constituyen la vida. En contraste, el modo narrativo sitúa a la persona como protagonista o como participante en su propio mundo. Es un mundo de actos interpretativos, en el que volver a contar una historia es contar una historia nueva y en el que las personas participan con sus semejantes en la re-escritura, y por tanto, en el moldeado de sus vidas y relaciones (White y Epston, 1993; 2002; 2010).

El pensamiento narrativo se centra en prácticas lingüísticas basadas en el modo subjuntivo para crear un mundo de significados implícitos en lugar de explícitos, para ampliar el campo de posibilidades y proporcionar una perspectiva múltiple sobre las personas. Dentro de este pensamiento, se favorece el carácter extraordinario de las descripciones coloquiales, poéticas o pintorescas frente a las descripciones técnicas, de esta manera, la conversación se hace más exploratoria y menos dirigida hacia un propósito determinado. Asimismo, la modalidad narrativa, propia de la psicoterapia, se centra en las particularidades para poder llegar a entender cómo las personas se viven la vida y se ocupa de las acciones e intenciones humanas así como de las vicisitudes que ocurren en el transcurso de una existencia situando los acontecimientos y las experiencias en el tiempo y en el espacio. De esta manera, el terapeuta tiene que ser capaz de reconocer la verosimilitud de lo narrado por el paciente, en el contexto de su biografía. Cuando éste decide centrarse en la biografía de quien consulta, lo hace como si fuera un historiador, que contextualiza un acontecimiento en la época histórica del suceso que está relatando (White y Epston, 2010; Zlachevsky, 2012).

#### **1.4.5. La terapia narrativa en la práctica clínica**

Si se realiza un acercamiento a la definición del concepto de *narrativa*, se entiende como un acto de narrar o contar uno o varios sucesos (Payne, 2002). En esta clase de terapia, la narrativa o relato, son términos utilizados para focalizar algún suceso vivido o secuencias escogidas de vida, mismos que cobran una entidad llevada a terapia por el simple hecho de relatarlas.

Bruner plantea (como se cita en Cappella, 2012) que en la narración predomina la realidad psíquica, en el sentido que el conocimiento de la realidad no existe más allá de quienes intervienen en la historia. Es decir, en la narrativa resulta central la significación e interpretación y la descripción de la realidad que se ve a través del filtro de los protagonistas de la historia, habiendo múltiples formas posibles de significación de los eventos. Por lo tanto, las narrativas describen posibilidades y no certidumbres absolutas, siendo una versión de eventos que ocurren en el tiempo. Debido a que la narración de las experiencias no puede abarcar toda la riqueza de la experiencia vivida, las personas seleccionan ciertos elementos y dejan otros de lado, mostrando sólo ciertos fragmentos elegidos de la experiencia.

En el proceso de terapia, al momento que las descripciones de las experiencias de los clientes son re-examinadas en busca de nuevos detalles, se fomenta la elaboración de narrativas «ricas», que surgen partir de descripciones aisladas o incompatibles, que no son consideradas erróneas ni limitadas sino pobres o ralas (Payne, 2002).

En esta misma línea, McLeod (como se cita en Schaefer, 2012) refiere que “es a través de las historias que expresamos mejor el sentido que tenemos de nosotros mismos como seres activos y relacionales”, es decir, cada persona puede ser autora y creadora de una historia y, es por medio de un proceso de terapia, que esa o esas historias pueden continuar reescribiéndose. Lo anterior, sucede en el espacio seguro que se abre entre el terapeuta y la persona, mientras el

terapeuta escucha la historia y la persona se la cuenta al terapeuta como un escucha. En este mismo espacio, se desarrolla la relación que en el enfoque se conoce como “coautores”, quienes permiten la construcción conjunta de identidades nuevas o alternativas dentro del espacio terapéutico.

En un sentido más general, la *narrativa* tiene una relación con una serie de ideas sobre la vida y el conocimiento humano, encaminando el concepto hacia una corriente posmodernista (Payne, 2002) quien se separa de la otra perspectiva de describir el mundo, la *científica*, incluso aunque ésta haya tenido el respeto desde el inicio de la historia del occidente.

En esta clase de terapia, se tiene una visión social e interpersonal del conocimiento y la identidad del sujeto, prestando mayor atención al contexto a partir de los factores sociales. El eje central es el lenguaje partiendo de la idea que el cliente es el experto y el terapeuta está en una posición de no saber, dando una mayor importancia a la experiencia de la realidad con la que permite construir nuevos significados. Por lo tanto, la terapia es construida en un proceso conversacional, dándole importancia a lo que surge y funciona en el diálogo (Marín, Ramírez y Valderrama, 2016). Además de los aspectos mencionados anteriormente, existen conceptos importantes durante un proceso de intervención que serán descritos a continuación.

#### **1.4.5.1. Las historias dominantes y las historias alternativas**

Los postulados de White y Epston partían de la idea de que las personas que asisten a consulta traen consigo diferentes historias, a las que les llamaron historias saturadas del problema, dominantes o ralas (Freeman, Epston, y Lovobits, 2001). Ambos decían que esas historias limitaban la perspectiva de las personas, desvanecían sus esperanzas y excluían posibilidades y potenciales nuevos de ver la vida. La raíz de aquellos relatos, anidaba en supuestos sociales, culturales y económicos, mismos que se tornaban importantes dentro del

contexto terapéutico para visibilizarlos y cuestionarlos, siendo más conscientes de cómo afectaban en la vida de las personas.

Asimismo, ambos pioneros de la terapia narrativa mencionaban que las vidas de las personas son multi-historiadas y que hay muchas historias sucediendo al mismo tiempo. De acuerdo a estas historias, se pueden hacer muchas otras e incluso, diferentes historias se pueden contar de los mismos sucesos debido a que ninguna historia está libre de ambigüedades o de contradicciones y no hay una sola historia que encapsule o maneje todas las contingencias de la vida (Russel y Carey, 2004).

En esta misma línea, dentro de las prácticas narrativas, existe el supuesto de que un relato no abarca el total de la experiencia vivida, ya que de cierta forma, se seleccionan partes de esa experiencia y se omiten otras, generando lagunas que en el trabajo conversacional constituyen una parte esencial de la terapia (González, y Campillo, 2016).

Tomando en cuenta lo anterior, la forma de trabajo de la terapia narrativa aborda aquellos problemas llevados a consulta y muestra una perspectiva donde surgen otros discursos y narrativas que no se han visto en el momento explicar el problema, pero que existen y están escondidos en el universo narrativo de quien consulta y no se les ha prestado la suficiente atención. Cuando las experiencias preferidas de los clientes son separadas de las historias saturadas del problema, las personas se encaminan hacia historias más inspiradoras y panoramas más alentadores que ya son posibles de ver.

#### **1.4.5.2. Describir la influencia del problema**

La influencia del problema se pone en marcha desde el principio del proceso de intervención, es decir, al inicio de la primera entrevista, de manera tal, que las personas se involucran en la tarea de separarse del problema desde las sesiones iniciales. Este proceso

trae consigo preguntas divididas en dos rubros, uno relacionado con la manera en que el problema influye en la vida de las personas y sus relaciones y el otro, habla sobre la influencia de la persona en la vida del propio problema.

Los rubros anteriores pueden parecer un proceso confuso, sin embargo, las preguntas que se realizan desde dichas perspectivas, tienen la intención de generar información que contradiga la trama inicial, es decir, la saturación del problema; ayudando a los consultantes a tomar conciencia de su relación dicho problema y describirlo y, como consecuencia, deconstruye la visión de que los problemas son intrínsecos a las personas y las relaciones, introduciéndolas a un universo de experiencia, donde se encuentran nuevas posibilidades de acción y oportunidades para actuar con flexibilidad (White, 2010).

#### **1.4.5.3. El panorama de acción y el panorama de conciencia o identidad**

Dentro del proceso de atención a las personas, se realizan preguntas respetuosas que forman parte de un diálogo y expresan un interés genuino sobre lo que se narra en el contexto terapéutico. Al abrir camino al panorama de acción, se conoce a las personas y sus acontecimientos secuenciales que pueden surgir en alguna dimensión temporal como el pasado, presente y futuro y de conformidad, es decir, tramas específicos. Es dentro de este panorama donde surgen los significados que las personas le dan a un relato de sus vidas. Brunner (citado en White, 1997) menciona que las preguntas del panorama de acción se refiere a la determinación de deseos y preferencias de los personajes, identificación de sus características y cualidades personales, la clarificación de sus intenciones y la verificación de las creencias personales.

En el caso del panorama de la conciencia o identidad, que anima a las personas para explorar un territorio diferente y está marcado por las preguntas incitan a las personas a reflexionar en los sucesos tales como estos se han desarrollado en la historia, se encuentran las

referencias de significado que las personas crean acerca de sus experiencias y del mundo y sus procesos de acuerdo a sus deseos, preferencias, valores, compromisos y principios de vida. En otras palabras, se exploran las intenciones, esperanzas, expectativas y valores que modelan las acciones de las personas, más que cualquier déficit interno o deficiencias, de tal manera que, se llegue al punto en el que aparezcan aquellas contradicciones a los argumentos dominantes en las historias y entonces sea posible tener otras opciones para engrosarlos más (Russel & Carey, 2004).

#### **1.4.5.4. Conversaciones de la terapia narrativa**

Al momento en que el terapeuta invita a la persona consultante a expresar la razón que lo lleva a terapia, por lo general, se invita a la persona a expresar sus problemas, escuchándoles con interés. Sucede con frecuencia que las historias que se cuentan tienen entre sus narraciones sentimientos como frustración, desesperación y dolor, entre otras más; sin permitir el paso a sentimientos esperanzadores (Payne, 2002).

Ramos (2002) menciona que los relatos contados deben ser aceptados, ya que si cuentan dicho relato de una manera es porque, en ese momento, perciben alguna ventaja en verlo así. De esta manera, se presenta un pasado pero no una historia, lo que lleva a los terapeutas a crear por medio del proceso, una historia de ese pasado. Desde la terapia narrativa, las conversaciones pueden ser de externalización, de re-membresía y de re-autoría.

##### **1.4.5.4.1. Conversaciones de externalización**

Las conversaciones de este tipo tienen el objetivo de que la persona que consulta experimente una identidad distinta o separada del problema. Ello implica consciencia del poder del lenguaje para contrarrestar la visión que las personas tienen como parte de sí mismas y mantener la idea de que las dificultades son algo que afecta a la personas, no algo que forma

parte de ella. Para llegar a este proceso, el terapeuta hace uso de diversas metáforas con la intención de que estas puedan hacer sentir al consultante que el problema le está atacando o perjudicando (Payne, 2002).

De igual manera, la externalización es un abordaje terapéutico que invita a las personas a cosificar y, a veces, a personificar los problemas que las oprimen y es entonces, que ciertas cualidades que son consideradas como inherentes a las personas o a las relaciones entre las personas, pueden hacerse cambiables de una manera más fácil (Rodríguez, y Fernández, 2012).

#### **1.4.5.4.2. Conversaciones de re-autoría**

Como tales, las identidades no están hechas de una sola historia, es decir, existen compuestos de múltiples historias. Las prácticas de re-autoría están basadas en la suposición de que no es posible que ninguna historia pueda englobar la totalidad de la experiencia de una persona, pues siempre existirán aquellas brechas que permitan indagar inconsistencias y contradicciones (Carey y Russell, 2004).

Existen muchas maneras de iniciar una conversación de re-autoría, pero el principio clave implica que el terapeuta adopte una posición interrogante y busque encontrar algún evento que contradiga a la historia dominante. Si uno observa de cerca y con cuidado, estos eventos son siempre evidentes, aunque sean muy pequeños, es decir, siempre existe un leve indicio en una acción, o en una intención que varía de la historia problemática (Evia, 2011).

Las intervenciones por medio de estas conversaciones permiten deconstruir el concepto de identidad de una persona que se ha adquirido mediante la historia saturada del problema y empieza a reconstruir una identidad reforzada que adopta los matices y descubrimientos que surgen en la vida de la persona.



#### **1.4.5.4.3. Conversaciones de re-membresía**

La membresía de la vida es una propuesta de White (1997) a través de la cual se reflexiona la influencia de las relaciones en la construcción de la identidad de una persona, es decir, si la identidad es una negociación en una comunidad de personas, el análisis de las relaciones tiene suma importancia para desentrañar a la historia saturada por el problema.

De esta manera, las relaciones que se guardan con otras personas son las que conforman la membresía de la vida. Al inicio de las conversaciones, se puede considerar a algunas personas que seguramente contribuyen a la formación de la historia saturada del problema en la vida de una persona. Sin embargo, por medio de las conversaciones de re-membresía se busca reconsiderar otras relaciones que puedan aportar más y de manera diferente al concepto de identidad. Por lo tanto, será a través de las conversaciones de este tipo que una persona podrá revisar, elegir y decidir acerca de sus relaciones importantes y significativas (González y Campillo, 2016).

#### **1.4.5.5. La recuperación de la agencia personal**

Desde la terapia narrativa, se habla del concepto de agencia personal como aquella capacidad que la persona desarrolla en el proceso terapéutico que le permite mantener una nueva postura ante el problema o situación. Autores mencionan que como consecuencia de este proceso, las personas logran sentirse contentas y orgullosas consigo mismas ya que desarrollan habilidades más acordes a lo que anhelan y valoran en sus vidas. Asimismo, se obtienen nuevos relatos de sus vidas debido a que volver a contar una historia es contar una historia nueva, participando en la reescritura de sí mismos y su relaciones (White y Epston, 2010; Yashiro, 2015).

#### **1.4.5.6. El papel del terapeuta**

Dentro de la postura filosófica del enfoque, White (2002) hizo un análisis sobre la cultura de la psicología mencionando que la unidireccionalidad en las relaciones terapéuticas, pone sobre la mesa aquellos saberes que el terapeuta posee y son aplicados a la vida de quien le consulta y, por ende, esa vida es cambiada como resultado de los procedimientos aplicados. De esta manera, el papel dado al consultante es de un ser receptor, así como un objeto de estudio, con déficits privados de los saberes y habilidades necesarios para abordar los problemas de su vida. Si bien, se entiende a la concepción unilateral como una visión potencial para alentar historias y conclusiones magras de las personas en el espacio terapéutico, también es interesante hacer alusión a las relaciones de poder dentro del contexto, donde White ejercía especial atención. En contraste, la terapia narrativa prefiere una concepción recíproca de la terapia que se caracteriza por el debilitamiento de la idea de que la vida de las personas son objetos de conocimiento y en su lugar, se invoca la reciprocidad.

El terapeuta no anda en busca de verdades, sino que trata de escuchar el relato de un paciente o un sistema consultante, siguiendo la historia particular que le trae o traen a sesión, en el contexto de la o las biografías de cada uno. Muchas veces se detiene en hechos concretos, no para ver si son o no verdaderos, sino para lograr entender las acciones específicas y significados que se desprenden de lo que le está o están relatando (Zlachevsky, 2012). Asimismo, éstos tienden a adoptar una postura conocida como una postura de curiosidad, misma que promueve una relación de respeto, colaboración mutua y flexible. (Marín, Ramírez y Valderrama, 2016).

El papel de ambas partes es crucial en el proceso, se trata de hacer surgir entre dos personas desconocidas una relación compatible con el trabajo y aceptable por ambas partes, resaltando la importancia de una relación horizontal. De dicha relación surgirá una

cooperación, que se verá reflejada en cada momento del proceso, de manera que al crear los nuevos relatos alternativos, se llame cocreación, observando que se trata de un acuerdo al que ambas partes llegaron y del que ambos se benefician, es decir, el consultante cuenta con la flexibilidad cognitiva en varios aspectos de su vida y, el terapeuta encuentra nuevas estrategias y nuevas experiencias para replantear su posición de terapeuta y para asistir a otros consultantes (White, 2002).

#### **1.4.5.7. Las experiencias abusivas desde el enfoque narrativo**

White (2002) menciona que en relación a los efectos que existen a partir de diversas experiencias de abuso, se manifiestan comportamientos en las personas del tipo autodestructivos o autolesivos, mismos que son vivenciados como acciones contra el sí mismo, y que por lo tanto, son desfavorables para sus vidas. Estas acciones pueden presentarse por medio de automutilaciones, adicciones, así como intentos de suicidio que desde el enfoque de dicho estudio, se miran como la expresión del abuso al que la persona ha sido sometida. De esta manera, las expresiones autodestructivas del abuso son moldeadas por los significados que la persona le está dando al abuso y determinan la forma de expresión de las experiencias de la vida.

En síntesis, el autoabuso es una expresión de las experiencias del abuso, una expresión que está moldeada por los significados atribuidos al abuso. Cuando se analiza la naturaleza de las expresiones del abuso, es de vital importancia considerar a estas expresiones como unidades de experiencia y significado. La forma en la que se llega a esos significados es, en gran medida, a través de los relatos privados que las personas tienen acerca de sus vidas. Estos relatos proporcionan el marco para la interpretación de las experiencias vitales de las personas. Y si una persona es obligada a adherirse a un relato muy negativo acerca de quién es, entonces es

probable que le atribuya a sus experiencias significados vinculados con la culpabilidad y la falta de mérito personal (White, 2002).

Una de las tareas principales que se trabajan en terapia es ayudar a las personas a deducir significados alternativos de sus experiencias de abuso, es decir, establecer las condiciones que hagan posible la reinterpretación del abuso. Si en el proceso, el terapeuta ayuda a estas personas a liberar sus vidas de estas historias personales tan negativas y que tienen un efecto tan profundo en la forma en que adopta la expresión de su experiencia, y se puede ayudarles a ingresar a algún otro relato más positivo acerca de quiénes podrían ser como personas, entonces se hará posible que participen activamente en la reinterpretación del abuso al que fueron sometidas. Así, esta reinterpretación cambiará la forma de expresión de las experiencias del abuso y, por lo tanto, la forma de sus vidas. Cabe señalar que la propuesta no es atribuida e impuesta por el terapeuta, sino que es el resultado de un proceso de colaboración entre el mencionado y la persona consultante. Cuando se comienzan a cambiar los discursos hacia la reinterpretación de éstos como experiencias de explotación, tiranía, tortura o violencia, se abre camino a los sentimientos relacionados con la ira, la pasión por la justicia, etcétera (Ramos, 2001; White, 2002).

Dentro del proceso, es común que la autoculpabilización y la vergüenza se experimenta en relación al abuso. Una manera de socavarlas es haciendo que las personas participen en conversaciones externalizadoras sobre el odio a sí misma, el aborrecimiento a sí mismo. Es mediante estas conversaciones externalizadoras, que se puede explorar qué aspectos les convence o se fundamenta su odio a sí mismos, acerca de quiénes son como personas y como éste, crea un trato para sí mismos en sus vidas, sus cuerpos, pensamientos, sus relaciones con otros, etc. Juntos, se puede explorar los procesos por medio de los cuales, la persona fue adiestrada para el odio a sí misma. Al responder a las preguntas externalizadoras, las personas están emprendiendo una reinterpretación de sus experiencias de abuso y se están liberando de

los relatos de identidad negativos que tanto los han aprisionado. De esta manera, las conversaciones externalizadoras pueden ser consideradas conversaciones deconstructivas.

White (2002) menciona que es de gran ayuda que las personas sepan que el abuso no es una prueba que establece la valía personal de un individuo, sino que los objetivos de ésta, se vinculan con el quebrantamiento de la identidad, aislar a las personas de los demás, afectar la dignidad y desmoralizar, despersonalizar el mundo en la experiencia que las personas tienen de este, etc. Para quienes han sobrevivido al abuso, la expresión de su indignación, es un discernimiento importante, pues socava los incapacitantes sentimientos de culpa y vergüenza. Por ello, es muy importante que todas las prácticas abusivas sean contextualizadas, esto ayuda a que se comprenda que no son las únicas receptoras de estas prácticas abusivas o que no se trata de algo único en sus vidas. Esta comprensión se puede lograr sin que ello contribuya de ningún modo a la subestimación de su experiencia del trauma del abuso y sin descalificar de ningún modo su interpretación y su formulación de las importantes consecuencias que este abuso ha tenido en sus vidas.

## **CAPITULO II. Evaluación del problema: Exploración de los relatos iniciales, descubriendo un mundo amenazante.**

Como se ha observado, se tomaron en cuenta dos puntos principales para la elaboración de este trabajo de investigación aplicada, el abuso sexual en la infancia y adolescencia y la terapia narrativa, mismos que se aterrizan en este apartado. A continuación, se describirán los objetivos de esta fase, de qué manera se llega a conocer a la consultante participante, las estrategias e instrumentos utilizados que proporcionaron la información suficiente para conceptualizar el caso y por último las conclusiones y reflexiones obtenidas posterior a la puesta en marcha del proceso.

### **2.1. Objetivo de la fase exploración de relatos iniciales: descubriendo un mundo amenazante.**

#### **2.1.1. Objetivo general**

Analizar los efectos del abuso sexual en la vida de una adolescente que acude a consulta al Centro de Atención al Estudiante (CAE) de una de las preparatorias públicas de la Universidad Autónoma de Yucatán, mediante la implementación de estrategias de la terapia narrativa.

#### **2.1.2. Objetivos específicos**

Identificar la historia dominante a través de la exploración de las dificultades presentadas en la vida de la consultante en relación a la experiencia de abuso sexual ocurrido a inicios de su adolescencia.

Promover el proceso de nombramiento del problema que permita llegar a conversaciones externalizantes con la consultante en relación a la experiencia de abuso sexual ocurrido a inicios de su adolescencia.

Describir los resultados de la implementación de las estrategias de la terapia narrativa utilizadas durante la fase de exploración de las narrativas iniciales con la consultante en relación a la experiencia de abuso sexual ocurrido a inicios de su adolescencia.

## **2.2. Descripción del contexto**

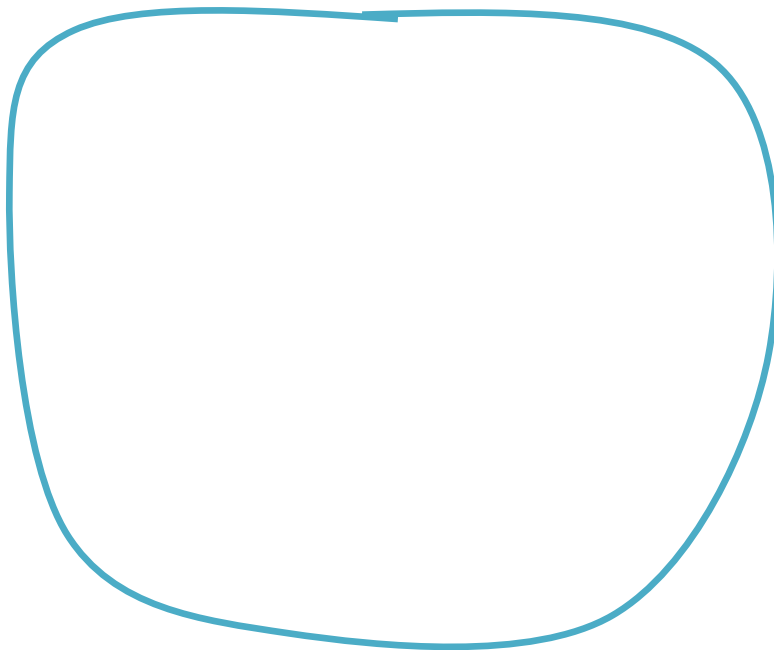
La investigación aplicada, a través del estudio de caso clínico único, se desarrolló dentro de una de las preparatorias públicas con instalaciones del CAE (Centro de Atención al Estudiante), que es parte del Sistema de Atención al Estudiante (SAIE) perteneciente a la Universidad Autónoma de Yucatán, cuyo objetivo es brindar servicios de calidad para ayudar en la formación integral, la promoción de la permanencia, el buen desempeño y un egreso en tiempo de los estudiantes de la UADY (SAIE, 2012).

Los espacios para llevar a cabo la atención psicológica en nivel superior y medio superior, que es el caso del presente estudio, se encuentran equipados con consultorios donde se reciben a estudiantes inscritos en cualquiera de los seis semestres, con estatus de estudiantes irregulares y/o regulares para realizarles una entrevista inicial y, posteriormente, situarles dentro de un horario conveniente y con un o una psicóloga disponible.

A la postre, una vez que se ha realizado la asignación del caso y el consultante asiste a su primera sesión, se procede al inicio del proceso terapéutico en el que pueden o no participar los cuidadores o familiares principales del consultante. Para hacer oficial la atención psicológica, es importante que cada consultante, con ayuda de terapeuta asignado, realicen la lectura y firma de los documentos denominados *Contrato terapéutico* y *Derechos del paciente*

que serán las que brinden las características y especificaciones personalizadas de dicha atención. Asimismo, en el caso de Itzel y las características de su caso, ameritaron la consulta con sus padres sobre el abuso sexual hacia su hija menor de edad, independientemente si el delito había ocurrido hace años, a lo que los padres especificaron que para dicho acontecimiento se decidió no realizar denuncia alguna.

**Itzel: consultante participante.**



**Figura 1. Famiograma**

Por medio del espacio a disposición de los estudiantes mencionado anteriormente, llega la participante del presente estudio a la que por motivos de confidencialidad se nombrará *Itzel*, estudiante regular del quinto semestre de la preparatoria, quien al momento de la solicitud del servicio de atención psicológica y del proceso terapéutico contó con 17 años de edad. En relación a su apariencia física, Itzel es una mujer adolescente de complejión media, estatura de 1.55 cm aproximadamente, tez de color morena clara, cabello y ojos marrón oscuro y quien, en cada encuentro, portó su uniforme deportivo escolar.



Dentro de su núcleo familiar, Itzel narra que vive con su madre, padre y dos hermanos, ella es la segunda hermana de tres en total. En el aspecto escolar, se percibe como una buena alumna en general, con algunas materias no aprobadas y recursadas a lo largo de su paso por la preparatoria, sin embargo, interesada en aprender de sus clases y ser una buena estudiante. Se describe como alguien de buena salud y sin la presencia de algún impedimento físico para llevar a cabo sus actividades diarias. Durante las sesiones, se expresaba con claridad y congruencia, se ubicaba correctamente en tiempo y espacio y, por último, se mantuvo con una actitud de compromiso y colaboración durante el proceso de terapia.

Itzel asiste al servicio de apoyo psicológico debido a que a principios de su adolescencia, a la edad de doce años, es atacada en una calle mientras iba de regreso a su hogar. El suceso transcurre después de que ella vuelve de comprar tortillas en un establecimiento comercial cerca de su hogar, cuando al caminar sobre la banquetta, un hombre de mediana edad, aparentemente en estado de ebriedad, se acerca repentinamente a ella realizando tocamientos, frotamientos y comentario lascivos; aproximadamente un minuto después, ella impone fuerza, alejando físicamente a esta persona y se dirige rápidamente a su hogar a comentar el suceso a su madre y hermanos. Entre Itzel y sus familiares llegan a la decisión de no interponer alguna clase de denuncia, recibe el apoyo de ellos y ella menciona creer que el hecho no tendría mayor relevancia más que el haber sido una mala experiencia.

Sin embargo, a raíz del suceso, Itzel percibe una fuerte desconfianza a estar en lugares públicos como las calles aledañas a su residencia, paraderos de transporte público e incluso a subirse a los autobuses de pasaje y además, evita asistir o estar cerca de parques y centros comerciales de la ciudad. Debido a que los lugares y acciones indicados forman parte de su vida cotidiana, ella menciona continuar realizándolas pero, desarrolla un fuerte temor e inseguridad al estar en espacios públicos y escenarios similares al de la situación que vivió así como la sensación de que alguien pudiera atacarla de nuevo, mismos que se mantuvieron hasta

el momento de solicitar apoyo psicológico, es decir, cinco años después de la experiencia vivida.

### **2.3. Procedimiento**

La fase de exploración de las narrativas iniciales se determinó por medio de la elección de las primeras tres sesiones que para fines del presente documento, mostraron una visión de apertura hacia la problemática que trajo la consultante y las conclusiones observadas de la autora. Este proceso se llevó a cabo en las instalaciones del Centro de Atención al Estudiante (CAE) en una de las preparatorias de la Universidad Autónoma de Yucatán, espacio descrito al inicio del capítulo.

Asimismo, cabe tomar en cuenta que en toda investigación aplicada en psicología, es decir, intervenciones clínicas, debe ser guiada por principios éticos que rigen a la profesión así como por los valores inherentes de la investigación. Por ello, la confidencialidad de la información otorgada, como los resultados se garantizaron por medio de un escrito denominado *Contrato terapéutico* firmado por la consultante menor de edad y sus progenitores como responsables de ella, en el que se describía el consentimiento de participar en la intervención, los objetivos de ésta misma y por último, su valor social y científico. Durante distintos momentos de la realización de la presente intervención, se hicieron valer los derechos de la consultante, si en dado caso, se deseara la baja voluntaria en cualquier parte de la intervención.

### **2.4. Estrategias empleadas en la fase de exploración de relatos iniciales: descubriendo un mundo amenazante**

Para llevar a cabo esta fase, es importante considerar que desde la terapia narrativa, a diferencia de otros enfoques terapéuticos, no existe un proceso de evaluación diagnóstica que

determine metas específicas para realizar una intervención terapéutica posterior. Desde las prácticas narrativas o terapia narrativa, se obtienen relatos dominantes que las personas proporcionan de acuerdo a los problemas planteados, de manera que sobresalgan aquellos que no resultan benéficos para ellas; sin embargo, como se mencionó previamente, para efectos de este trabajo se consideran las tres primeras sesiones.

Durante las conversaciones se tomó en cuenta una actitud de *respeto, curiosidad genuina y escucha atenta* sobre cómo percibía el problema la persona que asistió a consulta. Para llegar a este punto, se realizó una entrevista a profundidad mediante *la influencia relativa del problema*, explicado en el capítulo anterior, mismas que generaron información importante sobre la consultante, proporcionó la perspectiva inicial y fijó el punto de partida del trabajo terapéutico.

En el momento en el que se detectan esos relatos que Michael White en conjunto con Davis Epston (2010) describen como *ralos* así como los efectos que tiene en la vida y relaciones de la personas, se marca la pauta para que por medio de las conversaciones, se cree un espacio de oportunidad para analizarlos, nombrarlos y externalizarlos. Por lo tanto, en la presente fase del proceso de intervención, las sesiones y las conversaciones dentro de ellas fueron el centro de atención.

Asimismo, *las conversaciones externalizantes* fueron un pilar fundamental que la consultante recibió de manera positiva al hablar de su situación, de manera que ésta detonó una serie de ideas y, posteriormente una *metáfora* que continuaría usando la consultante el resto de la intervención y daría sentido a cómo se percibía a ella misma con la influencia del problema. En este caso, el potencial de las conversaciones externalizantes permitió ver el problema fuera de la vida de la consultante y no dentro sí misma, le invitó a dar al suceso y lo que sucedió posterior a éste, un significado creado sólo por ella misma, mismos que con el paso de las

sesiones fueron deconstruidos, es decir, cuestionados, reflexionados y negociados. (Castillo, Ledo y Del Pino, 2012).

## **2.5. Informe de resultados de la fase de exploración de los relatos iniciales, descubriendo un mundo amenazante.**

A continuación, se presenta una breve descripción de los elementos de la terapia narrativa utilizados durante la fase de exploración de los relatos iniciales así como la información obtenida de las tres primeras sesiones llevadas a cabo con Itzel, una mujer adolescente que vivió abuso sexual a inicios de su adolescencia, para posteriormente, concluir de qué manera afecta su vida en el aspecto psicológico.

### **Primera sesión: Itzel y su relato de una experiencia abusiva.**

*Fecha: 05 de septiembre de 2017.*

Itzel asiste por primera vez al consultorio psicológico del CAE de la Preparatoria Uno de la UADY. Ella se presenta puntual a la primera sesión. Al momento de presentarnos, le indico que tome asiento en el lugar que gusta y opta por sentarse en el sillón individual del consultorio.

En primer lugar, hago una breve presentación de mi misma y la invito a hacer lo mismo. Ella menciona: «*Yo soy Itzel, tengo 17 años, me gusta el color rosado, estoy en quinto semestre de la prepa y ya, creo que eso es todo*». Le agradezco y a continuación, le solicito comentar un poco sobre el motivo de su consulta.

Itzel menciona que a la edad de 12 años, ella se dirigía hacia la tortillería cerca de su casa como era su costumbre, sin embargo, ese día le sucedió algo diferente. Al regresar de la tortillería, refiere que un hombre se le acerca, la sujeta de los hombros como si estuviera

abrazándola y éste coloca su mano en la entrepierna de Itzel, sobre su ropa. Al momento de narrar el acontecimiento, Itzel se encuentra llorando y con la mirada fija en la mesa que tiene frente a ella. La invito a describir un poco más el suceso mencionándole que puede indicarme en caso de sentir incomodidad al hablar de ello, ella menciona que no, y después de unos segundos prosigue y refiere que solo le faltaba muy poco para llegar a su casa cuando vivió esa experiencia. Itzel menciona que aparte de su hermano, el hecho es conocido por su madre y hermanita, sin embargo, no es conocido por el padre en ese momento ya que, en ese entonces, él era profesor de karate y, temía que éste realizara alguna acción tratando de encontrar a la persona que agredió a Itzel y que pudieran crearse problemas y, hasta la fecha, menciona que decidió no contarle lo sucedido.

Al momento de preguntar de qué manera ha influido en su vida lo sucedido, ella narra: *«He tenido problemas para salir a la calle, casi no salgo sola, si salgo estoy desconfiada y me quedo sin aliento cuando llego a un lugar»*. Le pregunto cómo se las ha arreglado, desde los doce años hasta ahora que tiene diecisiete, para salir a la escuela o algún lugar público y menciona que, casi siempre está acompañada de alguno de sus hermanos cuando va a algún lugar. También, frecuentemente pide que la escolten a la parada de autobús para ir a la escuela y al regreso, puede irse con alguna amiga al paradero de transporte público. De esta manera, empezamos a explorar poco a poco la influencia que el problema tiene en la vida de Itzel, narrando diversas situaciones donde ella refiere sentirse en peligro.

Itzel menciona que ha tenido momentos desagradables en la calle, en los paraderos de transporte público y camiones. Nos enfocamos en hablar sobre el transporte público y ella menciona: *«Para subir al camión me fijo en cómo está, si está vacío o lleno, si hay lugar a lado de un hombre, no me siento, si hay hombres atrás, no voy allá porque los lugares de atrás es donde se sientan los hombres muchas veces. Prefiero quedarme parada si me siento incómoda y si estoy parada en el pasillo del camión y va lleno y con un hombre a lado de mí*

*me pongo muy nerviosa, es una situación tormentosa, no puedo evitar sentir mucho miedo y así ha sido este tiempo».* Asimismo, menciona que ha habido ocasiones en las que ha preferido bajarse del autobús aunque no haya llegado a su destino cuando se ha sentido muy nerviosa.

Cuando hablamos sobre cómo decidió pedir el servicio psicológico ella menciona que días atrás, estaba yendo a la tienda con su hermano y, de repente, empezó a sentirse seguida por una persona del sexo masculino aún en presencia de su hermano. El hecho alarmó a su hermano, y sus familiares y le dijeron que tal vez era momento de pedir ayuda. Días después, Itzel asiste a solicitar el servicio ya que había visto los consultorios de psicología dentro de la preparatoria. En sus palabras, las expectativas que menciona para el proceso de terapia es: *«Quisiera poder ir por la calle e ir más segura».* Posteriormente, se procede a encuadrar el proceso, se lleva a cabo la firma del contrato terapéutico y procedemos a terminar la sesión.

### **Segunda sesión: Explorando las implicaciones del miedo e inseguridad de Itzel.**

***Fecha: 12 de septiembre de 2017.***

Durante esta sesión se continúa con la descripción de la historia de Itzel y la experiencia abusiva, sin embargo, se indaga un poco sobre otros aspectos de la vida de Itzel para conocerla un poco más.

En primer lugar, se aborda de nuevo el tema sobre el abuso sexual que vivió y los efectos que surgieron a raíz de la experiencia vivida. Nuevamente, Itzel menciona que no le agrada estar en lugares públicos sola, que lo que le sucedió le ha traído miedo, incomodidad y estar nerviosa constantemente. Se le pregunta de qué manera ha influido el miedo y la inseguridad en su vida y menciona que, se ha convertido en una persona que le cuesta mucho tiempo confiar en otras personas y socializar, además, refiere: *«hay una voz que me dice “supéralo”, pero no puedo hacerlo».*

Itzel continúa describiendo la manera en la que el miedo e inseguridad tienen influencia y espacio en su vida y, menciona que ha estado acostumbrada a esperarlo. Durante la conversación le pregunto: *«Itzel, cuando hablas de esperar al miedo ¿Cómo le esperas? ¿Cómo es que llega? Ella menciona: “Cuando estoy en una situación incómoda, solo sé que el miedo va a venir”*. Ella menciona que la mayor parte de su día y de su vida, a partir de la experiencia que vivió, tiene miedo constante de que vuelvan a agredirla sexualmente en cualquier momento. Cuando ella limpia las lágrimas de sus mejillas refiere: *«Vivo esperando que me pase algo pero a la vez no, es estresante todos los días ir a la escuela o ir a mi casa y seguir preocupada pensando que vuelva a pasar. A lo mejor es ese miedo que me vuelva a pasar lo mismo que me pasó la otra vez, y eso me desespera, no me gusta sentirlo»*.

Con la finalidad de conocer en qué momento o con qué clase de personas se siente incómoda Itzel, ella señala que es específicamente con hombres. La invito a describir si existen características específicas que tengan los hombres que le den miedo y ella menciona: *«Los hombres pequeños, que son niños, esos no me dan miedo, los adolescentes tampoco, los adultos que no son grandes como de 30 años, creo que no. Los hombres que más me dan miedo son los hombres que tienen como 40 años porque el hombre que me tocó, parecía de esa edad»*. Le pregunto si existe alguna excepción en su vida y en su entorno sobre algún hombre con ese rango de edad al que no le tenga miedo y comenta que algunos maestros y su papá ya que a ellos, les tiene confianza, forman parte de su vida y sabe que no le harían daño. Para el proceso, fue interesante llevar a cabo este filtro ya que las descripciones raras sobre el temer a los hombres, al menos puede reducirse a temerle a hombres con un rango de edad específico.

**Tercera sesión: El fuego que amenaza con descontrolarse en la vida de Itzel**

**Fecha: 19 de septiembre de 2017.**

Itzel asiste a consulta y le pregunto cómo ha ido su semana. Ella refiere que ha pensado mucho en lo que hemos conversado en las dos ocasiones en la que nos hemos visto y quiere que las cosas cambien. Le preguntó sobre las cosas que a ella le gustaría cambiar y ella responde, mientras llora: *«Me gustaría estar bien, normal, haciendo mis cosas, tranquila. Me gustaría que si alguien estuviera atrás de mí, no preocuparme de que me puedan hacer algo»*.

En el entendido de que, existe un espacio para el miedo e inseguridad en la vida de Itzel, exploramos en que momentos Itzel pueda ser dueña de la tranquilidad, ella menciona: *«Estar en mi casa, estar en la escuela, con mis compañeros»*. Habla sobre su familia y en especial de su madre, a quien califica como una persona que está siempre con ella, la escucha y la aconseja. Me intereso en preguntarle si su mamá le da consejos sobre cómo cuidarse a lo que ella responde: *«Mi mamá me dice que si me pasa algo malo, agarre mi mochila y me defienda. Mi hermano también me da consejos, mi hermanita no, pero mi hermano sí y dice que puedo gritar cuando me sienta en peligro y que lo puedo llamar»*. En esa misma línea, continuamos conversando sobre lo que ella siente sobre el hecho de que su familia le aconseje cómo cuidarse. Ella narra que se siente bien, que están al pendiente y la apoyan y han apoyado después de lo que le pasó. De esta manera, podemos empezar a ampliar una historia de abuso, dando cabida a otros personajes con interés en el cuidado de Itzel.

Posteriormente, le pido a Itzel que, si hubiera alguna forma, color, olor o sensación que el miedo e inseguridad le hace desarrollar, cuál sería, ella comenta: *«Es una sensación que viene, que siento en mi cuerpo y es caliente, como si fuera un incendio... Es como un fuego que se mantiene ahí y me abraza»*. De esta manera, la invito a usar el lenguaje externalizador, incorporando al fuego para darle un nombre a aquello que la afecta en la vida cotidiana, ella accede y desde ese momento le damos un nombre al problema.



Conversamos sobre el tiempo en que aparece ese fuego, la intensidad y duración y ella menciona lo siguiente: *«Es un fuego que aparece muy seguido, no es muy grande, de hecho, es un fuego pequeño pero parece que en cualquier momento podría descontrolarse... Quizás, como un incendio forestal»*. Aunado a lo anterior, agrega: *«Es un fuego que quiere descontrolarse, y yo lo quiero controlar, no lo quiero apagar solo controlarlo porque si lo apagamos no existiría y el fuego, cierta medida, puede ser bueno. No podemos estar sin miedo e inseguridad por completo»*.

Se reflexiona en la idea de poner el nombre a la situación y Itzel menciona que es algo raro y que le da risa, sin embargo, el fuego describe con claridad lo que siente y que no puede decir con palabras. Conversamos sobre la idea de tener algún plan de acción para ese fuego que quiere descontrolarse en ocasiones e Itzel menciona que quiere conocerlo mejor.

## **2.6. Conclusiones sobre la evaluación del problema: exploración de los relatos iniciales, descubriendo un mundo amenazante.**

A continuación, se presenta un análisis que surge a raíz de la integración de la información de las primeras tres sesiones, organizadas en temas en los que giraron las conversaciones, dichas temáticas se desarrollaron a partir de los tres objetivos de esta fase de la investigación.

### **La percepción de un entorno hostil.**

La historia dominante, tiene cabida en esta fase de la intervención. Las prácticas de la terapia narrativa están basadas en el lenguaje como medio para conocer y explorar de qué manera, cada consultante ha entendido e interpretado sus experiencias. Por medio del discurso y del relato de las experiencias vividas, las personas atribuyen un significado a la realidad, es decir, su realidad, a la relación con los demás y a su identidad. En el contexto terapéutico es

importante escuchar atentamente la manera en la que la persona ha organizado las experiencias a través del tiempo y dar una secuencia temporal a los hechos, ya que éstos influirán en los significados concluidos (González y Campillo, 2016).

Después del suceso, el significado que le atribuye la consultante al abuso sexual es la percepción de tener a su alrededor un mundo lleno con múltiples amenazas día con día, poniendo a un miedo e inseguridad constantes como su forma de contactarse con su medio, además de la visión de sí misma como una persona receptora de dicho peligro.

Mediante sus narraciones, se plantea la idea de que su contexto es comprendido como hostil para realizar actividades de la vida cotidiana que pudieran calificarse básicas o esenciales. El trasladarse caminando de un lugar a otro, ir a la parada de autobús, subir al transporte público y transitar calles cercanas a casa y lugares conocidos suponían ser actividades donde estaba presente la sensación de constante preocupación por ser violentada sexualmente como le sucedió años atrás.

Al momento de ahondar en situaciones específicas de la vida cotidiana, se considera que a raíz de lo sucedido, Itzel ha creado estrategias para sentirse más segura como el ir acompañada de alguna amiga a la parada de regreso a su casa, solicitar apoyo a sus hermanos para ir tomar el autobús cerca de su casa o ir a la tienda, además de evitar pasar por calles que considera peligrosas. Sin embargo, esta seguridad es depositada en el exterior, lo que pudiera mantener a Itzel con un sentimiento de incapacidad de protegerse por su propia cuenta y además, su visión de poder defenderse por sí misma se vea afectada. A su vez, evita realizar actividades recreativas como ir a pasear al parque, centros comerciales, a excepción de ir acompañada de su familia, lo que podría hablar de posibles limitantes en el tema de la convivencia social con sus pares. Lo anterior, se puede contrastar con los discursos que mantiene sobre la amistad, ya que menciona tener pocos amigos y percibe en sí misma

dificultades e incomodidad al estar presente con compañeros de la escuela, sobre todo si se habla de algún tema relacionados con sexualidad o si se hacen comentarios y bromas respecto al tema.

### **Un fuego amenazador externalizado.**

Las sesiones iniciales estuvieron envueltas de conflictos con los que Itzel ha convivido durante cinco años. Para la última sesión de esta fase, se realizaron preguntas externalizadoras con la intención de cosificar la problemática percibida y, como resultado, Itzel empezó a mirar el miedo e inseguridad como un fuego que amenazaba su vida. Lo anterior, también nos muestra que mediante la externalización es posible empezar a soltar un poco de la carga emocional que el problema generaba en la vida de Itzel.

Conforme ella fue respondiendo ante este tipo de cuestionamiento, se logró separar poco a poco el problema de su identidad. Al momento de preguntar de forma directa, si ella percibía alguna forma o color de ese miedo e inseguridad, las respuestas vieron un camino de tal manera, que pasaron de “cuando tengo miedo e inseguridad”, a “cuando espero al miedo e inseguridad”, “cuando sé que va a venir el fuego”, o bien, “es un fuego que quiere descontrolarse y yo lo quiero controlar”.

Los discursos giraron en torno a que aquel fuego era pequeño pero podría llegar a descontrolarse en cualquier momento como un incendio forestal, lo que implicaba el vivir con incertidumbre, día con día, de que lo anterior pudiera suceder o no, así como una carencia de necesidad de control o manejo sobre este fuego para hacer que disminuya si se presentara una ocasión de peligro potencial para Itzel.

El fuego amenazante mediante esta postura terapéutica, intenta separarse de tal manera, que se creen oportunidades de conversación para tener una postura diferente ya sea para

controlar al fuego, defenderse de él, alejarlo y otras innumerables posibilidades, mismas que se fueron definiendo posteriormente, y que se irán plasmando en el transcurso de la segunda fase de intervención.

### **La necesidad de seguridad.**

A la par de ahondar en la historia del problema y su externalización, surgen relatos que pueden llegar a convertirse en protagonistas de las sesiones, tal es el caso de la necesidad de seguridad en el contexto exterior de Itzel. El mencionar que existe interés de ir caminando por la calle y sentirse segura, aunado al continuo uso del fuego amenazante externalizado, abre puertas para que las narrativas iniciales se deconstruyan colaborativamente y propicie el surgimiento de nuevos relatos que fomenten el bienestar psicológico de Itzel.

Parte de la inseguridad y el miedo estaba dirigido hacia la población varonil, sin embargo, no incluía a todos los hombres con los que convive en su contexto, llegando a mencionar que mantiene buena relación con su padre, algunos maestros y uno que otro compañero de la escuela e iglesia. De esta manera, se concluye que el miedo descrito es específicamente a la población varonil desconocida, aspecto que se fue deconstruyendo poco a poco en el resto de la intervención, pero que en primera instancia, le proporcionó una claridad que ella catalogó como sorpresiva e interesante, ya que no había pensado detalladamente hacía quien o quienes se dirigía el miedo.

Otro de los discursos que surgieron en esta fase, fue la comodidad que Itzel es capaz de experimentar al estar cerca de su familia y amigos de la escuela e iglesia a la que asiste; ella manifestó que, aunque en un contexto exterior podía percibir peligros, dentro de esos espacios sabe que no sólo se encuentra segura, sino que hay personas que procuran su bienestar. De esta manera, exploramos una perspectiva donde sí tiene la certeza de sentirse protegida y una red

de apoyo que la acompaña en los momentos que ella necesita y le permiten ver que hay lugares y personas excepcionales al mundo de inseguridad y miedo que ella manifiesta.

Para finalizar esta fase, cabe aclarar que desde la perspectiva estudiada, un relato, una historia o un discurso dominante, no abarca la totalidad de la experiencia vivida ya que cuando un suceso nos marca, se extraen partes de esa experiencia y se omiten otras, generando lagunas que en el trabajo narrativo, teniendo acceso a esa información y pasándola a un primer plano, es posible rescatar y construir una historia alternativa (González y Campillo, 2016).

## **CAPITULO III. Intervención: Dando pasos hacia relatos de superación y descubriendo otras formas de ver el mundo.**

### **3.1. Introducción**

El presente capítulo tiene la intención de exponer sus ideas mediante la investigación aplicada, que también recibe el nombre de investigación práctica o empírica y, cuya característica es la búsqueda de la aplicación o utilización de los conocimientos, a la vez que se adquieren otros, después de implementar y sistematizar la práctica basada en investigación. El uso del conocimiento y los resultados de investigación dan como resultado una forma rigurosa, organizada y sistemática de conocer la realidad. De igual manera, las prácticas entendidas como investigación aplicada, son experiencias de investigación con propósitos de resolver o mejorar una situación específica o particular y, de esta manera, comprobar un método o modelo mediante la aplicación innovadora y creativa de una propuesta de intervención en un grupo, persona, institución o empresa que lo requiera (Vargas, 2008).

Dentro de los tipos de investigación aplicada, se eligió al estudio de caso clínico único para desarrollar la intervención, cuyo método de investigación es empleado como práctica regular para estudiar rigurosamente, y paso a paso, los diversos factores que producen desarrollo, cambio o afectan una situación dada de un problema social determinado, además de revelar una diversidad de conductas y de sugerir direcciones para otras acciones o estudios. Desde una perspectiva histórica, los estudios de caso único han sido una fuente de ideas e hipótesis en dentro de la psicología clínica, es decir, han cumplido un papel central en lo que se denomina contexto de descubrimiento. (Vargas, 2008; Wainer, 2012).

Tomando en cuenta lo anterior, la intervención partió de las historias que la consultante describió como problemáticas e incapacitantes. En el apartado inicial, la fase uno, se observaron las reflexiones de la autora sobre las primeras sesiones, mismas que dieron la pauta

para guiar el resto del proceso de intervención. A partir de las conversaciones que se tuvieron con Itzel sobre su experiencia vivida, surgieron los siguientes objetivos para la intervención en esta segunda fase:

### **3.2. Objetivos de la intervención. Avanzando hacia los relatos de superación, descubriendo otras formas de ver el mundo**

A partir de la situación personal que presenta Itzel, se establecieron los siguientes objetivos de intervención:

#### **3.2.1. Objetivo General**

Promover la creación de una historia alternativa, en la que disminuyan los efectos del abuso sexual ocurrido a inicios de la adolescencia, mediante la implementación de estrategias de la terapia narrativa con una adolescente que acude a consulta al Centro de Atención al Estudiante (CAE) de una de las preparatorias públicas de la Universidad Autónoma de Yucatán.

#### **3.2.2. Objetivos específicos**

Identificar y señalar los acontecimientos extraordinarios dentro de la historia saturada del problema con una consultante en relación al abuso sexual que vivió a inicios de su adolescencia.

Engrosar la historia saturada del problema y dar paso a la generación significados más favorables en la vida de una consultante en relación al abuso sexual que vivió a inicios de su adolescencia.

Desarrollar una toma de postura diferente ante el problema que permita reconstruir un sentido de agencia personal con una consultante en relación al abuso sexual que vivió a inicios de su adolescencia.

### 3.3. Programa de intervención

El programa de intervención se llevó a cabo durante trece sesiones encaminadas a cumplir los objetivos anteriormente descritos. Las sesiones no tuvieron una planeación específica, sino más bien, eran el resultado de las conversaciones llevadas a cabo con la consultante. Sin embargo, a continuación se presenta un esquema de las sesiones realizadas durante esta fase, las temáticas que se abordaron, así como los recursos usados mediante la terapia narrativa. Cabe resaltar que el siguiente esquema fue creado posterior a la intervención y, tiene la intención de proporcionar mayor claridad al lector sobre el proceso de intervención.

Tabla 1

*Proceso de intervención terapéutica, los temas abordados en las sesiones y recursos utilizados desde la terapia narrativa*

<b>Numero de Sesión</b>	<b>Tema abordado en la sesión</b>	<b>Recursos de la terapia narrativa dentro del proceso terapéutico</b>
<b>Sesión 4: Darle un uso al fuego que aparece en la vida Itzel.</b> <b>Fecha: 26 de septiembre de 2017.</b>	Conociendo las diferentes caras del fuego que aparece en la vida Itzel	Preguntas de influencia relativa Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad Acontecimientos extraordinarios
<b>Sesión 5: La relación de Itzel con su familia.</b> <b>Fecha: 10 de octubre de 2017.</b>	Conociendo el contexto familiar de Itzel La familia de Itzel conoce más sobre el proceso terapéutico	Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad Acontecimientos extraordinarios



---

<p><b>Sesión 6: Conociendo otra cara del fuego.</b>  <b>Fecha: 17 de octubre de 2017.</b></p>	<p>6: Conocer otras realidades que surgen de la historia del fuego amenazante</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Externalización del problema  Toma de postura ante el problema  Acontecimientos extraordinarios</p>
<p><b>Sesión 7: El fuego: el antes y el después.</b>  <b>Fecha: 24 de octubre de 2017.</b></p>	<p>Conocer otras realidades del fuego amenazante y las posibilidades de trabajo con él</p>	<p>Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Externalización del problema  Acontecimientos extraordinarios  Uso de recursos gráficos</p>
<p><b>Sesión 8: Descubrimientos</b>  <b>Fecha: 31 de octubre de 2017.</b></p>	<p>8: Surgimiento de una nueva Itzel con una identidad encaminada a tener nuevas formas de mirar una situación peligrosa</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Externalización del problema  Acontecimientos extraordinarios</p>
<p><b>Sesión 9: Una nueva Itzel.</b>  <b>Fecha: 7 de noviembre de 2017.</b></p>	<p>Surgimiento de una nueva Itzel como una identidad encaminada a tener nuevas formas de mirar una situación peligrosa</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Toma de postura ante el problema  Acontecimientos extraordinarios</p>
<p><b>Sesión 10: Otras personas percibiendo a la otra Itzel.</b>  <b>Fecha: 21 de noviembre.</b></p>	<p>La percepción de la familia de Itzel y el avance obtenido al estar en el proceso psicoterapéutico</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Acontecimientos extraordinarios</p>

---

---

<p><b>Sesión 11: La blandura protegida.</b>  <b>Fecha: 28 de noviembre de 2017.</b></p>	<p>Situarse en una nueva posición al realizar una revisión de la experiencia abusiva</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Toma de postura ante el problema  Recursos gráficos</p>
<p><b>Sesión 12: Cuando el fuego intenta entrar en mí.</b>  <b>Fecha: 23 de febrero de 2018.</b></p>	<p>El poder de controlar el fuego y los nuevos logros</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Toma de postura ante el problema  Recursos gráficos</p>
<p><b>Sesión 13: Los logros obtenidos.</b>  <b>Fecha: 2 de marzo de 2018.</b></p>	<p>Identificar los recursos personales de Itzel en su camino de ganar confianza y seguridad</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Acontecimientos extraordinarios</p>
<p><b>Sesión 14: ¿Yo puedo ser mi autoterapeuta?</b>  <b>Fecha: 9 de marzo de 2018.</b></p>	<p>Reconocer y valorar los recursos personales de Itzel en su camino de ganar confianza y seguridad</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Acontecimientos extraordinarios</p>
<p><b>Sesión 15: Quiero ocuparme de las cosas que pasan en mi vida.</b>  <b>Fecha: 16 de marzo de 2018.</b></p>	<p>Reconocer y valorar los recursos personales de Itzel en su camino de ganar confianza y seguridad</p> <p>Preparación para el cierre de intervención psicoterapéutica</p>	<p>Preguntas de influencia relativa  Preguntas de panorama de acción y conciencia o identidad  Externalización  Toma de postura ante el problema</p>
	<p>Reconocer y valorar los recursos personales de Itzel</p>	<p>Preguntas de influencia relativa</p>

---

---

<b>Sesión 16: Ahora</b>	en su camino de ganar	Preguntas de panorama de acción y
<b> puedo entenderme</b>	confianza y seguridad	conciencia o identidad
<b> mejor a mí misma.</b>	Cierre de la intervención	Toma de postura ante el problema
<b>Fecha: 23 de marzo</b>	psicoterapéutica	

---

### **3.4. Estrategias de intervención**

Como su nombre lo dice, la terapia narrativa está caracterizada por las historias contadas por personas consultantes y el desarrollo de conversaciones de externalización, re-autoría y re-membresía en el contexto terapéutico, sin embargo, existen otros términos que surgen de las conversaciones mencionadas que son importantes. A continuación se hará una breve descripción de cómo estas estrategias fueron usadas en la presente intervención.

#### **3.4.1. La intención de las preguntas dentro de la terapia narrativa: El panorama de acción y de la conciencia o identidad**

Dentro del proceso de atención a las personas se realizan preguntas respetuosas que forman parte de un diálogo y expresan un interés genuino sobre lo que los consultantes narran en el contexto terapéutico. Durante esta fase, se continuaron realizando preguntas sobre la influencia relativa del problema, mismas que están descritas en el capítulo uno, y se dio la bienvenida a preguntas que surgen de las conversaciones de externalización, remembranza y re-autoría, descritas a continuación.

El panorama de acción se constituye por acontecimientos secuenciales que pueden surgir en alguna dimensión temporal como el pasado, presente y futuro y de conformidad, es decir, tramas específicas. Dentro de este panorama es donde surgen los significados que las personas le dan a un relato de sus vidas. Brunner (citado en White, 1997) menciona que las preguntas del panorama de acción se refiere a la determinación de deseos y preferencias de los

personajes, identificación de sus características y cualidades personales, la clarificación de sus intenciones y la verificación de las creencias personales.

Asimismo, las preguntas del panorama de la conciencia o identidad incitan a las personas a reflexionar en los sucesos tales como estos se han desarrollado en la historia, encuentran las referencias de significado que la persona crea acerca de su experiencia y del mundo y sus procesos de acuerdo a sus deseos, preferencias, valores, compromisos y principios de vida.

### **3.4.2. La externalización y su propósito**

White y Epston (2010) afirman que la externalización del problema es un abordaje terapéutico en el que las personas “son capaces de descubrir hechos acerca de sus vidas y relaciones que anteriormente, desde el relato saturado por el problema, no estaban en condiciones de percibir, ni siquiera vagamente; «hechos» que contradecían este relato y proporcionaban los núcleos para la generación de nuevas historias” (p.54). Mediante este proceso, se le hizo saber a la consultante que ella podría ser la experta en su propia vida y sus relaciones y que el trabajo de la terapeuta proporcionaba un panorama con más posibilidades que ambas irían desarrollando con el paso de las conversaciones. Lo anterior, daría pie a la búsqueda de descripciones alternativas, más flexibles y alejadas de la descripción saturada del problema.

### **3.4.3. Acontecimientos extraordinarios**

White (2010) menciona que una vez que se han establecido los efectos del problema, resulta más fácil que los clientes especifiquen su propia influencia sobre él. Para ello, se puede pedir que la persona consultante recuerde hechos o sucesos que contradigan los efectos que el problema tiene sobre su vidas y relaciones.

Al principio, indagar en el terreno de los acontecimientos extraordinarios parecía difícil en el proceso de intervención, sin embargo, con el paso de las sesiones, la consultante logró detectar aquellas acciones y situaciones que contradecían la trama inicial. En el caso de los acontecimientos extraordinarios pasados, pudieron facilitar la creación de nuevos significados en el presente, ya que permitieron a Itzel volver atrás y revisar su historia personal y la de sus relaciones. Sobre los presentes, facilitó que la consultante generara significados nuevos a partir de su detección, brindándole la confianza y seguridad de que sí en el transcurso de la semana, se había sentido sin miedo uno o dos días, era un gran prueba de que los otros días podría sentirse igual. Por último, los acontecimientos futuros, pudieron identificarse revisando las intenciones los planes que tenía Itzel para escapar de la influencia del problema, o investigando sus expectativas para liberarse del miedo e inseguridad.

Sin lugar a dudas, la capacidad de buscar una brecha en el discurso, por parte de la terapeuta y de Itzel, además de la receptividad del terapeuta ante las señales de una diferencia en la vida de los consultantes, permitieron que los tipos de acontecimientos extraordinarios tuvieran un lugar importante en el proceso de intervención.

#### **3.4.4. La toma de postura en el proceso terapéutico**

Este concepto se representa el papel en el que las personas se pueden desenvolver al visualizarse a sí mismas como alguien que puede tomar posiciones y posturas propositivas ante el problema o ante los efectos injustos que una situación problemática les ha causado. El concepto de toma de postura permitió recordar que Itzel era la protagonista de su historia y quien tenía la clave para invertir la relación de dominio establecida con la presencia del problema, es decir, el miedo e inseguridad presentes en su vida a raíz del abuso sexual que había vivido a inicios de su adolescencia. Por lo tanto, al verbalizar y visualizar una postura con la que se quiere vivir este proceso, Itzel logro ir cambiando la forma en la que afrontaba

una situación o situaciones específicas y adquiriendo o desarrollando habilidades para hacer frente al problema.

### **3.4.5. El uso de las imágenes en las conversaciones narrativas**

En los últimos años, varios terapeutas han tenido un interés en los recursos visuales dentro del contexto terapéutico, y esto se debe a que pueden tener un efecto poderoso en los discursos de los consultantes. En el momento en el que imágenes, fotos, dibujos, entre otros, son creados por el consultante y se realizan preguntas sobre lo que representan o significan, se vienen relatos e historias que traen consigo un sinnúmero de emociones. De igual manera, se pueden dar casos en los que, de manera inmediata, se abre paso a la facilidad de expresión verbal y una fuerte conexión con diversos temas y experiencias centrales con lo valorado de las personas, y se puede desarrollar una comunicación directa con la agencia personal (Duarte, 2012).

Es imperante que estemos abiertos a proponer alguna actividad gráfica que ayude a entender la situación que está planteando la persona que consulta. El papel del terapeuta es ser facilitador para que este proceso tenga lugar, y realice preguntas adecuadas que permitan favorecer las asociaciones que conectan directamente con lo valorado ypreciado de la persona. Durante la intervención, fue relevante el uso de imágenes y dibujos con Itzel, proporcionó información que le permitió reflexionar, entenderse y valorarse, de una manera que no hubiera sido posible sin dichos recursos.

### **3.5. Las sesiones con la consultante**

A continuación, se presentarán los extractos de las sesiones posteriores a la fase *Exploración de relatos iniciales: descubriendo un mundo amenazante*, mismas que nos adentran hacia los temas recurrentes en la consultante, así como al análisis de las estrategias descritas en los puntos anteriores, que permiten dar un panorama acerca del trabajo entre la

terapeuta y la consultante. Esta fase abarca desde la sesión cuatro hasta la dieciséis, es decir, la última sesión.

#### **Sesión 4: Darle un uso al fuego que aparece en la vida Itzel.**

***Fecha: 26 de septiembre de 2017.***

Itzel asiste a consulta y menciona lo que le sucedió cuando hoy se dirigía hacia la escuela: *«Hoy estaba viniendo para la escuela y como de costumbre, tenía miedo. Entonces, me acorde de El fuego y pensé en qué podía hacer con él. Por una parte, quise apagarlo pero recordé que eso no era lo que quería realmente, no quedamos en eso la semana pasada. Lo que quería hacer era controlarlo, entonces, ummm, cuando vino el miedo, me enfoqué en otras cosas como la música que estaba escuchando. Empecé a escuchar música divertida (en la computadora) y la pasé a mi teléfono y, me sentí bien. No pensaba en El fuego, sólo pensaba en la escuela, y pues, vine normal, llegué bien»*. Con la intención de hacerle ver a Itzel lo diferente que pintaba esta situación a otras anteriores, se le pregunta, tomando en cuenta el panorama de la conciencia y la experiencia, *¿cómo te percatas y que sientes sobre el hecho de cambiar las cosas y poder influir en el fuego?, a lo que ella menciona que probablemente, le haya dado un uso, «tal vez, impulsé a El fuego a algo bueno»*.

Continuamos en esta misma línea de conversación e Itzel explica que cuando estaba a punto de llegar ese fuego del miedo, ella pensó que debía tener en mente otras cosas y evitar el miedo. Asimismo, menciona que no está segura de que el miedo venga por su cuenta o ella pueda cooperar con el fuego del miedo, ella narra: *«Ahora que lo pienso, no sé si sea El fuego el que venga solito o quizás yo hago que él venga»*, discurso que visibiliza que el fuego no sólo aparece por cuenta propia, sino que Itzel tiene cierta influencia en su aparición.

A continuación, menciona que hubo otro suceso en el transcurso de la semana en donde se sentó en el camión rumbo a su casa, en el asiento delante de un señor quien también estaba

en el autobús. Itzel mencionó que el señor tenía el aspecto de la clase de hombres que ella teme, es decir, una persona por encima de los 40 años, aproximadamente. Al momento del suceso, Itzel narra: *«La verdad, es que, estuve pensando todos estos días en El fuego que había aparecido en mi vida así que cuando estaba en el camión, me senté delante del señor con miedo, pero al menos no estaba sentada al lado de él. Pensaba en El fuego y pensé en qué pasaría si yo mandaba a El fuego, como si fuera su jefa, como si fuera la jefa o la maestra de El fuego jaja... Mientras pensaba en El fuego, llegué a la escuela y me di cuenta que no sentí miedo en el camión por estar pensando en El fuego».*

Después de que Itzel narra la peculiaridad de las circunstancias que vive día con día y El fuego que aparece en su vida, se le pregunta ¿Qué efectos tiene en su vida el pensar en el fuego que ha descubierto?, y ella comenta: *«Mi vida era como una escena de película de terror, una de esas de suspenso donde no sabes que va a pasar y, mientras pasan o no pasan cosas, tienes miedo y no sabes qué hacer con eso. Ahora puedo ver las diferencias y tener otra manera de pensar. Cuando estaba el miedo ni sabía qué hacer, cómo reaccionar pero si aparece El fuego, se me hace fácil tener una visión de él, es como si fuera una persona que puedo conocer mejor y siento que está más presente...».* Le preguntó ¿de qué manera está más presente y cómo se da cuenta de ello? y narra: *«Es que sí, es como si fuera una persona, así lo puedo conocer mejor, impulsarlo a algo bueno (a El fuego) y como que es más fácil que antes cuando no sabía qué iba a pasar a cada rato o cada día».*

Lo anterior, abrió camino a que Itzel mencionara qué características descubrió, en el transcurso de la semana, sobre ese fuego que llegaba a su vida. Al preguntarle cómo se sentía en el proceso de descubrir aspectos nuevos sobre ella comentó: *«Quiero que ese fuego se transforme en otras cosas. Quiero que se transforme en pasión y que me ayude a otras cosas».* Le pregunto ¿cómo puedes llegar a cambiar a ese fuego en la práctica, en tu día a día?, y ella menciona: *«Quiero dominarlo y controlarle, lo opuesto a mí, quiero impulsarlo a algo bueno,*



*como dije, quiero controlarlo yo a él, no que me controle él a mí». Le preguntó, de acuerdo al panorama de la identidad del que habla la teoría, ¿qué podría decirse de ella sobre el hecho de querer controlar al fuego?, y dice: «No sé, quizás que quiero mejorar, que quiero cambiar, que quiero ir por cualquier lugar, normal y sentirme bien conmigo misma».*

Poco antes de terminar la sesión, conversamos sobre lo que ha pasado en este proceso durante las cuatro sesiones a las que ha asistido y que hemos tenido juntas y ella menciona: *«¿En serio? ¿Solo llevamos pocas sesiones? A mí me ha parecido más tiempo, de verdad, siento que he estado aquí meses, me gusta venir y pensar en lo que me pasa y que pueda tener ideas sobre lo que me pasa».* Al finalizar, menciona: *«Quiero saber qué más pasará con El fuego»*, por mi parte, le digo que a mí también me gustaría, sonriendo, y acordamos en seguir explorando y contando nuevas historias acerca del fuego y, acto seguido, cerramos la sesión.

### **Sesión 5: La relación de Itzel con su familia**

***Fecha: 10 de octubre de 2017.***

En esta ocasión, Itzel acude al consultorio psicológico y durante esta sesión ella decide hablar acerca de su familia. Ella menciona, constantemente, sentirse en desacuerdo con su padre así que la invito a contarme sobre él y menciona que: *«Se llama Juan, tiene 55 años y que se dedica a trabajar en los Oxxo y comercios de abarrotes repartiendo frutas y verduras».* Sobre su relación con él, menciona que son distantes y que desde su infancia, sentía que la trataba mal y que era muy común que le hiciera comentarios despectivos, mismos que la hacían sentir mal. Aunado a ello, lo describe como: *«Es serio, malhumorado y tiene mal carácter. Solo mi mamá puede decirle sobre su carácter, yo nunca le he dicho nada, aunque mis hermanos se defienden más, mientras yo me quedo callada o prefiero ignorarlo».* Además, agrega: *«Cuando él no está, los tres somos más unidos, como que hay más paz y tranquilidad y nos llevamos bien. Llega él y hay tensión, está de mal humor y eso nos afecta a todos. Además,*

*en mi casa hay un problema porque mi papá tuvo una relación con otra persona durante un tiempo. No sé, veo a mi mamá y la veo cansada y harta, no sé por qué siguen juntos... Me pregunto si en algún momento podré enfrentarlo».*

De esta manera, Itzel permite escucharse hablando sobre su familia y la realidad que ella vive en su contexto en casa. Se le pregunta ¿qué otras cosas puedes decir de tu familia? y menciona que quiere mucho a su mamá y que agradece lo cálida y tierna que es con ella. Le pregunto ¿qué opinión podrían tener sus familiares respecto a la aparición de El fuego y cómo éste influye en ella? y menciona que ya habló con su mamá acerca de El fuego: «*Ya le conté, jaja, la verdad es que le pareció muy raro, no te ofendas psicóloga, pero le pareció muy raro, mi mamá hizo una cara de desagrado, no entendía, ya después le expliqué que para mí sí tenía sentido y le conté cómo aparecía (El fuego) en los camiones, y en todos lados y que para mí estaba bien que apareciera porque así, pues, puedo encararlo y decirle cosas».*

Seguidamente, se conversa acerca de su hermano y hermanita y menciona que con ambos tiene una relación cercana, sin embargo, es aún más cercana con su hermano. Se le pregunta ¿qué aspectos aprecia de su familia?, a lo que responde que le agrada estar tiempo con ellos y que cuando supieron lo que le había pasado a ella, estuvieron juntos para apoyarla e incluso, la acompañaban a las paradas de camión o a la calle cuando era necesario y le aconsejaron asistir con un psicólogo o psicóloga cuando supieron que el miedo de estar en la calle no desaparecía y cuando se enteraron de que en la preparatoria había consultorios de psicología a los que ella podía acudir.

## **Sesión 6: Conociendo otra cara del fuego**

***Fecha: 17 de octubre de 2017.***

El día de hoy, Itzel llega puntual a la sesión e iniciamos la conversación sobre cómo iba su día, a lo que ella menciona que está un poco desvelada debido a los exámenes que presentará próximamente de varias asignaturas del semestre.

Durante esta sesión, habla sobre el miedo y la inseguridad externalizada como un fuego que interfiere en su vida, mencionando que piensa en él constantemente y que le parecen muy interesantes las conclusiones a las que llega sobre él. Seguidamente, comenta que cuando va hacia su escuela y sube a los camiones, ha estado pensando en lo que puede pasarle y narra: *«Es muy interesante porque siento que quiero agarrar a El fuego y controlarlo y usarlo para defenderme»*. Se le menciona que resulta curiosa la forma en la que ha ido conociendo a ese fuego y cómo le ha mostrado a Itzel diferentes caras y se explora la idea. Poco después, ella narra que pareciera que ese fuego que se le acercaba puede ser visto por ella como un fuego tranquilizador que la cuida con una actitud materna así como se siente en casa con su madre.

En esta misma sesión, narra uno de los acontecimientos que tuvo en la semana: *«Estaba saliendo de la escuela y era de noche cuando me iba a mi casa. Por mi casa, la verdad, las calles están muy oscuras, hay poca luz y desde la parada de cuando me bajo del camión hacia mi casa, tengo que caminar como tres cuerdas largas. Entonces, estaba así, caminando normal, viendo y estando atenta por cualquier cosa y me topé con una parte de la banqueta más oscura que otras porque habían unos árboles y su copas estaban juntas y para rematar, a lado de esos árboles, en la calle había varios coches. Por un momento, pensé en bajarme de la banqueta e ir caminando por la calle, pero algo me dijo que no, que siguiera caminando y caminé por la oscuridad»*. Al preguntarle ¿cómo es que decidiste caminar por la oscuridad?, ella menciona inmediatamente que lo que sucedió fue obra de El fuego en una faceta protectora y que ella pudo percibir que ese fuego la cobijaba, e incluso, en palabras de Itzel, que la estaba protegiendo. Se continúa hablando sobre este descubrimiento que ella hace y se le comenta que las ideas que ha traído con ella misma son realmente sorprendentes, ella menciona que lo que

le está pasando con El fuego amenazador no es algo que pudiera haber visto venir y agrega: *«Nunca imaginé qué iba a pasar con este fuego que llegó a mi vida, pero no puedo evitarlo, siento que no lo veo como lo veía antes ahora, ahora me cae bien y me gusta, me agrada y pienso qué es lo que puede pasar con él»*. Se le pregunta ¿qué puede decirse de ella sobre el ir descubriendo el misterio de El fuego en su vida? y ella sonríe mientras menciona: *«No lo sé, pero es muy interesante lo que pasa con El fuego, me gusta, me emociona»*.

### **Sesión 7: El fuego: el antes y el después.**

***Fecha: 24 de octubre de 2017.***

Itzel empieza la sesión mencionando que se siente ansiosa de contar lo que le había sucedido esta semana con *El fuego*. Ella comparte que al salir de su casa, frente a ella habían dos hombres sentados en la banqueta desayunando, narra: *«Estaba pensando y dije: “Ay no, tan bien que estaba yendo mi día”»*. Sin embargo, al alejarse pensó que el miedo que sentía no se comparaba al gran miedo que podía sentir en otras ocasiones. Después de la cercanía con las personas mencionadas, agrega que minutos después se encontró a unos hombres al otro lado de la acera componiendo la calle y refirió: *«Sentí como que yo le decía a El fuego que se calmara»*. Se le preguntó: *«¿Qué se calmara? ¿En qué sentido?»*, a lo que responde: *«Si, como que hice que el miedo se tranquilizara»*.

De igual manera, mencionó que, al subir al camión rumbo a la escuela, se percató que estaba un poco lleno y se dio cuenta de que un hombre la estaba viendo mucho y que ella se sintió molesta y fastidiada. Ella expresó: *«O sea, ¿qué le pasa, por qué tiene que estarme viendo?»*. Se le preguntó si esta vez, como las otras, estuvo pensando en el fuego o si éste estuvo presente: *«Oye Itzel, por lo que mencionas, El fuego estuvo presente, de diferentes maneras, en las tres situaciones que comentas»*, respondiendo afirmativamente, por lo que se le pregunta ¿qué piensas acerca del fuego en estas tres situaciones? y narra: *«Pues, está ahí*

*conmigo y ya es parte de mi y se activa, o sea, no hay día que no piense en El fuego en esas situaciones». Se le responde: « ¿Qué situaciones?», ella comenta: «Las situaciones peligrosas».*

A continuación, le pregunto ¿cuáles las diferencias entre El fuego de antes y como percibe al fuego de ahora?, y menciona que le gustaría dibujarlo, actividad a la que se procede, proporcionándole hojas, lápices y colores para plasmarlo (ver Apéndice A). Después de terminar el dibujo de *El fuego* surge la siguiente conversación: T: « ¿Qué crees que pienso yo de lo que comentas que sucede con tu fuego?». I: «No se, veo tu sonrisa (ella sonríe) y no sé, tal vez puedas estar contenta por mí, como que podría pensar que hay Itzel para rato». T: «Oh, definitivamente, sí pensé en cosas similares. Oye, y ¿qué crees que piense tu familia del efecto que tu fuego tiene en tu vida?». I: «Pues mi mamá sabía de todo lo que pasa aquí contigo en la terapia pero mis hermanos no». T: « Ok. Y ¿qué tal tus hermanos?». I: «Pues con mi hermana he platicado pero creo que no me entiende. Yo le digo que me da miedo salir (a la calle) pero ella me dice que no debería tenerlo y que ya soy grande... O sea, yo sé que no debo tenerlo o sentirlo pero si lo tengo. O sea, obvio no está bien, pero creo que no sabe lo que le digo cuando le cuento el progreso que he tenido al venir aquí. Mi hermano pues, a él casi no le he contado. Solo sabe que vengo con el psicólogo pero no saben qué hago». T: «Si ellos supieran el progreso que mencionas ahora, ¿Qué crees que pensarían de ti?». I: «Se sentirían sorprendidos, dirían: “Por fin sale esa Itzel”. También se sentirían felices por mí». T: «Wow, oye Itzel y ¿qué crees que pienso de ti sobre lo que mencionas del progreso que sientes?». I: «Pues, no sé, te veo sonreír cuando menciono lo que he hecho sin el miedo y creo que estas contenta por mí, tal vez como que piensas que hay Itzel para rato».

## **Sesión 8: Descubrimientos**

**Fecha: 31 de octubre de 2017.**

En esta sesión Itzel relató una situación vivida durante la semana en la que menciona tener nuevos descubrimientos. Ella menciona que al salir de su casa vio a dos hombres parados frente a la banqueta al otro lado de la otra acera. Itzel menciona que por un momento pensó en la posibilidad de salir por la parte trasera de su casa, ella narra: « *¿Por qué tenía que salir por atrás?* ». Refiere que para salir de su casa pensó en un procedimiento de varios pasos, narrando que fue cerrando la puerta de su casa, posteriormente, el portón y que, mientras lo hacía no sintió miedo o inseguridad, sólo antes de realizar lo anterior, sintió que *El fuego* le advirtió sobre el peligro. Asimismo, mencionó: «*Antes de salirme pensaba qué era lo que iba a hacer, podía correr, pero no me gustaba la idea, o podía ir con una vecina a esconderme*».

Lo anterior da pie a la idea del surgimiento de una *Nueva Itzel*, creada por la misma consultante, una Itzel que sabe qué puede hacer si se aparece el fuego para asustarla y que resuelve situaciones complicadas y que no tiene miedo. Se le pregunta qué dice de ella misma poder llegar a resolver situaciones y pensar en soluciones y responde sonriendo «*Se siente bien, me hace sentir bien conmigo misma*».

Asimismo, narra una anécdota más que tuvo esta semana en donde subió al camión rumbo a su casa y se percató de que no había lugares vacíos donde pudiera sentarse. Itzel comenta que miró hacia la parte de atrás del camión y solo había un hombre en la fila más grande de lugares; menciona que ella quería sentarse y se le ocurrió hacerlo en la misma fila de sillas donde se encontraba sentado el señor, pero con un lugar de diferencia. Se le pregunta lo que sintió y pasó por su mente y contesta: «*Yo estaba nerviosa mientras iba para atrás, rastree el lugar y me senté y dije: “¿Qué más puede pasar Itzel? Ya, siéntate” y me senté. Estaba un poco nerviosa porque los otros lugares estaban mojados por el agua que caía en el aire acondicionado, pero lo hice y después me cae unas gotas del agua del aire acondicionado y dije: “Aquí no pasa nada, tranquila, solo son unos minutos” y, ya, me quedé ahí normal en el camión*».

Seguidamente, se le pregunta ¿qué dice de ella misma, esa situación?, y menciona: «Se siente bien, no tuve miedo, no sé si fue El fuego o la nueva Itzel, pero se siente raro jaja, se siente raro pero bien. Antes mis sentimientos me controlaban, ahora yo los puedo mandar, como decirles: “Alto ahí”, como si fuera prohibido el paso». También, agrega: «Me gusta la Itzel que controla y creo que puedo llevarla a casa, sobre todo con los problemas que existen en mi casa entre mis papás, eso lo que me gustaría. Mi mamá me apoya, siempre me apoya y me dice que no me preocupe si llega a haber problemas entre ellos, y eso me hace sentir bien».

### **Sesión 9: Una nueva Itzel**

**Fecha: 7 de noviembre de 2017.**

Sesión en la que Itzel inicia comentando que se molestó con su padre debido a que él acostumbra a tomar algunas cosas de Itzel sin el consentimiento de ella: «La otra vez, iba a traer tamales para el altar de muertos y si no es porque lo veo y le digo que no los comiera y que eran para la escuela, él se los hubiese comido. No respeta las cosas que son de los demás. También, ayer estuvo a punto de tomarse mi leche que estaba en la mesa. Creo que cuando sirves un vaso de leche y lo pones en la mesa es porque alguien se lo va a tomar, ¿no?, bueno, pues mi papá ya tenía el vaso en la mano y se lo quité. No tiene por qué estar haciendo esas cosas, siempre es así, cree que puede agarrar algo que no es suyo».

Hablamos sobre la historia de las reacciones que Itzel puede tener con su papá y menciona que se ha molestado en otras ocasiones, pero sin hacer o decirle algo a su padre, por lo tanto, las reacciones que ha tenido estos últimos días, la dejan extrañada con ella misma debido a que antes no solía discutir su punto de vista con su padre. Se le pregunta ¿qué diferencias hay entre las reacciones de antes y de ahora? y ¿qué significado le atribuye ella misma? y dice: «Pues, antes, me quedaba callada, a veces ni pensaba que podría molestarme, sí me hizo sentir mal que el hecho de que le quitara la leche a mi papá, pero, no sé, no puedo

*evitarlo, realmente me molesté. Él ni reaccionó ni nada porque se sorprendió por mi reacción, no está acostumbrado a qué me moleste con él, hasta yo misma me pregunté por qué fui grosera. Me puse a llorar después en la hamaca y pensaba porqué lo había hecho y no lo entiendo. Le dije a mi mamá y todo, y me preguntó si el enojo se sentía bien, pensé que me iba a llamar la atención porque le grité a mi papá que no puede tomar lo que él quiera sin preguntar, y no, me dijo que si me había sentido bien con el enojo... Eso me sorprendió». Al preguntarle a Itzel sobre lo que cree que haya pensado su mamá de la situación con su padre, y respondió: «Creo que ella sabe algo, como que lo intuye, sabe de la nueva Itzel, jaja, sabe que quizás estoy cambiando». Se le pregunta ¿qué crees que pudiera pensar su madre si le dices abiertamente que existe una nueva Itzel?, y narra mientras sonrío: «Creo que le daría gusto, ya lo nota, que hay algo diferente. ...Me agrada, se siente raro pero bien y me gusta».*

Se explora un poco sobre el surgimiento de la nueva Itzel y menciona: *«Es como si fuera una Itzel bebé que ha nacido y no sabe cómo comportarse, siento que no sabe cómo reaccionar y es como los niños pequeños que hacen berrinches, y pues, me gustaría poder, no sé, quizás controlarla como a El fuego, ya que me agrada pero a la vez no sé cómo vaya a reaccionar en otros momentos».* Durante los últimos minutos de la sesión, ella expresó: *«Me da miedo que no pueda controlarse y que pueda hacer a un lado a la otra Itzel».* Se conversa sobre lo que le gusta de esta nueva identidad y llega a la conclusión que le agrada, que le da la bienvenida y que, para ella, lo ideal sería que ambas *Itzel* pudieran fusionarse y, en el caso de la nueva Itzel, tendrá la tarea de seguir conociéndola y esperar qué más puede suceder.

## **Sesión 10: Otras personas percibiendo a la otra Itzel**

***Fecha: 21 de noviembre de 2017.***

Sesión en la que Itzel asiste puntual al consultorio. A ella se le ve agitada, sudada y con uniforme deportivo, menciona que lo anterior se debe a su clase de deporte. Le pregunto cómo



le ha ido en esos días y menciona que bien. También, refiere que se ha dado cuenta de que su familia la nota diferente. Al preguntarle cómo percibe eso, ella menciona que es porque su mamá le dijo que ya ha madurado: *«Mi mamá me dijo que maduré una parte que faltaba madurar»*. Al preguntarle: *¿cómo crees que tu mami se percata de ello?*, ella responde: *«Por como soy y como respondo cosas en casa, con ellos. Por ejemplo, con mi papá, si me menciona algo o me regaña, ya no me molesto como antes, ya lo ignoro, ya no me afecta lo que diga, antes sí... Y con mis hermanos, igual les contesto y me puedo defender, sobre todo cuando hacen bromas pesadas»*.

Se le pregunta sobre las diferencias entre antes y ahora y responde que antes no contestaba y se quedaba callada. Se le pregunta: *¿En qué otras situaciones te percibes como una Itzel que puede defenderse?* y responde: *«Surgió otra cosa con mi hermano...En mi casa me suelen llamar gorda, me dicen “gorda hay que hacer esto”, o “gorda por aquello” y la verdad no sé si lo dicen por mi peso, pero el caso es que estos últimos días, mi hermano me molestó y me llamó gorda y algo me hizo contestarle, y le dije: ¡gordo tú! él me volvió a contestar y yo le dije: “No, tu más gordo, ¿acaso no te ves la panza? tu panza está más grande que la mía”. No sé, ya no sé si es la nueva Itzel, El fuego que quiere protegerme o qué, creo que es un “xek” de todo. También en clase de química pasó algo con un maestro. Yo estaba platicando con mi compañera sobre la clase y el maestro me regañó y me dijo que dejara de hablar, yo le contesté, yo considero que lo que contesté no fue grosero, le dije que si estaba hablando pero de la clase porque no entendía, y me molestó que me siguiera diciendo que no hablara. O sea, estaba hablando porque no se le entendía lo que decía, hablaba muy bajito ese maestro. Me daban ganas de decirle que entonces si no quería que hablara con mi compañera que hablara más fuerte. Además, cuando me terminaron de explicar, dije: “Oh, eso es todo”, tanto para eso, y el maestro explica diferente»*.

Se continuó hablando de la situación y, en relación a la situación se le pregunta: «¿qué sentías cuando le estabas contestando al maestro de química?» A lo que ella responde: «Sentía adrenalina, como que fuerza y ganas de contestar», se le contesta; «¿De contestar qué cosas?» y responde: «De decir: “Yo soy Itzel Campos (realizando con sus puños un movimiento de arriba a abajo) y, y... no sé qué contestar, creo que aún me falta descubrir lo que sigue después de “Yo soy Itzel Campos”. ... Aun así, decirlo es algo raro para mí, algo que no hubiese hecho antes».

Asimismo, hablamos sobre la manera en la que se ha sentido en la calle y el transporte público durante estos días de la semana y menciona: «Me he sentido bien, a veces, me pongo mis audífonos y escucho música y eso me ayuda. Sólo observo a las personas atenta, pero casi no me da miedo, solo estoy al pendiente y ya. Aun evito sentarme con hombres o estar cerca de ellos en los camiones, pero, particularmente, me agrada cómo me siento». Lo anterior, se aleja del discurso que mantenía antes sobre el miedo y la inseguridad constantes, se remarca la posibilidad de la puesta en marcha de una alternativa ante situaciones que le pueden provocar miedo e inseguridad, por lo que se le pregunta si ella puede percatarse de ello, a lo que responde afirmativamente y sonriendo. Algunos, minutos después, se da por concluida la sesión.

### **Sesión 11: La blandura protegida**

**Fecha: 28 de noviembre de 2017.**

En esta sesión, Itzel habla acerca de una situación que vivió hace unos días cuando iba a ir a un retiro de su iglesia. Ella menciona que iba caminando cuando pasó un coche y un hombre dentro del automóvil se dirigió hacia ella e hizo alusión a una canción, cantando “yo quiero chupar” y para ella, tuvo una connotación sexual. Itzel refiere que esa situación le afectó mucho e incluso la hizo llorar y sentirse mal durante el resto del día, narrando: «Pude sentir de nuevo mucho miedo y pensé que podía pasarme algo malo».

Después de regresar a su casa, se dijo a sí misma que el día siguiente sería un nuevo día y que se sentiría mejor. Al día siguiente menciona que despertó más calmada y que se sentía mucho mejor pero que sentía que ese suceso había dañado o afectado el avance que había tenido en el proceso terapéutico. Al preguntarle cómo se percibió a ella misma en esa situación, mencionó: *«Me veo como algo suave, como almohada que tiene un escudo que le rodea y a ese escudo se le hizo un huequito»*. Al preguntarle si la forma en la que se percibió tiene otra característica y menciona que el huequito que percibió es pequeño, pero que no se situaba en el centro, sino en uno de los costados de esa blandura que la representaba a ella. En ese momento, Itzel sujeta una de las almohadas del sillón en el que se encuentra sentada y describe su idea. Se le interroga: *«Itzel, ¿qué te gustaría hacer con ese huequito?»*. A lo que responde: *«Lo imagino como una herida pequeña, una raspada que necesita un curita o una pomadita»*. Mientras Itzel describe esta herida, se le pregunta si le gustaría dibujar lo que ella describe y responde afirmativamente.

Me dispongo a buscar hojas blancas, lápices y colores y nos sentamos en el piso. Ella comienza a dibujar en la mesa de centro y al mismo tiempo describe lo que significa su dibujo: *«Me imagino algo suave como almohada que no tiene una forma porque es suave, dentro hay una herida, lo que me pasó, está en el centro, pero ya está curado, costurado. Alrededor de lo suave esta un escudo delgado como de ladrillos unidos y también hay una base de lo suave y el escudo»*. Se le cuestiona un poco más sobre esta base y afirma: *«Sí, es como un cimiento (prosigue a colorearle esa parte del dibujo). En el dibujo hay algo aquí arriba que deshizo el escudo y afecta lo blando. Lo blando ya está costuradito, y le vamos a poner un curita... (Al dibujar el curita) Ya está... Afuera del escudo hay un ladrillo que va a ponerse en el lugar donde se afectó para completar el escudo»*.

Al completar el dibujo, le preguntó a Itzel si desea agregarle color y procede a colorearlo empezando por la base, los ladrillos de rojo, lo suave menciona que irá de morado

y las costuras de las heridas, de negro. Asimismo, dibuja el curita y costuras en la herida que cubre el curita. Afuera, colorea el ladrillo que completaría el escudo y al final agrega, cemento sobre la superficie afectada del escudo y en el ladrillo fuera de este. A continuación, menciona: *«Le voy a dibujar cementito porque es como que ya casi se va a poner el ladrillo»*. Se le pregunta ¿Cuál podría ser un buen nombre para ponerle a tu dibujo? y unos segundos después, dice: *«Creo que le llamaría: "La blandura protegida"»* (ver Apéndice B). Al continuar interrogándola sobre la imagen y lo que representaría la Blandura protegida, ella menciona: *«Es una blandura porque por dentro es suave, pero por fuera tiene quien la proteja, un escudo que la proteja, que es como me he sentido al venir aquí»*. Posteriormente, se reflexiona sobre la experiencia de hacer el dibujo y mencionó que le gustó mucho el dibujo que surgió y que le ayudó a pensar en la situación en la que se sintió agredida y en cómo se ve a sí misma siendo acosada sexualmente en la calle pero, al mismo tiempo, diferentes ya que el proceso de intervención que lleva hasta ahora, le permite estar segura que debido a las sesiones que lleva, ella puede sentirse más fuerte ante este tipo de agresiones.

El ejercicio anterior, surge como resultado de una invitación a conocer esa suavidad o blandura que describía Itzel. En su caso, la realización del dibujo le da sentido a la experiencia que tuvo y, al parecer, Itzel fue capaz de crear un nuevo significado para el suceso que había pasado. Ella dijo: *«Que bueno que hicimos el dibujo, me ayudó a pensar mejor las cosas, sé que voy a estar bien»*. Se continúa conversando y, minutos después, damos por concluida la sesión.

## **Sesión 12: El miedo que quiso meterse dentro de mí**

***Fecha de sesión: 23 de febrero de 2018.***

En esta sesión, Itzel asiste a consulta comentando que se siente cansada ya que viene de su clase de deportes: *«Nos ponemos en el piso, nos acostamos, nos estiramos de manera*

rara, haz de cuenta que nuestras piernas hicieran una “Z” y además hacemos ejercicios con las piernas, de arriba abajo, hacia el pecho y hacemos bicicleta. Me cansa mucho porque después voy a folklore y me duelen mis piecitos». Asimismo, refiere que se siente cansada y que ya casi termina la prepa mientras se resbala en el sillón y refiere: «Ya comencé mis propedéuticos, son los lunes y jueves y son gratis».

Posteriormente, empezamos a conversar sobre cómo le ha ido con el miedo y la inseguridad estas semanas que no habíamos podido vernos, e Itzel menciona que quiere comentar algo que le pasó hace días: «El miedo intentaba meterse dentro de mí (al transitar una calle cercana a su casa), me quitó los audífonos volteé a ver y no había nadie, solo era mi imaginación». Al preguntar ¿Cómo fue tu experiencia, el miedo tenía una forma o color?, y ella menciona: «Era como una nube que se adhería a mí, intentando entrar en mí, la recuerdo como color morado, creo que quiero dibujarlo». Posteriormente, se le proporciona hojas, lápiz y colores y empieza a dibujar lo descrito. Ella agrega: «Realmente sentí que se quería meter dentro de mí, venía desde fuera y quería dominarme, pero no logró entrar» (ver Apéndice C); le pido que cuente: ¿Cómo es que sabes que no entró el miedo e inseguridad?, a lo que dice que no entró porque la nueva Itzel no se lo permitió. Haciendo preguntas sobre el desarrollo de la nueva Itzel, se le cuestiona: ¿Qué es lo que la nueva Itzel le diría a la antigua Itzel sobre la situación del miedo intentando meterse dentro de ti?, y ella narra: «Creo que la nueva Itzel le diría a la antigua que lo logramos».

Asimismo, comenta que desde hace dos días ha podido caminar en una calle cerca de su casa que, por las noches, se pone oscura y que se ha sorprendido a sí misma porque antes dijo que nunca pasaría por el lugar. Ella narra: «Yo dije que nunca iba a pasar por ahí, lo dije nunca, nunca iba a pasar por ahí y de repente, ya lo estoy haciendo, llevo dos días, desde antier. Ni siquiera sé cómo lo hago, solo sé que lo hago y ya... Cada día me sorprendo de lo

*que puedo lograr cuando antes decía que no podría pasar por allí»*; minutos después, de da por concluida la sesión.

### **Sesión 13: La detección “del botón de alerta interno” de Itzel.**

***Fecha: 2 de marzo del 2018.***

Durante esta sesión, hacemos un recorrido por lo sucedido con Itzel en su proceso terapéutico, se realizan preguntas sobre el panorama de la conciencia que permitieron escuchar narrativas acerca de la percepción del antes y después de la intervención, e Itzel menciona que para ella le es difícil acordarse de todo el proceso: *«Solo puedo acordarme de la mitad del proceso en adelante, como que la primera parte no la registro, la veo lejana, ya sé, como que esa parte de la Itzel anterior y esta nueva Itzel pertenece a la sesiones recientes... Es interesante, ya soy la nueva Itzel que puede madurar».*

De igual manera, Itzel empieza a ejemplificar que antes de permitir que lleguen momentos en los que podría sentirse en peligro, ella evalúa en qué medida, su persona se ve en dentro de un riesgo real: *«La otra vez, estaba caminando en una calle oscura de por mi casa, era de noche y tomé circuito colonias, ese camión me deja un poco más lejos que el otro, entonces escuché que alguien me seguía. Era un hombre, me fijé y quería percatarme de que no me siguiera, pero no quería voltear a ver, me dije: “no voltees, no voltees...” , así que esperé a llegar a la esquina y volteé a ver a los lados como si me fijara de cruzar la calle, pero en realidad lo vi con mi visión periférica y noté que esa persona se desvió, ya había cruzado la calle, o sea que, ni al caso, en realidad no me seguía, me sentí a salvo».*

En relación a la situación comentada, se realizan preguntas a Itzel relacionas con lo qué pensó en esos momentos cuando intuyó que había una probabilidad o no de que fuera perseguida, así como lo que percibió de ella misma al tomar la decisión de estar a la expectativa pero en calma, mismas que se refieren a preguntas del panorama de la experiencia y conciencia.

De esta manera, ella mencionó que no quería alterarse, y que su finalidad era el evitar que el miedo la alcanzara. Asimismo, Itzel mencionó que dentro de su mente existe una alerta que indica que está preparada por si detecta sí existe peligro real, y que cuenta con que puede correr, gritar o llamar a alguien, narrando: *«Me sirve porque siento que me hace no tener miedo, como que me digo a mí misma que no pasa nada, que esté tranquila, que camine normal, me desvíe o siga caminando»*. Refiriéndonos a un lenguaje metafórico, se le preguntó *«¿Cómo si hubiera un botón de alerta dentro de ti misma?»*, y a partir de la pregunta, que contestó afirmativamente, agrega: *«Es como un botón que me impulsa en vez de paralizarme como antes. Me hace estar preparada, sé que puedo hacer algo al respecto y no permitir que nadie me haga daño»*.

Posteriormente, se le pregunta si cree que hasta la actualidad y las sesiones registradas, cree que ella cuenta con las herramientas para defenderse a sí misma y responde afirmativamente. A continuación, ella menciona que siente que aunque le gusta estar en el contexto terapéutico, le agradecería la idea de concluir el proceso terapéutico, idea que se deja para la sesión siguiente.

#### **Sesión 14: ¿Yo puedo ser mi propia terapeuta?**

***Fecha: 9 de marzo de 2018.***

Durante esta sesión, se conversa sobre una de las ocasiones en las que Itzel suele tomar el transporte público hacia su casa. Ella narra que bajando del camión de pasaje, en la parte de enfrente, encontró una tienda de conveniencia en donde vio a unos hombres afuera. Itzel menciona que empezó a caminar y que se sorprendió al percibir miedo mientras caminaba durante una cuadra y, cuando pasó a la siguiente, no había dejado de sentirlo, situación de la que se percató unas cuadras después. Ella narra: *«Me paré en una esquina después de caminar*

*varios minutos, volteé a ver hacia atrás y obvio, nadie venía y me pregunté por qué aún seguía sintiendo el miedo esta vez si ya no me pasaba desde hacía tiempo. Me pareció muy extraño, después continué caminando hasta que llegué a mi casa y tampoco sentí la seguridad que puedo sentir en otros momentos, en otras ocasiones pero, bueno, el chiste es que llegué y sí pensé en lo bueno que era por haber llegado y me dije a mi misma, bueno, puedes imaginar a la seguridad y así, como que me puse a hacerlo y me sentí muy bien, imaginé la forma en la que me sentía segura en otras veces y, en ese momento, pude sentirme tranquila».*

Le menciono que me parece curioso que pueda tener la capacidad de analizar la situación de sentir que la siguen, detenerse a preguntarse por qué y al llegar a casa no perciba a la seguridad, pero decida invocarla y sentirla. Ella menciona: «*¿Yo puedo ser mi autoterapeuta?*» y sonrío. Posteriormente, se reflexiona sobre lo que percibe en ella misma para mirarse como su propia terapeuta y, uno de los aspectos que comenta es: «*Pues, si de algo me ha servido el venir aquí, es a ocuparme de las cosas, cuando me atacaron no hice nada, pasó el tiempo ¿Cuánto tiempo pasó? cinco años pasaron... Me quedé callada hasta que vi la necesidad de hablarlo. Ahora, no quiero que pase lo mismo, ahora quiero ocuparme de las cosas que pasan en mi vida cuando tenga que ocuparme, arreglarlas y hacerme cargo, no quiero que me vuelva a pasar lo mismo...*».

En esta misma sesión, le recuerdo una sesión pasada donde ella se sentía alegre por el progreso que mencionaba: «*Itzel, ahora que comentas sobre la importancia que le das a ocuparse de las cosas que pasan en tu vida, me recordaste aquella sesión en donde dijiste “Yo soy Itzel Campos y... No sé qué más decir, pero después surgirá algo para decir”, ¿Crees que puedas completar la frase hoy por hoy?*», ella refiere: «*Bueno, podría decir que yo soy Itzel Campos y soy una persona introspectiva, soy Itzel Campos y ahora puedo reconocer lo que siento, soy Itzel Campos y sé lo que pasa conmigo y entenderme a mí misma, yo sola*».



A continuación se retoma la idea planteada la sesión pasada sobre la posible conclusión de la intervención, a lo que ella comenta que siente que es momento de dejar la terapia y continuar por su cuenta, por lo que se le pregunta si desea que la siguiente, sea la última sesión, a lo que menciona: *«La siguiente no, mejor la siguiente y a la que sigue sí»*. Acto seguido, se acuerda la fecha de cierre de proceso y se prosigue a dar por terminada la sesión.

### **Sesión 15: El camino desde una experiencia negativa hacia la apertura a nuevas posibilidades.**

***Fecha: 17 de marzo de 2018.***

Durante la sesión, se conversa con Itzel sobre el proceso que está viviendo su madre en relación a la separación con su padre. Además, refirió que se siente fuerte para apoyarla y que, aunque sus padres ya no estén juntos en casa, ha decidido mantener una buena relación con ambos e incluso, se ha acercado más a su padre.

Posteriormente, conversamos sobre una galería de arte a la que asistió en uno de los museos de la ciudad. Se le pregunta: *« ¿Cómo es que decides asistir a ella y sin compañía? »*, a lo que en realidad fue porque el museo está frente al paradero de combis hacia su casa y no le fue difícil hacerlo. Ella narra: *«Entré porque me dio curiosidad, vi que una autora había hecho una especie de pancartas que estaban en toda la pared, hablaba sobre lo que sucede a las mujeres, y me reflejé. Vi todo lo que pasó ahí, lo que estaba exponiendo y era prácticamente lo que me pasó a mí»*. En ese momento Itzel me enseña unas imágenes de la galería a las que le tomó fotografías, le preguntó qué significan para ella y comenta: *«Es justo como yo me percibo, primero eres niña, cuando creces puedes ser víctima y sientes miedo de ir en el mundo, tienes ira, culpa, asco por la persona que te hizo eso. Hasta les tomé foto, porque sentí que así como esa persona en los murales, yo me he sentido este tiempo, y después de que te sientes herida, te das cuenta de que hay alguien que también pasó lo mismo que tú... »*.

Asimismo, se le pregunta qué significado tiene para ella, el hecho de que la experiencia que vivió, le suceda a otras personas y comparte: *«Veo las noticias y miro que formo parte de las estadísticas de las que se habla. Platicando con mi hermana, le decía que no entiendo cómo no pude decir nada, que me llevaran a algún psicólogo, nada y me callé y viví todo los días ese miedo que me pasara algo. Ahora que sé lo que siento, la verdad creo que era ridículo, suena feo pero, si era ridículo como veía las cosas, pero qué bueno que me pasó a mí y no a mi hermana. Creo que lo mejor que se tiene que hacer es no quedarse callada, no quedarse callada»*. Durante esta parte de la sesión ella narra: *«Oye, me gusta como lo llamaste, “experiencia”»*, y refiere que la podría llamar así de ahora en adelante ya que no sabía cómo hacerlo sin mencionar el término abuso sexual, mismo que no le agradaba.

Por otra parte, Itzel narra que empezó a gustarle un chico de su iglesia que toca guitarra, con el que toma clases los sábados. Al mencionar el acontecimiento, se le nota con una sonrisa y se le realizan preguntas referentes al panorama de la acción y conciencia: *« ¿Cómo te diste cuenta que te gustaba? ¿Cómo fue para ti el decidirte acercarte al chico a pedirle las clases? Y ¿Qué dice de ti misma el hecho de hacerlo?»*. De igual manera, comenta: *«Ya le dije a mi mamá y a mi hermana, pero no saben quién es, me da pena que lo descubran... Ya me habían gustado otros chicos, pero nunca había estado cerca como con Julio»*, le pregunto si le gustaba y por eso se le acercó a pedirle clases de guitarra o si fue en las clases que empezó a gustarle, a lo que ella menciona que aún no ha averiguado eso. Sin embargo, menciona que, a diferencia de otras veces, esta es diferente porque puede pasar tiempo con el chico y le agrada sentir mariposas, narrando que le gusta su forma de ser, sus bromas, su sentido del humor y su amabilidad.

Asimismo, refiere que está sorprendida porque no tiene miedo a acercarse a un muchacho debido a la experiencia de abuso sexual y tampoco ha tenido dificultad para relacionarse con algunos compañeros hombres en la escuela, como podría haber sucedido en

otro momento ya que desde que viene a terapia puede entenderse mejor a sí misma: *«También sé que es algo natural, y que yo puedo acercarme a un muchacho si me cae bien, sobre todo si es un chico educado y decente».*

Llegando al final de la sesión, se le recuerda a Itzel el próximo cierre del proceso terapéutico del que habíamos estado hablando, y ella se mantiene de acuerdo en que la siguiente sesión será la última, refiriendo: *«Te agradezco porque me ayudaste mucho a sacar aquello que no quería ver y ocultar, pero que me lastimaba sin importar cuánto tiempo pasara, no me arrepiento de venir aquí. He aprendido mucho, más de lo que esperaba, la verdad es que no pensé que pudiera llegar a hacer las cosas que hoy puedo hacer, no solo conocer y manejar a El fuego que aparecía antes para darme miedo, sino también para descubrir otras partes de mí».*

### **Sesión 16: Nuevas formas de ser en el mundo.**

***Fecha: 23 de marzo de 2018.***

Itzel asiste a la última sesión y conversamos acerca de todo el recorrido que ha hecho desde la primera vez que asistió. Ella menciona que para ella el tiempo trabajado le parece que se ha dado muchos cambios positivos, tomando en cuenta que ella había vivido con el miedo e inseguridad durante cinco años, además agrega que los cambios la sorprenden positivamente. Asimismo, se percibe a sí misma con un cambio en su voz, ella refiere: *«Siento que hablo diferente, como que mi tono de voz es diferente, es un tono de voz diferente y éste se conecta con la capacidad de controlar y manejar mis sentimientos y no ser impulsiva como antes era».*

Respecto, al tema del chico que menciona que conoció, Itzel refiere que le emociona hablar de él, y aunque no sabe cómo puedan pasar las cosas y que las tomará con calma, siente que le gustaría tener un novio. Ella dijo: *«Me siento afortunada que pueda pasar tiempo con Julio, a ver, ¿qué chica que le gusta un muchacho puede pasar tiempo con él? Me siento*

*contenta de estar cerca, pase lo que pase, quizás no sea mi novio, o no sé que pueda pasar, pero si puedo estar cerca de él». Sin embargo, curiosamente menciona que, aunque tiene la expectativa de tener una relación, toda irá paso por paso y dejará que las cosas vayan con calma.*

Por último, Itzel menciona que quiere platicar sobre lo que hizo el pasado lunes, día en el que fue a la catedral del centro sola, acción que no había hecho desde hacía muchos años. Con su lenguaje corporal, Itzel reflejaba satisfacción por el hecho, narrando: *«Tomé el camión y caminé en el centro, me di cuenta que habían muchas personas, la verdad es que viví una gran emoción y sentí como si fuera una acción que hubiera hecho varias veces antes, me sentí muy satisfecha cuando llegué a la iglesia». Asimismo, agrega: «La verdad es que estaba muy bonita y grande, me sentí muy emocionada de estar ahí».*

Para finalizar la sesión y el término del proceso terapéutico, compartimos unas palabras en donde le mencioné sentirme agradecida por formar parte de su historia y testigo de los cambios que realizó en su paso por el consultorio, recalando que la historia de todas las personas no está escrita y que es posible editarla cuantas veces queramos.

**CAPITULO IV. Resultados de la intervención: Un recuento de relatos finales,  
descubriendo otras formas de ser en el mundo.**

*“Nuestras vidas están constantemente entrelazadas con la narrativa, con las historias que contamos y oímos contar, con las que soñamos o imaginamos, o con las que nos gustaría contar”. - Michael White y David Epston.*

En el presente capítulo se describe lo que significó para la consultante y la terapeuta, ser parte de un proceso que mira con una historia alternativa su vivencia de abuso sexual. Como toda historia que tiene la característica de ser editada y sin un final determinante, está no fue la excepción, obteniendo un proceso en donde las narraciones y re-narraciones no sólo tuvieron el poder de modificar el presente sino también, el futuro, un futuro que la consultante deseaba constantemente pero que le era muy poco probable. El momento en el que existe una brecha dentro de las narrativas dominantes, se abre la puerta a posibilidades que sientan, en gran medida, las bases para construir nuevas miradas y nuevas perspectivas de ver un problema e incluso, de verse a uno mismo en el mundo. Por lo tanto, proporcionar a las personas espacios donde puedan hablar sobre lo que les aqueja y la opción de mirar nuevas realidades sobre uno o varios problemas, los lleva a identificar su identidad preferida, misma de la que emanan sueños, valores, expectativas y caminos más esperanzadores. Como resultado, se obtienen nuevas historias, más sanas y más habitables, historias entrelazadas que mezcla el presente con vistas a historias de ensueño que pueden llegar a concretarse, o como mínimo, surgen en el contexto terapéutico para visibilizarlas, darles voz y tenerlas presente como una posible tema por abordar. Al final, el escribir historias de una manera consciente, permite pensar que la vida misma es una decisión que se toma, se vive y se edifica cuantas veces sea necesaria para el bienestar de las personas.

## **4.1. Objetivo de la fase recuento de relatos finales: descubriendo otras formas de ser en el mundo**

### **4.1.1. Objetivo general**

Analizar los efectos psicológicos positivos que se obtuvieron a partir de la intervención con una adolescente que vivió abuso sexual a inicios de su adolescencia.

### **4.1.2. Objetivos específicos**

Evaluar la experiencia personal dentro del proceso de intervención psicológica con una consultante que vivió abuso sexual a inicios de su adolescencia.

Evaluar la utilidad de las estrategias de la terapia narrativa dentro del proceso de intervención psicológica con una consultante que vivió abuso sexual a inicios de su adolescencia.

Evaluar los cambios generados en el significado del miedo y la inseguridad de estar espacios exteriores a lo largo del proceso de intervención psicológica, mediante el análisis de la historia alternativa con una consultante que vivió abuso sexual a inicios de su adolescencia.

## **4.2. Evaluación de los resultados de la intervención**

Para la descripción de los resultados de la intervención, a continuación, se evaluará la experiencia de la consultante en su paso por las dieciséis sesiones, misma que estará caracterizada por sus opiniones e ideas del proceso y que fue realizada por medio de preguntas realizadas durante las sesiones, elegidas para fines del presente documento. Seguidamente, la autora mencionará de qué manera fueron útiles y los resultados de las estrategias de la terapia narrativa implementadas. Cabe resaltar que, dicha evaluación estará basada en el análisis de contenido surgido en los discursos de la consultante a lo largo de la intervención. Finalmente, se evaluará los cambios que el miedo e inseguridad de estar en lugares públicos obtuvieron a

lo largo de la intervención, por medio del análisis de la historia alternativa generada al durante el proceso terapéutico. A continuación, se muestran los objetivos de esta fase de intervención, así como los resultados de la puesta en marcha del proceso de intervención.

#### **4.2.1. Evaluación de la experiencia de la consultante dentro del proceso de intervención**

Este apartado abarca el primer objetivo específico de la fase recuento de relatos finales: descubriendo otras formas de ser en el mundo, además de la reflexión de la consultante en su paso por las dieciséis sesiones. Como resultado de lo que el espacio de intervención significó para la consultante, resaltaron diversas ideas y opinión. Ella mencionaba que hubo un punto en su vida en el que sus familiares le aconsejaban ir al área de psicología de la escuela, y ella no aceptaba, pero pudo reconocer cuando el problema se presentó de tal manera que tenía que hacer algo al respecto.

El proceso de intervención le permitió, una vez a la semana y por unos sesenta minutos, darle voz a aquella realidad que había vivido durante cinco años a raíz de la experiencia de abuso sexual y le permitía estar frente a aquel problema que había tratado de alejar, para empezar a ocuparse de él. En la cuarta sesión, conversamos sobre lo que había pasado en el proceso durante las sesiones a las que había asistido y que habíamos tenido juntas y ella mencionó « *¿En serio? ¿Solo llevamos pocas sesiones? A mí me ha parecido más tiempo, de verdad, siento que he estado aquí meses, me gusta venir y pensar y que pueda tener ideas sobre lo que me pasa*» (sesión 4).

De igual manera, Itzel comentó lo siguiente cuando el proceso estaba en las últimas sesiones: «*Te agradezco porque me ayudaste mucho a sacar aquello que no quería ver y ocultar pero que me lastimaba sin importar cuánto tiempo pasara, no me arrepiento de venir aquí. He aprendido mucho, más de lo que esperaba, la verdad es que no pensé que pudiera llegar a hacer las cosas que hoy puedo hacer, no solo conocer y manejar a El fuego que*

*aparecía antes para darme miedo, sino también para descubrir otras partes de mí»* (sesión 15). Las palabras anteriores, nos permite visibilizar que el motivo de consulta que Itzel refirió al principio de la intervención, no sólo fue abordado y trabajado, sino como extensión a la resolución del problema o conflicto, ella permitió reconstruir la forma en la que se veía a sí misma, de tal manera que le hizo habitar identidades preferidas.

Itzel resaltó las ventajas de su asistencia a consulta, así como la empatía hacia personas que vivieron una situación similar a la suya, mencionando que, definitivamente, la intervención de la que fue parte la ayudó a llegar a su bienestar psicológico. Asimismo, agrega: *«Me siento muy bien de haber venido aquí, haber contado mi historia, recuerdo que antes me daba miedo y pensaba que no tenía caso, pero en realidad no me arrepiento de haberlo hecho. Sé que antes me mantuve callada y eso no me hacía bien, yo me imagino que muchas otras mujeres chicas, pequeñas o grandes pasaron alguna vez lo mismo que yo, me gustaría decirles que no se callaran, que lo mejor que pueden hacer es buscar ayuda psicológica y no se arrepentirán»* (sesión 16).

Por último, ella refirió en consulta: *«Pues, si de algo me ha servido el venir aquí, es a ocuparme de las cosas, cuando me atacaron no hice nada, pasó el tiempo ¿Cuánto tiempo pasó? cinco años pasaron... Me quedé callada hasta que vi la necesidad de hablarlo. Ahora, no quiero que pase lo mismo, ahora quiero ocuparme de las cosas que pasan en mi vida cuando tenga que ocuparme, arreglarlas y hacerme cargo, no quiero que me vuelva a pasar lo mismo»* (sesión 14). Lo anterior, nos permite conocer que el relato comentado sobre hacerse cargo de las cosas que sucedían en su vida no era exclusivo del porqué Itzel asistía al proceso de intervención, sino que podía extenderse a otras situaciones de su vida, lo que nos puede dar la pauta a pensar que éste era un espacio que propició cambios favorecedores más allá que la resolución de motivo de consulta.



#### **4.2.2. Evaluación sobre la aplicabilidad y utilidad de la terapia narrativa**

El presente apartado se basa en el objetivo específico número dos del presente apartado, dicha evaluación se basó en el análisis de contenido realizado por la terapeuta, surgido de los discursos de la consultante a lo largo de la intervención. A continuación, se describen los efectos de las estrategias de la terapia narrativa como la externalización, la identificación de los acontecimientos extraordinarios, una nueva toma de postura ante el problema y la importancia de las imágenes, durante las sesiones y en la vida de la consultante.

##### **Sobre la externalización: Del fuego amenazante a un fuego comprendido.**

Las primeras sesiones proporcionan el panorama que muestra los efectos del abuso sexual y dan pie a una conversación específica enfocada a proponer la estrategia de externalización del problema. Itzel describía que el miedo e inseguridad eran percibidos para ella como un fuego que ataca su vida, metáfora que resultó provechosa y usada en gran parte de la intervención. Prueba de ello, es lo que menciona en una de las primeras sesiones: *«Es una sensación que vine, que siento en mi cuerpo y es caliente, como si fuera un incendio... Es como un fuego que se mantiene ahí y me abraza. Es un fuego que aparece muy seguido, no es muy grande, de hecho, es un fuego pequeño, pero parece que en cualquier momento podría descontrolarse... Quizás, como un incendio forestal»* (sesión 4). Aunado a lo anterior, agrega: *«Es un fuego que quiere descontrolarse, y yo lo quiero controlar, no lo quiero apagar solo controlarlo porque si lo apagamos no existiría y el fuego, cierta medida, puede ser bueno. No podemos estar sin miedo e inseguridad por completo»* (sesión 4). De esta manera, a partir de la necesidad de querer controlar y manejar al fuego que llega a su vida como una manifestación de miedo e inseguridad, se postula control y manejo de *ese fuego amenazante* como una de las metas terapéuticas.

Una de las formas en las que como terapeutas narrativos nos podemos dar cuenta de que esta estrategia funciona en las consultas es, ser honestos y transparente en el uso de esta clase de recursos, por lo tanto, cuando se reflexiona acerca sobre la utilidad del fuego en su vida, Itzel narra: *«Cuando estaba el miedo ni sabía qué hacer, cómo reaccionar pero si aparece el fuego, se me hace fácil tener una visión de él, es como si fuera una persona que puedo conocer mejor y siento está más presente»* (sesión 4). Le preguntó de qué manera está más presente y cómo se da cuenta de ello y refiere: *«Es que si, es como si fuera una persona, así lo puedo conocer mejor, impulsarlo a algo bueno (a El fuego) y como que es más fácil que antes cuando no sabía qué iba a pasar a cada rato o cada día»* (sesión 4). Los relatos como los anteriores nos dieron la pauta de continuar con la estrategia y el misterio de ese fuego amenazante.

El control y manejo del fuego no fue la única idea que Itzel obtuvo en nuestras conversaciones, prueba de ello son las narrativas que surgen sesiones posteriores, por ejemplo: *«Quiero que ese fuego se transforme en otras cosas. ...Quiero que se transforme en pasión y que me ayude a otras cosas»*, *«Quiero dominarlo y controlarle, lo opuesto a mí, quiero impulsarlo a algo bueno, como dije, quiero controlarlo yo a él, no que me controle el a mí»* y *«Quiero saber qué más pasará con el fuego»* (sesión 4).

Hasta la primera parte de la intervención, el fuego amenazante había tenido una serie de cambios y transformaciones muy interesantes. En primer lugar, surge la idea de querer controlarlo, dominarlo, interés en usarlo para algo bueno e incluso, convertirlo en pasión. Sin embargo, las conversaciones dan un giro hacia el conocimiento del fuego fuera del espacio terapéutico, con su familia. Hubo una ocasión que se le pregunta a Itzel si su familia tenía conocimiento de la existencia del fuego y ella menciona que había hablado con su mamá acerca éste y que a ella le había parecido una idea rara, y que sus hermanos y su padre sabían que asistía con una psicóloga pero que no de que trataba dicha atención.

En ese punto, se le pregunta sobre lo que ella cree que pensarían sus familiares del uso que ella le da al fuego y contesta: «*Se sentirían sorprendidos, dirían: “Por fin sale esa Itzel”. También se sentirían felices por mí*» (sesión 7). De esta manera, pensar en la posible respuesta de sus familiares, le permitieron tener a Itzel, la seguridad de que los efectos del proceso de intervención, incluida la puesta en marcha de la externalización, traerían no sólo satisfacción para ella, sino también para sus personas cercanas más queridas.

Como se puede leer, la externalización, estrategia creada por White y Epston (1997, 2001, 2010) resultó provechosa para Itzel. A lo largo de las sesiones, el fuego amenazante evoluciona de tal manera, que la consultante lo describe como un tema que puede dominar y que, si su vida fuera como un archivero, el fuego estaría en un cajón de situaciones analizadas, entendidas y controladas. Ella menciona: «*Imagino mi vida como el archivero de allá (en el consultorio) y el fuego se encuentra en el cajón de abajo, ya sé lo que pasa con él, es más, está en una carpeta que leí varias veces y que sólo es necesario revisar muy de vez en cuando... Ya he entendido el fuego, me cae bien, conozco su propósito, ya hicimos las paces*» (sesión 14).

### **Un descubrimiento por aquí y otro por allá: los acontecimientos extraordinarios.**

En la segunda fase de la intervención se llevó a cabo una serie de conversaciones que permitieron ver ese territorio ganado por el miedo durante estos últimos cinco años, como un miedo que no se presentaba otras áreas de la vida de Itzel y señalaban la contradicción de la trama inicial. La mayoría de las semanas, Itzel compartía experiencias que implicaban el traslado de su casa a la escuela o viceversa, el transportarse en un autobús o el caminar en calles y avenidas.

En relación a las ocasiones en las que Itzel camina de un lugar a otro, uno de los momentos que ejemplifican la presencia de un acontecimiento extraordinario es el relato de una noche en la que concluyen sus clases y se dirige hacia su casa, narrando: «*Estaba saliendo*

*de la escuela y era de noche cuando me iba a mi casa. Por mi casa, la verdad, las calles están muy oscuras, hay poca luz y desde la parada de cuando me bajo del camión hacia mi casa, tengo que caminar como tres cuadras largas. Por un momento, pensé en bajarme de la banqueta e ir caminando por la calle, pero algo me dijo que no, que siguiera caminando y caminé por la oscuridad» (sesión 6).*

Otro ejemplo surge cuando en otra ocasión, Itzel iba caminando hacia la iglesia y unas personas le gritan palabras con una connotación sexual provocándole temor de que le hicieran daño. Sin embargo, ella menciona que aquellas personas siguieron en su coche, a lo que ella respondió: *«Esa persona me grito cosas en la calle, me dio miedo, pero no me afectó como otras veces» (sesión 11).*

Asimismo, Itzel mencionó en una de las conversaciones que al salir de su casa vio a dos hombres parados frente a la banqueta, al otro lado de la otra acera. Ella refirió que por un momento pensó en la posibilidad de salir por la parte trasera de su casa, sin embargo, se preguntó el porqué de tal decisión. En primer lugar, Itzel se cuestiona el salir por la puerta de atrás de su casa, como lo hubiese podido hacer en otras ocasiones. En segundo lugar, mencionó que en esta ocasión elaboró una serie de estrategias para poder defenderse, desde correr si creía que la seguían o buscar ayuda con una vecina cercana, una actitud que no se permitía tener en ocasiones pasadas.

En relación al transporte público, Itzel narró diversas anécdotas y sus reacciones inusuales en las que destaca una ocasión en la que ella mencionó atreverse a sentarse en la parte de atrás de un camión muy cerca de un hombre, acción que no había realizado desde hacía tiempo atrás donde describe: *«Me dije “¿Qué más puede pasar Itzel? Ya, siéntate” y me senté. ... “Aquí no pasa nada, tranquila, solo son unos minutos” y, ya, me quedé ahí normal en el camión» (sesión 8).*

Como pudo leerse, se hicieron presentes situaciones en donde el problema no existió, no tuvo la misma intensidad que otras ocasiones o bien, era controlado por la consultante, mismos que se convirtieron una parte importante del proceso terapéutico. La particularidad de estos acontecimientos fue de gran ayuda para la consultante y la reforzaron a continuar con curiosidad y atrevimiento a realizar acciones diferentes.

### **Una nueva postura ante el problema.**

Una toma de postura diferente permitió que, aún en los momentos que percibía como peligrosos en un espacio público, Itzel tuviera la capacidad de discriminar una situación realmente peligrosa de otra que era producto de su imaginación, aspecto que antes de tomar el proceso terapéutico le era difícil percibir. Ella comenta en una ocasión: *«Me paré en una esquina después de caminar varios minutos, volteé a ver con mi visión periférica hacia atrás y obvio, nadie venía y me pregunté por qué aún seguía sintiendo el miedo en esta vez si ya no me pasaba desde hacía tiempo, me pareció muy extraño... Después continué caminando hasta que llegué a mi casa y tampoco sentí la seguridad que puedo sentir en otros momentos, en otras ocasiones, pero bueno, el chiste es que llegué y sí pensé en lo bueno que era por haber llegado y me dije a mi misma, bueno, puedes imaginar a la seguridad y así como que me puse a hacerlo y me sentí muy bien, imaginé como me sentía segura en otras veces y en ese momento pude sentirme tranquila. ... ¿Yo puedo ser mi autoterapeuta?»* (sesión 15).

Asimismo, se le pregunta qué opina de que la experiencia que vivió, le suceda a otras personas y comparte: *«Veo las noticias y miro que formo parte de las estadísticas de las que se habla, platicando con mi hermana, le decía que no entiendo como no pude decir nada, que me llevaran a algún psicólogo, nada y me calle y viví todo los días ese miedo que me pasara algo. Ahora que se lo que siento, la verdad creo que era ridículo, suena feo pero si era ridículo como veía las cosas, pero qué bueno que me paso a mí y no a mi hermana. Creo que lo mejor*

*que se tiene que hacer es no quedarse callada, no quedarse callada» y, agrega «después de que te sientes herida, te das cuenta de que hay alguien que pasó lo mismo que tú» (sesión 15). La toma de postura mediante los relatos expuestos al final de la intervención, fueron palabras que Itzel no había dicho anteriormente y que surgen como resultado de ver al abuso sexual desde un punto de vista social y político, ejercicio que dentro de la terapia narrativa tiene un papel fundamental.*

Se consiguió visualizar recursos personales que llevaron a Itzel a percatarse que tiene la capacidad de cuidarse a sí misma, defenderse y en general, que le permiten mirar opciones que antes no percibía. Ella comenta: *«Yo misma sé que tengo “un botón de seguridad interno” que me ayuda a cuidarme, se lo que puedo hacer ahora... Tengo opciones y antes no las veía, sé que yo puedo cuidarme y no paralizarme como lo hacía antes» y, agrega: «Ese botón me hace estar preparada, sé que puedo hacer algo al respecto y no permitir que nadie me haga daño» (sesión 15).*

### **Las imágenes en el proceso terapéutico.**

El uso de imágenes en el proceso de intervención desató una serie de reflexiones y, es precisamente esta razón, que nos lleva a incluirla en este apartado. Desde la primera ocasión que se sugirió dibujar, Itzel y yo nos dimos cuenta que esta herramienta tenía un potencial para ser usado en futuras sesiones.

La primera vez que se hace uso de dicha estrategia, surge cuando se le sugiere a Itzel hacer un dibujo de la transformación del fuego en su vida (ver Apéndice A), en donde ella menciona: *«La historia de El fuego comienza cuando éste empieza siendo miedo a que se repita aquel momento cuando me tocaron, pero después, este mismo fuego se ha convertido en algo dentro de mí, que controla el miedo» (sesión 7).* En otra ocasión, la realización del dibujo le da sentido a la experiencia que tuvo cuando unos hombres que encontró en la calle le gritaron

palabras con una connotación sexual a Itzel (ver Apéndice B), siendo capaz de crear un nuevo significado para el suceso, ella dijo: *«Qué bueno que hicimos el dibujo, me ayudó a pensar mejor las cosas, sé que voy a estar bien»* (sesión 11).

De igual forma, en una ocasión cuando ella menciona sentir que el miedo quiso meterse dentro de ella, dice que quiere dibujar para explicarme mejor la situación (ver Apéndice C), por lo que se le proporciona hojas, lápiz y colores y empieza a dibujar lo descrito, ella agregó: *«Realmente sentí que quería meter dentro de mí, venía desde fuera y quería dominarme, pero no logró entrar»* (sesión 12), relato que dio pie a tener una conversación sobre lo que significó para ella combatir al miedo y en la que dice *«creo que la nueva Itzel le diría a la antigua que lo logramos* (sesión 12)».

De esta manera, los dibujos fortalecen aquellas conversaciones desarrolladas en las sesiones y, además, permiten ser una herramienta que permite adentrarse en el lenguaje, simbología, convicciones, sueños, logros y expectativas por parte de Itzel. Cuando llegaba el momento en el que ella sentía que tenía que hacer un dibujo para explicar y dar forma a las palabras dichas, el contexto terapéutico se llenaba de un aura de curiosidad genuina e interés por conocer la realidad percibida por Itzel, lo que propiciaba una fuerte alianza y sentido de cooperación terapéutica.

#### **4.2.3. Evaluar los cambios generados en el significado del miedo y la inseguridad de estar espacios exteriores mediante el análisis de la historia alternativa con**

Las siguientes líneas se basaron en el tercer objetivo específico del presente capítulo, en el que se evaluaron los cambios que el miedo e inseguridad de estar en lugares públicos obtuvieron a lo largo de la intervención, por medio del análisis de la historia alternativa generada dentro el proceso terapéutico. De esta manera, durante la intervención tuvieron lugar tantas narrativas posibles, cada una conectada a las vivencias de Itzel y contagiada de una

realidad diferente conforme pasaban las sesiones. A la par de que Itzel se percataba de su emoción e interés para realizar algunas actividades aun con miedo e inseguridad, el sentido de agencia personal se fue fortaleciendo de tal manera que la consultante se adueñó de él y empezó a habitar sus historias alternativas, quitándole fuerza a las historias dominantes.

Para tener una idea de las narrativas iniciales y finales se presentan los siguientes discursos: «*Mi vida es como una escena de película de terror, una de esas de suspenso donde no sabes que pasar y mientras pasan o no pasan cosas tienes miedo y no sabes qué hacer con eso*» (sesión 4). En las sesiones finales del proceso de intervención, se dio cabida a las historias que pasan de ser dominadas por el problema, hacia aquellas que se conocen como alternativas, marcadas de un significado esperanzador. Ella narró al final del proceso de intervención: «*A veces me pongo a pensar en esa persona que me hizo daño, me daba una sensación de disgusto en pensar en la situación... Con el tiempo, digo, no sé qué haya pasado con él y creo que no me importa... Sólo sé que siento un progreso. Mi familia se siente orgullosa de mí, dicen que les da gusto ver esa parte de mí que hacía falta mostrar, seguridad*» (sesión 15).

De igual manera, al invitar a Itzel a hacer un recuento de las cosas que podía hacer a raíz de su asistencia a las sesiones, narra que en los autobuses y transporte público ha cambiado la percepción que tiene de sus actividades de la vida cotidiana. Ha sido evidente, que Itzel ha desarrollado estrategias útiles para sí misma, desde el prepararse para subir a estos, saber que puede encontrar todo tipo de personas, ya sea hombres o mujeres, y que sabe que puede estar sentada o parada cerca de hombres controlando aquel miedo que pueda colarse en ocasiones, hasta mencionar que el miedo e inseguridad no se hacen presentes por días enteros, lo que hace posible que ella pueda concentrarse en otros acontecimientos que surgen en su vida y sus relaciones.



Asimismo, señala que, al caminar en las calles, no tiene la necesidad de concentrar su atención completamente manteniendo a salvo, sino también, tiene el interés de escuchar música con sus audífonos, actividad que sabe que la distrae de estar alerta a su ambiente, lo que pudiera percibirse como una muestra de mayor seguridad y confianza en su entorno. Ella menciona en una de las sesiones: *«Me he sentido bien, a veces, me pongo mis audífonos y escucho música y eso me ayuda. Solo observo a las personas atenta, pero casi no me da miedo, solo estoy al pendiente y ya. Aun evito sentarme con hombres o estar cerca de ellos en los camiones, pero, particularmente, agrada cómo me siento»* (sesión 10).

Al final del proceso, surge un tema inesperado en las conversaciones, las relaciones románticas con personas del sexo opuesto. Itzel narra que empezó a gustarle un chico de su iglesia que toca guitarra, con él que toma clases los sábados. Al mencionar el acontecimiento, se le nota con una sonrisa y comenta: *«Ya le dije a mi mamá y a mi hermana, pero no saben quién es, me da pena que lo descubran... Ya me habían gustado otros chicos, pero nunca había estado cerca como con Julio»* (sesión 15). Al preguntar cómo es que surge el interés en acercarse a un chico, y qué pasa con el tema del miedo e inseguridad y si tiene o no cabida en esta área de su vida, Itzel menciona que está sorprendida porque no tiene miedo a acercarse a él, sobre todo por la dificultad que había tenido antes en relacionarse con algunos compañeros hombres en la escuela, sin embargo, ella menciona que desde que viene a terapia puede entenderse mejor a sí misma, refiriendo: *«También sé que es algo natural, y que yo puedo acercarme a un muchacho si me cae bien, sobre todo si es un chico educado y decente»*(sesión 15). Lo anterior, muestra que el problema es una entidad o tema que ella misma empezó a elegir no relacionar con los nuevos acercamientos o relaciones en su vida reciente.

La autopercepción de Itzel a partir de la intervención, cambia con el paso de las sesiones, iniciando con una visión de sí misma como una persona con miedo e inseguridad a una Itzel con nuevas cualidades. Ella refiere: *«Bueno, podría decir que yo soy Itzel Campos y*

*soy una persona introspectiva, soy Itzel Campos y ahora puedo reconocer lo que siento, soy Itzel Campos y sé lo que pasa conmigo y entenderme a mí misma, yo sola»* (sesión 14). Asimismo, se percibe a sí misma con un cambio en su voz, refiriendo: *«Siento que hablo diferente, como que mi tono de voz es diferente, es un tono de voz diferente y éste se conecta con la capacidad de controlar y manejar sus sentimientos»* (sesión 16). Lo anterior, es una muestra de que en los procesos de intervención cínica, no existen daños colaterales, sino cambios favorables colaterales, mismos que, sin lugar a dudas, permiten dar pistas de un futuro panorama esperanzador.

## 5. CAPITULO V. Discusión y conclusiones

El abuso sexual en la infancia y adolescencia genera una serie de efectos perjudiciales en la vida de las personas e incluso los familiares, mismos que no se limitan a consecuencias o cambios físicos, sino también a psicológicos y, por ende, desestructura aquella realidad construida sobre uno mismo, sobre las relaciones y sobre el mundo que le rodea. Como consecuencia, se tiene la percepción generalizada de un ambiente hostil y priva a las personas de concebir un mundo amigable, justo y esperanzador.

La presente investigación tuvo como objetivo propiciar una intervención psicológica que disminuyera los efectos negativos de la experiencia de abuso sexual y promoviera el bienestar psicológico de la consultante por medio de la terapia narrativa. A lo largo de este proceso se mostraron una serie de inquietudes y temores por parte de Itzel, a los que se les fue dando forma por medio de la exploración de la historia saturada del problema y la externalización, las negociaciones de significados acerca del evento abusivo, hasta llegar a la elaboración de una historia alterna y preferida que brindó satisfacción y orgullo a la consultante, además de herramientas para la construcción de una imagen de sí misma renovada y con múltiples cualidades.

Durante del desarrollo del presente se describieron distintas fases de intervención, desde el recorrido por las primeras sesiones con la consultante para adentrarnos a su historia personal, el hacer uso de una serie de estrategias que se creían viables y favorables para la disminución de los efectos del problema llevado al consultorio, hasta la fase de verificación de los resultados de dichas prácticas. En esta última fase, se dará voz a aquellos hallazgos y aportaciones percibidas, a las limitaciones que servirán de ayuda para crear nuevas y mejores ideas sobre el tema y, por último, propuestas y sugerencias que hagan de este trabajo un recurso útil para futuros proyectos e investigaciones.

## 5.1. Hallazgos

White y Epston (2010) referían continuamente que el problema es el problema, que la persona no es el problema, y por tanto, que la relación de la persona con éste es la que se convierte en el verdadero problema; dicha idea sentó las bases en el proceso con Itzel, ya que dentro de los recursos utilizados en las sesiones, la creación de los personajes como el fuego amenazante, la blandura protegida y el miedo queriendo adentrarse en el cuerpo de Itzel, fueron recursos bastante útiles para el comienzo de una negociación sobre significado y la intención del miedo e inseguridad en la vida de la consultante.

El uso de la externalización fue una estrategia clave para los cambios de discurso de la consultante. White y Epston (2010) mencionaban que dicho recurso era desarrollado con mayor o menor facilidad y eficiencia dependiendo de los clientes o motivos de consulta, y en este caso, fue el parteaguas para la movilización de una postura diferente ante el problema y los posteriores acontecimientos extraordinarios.

Sin lugar a dudas, el empleo de una estrategia como la externalización y una metáfora personalizada, impregnada de aquellas creencias, sueños y convicciones de la consultante, permitieron tener un mejor entendimiento del problema, lo que favoreció el proceso terapéutico. Además, el hecho de tomar el lenguaje metafórico y hacerlo parte no sólo de la vida de la consultante, sino de la vida de la terapeuta, hizo del contexto terapéutico un espacio de confianza, creatividad y complicidad favorables para la relación consultante-terapeuta, uno de los postulados de la terapia narrativa.

Asimismo, resaltan la utilidad de las preguntas que se diseñan en la terapia narrativa, ya que se introducen a las conversaciones como si fueran piezas de un rompecabezas que embonan muy bien, pieza por pieza, pero que no se sabe la imagen que pueda quedar al final del armado. Esto quiere decir, que se realizan preguntas de las que no se sabe la respuesta, una

particularidad del enfoque. Y es que, a diferencia de otras posturas tradicionales donde se proporcionan significados del terapeuta hacia el consultante, se pierden un sinnúmero de narraciones y oportunidades para que la persona describa su propio problema, cambios, expectativas y logros con un lenguaje único y personalizado. Por ende, el proceso se vuelve un espacio para crear personajes y metáforas, sin juzgarles de extraños, anormales o patologizantes (White, 1997, 2002; White y Epston, 2010).

En esta misma línea, al motivar a la consultante a ver aquellas brechas que contradecían una trama inicial, inclusive si éstas eran pequeñas, nos dimos cuenta de que sesión tras sesión las brechas eran cada vez más grandes, llegando un punto en el que las sesiones estaban más plagadas de acontecimientos extraordinarios que de relatos saturados del problema. Lo anterior, postula el poder del lenguaje y cómo una pequeña variante al momento de relatar los sucesos, puede desencadenar narrativas más positivas acerca de la vida de las personas, que traigan consigo la deconstrucción de una realidad que se daba por sentada y que se percibía como definitiva e irrevocable.

De igual manera, en la terapia narrativa se hace uso de recursos como cartas y documentos terapéuticos, sin embargo, en esta intervención los dibujos fueron los que generaban narrativas cargadas de emociones poderosas y daban mayor realce a las narrativas sobre la realidad percibida por Itzel. Duarte (2016) señala que las imágenes desatan una cadena de asociaciones íntimas y permiten sacar a la luz tesoros personales, recuerdos profundos más valorados y ayudan a recuperar convicciones, ideas, sueños y esperanzas de lo que se quiere en la vida y, además, la conexión con una imagen evocativa le da fuerza a la persona que consulta, le motiva, le impulsa a reflexionar.

En el caso de la figura del terapeuta, definida como una postura descentrada, jugó un papel de co-investigadora que preguntaba, exploraba, guiaba y facilitaba el acceso a la historia

completa, construyendo andamiajes para ir dando acceso de la historia que se tenía en primer plano hacia las historias que emergían en segundo plano, y que dieron la bienvenida a la construcción de una identidad más enriquecedora en la consultante (González y Campillo, 2016).

Desde el principio, el proceso comenzó con una actitud de curiosidad por parte de la terapeuta, mismas que fue contagiando a Itzel, hasta dar paso a sus experiencias, su propio lenguaje, la creación de sus metáforas y, por ende, cambios y resultados que ella misma se iba planteando. Esto nos permite conectar con las ideas de Foucault (como se cita en White y Epston, 2010) donde los saberes del terapeuta sobran y donde la capacidad de los consultantes emergen para empezar a reforzar aquellas fortalezas, habilidades y valores ocultos en la historias saturada del problema.

## **5.2. Aportaciones**

El realizar esta investigación aplicada, cuyas variables o temas se han leído a lo largo de la misma, nos lleva a pensar en la importancia de la cultura y sociedad dentro de los procesos psicológicos en la vida de las personas. Tal como White (2010) mencionó en muchas ocasiones, las personas se construyen en las relaciones y, por lo tanto, la identidad es como una pizarra cuyas experiencias y aprendizajes pueden escribirse y re-escribirse a favor de ellas. De esta manera, los profesionales de la salud mental cuya preferencia por el trabajo clínico se basa en las prácticas o terapia narrativa, presentan un panorama que permite dar a conocer a las personas como las protagonistas de sus propias historias y expertas en sus propias vidas y, en consecuencia, se genera un sentido de agencia personal e incluso, cambios favorables con mayor rapidez en comparación con otros enfoques terapéuticos.

Dentro de las aportaciones que se pueden reportar el presente estudio, resalta el hecho de que el abuso sexual ocurrido en una ocasión no es menos significativo que el abuso sexual

recurrente. En el caso de la consultante, quien vivió la experiencia abusiva en una ocasión, existieron repercusiones en su vida cotidiana de tal magnitud que fue necesaria la intervención psicológica, por lo que es importante que dentro del ámbito clínico no se subestimen aquellas experiencias que pudieran considerarse de menor gravedad que otras.

Por último, el proceso de intervención con la consultante se dio cinco años posteriores al abuso sexual, lo que determina que las personas que viven este fenómeno pueden manifestar severas consecuencias, no sólo a corto sino a largo plazo como lo describen diversas investigaciones. Sin embargo, la respuesta de la consultante acerca del porqué asistir a consulta en ese momento y abordar el tema de abuso sexual, en donde menciona que sentía que su miedo estaba descontrolado, nos lleva a pensar que cada persona es dueña de sus tiempos y llamados personales para decidir sobre el inicio de un proceso psicológico. Lo anterior, pudo ser un factor importante para que el desarrollo de los cambios favorables se diera rápidamente.

### **5.3. Limitaciones**

Mediante la implementación y difusión de la intervención con la consultante, se pretendió ampliar y profundizar el trabajo en materia de intervención psicológica que se realiza con personas que viven abuso sexual en algún momento de sus vidas, en este caso, la adolescencia. Sin embargo, en este caso específico, surgieron algunos imprevistos en materia de intervención, que son importantes de compartir.

Durante los encuentros con Itzel, algunas de las sesiones no se enfocaron exclusivamente en la temática de abuso sexual ya que conversaciones sobre el futuro escolar y laboral, así como la probable separación de los padres de la consultante, tomaron relevancia. Por lo tanto, existieron sesiones con una focalización de lleno a estos tópicos por parte de Itzel, debido a que en esos momentos era imprescindible para ella reflexionar sobre ellos e incluso tomar una postura al respecto después de traerlos a la luz y darles voz.

Asimismo, existieron las pausas escolares dentro del contexto escolar de la consultante, mismas que impedían tener un proceso continuo. Sin embargo, a pesar de las ocasiones con carencia de compatibilidad en tiempos y espacios, existió el compromiso de ambas partes en el proceso terapéutico cuando el calendario escolar se reanudaba.

#### **5.4. Propuestas y sugerencias para investigaciones futuras**

Las personas que experimentan abuso sexual en algún momento de sus vidas tienen distintos tipos de reacciones y efectos, así como necesidades psicológicas. Esta intervención, permitió darle voz a una adolescente cuya vivencia plasmada anteriormente, ocurrió en una sola ocasión, sin embargo, las consecuencias del abuso sexual se desarrollaron con el paso de los años, manteniéndose y creciendo, de tal manera que para ella, un estilo de vida sumergido en el miedo, suspicacia e intranquilidad en ambientes exteriores, la hicieron percibirse a sí misma como una candidata para un proceso terapéutico.

Lo anterior, permite reflexionar sobre la manera en la que las personas que pasan por una experiencia de violencia o trauma, le hace frente a la problemática. La decisión de pedir ayuda e determinado momento, no es algo que deba ser juzgado por los profesionales de la psicología, por lo que es imperante mencionar que tener una apertura y empatía con las personas que padecen alguna clase de violencia, es un requisito fundamental para establecer una relación terapéutica sana que sentará las bases de la colaboración durante proceso terapéutico.

Asimismo, la visibilización de los resultados de la intervención psicológica en casos no denunciados y poco recurrentes puede abonar en gran medida a investigaciones ya existentes en el tema. Es de conocimiento general que las estadísticas sobre la incidencia y prevalencia del abuso sexual en nuestro contexto cultural, ocurra con mayor frecuencia, por lo que impone una exigencia a su formación y práctica.



Respecto al impacto del fenómeno en las familias, se considera necesaria la investigación de casos con personas cuyos familiares también tienen alguna repercusión psicológica a raíz de abuso sexual cometido a un familiar menor de edad. Es importante tomar en cuenta que los familiares son víctimas secundarias, por lo que reconocer sus experiencias es tan válido e importante como la atención brindada a las personas abusadas sexualmente.

Por último, cabe resaltar que el modelo teórico empleado en la investigación es aplicable a casos similares, ya sea individual, colectivo e incluso en terapia grupal debido a la postura crítica en relación a las violencias que ocurren en nuestros contextos. Además de para fines de investigación, se considera que documentos como el presente, pueden abonar en gran manera para la creación de políticas públicas e institucionales en relación al abuso sexual, tanto en el caso de mujeres como de hombres, así como a la generación y reforzamiento de campañas y programas sobre el abuso sexual infantil y adolescente con un enfoque en salud mental.

## **5.5. Conclusiones generales**

En el desarrollo del presente se plasmó el caso de Itzel, donde se ilustra una historia encabezada por el miedo e inseguridad día a día, a raíz de la experiencia de abuso sexual vivida y, como usualmente ocurren con las historias saturadas del problema, conceptualizadas en la terapia narrativa, en la vida de Itzel se favorecía una única versión, la percepción de un mundo amenazante y peligros potenciales acechando, así como el recuerdo de que pudiera ser violentada sexualmente, como sucedió hacia cinco años atrás. Una vez que se estableció la historia saturada del problema y el discurso dominante de Itzel, se exploraron los recursos personales donde se conocieron sus expectativas y el deseo de realizar actividades de la vida cotidiana acompañada de tranquilidad y seguridad. El interés por construir nuevas alternativas y engrosar su versión de la historia dio paso a una intervención usando estrategias de la terapia

narrativa que llevaran cabo algo estrategias para alejar aquel miedo e inseguridad que Itzel no quería en su vida.

En primer lugar, la consultante se permitió aceptar que había emociones acumuladas y escondidas que no había podido decir en relación al suceso, incluso con su familia, porque pensaba ya no eran válidas porque había pasado mucho tiempo y pensaba que, si las guardaba, las olvidaría o desaparecerían con el tiempo; el miedo y la tranquilidad fueron aparcando la mayor parte de su realidad, acompañándola día con día, y cerrando las puertas para encontrar alternativas y posibles soluciones. Sin embargo, una de las brechas que se pudieron encontrar en aquella construcción de historias respecto a lo que había pasado con su vida después del abuso sexual y cómo se percibía un nueva Itzel, fue el hecho de que ella se encontraba decidida a hacer algo al respecto.

Sin lugar a dudas, el reconocer que existían momentos y situaciones que estaban fuera de su alcance, como el día que sintió tanto miedo al ir caminando hacía su casa y el reconocer que necesitaba ayuda y, que dicha ayuda podría ser aquel módulo de atención psicológica que había visto en su escuela, mismo que había negado a ver como una opción de ayuda en distintas ocasiones, fueron señales que Itzel se permitió replantear. A partir de ello, Itzel se permitió reconocer como un persona interesada por su bienestar y dispuesta a realizar lo necesario para conseguirlo, una toma de postura que fue favorecedora en el proceso de intervención.

La actitud curiosa de Itzel dio paso a la creación de El fuego amenazante, personaje protagonista durante la primera parte de la intervención y que pasó por una transformación interesante, desde temerle si se descontrolara para convertirse en un incendio forestal, verlo como un acompañante no tan querido para ella, el interés por manejarlo e impulsarlo a hacer cosas buenas, la expectativa de transformarlo en pasión y, el logro de cambiarlo de bando para que el miedo trabajará a su favor y no en su contra. Las facetas de El fuego amenazante fueron

tan diversas que se desarrollaron conversaciones que hacían de Itzel y la terapeuta, unas detectives del villano no tan villano del fuego. Fue bastante fructífero darse cuenta de las otras intenciones escondidas de aquel fuego al que se le quitó el adjetivo “amenazante”, ya que fueron un puente hacia narrativas que permitían conocer la realidad de Itzel y el potencial para ir cambiando gradualmente para su propio bienestar. Itzel empezó a percatarse de que el análisis del fuego tenía como consecuencia el ganar terreno en su propia vida y empezar a habitar identidades preferidas y favorecedoras.

Con el paso del tiempo, Itzel empezaba a arriesgarse a sentarse cerca de alguna persona del sexo opuesto, ir a la parte de atrás de los camiones, a caminar por calles poco transitadas y por aquellas calles que hacían llegar más rápido a su casa pero que por ser oscuras, no caminaba desde hacía tiempo. Los resultados de las estrategias empleadas desde la terapia narrativa, fueron darle la bienvenida a una Itzel, renovada y con una mejor visión de sí misma, que fue tomando fuerza sesión tras sesión. La nueva Itzel fue percibida por su contexto familiar, en el que la felicitaban por la seguridad que demostraba. El mismo proceso de intervención permitió que Itzel se acercara aún más a su madre, quien era una testigo atenta y constante de los logros que ella tenía en el transporte público, paradas y calles, incluso al ir a la tienda de la esquina.

Hacia el término del proceso, fueron evidentes los cambios percibidos por Itzel y la terapeuta, dando paso a una historia con múltiples relatos tan satisfactorios que opacaban aquel miedo e inseguridad que alguna vez habían protagonizado su vida. Itzel mencionaba que aunque sentía que había trabajado por hacer con ella misma, había muchas cualidades desarrolladas y fortalecidas para saber cómo continuar con su trabajo ella misma, que le parecía muy poco el tiempo en consulta para derribar aquellas fuerzas oscuras de una historia limitante que duró cinco años y, que de ahora en adelante quería ocuparse de lo que sucediera en su vida y no permitir que algún obstáculo le llevarán hacia un camino poco favorecedor para ella.

Para finalizar este apartado y la investigación, es un deseo mencionar que la experiencia clínica con la consultante mediante la terapia narrativa fue satisfactoria y con buenos resultados no sólo para ella misma, sino también para la terapeuta. Sin lugar a dudas, el conocer diversas historias sobre el tema de abuso sexual permite que los aprendizajes obtenidos puedan ser de gran ayuda a casos similares. Asimismo, el tener una postura de colaboración más que de una figura de autoridad cuyos saberes son transmitidos a un consultante, marca la pauta para que estos puedan verse a sí mismos como verdaderos protagonistas y expertos en sus vidas.

La nueva versión construida sobre Itzel en el mundo se basó fundamentalmente en la filosofía que la terapia narrativa tiene de que las personas pueden editar una y otra vez sus vidas y realidades con el fin de tener versiones preferidas, lo que da sentido al ejercicio de explorar y analizar las historias saturadas del problema y las historias alternativas durante las conversaciones en el proceso de intervención.

Se observó que las preguntas realizadas eran generadoras de narraciones y re-narraciones que tuvieron la finalidad de recalcar el poder del lenguaje y que las palabras con las que se describa al mundo pueden definir los significados que tenemos acerca de él. Por lo tanto, encontrar una brecha en el discurso de las personas puede abrir puertas hacia realidades desconocidas y sorprendentemente más conciliadoras y esperanzadoras.

Finalmente, como profesionales de la salud mental, es imperante recordar uno de los mensajes que se transmiten mediante esta postura, independientemente si es o no un estilo elegido de trabajo, el cual menciona que en el quehacer clínico ninguna verdad es contundente ni debe darse por sentada y que las personas tienen el potencial de deconstruir y reconstruir, cuantas veces sea necesario o requerido, sus realidades, a ellos mismos y a sus relaciones.

## Referencias

- Capella C. (2011). *Hacia narrativas de superación: El desafío para la psicoterapia con adolescentes de integrar la experiencia de agresión sexual a la identidad personal.* (Tesis doctoral) Recuperado de <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/112610/cs39ccs992.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cámara de Diputados LXII Legislatura (2013) *Información estadística y cualitativa sobre violencia en la niñez y en la adolescencia (delitos sexuales) en las entidades federativas.* Recuperado de [file:///C:/Users/PCSOFF/Downloads/IEC\\_SVNAD%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/PCSOFF/Downloads/IEC_SVNAD%20(4).pdf)
- Campillo, M. (s.f.) *El Uso de la Metáfora y la Terapia de Juego en la Conversación Externalizante.* Recuperado de <http://www.paginasprodigy.com/hipnosis-capaf/pdefes/ponencia%20pagina.pdf>
- Cantón, D. y Cortés, M. (2015). Consecuencias del abuso sexual infantil: una revisión de las variables intervinientes. *Anales de Psicología*, 31(2), 607-614. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.2.180771>
- Cantón, J. y Cortés, M. (2010) *Guía para la evaluación del abuso sexual infantil.* Madrid, España: Pirámide.
- Castillo, G. (13 de enero de 2017). Abuso sexual infantil preocupa en Yucatán. *Desde el balcón, miradas libres.* Recuperado de <http://www.desdeelbalcon.com/abuso-sexual-infantil-preocupa-en-yucatan/#.WUzupI1-1s>
- Castillo, I., Ledo, H., & Del Pino, Y. (2012) Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico. *Norte de salud mental.* Recuperado de [file:///C:/Users/PCSOFF/Downloads/Dialnet-TecnicasNarrativasUnEnfoquePsicoterapeutico-3910979%20\(5\).pdf](file:///C:/Users/PCSOFF/Downloads/Dialnet-TecnicasNarrativasUnEnfoquePsicoterapeutico-3910979%20(5).pdf)

Artículo 309, Código Penal del Estado de Yucatán. Congreso de Yucatán, Mérida, Yucatán, 22 de junio de 2018.

Duarte, M. (25 de febrero de 2016). El uso de imágenes en las conversaciones narrativas [Mensaje de un blog]. Terapia Narrativa Coyoacán. Recuperado de <http://terapiannarrativacoyoacan.blogspot.com/2016/02/el-uso-de-imagenes-en-las.html>

Durrant, M. y White C. (1996). *Terapia del abuso sexual*. Barcelona, España: Gedisa.

Echeburúa E. y Redondo S. (2010) *¿Por qué víctima es femenino y agresor masculino? La violencia contra la pareja y las agresiones sexuales*. Madrid, España: Pirámide.

Echeburúa, E. y Guerricaechevarría. (2011) Tratamiento psicológico de las víctimas de abuso sexual infantil intrafamiliar: un enfoque integrador. *Psicología Conductual*. Recuperado de <http://www.ehu.es/echeburua/pdfs/ASI.pdf>

Eslava – Schmalbalch, J. y Alzate, A. (2011). Cómo elaborar la discusión de un artículo científico. Recuperado de <http://www.sccot.org.co/pdf/RevistaDigital/25-01-2011/04ElaborarDiscusion.pdf>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2014). *Hidden in plain sight: A statistical analysis of violence against children*. Recuperado de [http://files.unicef.org/publications/files/Hidden\\_in\\_plain\\_sight\\_statistical\\_analysis\\_EN\\_3\\_Sept\\_2014.pdf](http://files.unicef.org/publications/files/Hidden_in_plain_sight_statistical_analysis_EN_3_Sept_2014.pdf)

Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (2016). *Abuso sexual contra niños, niñas y adolescentes: Una guía para tomar acciones y proteger sus derechos*. Recuperado de [https://www.unicef.org/argentina/spanish/proteccion-AbusoSexual\\_contra\\_NNyA-2016.pdf](https://www.unicef.org/argentina/spanish/proteccion-AbusoSexual_contra_NNyA-2016.pdf)

Freeman, J., Epston, D. y Lovobits, D. (2001) *Terapia narrativa para niños. Aproximación a los conflictos a través del juego.* Barcelona: Paidós.

García, C., Loredó, A, y Gómez, M. (2009) *Guía para la atención del abuso sexual infantil.* Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2009/apm092e.pdf>

González, S. y Campillo, M. (2016). *Análisis de las intervenciones en la terapia narrativa: a través de los mapas de las conversaciones. Procesos psicológicos y sociales.* <https://www.uv.mx/psicologia/files/2016/10/Shiray.pdf>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2016). *Violencia contra niñas, niños y adolescentes: consideraciones conceptuales, metodológicas y empíricas para el caso de México.* Recuperado de [http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva\\_estruc/702825088927.pdf](http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/702825088927.pdf)

López De Martín, S. (2011). *Terapias breves: la propuesta de Michael White y David Epston. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR.* Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

López, F. (2010). *Los abusos sexuales a menores y otras formas de maltrato sexual.* Madrid, España: Síntesis.

Marín, R., Ramírez, N., y Valderrama, K. (2016). *Aproximación a la noción de posmodernidad en Terapia Familiar Sistémica. Revista Fundación Universitaria Luis Amigó.* Recuperado de <file:///C:/Users/PCSOFF/Downloads/1894-7461-1-PB.pdf>

Mardones, R., y Albornoz, Andrés. (2014). *Una reflexión sobre la terapia narrativa en contexto de formación y aplicación. Ajayu, Órgano de Difusión Científica del Departamento de*

*Psicología UCBSB*, 12(1), 100-119. Recuperado en 12 de julio de 2018, de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612014000100006&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612014000100006&lng=es&tlng=es).

Organización Panamericana de Salud. (2016). *INSPIRE. Siete estrategias para poner fin a la violencia contra los niños y las niñas*. Recuperado de <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/33741/9789275319413-spa.pdf?sequence=7&isAllowed=y>

Payne, M. (2002). *Terapia Narrativa: Una introducción para profesionales*. Barcelona, España: Paidós.

Quiñones, C. (2012) *Protocolo de reparación psicológica para menores víctimas de delitos sexuales que acuden a interponer su denuncia*. Yucatán, México: Universidad Autónoma de Yucatán.

Ramos, R. (2001). *Narrativas contadas, narrativas vividas*. Barcelona, España: Paidós.

Rodríguez, B. y Fernández, A. (2012) *Terapia narrativa basada en atención plena para la depresión*. Recuperado de: <https://books.google.com.mx/books?id=mZn-DQAAQBAJ&pg=PT51&dq=terapia+narrativa&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjzfnXlvLTTAhVCwFQKHUOXDF0Q6AEILjAC#v=onepage&q=terapia%20narrativa&f=false>

Rodríguez, E., Álvarez, M., García-Castrillón, F., Moreno, A., Del Pino, J., Guillén, M. y Asensio, L. (2012) *Los gritos de mi silencio, violencia y abuso sexual en la infancia*. Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?id=8pWGCwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=>



[los+gritos+de+mi+silencio&hl=es&sa=X&redir\\_esc=y&output=reader&pg=GBS.PT3](http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/131608/Memoria%20L.Rodr%C3%A9guez%20FINAL.pdf?sequence=1)

2

Rodríguez, L. (2014). Narrativas de cambio y fortalecimiento: Una aproximación al proceso de superación de experiencias de agresión sexual en niños y niñas. Recuperado de <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/131608/Memoria%20L.Rodr%C3%A9guez%20FINAL.pdf?sequence=1>

Russel, S. & Carey, M. (2004). Narrative Therapy: Responding to your questions. *Dulwich Centre Publications*. Recuperado de [https://narrativepractices.com.au/attach/pdf/MR5\\_Estructuralismo\\_y\\_Postestructuralismo.pdf](https://narrativepractices.com.au/attach/pdf/MR5_Estructuralismo_y_Postestructuralismo.pdf)

Vargas, Z. (2008). La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica. *Educación*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/440/44015082010.pdf>

Velázquez, M.; González, L. y Delgadillo, L. (2013 sin mes). Abuso sexual infantil, técnicas básicas para su atención. *Reflexiones*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72927050010>

Wainer, A. (2012) Estudios de caso único en el campo de la investigación actual en psicología clínica. *Subjetividad y procesos cognitivos*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3396/339630260010.pdf>

White, M. (1997). *Guía para una terapia familiar sistémica*. Barcelona: Gedisa.

White, M. (2002). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona: Gedisa.

White, M. (2002). *Reescribir la vida, entrevistas y ensayos*. Barcelona: Gedisa.

White, M. y Epston, D. (2010) *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona, España: Paidós.

Yashiro, T. (6 de mayo de 2015). “Recuperando la vida con mis manos”. La “toma de postura” en la terapia narrativa como un camino para la recuperación de la agencia personal en la vida[Mensaje de un blog]. Terapia Narrativa Coyoacán. Recuperado de <http://terapiannarrativacoyoacan.blogspot.com/2015/05/recuperando-la-vida-con-mis-manos-la.html#more>

Zlachevsky, A. (2 de diciembre de 2012). Constructividad y Razón narrativa: Bases para un operar en terapia narrativa. *Revista de Psicología*. Recuperado de [www.redalyc.org/pdf/264/26424861010.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/264/26424861010.pdf)

## Apéndice A

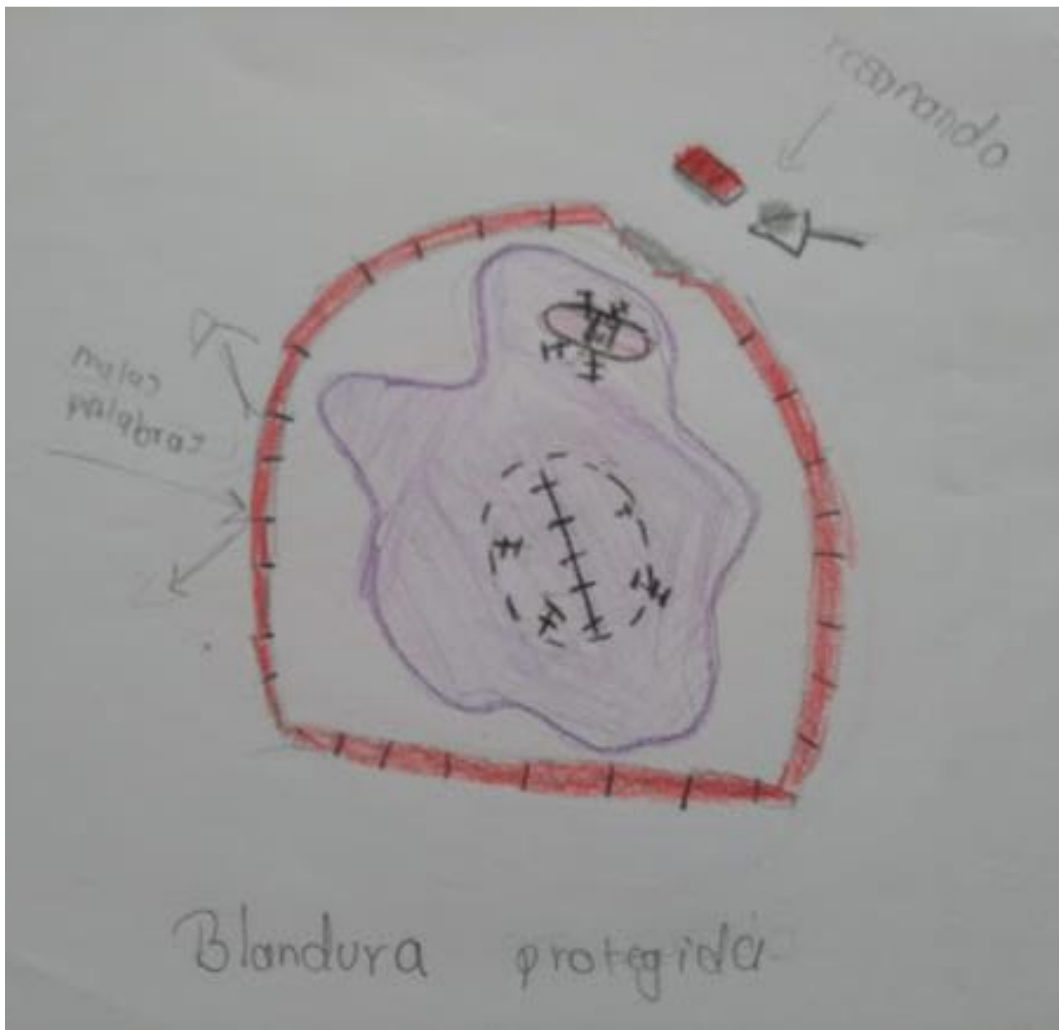
La historia del fuego de Itzel

→ Este fuego comenzó siendo miedo a que se repitiese aquel momento cuando me tocaron

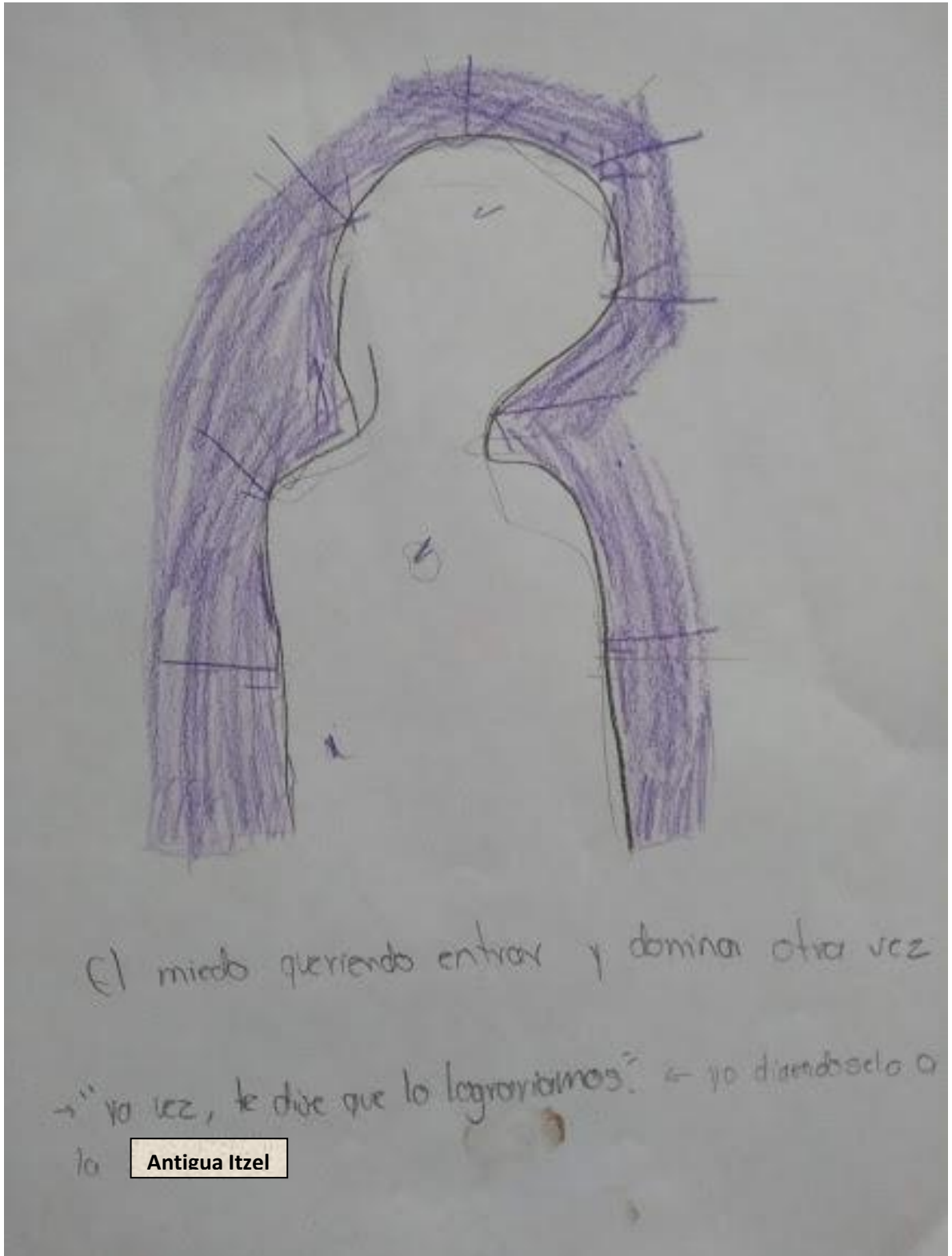


→ Este mismo fuego se ha convertido en algo dentro de mí, que controla al miedo

## Apéndice B



## Apéndice C



Antigua Itzel