



UNIVERSIDAD DE VALPARAÍSO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

**“ACOMPañAMIENTO FAMILIAR MEDIANTE LAS PRACTICAS NARRATIVAS
PARA PREVENIR EL AGRAVAMIENTO DEL DUELO POR COVID-19”**

POR:

ASTRID SANHUEZA

PROFESOR GUÍA: CARLOS CLAVIJO

24 DE ABRIL DEL 2025

VALPARAÍSO, CHILE

AGRADECIMIENTOS

La motivación para realizar este estudio de caso surge en el año 2020, durante la pandemia por COVID-19, en el contexto de las medidas preventivas implementadas para evitar el contagio, como el aislamiento social. En ese periodo participé en un curso online de Muñecoterapia titulado “*El títere en pandemia*”, el cual invitaba a narrar, mediante la construcción de un muñeco en movimiento, la experiencia más significativa vivida durante el confinamiento.

La mayoría de los participantes representó historias relacionadas con la pérdida de la salud física y emocional, el alejamiento de las redes de apoyo, la pérdida de fuentes laborales, y la imposibilidad de despedirse de seres queridos fallecidos por el contagio, debido a la ausencia de rituales funerarios.

Estos relatos, cargados de simbolismo y emociones, me inspiraron a realizar este estudio de caso y a llevar a cabo un acompañamiento terapéutico enfocado en prevenir el agravamiento del duelo, apoyada de las prácticas narrativas, con una familia que había perdido a un integrante por COVID-19. A esta familia la acompañé durante seis meses, entre los años 2021 y 2022, mediante una modalidad híbrida (online y presencial).

Por lo mismo, quiero expresar mi más profundo agradecimiento a María y a su familia, quienes confiaron en este proceso y se sumaron en este viaje terapéutico co creando espacios de conversación y resignificación en su historia de pérdida.

A mi profesor guía, Sr. Carlos Clavijo López, por acompañarme en esta travesía con su comprensión, conocimientos y valiosas sugerencias.

También agradezco con todo mi corazón a mi hija Josefa, quien fue una fuente de inspiración constante para continuar y no abandonar este proceso de investigación.

Agradezco mi amigo Guillermo que siempre me recordaba lo importante que era este estudio de caso para mí.

A mi madre querida, que siempre me tuvo presente en sus oraciones.

Tremendamente agradecida de mis compañeras de Magister que a lo largo de este proceso, siempre me entregaron su comprensión y cariño.

Finalmente, a mi compañero gatuno Mantecado, quien fue mi co terapeuta durante el proceso de acompañamiento a María y a su familia, así como en la elaboración de este informe. Hace un mes, Mantecado partió de este mundo, dejándome como legado el profundo aprendizaje de que las formas en que construimos significados ante nuestras pérdidas son infinitas.

RESUMEN

El presente estudio de caso describe un proceso psicoterapéutico colaborativo, tanto individual como grupal, con una familia que enfrentó la pérdida de uno de sus integrantes a causa del contagio por COVID-19 en el año 2021.

La intervención se inició a partir de la coordinación con un profesional del CESFAM de Miraflores Alto, en Viña del Mar, quien entrega el contacto telefónico de María, quien había enviudado tras el fallecimiento de su esposo por COVID-19.

Ante la alta demanda de atención en el CESFAM y la necesidad de apoyo psicológico, María optó por participar voluntariamente en esta investigación, accediendo a terapia en consulta privada. A medida que avanzaba en el proceso terapéutico y fortalecía su confianza, decidió incorporar a otros miembros de su familia, realizando sesiones en modalidad híbrida (virtual y, posteriormente, presencial cuando las condiciones lo permitieron).

Durante el acompañamiento, se emplearon enfoques de Terapia Narrativa (White, 2007) y se utilizó la "Guía para Presentación de Estudios de Caso Pragmático en Psicoterapia", basada en la *pauta* Disciplined Inquiry de Peterson (1991). Se llevaron a cabo sesiones individuales con cada integrante y sesiones familiares conjuntas. Además, se realizaron dos encuentros presenciales en formato de visita domiciliaria, donde la terapeuta y la familia co-construyeron la metáfora de "El viaje en camioneta", una narrativa emergente del proceso terapéutico que representaba el duelo como un recorrido de transformación y resignificación.

La evaluación del proceso se realizó mediante el análisis de cinco escenas significativas para los participantes, utilizando la metodología de reconstrucción narrativa de la psicoterapia propuesta por Adler y McAdams (2007).

Adicionalmente, se aplicó el cuestionario OQ-45.2 a María, evidenciando resultados positivos en la terapia, los cuales fueron consistentes tanto con la evaluación psicométrica de María como con la percepción de los otros consultantes.

ÍNDICE

Resumen	4
1. Contexto del Caso y Método	11
1.1 Estrategias Metodológicas y Fuentes de Datos	14
1.2 Contexto Clínico	15
1.3 Medidas Éticas	¡Error!
Marcador no definido.6	
1.4 Relevancia del Estudio	¡Error!
Marcador no definido.7	
2. El Consultante	¡Error!
Marcador no definido.9	
2.1 Genograma	22
3. Concepción Guía	¡Error!
Marcador no definido.3	
3.1. Comprensión de la Naturaleza de los Problemas	23
3.1.2. Factores de riesgo Duelo Complicado	25
3.1.3 Modelos terapéuticos de Duelo	26
3.1.4 La visión del modelo terapéutico del duelo	29
3.1.5 La visión del modelo terapéutico del problema	30
3.1.6 Conversaciones de Reautoría.	32
3.1.7 Migración de Identidad	33
3.1.8 Documentos historias preferidas	34

3.1.9 Relación terapeuta consultante	35
3.2 Relación entre las categorías	35
3.2.3 Experiencias previas con casos similares	37
4. Evaluación de los problemas y objetivos del consultante	37
4.1 La historia del problema de María	38
4.2 La historia del problema de Tatiana	42
4.3 La historia del problema de Sergio	44
4.4 La historia del problema de Iván	46
4.5 La situación problemática de la Familia	49
4.6 Objetivos para el trabajo con la Familia	49
5. Formulación del Caso y Plan de Tratamiento	50
5.1 Historia Dominante y los problemas contenidos	50
5.2 Plan de Tratamiento	51
6. Curso de la Terapia	53
6.1 Tablas curso de la terapia	54
6.1.1 Comienzo del Viaje a nivel individual y grupal	60
6.1.2 Sesiones individuales María	61
6.1.3 Análisis conversación Externalización	61
6.2 Extracto conversación Externalización	62
6.2.1 Análisis Re autoría	63
6.2.2 Extracto conversación de Re autoría	64
6.2.3 Análisis de Re membresía	66
6.3 Sesiones Individuales Tatiana	68

6.3.1 Análisis conversación de Externalización	68
6.3.2 Extracto conversación de Externalización	70
6.3.3 Análisis conversación de Re autoría	71
6.3.4 Extracto conversación de Re autoría	72
6.3.5 Análisis conversación de Re membresía	73
6.3.6 Extracto conversación de Re membresía	74
6.4 Sesiones individuales con Sergio	76
6.4.1 Análisis de las conversaciones de Externalización	76
6.4.2 Extracto conversación de Externalización	77
6.4.3 Análisis conversación de Re autoría	78
6.4.4 Extracto conversación de Re autoría	80
6.4.5 Análisis conversación de Re membresía	81
6.4.6 Extracto conversación de Re membresía	81
6.5 Sesiones individuales con Iván	83
6.5.1 Análisis conversación de Externalización	83
6.5.2 Extracto conversación de Externalización	83
6.5.3 Análisis conversación de Re autoría	84
6.5.4 Extracto conversación de Re autoría	86
6.6. El paso de la sesión individual a grupal	87
6.6.1 Terapia grupal Viaje en Camioneta	87
6.6.2 Trabajo terapia grupal	88
6.6.3 Paraderos	90
6.7 Viaje en camioneta de María	94
6.7.1 Viaje en camioneta de Tatiana	96

6.7.2 Viaje en camioneta de Sergio	97
6.7.3. Iván como Testigo Externo	98
6.7.4 Resonancias de Iván frente al Viaje en Camioneta	99
6.8 Entrega de documentos	101
6.9 Análisis Grupal del Viaje en Camioneta	101
7. Monitoreo de la Terapia	104
7.1 Cinco extractos de escenas de la Entrevista estructurada	105
7.2 Análisis de la Aplicación del OQ-45.2	108
7.3 Recopilación de datos	110
7.4 Uso de la información de retroalimentación	110
8. Evaluación Final el Proceso de terapia, Resultados y Discusión	111
8.1 Conclusiones	111
8.2 Contraste de Narrativas	112
8.2.1 Contraste de Narrativas de María	112
8.2.2 Análisis Contraste de Narrativas María	113
8.3 Contraste de Narrativas de Tatiana	115
8.3.1 Análisis contraste Narrativas Tatiana	116
8.4 Contraste de Narrativas de Iván	117
8.4.1 Análisis de Narrativas de Iván	118
8.5 Contraste de Narrativas de Sergio	120
8.5.1 Análisis de Narrativas de Sergio	121
8.6 Análisis individual y grupal Entrevista Estructurada	122
9. Recuento sumario del desarrollo de la concepción guía	124
9.1 Evaluación de los problemas del consultante	124

9.2 Formulación del caso	125
9.3 Plan de Tratamiento	125
9.4 Conclusión	127
9.5. Monitoreo de la Terapia	127
9.6 Consideraciones finales	129
9.7 Sugerencias a psicólogos clínicos y futuros investigadores	130
10. Referencias	133
11 anexos	136

1. CONTEXTO DEL CASO Y MÉTODO

La muerte es un fenómeno natural e irreversible que, en algún momento, todas las personas deben enfrentar. Sin embargo, el impacto de la pandemia por COVID-19, originada en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan y propagada rápidamente a nivel mundial, generó millones de muertes, afectando profundamente a numerosas familias chilenas. En el país, se han reportado aproximadamente 60.000 fallecimientos relacionados con esta enfermedad. Según un estudio de la Universidad de Pensilvania (Verdery et al., 2020), por cada persona fallecida, al menos nueve individuos cercanos (cónyuge, hijos, nietos, hermanos, entre otros) experimentan un proceso de duelo. En base a esta estimación, se calcula que cerca de 540.000 personas en Chile han atravesado la pérdida de un ser querido a causa del COVID-19 (Dagnino, 2021). Las estrategias de afrontamiento se manifiestan de manera adaptativa o dependerán del contexto, utilizando recursos internos y externos ligados a la cultura, creencias y costumbres (Barco, J y Alberto, S 2020).

Los adultos mayores han sido identificados como la población más vulnerable al contagio, debido a un sistema inmunológico debilitado, la presencia de comorbilidades y una mayor probabilidad de mortalidad. En respuesta a esta situación, se implementaron medidas preventivas como el aislamiento, el distanciamiento social y el uso obligatorio de elementos de protección personal. Posteriormente, el desarrollo y aplicación de vacunas contra el COVID-19 permitió inducir inmunidad frente al virus SARS-CoV-2, reduciendo la propagación, la infección y la gravedad de la enfermedad en poblaciones de alto riesgo (OMS, 2021).

El establecimiento de protocolos sanitarios para el manejo de pacientes críticos y fallecidos por COVID-19 dio lugar a un fenómeno conocido como “duelo privado de derecho” (Albuquerque, 2021), concepto introducido por Kenneth Doka en 1989 para describir aquellas pérdidas que no son reconocidas, validadas socialmente o expresadas públicamente. Esta situación se alinea con la evidencia empírica, tanto pandémica como pre pandémica, que ha documentado los efectos negativos del aislamiento social y la falta de apoyo en los procesos de duelo (Harrop, 2023).

La ritualización y las prácticas funerarias cumplen un papel fundamental en la elaboración del duelo, ya que poseen un valor emocional, simbólico y comunicacional. Por ello, la imposibilidad de realizar ceremonias tradicionales afecta de manera significativa la salud emocional de los deudos (Dollenz & Sepúlveda, 2003). La versión más reciente del DSM-5-TR (2022) señala que la ausencia de rituales fúnebres adecuados constituye un factor de riesgo para el desarrollo del duelo complicado. Además, la muerte por COVID-19 ha sido clasificada como una “muerte inesperada y en soledad”, debido a la rápida progresión de la enfermedad, incluso en personas jóvenes, lo que generó altos niveles de ansiedad colectiva y una profunda sensación de incertidumbre ante la muerte que se produce en total soledad, sin poder despedirse, sin el abrazo y la caricia de los seres queridos (Ceberio, M 2021). El buen morir para algunos se relaciona a la posibilidad de morir sin dolor, con serenidad, acompañado, dando gracias, y reconciliados consigo mismo y con los demás (Portales, M y Beca, J ,2020).

El duelo complicado se manifiesta mediante respuestas emocionales, cognitivas, físicas y conductuales intensas y prolongadas, que dificultan la adaptación del individuo y su reintegración a la vida cotidiana. Un criterio fundamental para distinguir entre un duelo normativo y uno complicado es la duración e intensidad de los síntomas. Mientras que la tristeza

y la preocupación son esperables en los primeros meses posteriores a la pérdida, su persistencia en el tiempo puede indicar un cuadro clínico de mayor gravedad (Dollenz, 2003).

En el contexto de la Atención Primaria de Salud (APS), muchas personas buscan apoyo sin identificar explícitamente su malestar como parte de un proceso de duelo. Esto se debe, en parte, a que el duelo constituye una condición clínica “fronteriza”, cuyos síntomas pueden superponerse con los de otros trastornos psiquiátricos, lo que dificulta su diagnóstico y abordaje adecuado (García, 2020).

En Chile, la APS no cuenta con orientaciones técnicas específicas para el tratamiento del duelo, a diferencia de otras patologías incluidas en las Garantías Explícitas en Salud (GES). En general, el abordaje del duelo se realiza según niveles de intervención. En el nivel 1, se entregan atenciones médicas para problemáticas emocionales leves, incluyendo casos de duelo no resuelto. En el nivel 3, se brinda apoyo emocional y consejería en crisis, tanto a nivel individual como familiar, abordando situaciones de duelo y enfermedades psicosomáticas (Ministerio de Salud de Chile, 2012).

El enfoque del duelo en APS de otros países, como Cuba, resalta la importancia del monitoreo y seguimiento de estos procesos, dado que investigaciones han demostrado que el duelo es un factor de riesgo significativo para la salud integral. Puede desencadenar trastornos psicológicos y físicos, agravar condiciones crónicas preexistentes y aumentar conductas de riesgo como el consumo de alcohol, tabaco o fármacos. Asimismo, se ha reportado una alta tasa de morbimortalidad posterior a la viudez, lo que refuerza la necesidad de implementar estrategias preventivas específicas desde el primer nivel de atención (García-Viniegras, 2014).

En este sentido, el abordaje del duelo debe ser considerado una tarea preventiva prioritaria en APS, dado que en este nivel surgen muchas de las problemáticas de salud en las que el duelo puede constituir un factor de riesgo, tanto a nivel individual como familiar.

1.1. Estrategias Metodológicas y Fuentes de Datos

Esta investigación corresponde a un estudio de caso pragmático, cualitativo y clínico en el ámbito de la psicoterapia. Se estructuró en un formato descriptivo y narrativo, con un enfoque de coproducción entre la consultante y la terapeuta. Se realizaron sesiones individuales y grupales con la familia.

Las fuentes de datos incluyeron entrevistas clínicas, grabaciones de audio de una sesión intermedia para monitorear el proceso, transcripciones de los pasajes más relevantes y notas de cada sesión. Al finalizar las sesiones individuales, se implementó una autoevaluación del proceso terapéutico.

Para complementar el análisis cualitativo, se incorporó una fuente cuantitativa mediante el cuestionario OQ-45.2, validado para la población chilena por Bergen y De la Parra (2002). Este instrumento permitió evaluar la evolución terapéutica de la consultante inicial, aplicándose antes del inicio del tratamiento y después de la última sesión individual. Dado el contexto pandémico, su aplicación fue remota mediante video llamada. Se seleccionó por su facilidad y rapidez, permitiendo una comparación confiable de los resultados pre y post intervención.

Además, se utilizó la Reconstrucción Narrativa de la Psicoterapia de Adler y Mc Adams (2007), que es relevante porque permitió a los consultantes poder relatar en una trama las cinco escenas más significativas de la terapia, considerando todo aquello que pensaron y sintieron de aquello que llevaron a cabo en el proceso terapéutico y del significado que atribuyen a esos sucesos.

Finalmente, la investigación contó con la supervisión de un especialista calificado, quien asesoró en la producción y análisis de los datos y evaluó la pertinencia del estudio a lo largo de su desarrollo.

1.2. Contexto Clínico

El proceso de acompañamiento terapéutico se llevó a cabo de manera virtual, mediante sesiones individuales con cada una de las cuatro integrantes de la familia, iniciadas en distintas fechas.

Tanto los consultantes como la terapeuta acordaron reunirse una vez por semana, a las 20:00 horas, un horario que les permitía participar sin interferencias de responsabilidades laborales o familiares. Las sesiones se realizaron a través de la plataforma Zoom o mediante video llamadas por WhatsApp, utilizando sus teléfonos móviles. Cada consultante participó desde su dormitorio, en un espacio que garantizaba privacidad.

Una vez levantadas las restricciones de confinamiento, se realizaron dos sesiones presenciales en modalidad de visita domiciliaria, en las que participaron los cuatro consultantes junto a la

terapeuta. Estas instancias permitieron el encuentro presencial por primera vez y facilitaron la construcción de la metáfora terapéutica titulada *"El Viaje en Camioneta"*.

Durante la segunda visita, la terapeuta entregó dos documentos elaborados especialmente para el proceso: *"El Viaje en Camioneta"* y *"El Certificado de la Vida"*, este último diseñado como una alternativa simbólica al certificado de defunción. Ambos materiales fueron creados con el propósito de fortalecer las historias preferidas de la familia, a través de imágenes y relatos que honran la memoria del ser querido fallecido y la continuidad del vínculo con él.

El consentimiento informado fue presentado inicialmente mediante videollamada y posteriormente enviado por correo electrónico, junto con la Evaluación de Resultados y Evolución en Psicoterapia (OQ-45.2).

Al finalizar el proceso de intervención, tanto individual como familiar, se aplicó el cuestionario *"La reconstrucción narrativa de la psicoterapia"* (Adler & Mc Adams, 2007), también a través de video llamada.

1.3 Medidas Éticas

En esta investigación, se priorizó la legitimación del conocimiento local y la valoración de las formas propias de saber, hacer y comprender el mundo de los integrantes de la familia. No solo se reconoció el valor cultural de sus saberes, sino que estos fueron integrados activamente como fuentes legítimas de conocimiento dentro del proceso terapéutico (Tegama & Fox, 2022).

Asimismo, se evitó cualquier forma de enjuiciamiento moral, manteniendo una postura imparcial frente a las historias compartidas durante la interacción con los participantes. Se promovió la comprensión de las narrativas personales desde una perspectiva de benevolencia, compasión, empatía y solidaridad. Estas condiciones contribuyeron a crear un ambiente de seguridad y contención que resguardó el bienestar de quienes participaron en el estudio.

Para asegurar los principios de no maleficencia, justicia y equidad, se adoptaron diversas medidas éticas. Entre ellas, la protección de la confidencialidad e integridad de los participantes, mediante el uso de seudónimos en este documento. Además, se implementó un proceso de consentimiento informado, el cual fue leído y completado en línea. Este consentimiento fue diseñado considerando las particularidades de los participantes, e incluyó un resumen accesible de la metodología utilizada, con objetivos generales claramente definidos y acordados con la familia.

Se explicó de forma detallada el uso que se daría a los datos recopilados, y se proporcionó toda la información necesaria antes, durante y después de la colaboración. Asimismo, se garantizó la libertad de ingresar o retirarse del estudio en cualquier momento, respetando en todo momento la voluntad de los participantes.

1.4. Relevancia del Estudio

La pandemia de COVID-19 tuvo un impacto profundo en la vivencia del duelo, ya que las restricciones de confinamiento y el aislamiento social limitaron significativamente el acceso al apoyo emocional y comunitario. Estas condiciones dificultaron la realización de rituales de despedida, los cuales son fundamentales para un procesamiento saludable de la pérdida (Harrop, 2023).

Por otro lado, se ha evidenciado que el duelo por la muerte de un familiar y, en particular, la viudez conlleva un alto riesgo de morbimortalidad, con posibles efectos sobre los sistemas endocrino e inmune. Por ello, este fenómeno debe ser considerado una prioridad preventiva dentro de la Atención Primaria de Salud (APS) (García-Viniegras, 2014).

A partir de estos antecedentes, el presente estudio de caso adquiere especial relevancia al explorar una experiencia de prevención del agravamiento del duelo en una familia que enfrentó una pérdida repentina, sin posibilidad de realizar rituales ni de acceder a apoyo profesional inmediato.

Este estudio de caso puede contribuir al fortalecimiento de estrategias preventivas de intervención en duelo desde la APS, no solo vinculadas a pérdidas asociadas al COVID-19, sino también como una forma de visibilizar problemáticas de salud en las que el duelo puede constituir como un factor de riesgo, tanto a nivel individual como familiar.

Desde una perspectiva más amplia, en el abordaje clínico del duelo, se plantea también la importancia de considerar su acompañamiento desde una mirada preventiva. En este sentido, la Terapia Narrativa ofrece un aporte fundamental, al invitar a las personas a revisar y reconstruir

los significados compartidos con el ser querido fallecido. Estas conversaciones permiten dar coherencia a la propia historia de vida, al recordar el pasado y proyectarse hacia el futuro, posibilitando la mantención de un sentido de pertenencia a través de vínculos significativos, incluso después de la muerte.

2.- LA CONSULTANTE

María (nombre ficticio) es una mujer de 52 años, viuda, residente en Viña del Mar Alto. Se dedica a la venta de mercadería de una línea de cosméticos a los clientes de su sector y también arrienda cuatro habitaciones acondicionadas en el segundo piso de su vivienda. La mayor parte de los ingresos familiares provienen de este emprendimiento.

Creció en una familia cristiana evangélica. Su madre, Aurora, tiene 77 años, mientras que su padre, Manuel, falleció hace 30 años debido a complicaciones cardíacas. María tiene tres hermanos: Mario (58), Laura (51) y Gabriel (48). Durante su infancia, su familia atravesó dificultades económicas, lo que generó en María una profunda admiración por el esfuerzo y la dedicación de sus padres.

María cursó la enseñanza media en un programa de moda y, a los 17 años, comenzó a estudiar mecánica industrial en un instituto profesional. También trabajó como cuidadora de niños, lo que le permitió contribuir al bienestar de su familia e independizarse económicamente.

A los 17 años, conoció a Claudio, un hombre de 47 años en ese entonces, quien se convirtió en una figura protectora para ella. Aunque sus padres inicialmente se opusieron a la relación debido a la diferencia de edad, la unión fue sólida y estuvo marcada por el apoyo mutuo. Juntos tuvieron dos hijos: Tatiana (26), terapeuta ocupacional, y Sergio (17), estudiante de cuarto año de enseñanza media.

María inculcó en sus hijos los valores cristianos y la importancia de la comunidad, por lo que asisten regularmente a su congregación evangélica. Los miembros de la iglesia son considerados

por ella como una parte fundamental de su red de apoyo, y mantiene una gran confianza en su pastor.

Claudio trabajó durante muchos años como marinero mercante en el puerto de Valparaíso. Tras jubilarse, utilizó su indemnización para construir piezas en el segundo piso de la casa y comprar una camioneta. La familia utilizó la camioneta para realizar diversos viajes, y Claudio enseñó a María y a sus hijos a conducir, convirtiendo este vehículo en un símbolo de esfuerzo y de experiencias compartidas.

En 2019, María y su esposo planearon un viaje en camioneta al sur de Chile junto a sus hijos y el novio de Tatiana, Iván (29). Sin embargo, la pandemia de COVID-19 frustró sus planes.

En febrero de 2021, la familia se contagió de COVID-19. En ese momento, no existía inmunidad contra el virus, y las principales medidas preventivas eran el uso de mascarillas y el distanciamiento social. Iván asistió a una reunión en su comunidad evangélica, donde un participante que no había informado su diagnóstico positivo de PCR contagió al grupo y, posteriormente, a la familia de María.

Siguiendo los protocolos sanitarios, todos fueron derivados a residencias sanitarias. Claudio, quien había sido diagnosticado recientemente con cáncer gástrico, se mostró reacio a salir de casa, pero finalmente fue trasladado junto a su hijo Sergio. Con el paso de los días, la salud de María y Claudio empeoró, por lo que ambos fueron internados en el Hospital Gustavo Fricke de Viña del Mar. Sergio, en cambio, fue dado de alta y regresó a su hogar junto a su hermana.

María pasó una semana en estado crítico en la UCI del hospital, recibiendo apoyo de ventilación mecánica. Cuando comenzó a recuperarse, el equipo de enfermería le permitió visitar a Claudio

en su sala. Aunque él estaba sedado, pudieron conversar. Una semana después del alta de María, Claudio falleció.

La muerte de Claudio también tuvo un fuerte impacto en la relación de Tatiana e Iván, quienes, tras una intensa discusión, decidieron poner fin a su compromiso. Iván experimentó un profundo sentimiento de culpa.

Tras la pérdida de su esposo, María recibió una atención post alta por síntomas físicos y emocionales relacionados con el contagio y el duelo. Presentaba dolor corporal, fatiga, decaimiento, falta de apetito y dificultad para conciliar el sueño, por lo que fue derivada a nutricionista y matrona, pero no recibió apoyo farmacológico ni fue derivada con psicólogo.

Tiempo después, María solicitó atención de urgencia en su Cesfam, donde una profesional le proporcionó el contacto de la terapeuta. Expresó su necesidad de encontrar un espacio donde pudiera validar su dolor sin ser juzgada, ya que en su iglesia le sugerían "dar vuelta la página" y deshacerse de las pertenencias de su esposo.

El caso de María corresponde a un duelo normativo, que fue abordado de manera preventiva por la terapeuta para evitar el agravamiento del duelo, a través de la Terapia Narrativa.

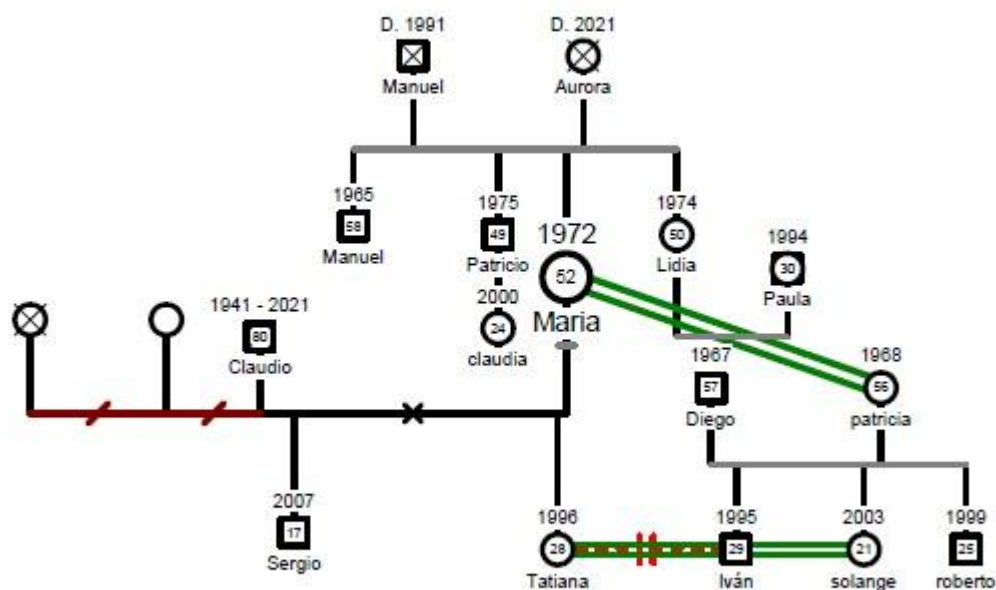
Por otro lado, la pérdida y el contagio generaron conflictos y rupturas dentro de la familia, debido a las tensiones en torno a la causa del contagio. María expresó su deseo de trabajar un objetivo individual y otro que le permitiera recuperar como familia la cercanía que tenían antes de la pandemia.

A medida que avanzó el proceso terapéutico, María invitó a sus hijos a participar. Tatiana, a su vez, invitó a Iván, lo que dio lugar a una intervención individual y paralela, con distintos tiempos de inicio, y finalmente se realizaron dos sesiones grupales en modalidad presencial.

2.1 . - Genograma

Representación gráfica básica de dos generaciones

Imagen 1



3.-CONCEPCION GUIA

3.1 Comprensión de la Naturaleza de los Problemas

La pérdida de un ser querido es un proceso de adaptación ante un acontecimiento estresante que favorece la aparición de una serie de síntomas emocionales, cognitivos, conductuales y fisiológicos desagradables que el doliente experimenta durante las semanas y meses posteriores a la pérdida, fenómeno comúnmente conocido como duelo (Parro E, 2021).

Estos síntomas generalmente disminuyen en intensidad a medida que se acepta la muerte y sus consecuencias (Jordan y Litz, 2014; Shear, 2015). Sin embargo, una minoría significativa de personas experimenta reacciones que persisten a largo plazo e interfieren con su vida cotidiana, lo que da lugar a lo que la literatura científica ha denominado duelo complicado (Parro E, 2021).

Entre los síntomas del duelo complicado se incluyen la evitación excesiva de recordatorios de la pérdida, la preocupación constante por el fallecido y la culpa excesiva del sobreviviente. Estos síntomas conducen a pensamientos disfuncionales, conductas desadaptativas y desregulación emocional. Además, el duelo complicado se asocia con una variedad de problemas de salud física y mental, así como con disfunción social, tales como presión arterial alta, enfermedades cardíacas, cáncer, ideación suicida, baja salud subjetiva, varios síntomas psiquiátricos, mala calidad de vida y vitalidad reducida (Nakajima, 2018).

En la actualidad, se identifican hasta tres entidades conceptuales relacionadas con el duelo complicado (Stroebe, 2017):

1. Duelo complicado (DC), propuesto por Shear et al. (2011)
2. Trastorno de Duelo Prolongado (TDP), propuesto por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018)
3. Trastorno de Duelo Complejo y Persistente (TDCP), incluido en el DSM-5 (APA, 2013)

Durante la actualización postpandemia del DSM-5-TR en 2022, se incorporó como criterio diagnóstico el trastorno de duelo prolongado, caracterizado por síntomas de mayor intensidad y que se prolongan en el tiempo. El criterio temporal para cada diagnóstico varía: seis meses para el DC, 12 meses para el TDP y el TDCP.

El DSM-5 (APA, 2013) establece que un factor importante en el diagnóstico diferencial entre duelo normal y patológico es el entorno cultural del doliente. El diagnóstico psicopatológico solo se realiza si las respuestas emocionales, cognitivas, conductuales y fisiológicas del doliente no se explican mejor por la presencia de ritos funerarios o por una concepción de la muerte y una respuesta de dolor socialmente aceptadas y normalizadas dentro de una cultura específica.

3.1.2 Algunos factores de riesgo que influyen en el desarrollo de un duelo complicado:

1. La relación de parentesco y el vínculo afectivo con el fallecido (los cónyuges o los padres suelen experimentar mayores niveles de duelo complicado).
2. Edad del fallecido (niños o jóvenes).
3. Tipo de muerte (repentina o traumática, homicidio o suicidio).

4. No poder despedirse del fallecido y que este muera fuera del hogar.
5. Antecedentes psicopatológicos del doliente, especialmente si está en tratamiento medicamentoso.
6. Dificultades económicas o estar en situación de desempleo.
7. Duelos anteriores no resueltos (Stroebe, 2017).
8. La falta de apoyo social, asumir en soledad el dolor y no poder recibir apoyo o solidaridad por parte de familiares y allegados durante los rituales funerarios y religiosos (Mortazavi, 2020).
9. Dificultades interpersonales dentro de la familia o en el lugar de trabajo (Stroebe, citado por García Hernández A., 2021).

Por otro lado, los factores de protección más investigados en la actualidad incluyen la resiliencia, la espiritualidad, el apego seguro, la gestión emocional, la capacidad de autocuidado y el apoyo social (García Hernández A., 2021).

3.1.3 Algunos modelos explicativos respecto del duelo

La psicología del duelo, especialmente en casos de duelo patológico, ha cobrado cada vez más relevancia en los últimos años, dado que muchas personas alrededor del mundo experimentan esta condición, especialmente en regiones afectadas por desastres y conflictos (Stroebe, M., 2017).

Diversos investigadores han propuesto teorías y modelos sobre el proceso de duelo, entre ellos, la teoría de las etapas, la teoría de las tareas y la teoría del proceso dual (Nakajima, S., 2018).

El enfoque de las etapas fue propuesto inicialmente por la doctora Elizabeth Kübler-Ross (1969) en su trabajo sobre el proceso de morir, y posteriormente se utilizó para explicar el proceso de duelo. Las etapas que identificó son: negación, ira/negociación, depresión y aceptación. Sin embargo, este enfoque ha recibido críticas, ya que diversos estudios han demostrado que no todos los dolientes atraviesan todas estas etapas ni de manera secuencial (Rico-Norman, 2017).

Por su parte, la teoría de las etapas propuesta por Bowlby y Parkes (1982) describe la adaptación al duelo durante un período de varias semanas a meses, estableciendo cuatro etapas: conmoción-aturdimiento, anhelo-búsqueda, desorganización-desesperación y reorganización. Este modelo se centra en el cambio emocional natural (Nakajima, S., 2018).

Desde la teoría del apego de Bowlby (2012), se considera que los vínculos son instintivos y característicos de muchas especies. El apego nutre el vínculo, y cuando este vínculo se ve amenazado o roto, surgen reacciones emocionales intensas. Así, el duelo se entiende como la respuesta a la ruptura del vínculo (Stroebe, M., 2017).

La teoría del proceso dual de Stroebe y Schut (1999) centra su atención en las dos estrategias de afrontamiento utilizadas por los dolientes para lidiar con los factores estresantes del duelo. Los dolientes oscilan entre dos tipos de afrontamiento: afrontamiento orientado a la pérdida y afrontamiento orientado a la restauración (Nakajima, S., 2018).

La teoría de las tareas de Worden (2008) coincide parcialmente con la teoría de etapas de Bowlby y Parkes, pero propone utilizar el término tarea en lugar de fase, dado que la tarea implica una participación por parte del doliente, mientras que la fase se entiende como un proceso pasivo. Las tareas del duelo incluyen: aceptación de la muerte, procesamiento del dolor,

adaptación al mundo sin el fallecido y reconocimiento del vínculo a lo largo del tiempo (Nakajima, S., 2018).

Desde el enfoque de tareas, Neimeyer (2007) y nuevamente Worden (2013) señalan que existen similitudes y pequeñas diferencias entre las tareas. Neimeyer, desde el construccionismo social, otorga mayor importancia a la construcción activa de significados por parte de las personas en el proceso de duelo (Nakajima, S., 2018).

Neimeyer (2015) propone criterios para el diseño de una teoría constructivista sobre el duelo, que deberían considerar lo siguiente:

1. Revelar las construcciones idiosincráticas sobre la muerte y los cambios que estas experimentan con el tiempo.
2. Reconocer el papel activo de las personas al enfrentar su pérdida, en lugar de considerarlas reactivas.
3. Ser descriptiva al explorar los significados personales de la pérdida sin sugerir qué aspectos son los más propios del duelo "normal".
4. Enfocarse en los significados que provocan nuestras respuestas emocionales, conductuales y somáticas, adoptando una interpretación holística de la adaptación.
5. Reconocer que la pérdida transforma el mundo de la persona de manera irreversible, en lugar de sugerir que la recuperación implica regresar a un estado previo.
6. Permitir el estudio y la inclusión del duelo en contextos sociales y familiares, respetando la individualidad de la pérdida.
7. La reconstrucción del significado destaca las sutiles diferencias en las reacciones de los dolientes que experimentan el mismo dolor por la misma pérdida.

8. El proceso de reconstrucción personal puede ser facilitado por creencias humanas o divinas, reconociendo la singularidad de los significados construidos por cada superviviente.
9. El modelo de reconstrucción del significado describe la pérdida como un viaje sin retorno, donde el doliente, acompañado de otros, da forma al ritmo y dirección de su proceso de duelo.
10. Para comprender las dificultades de los supervivientes, los profesionales deben desentrañar los diversos hilos de la construcción personal y social que se entretrejen para construir el tapiz de la pérdida de cada persona (Neimeyer, 2015).

3.1.4 La visión del modelo terapéutico respecto del duelo

Desde la Terapia Narrativa, Michael White (1988) propuso una nueva forma de abordar el duelo en su artículo *“Decir hola de nuevo”*, en el cual desafía la noción tradicional de que superar una pérdida implica desvincularse del fallecido. En contraste con el modelo normativo predominante —que promovía la metáfora de “decir adiós” como parte de la aceptación de la pérdida y la reconstrucción de una vida sin el ser querido—, White planteó que integrar la relación con la persona fallecida podía ser un camino más adecuado para la resolución del duelo (White, 2015).

A partir de su trabajo con personas que experimentaban un duelo complicado, White observó que muchas de ellas, además de la pérdida de su ser querido, sentían que habían perdido una parte significativa de su propia identidad. Esto generaba sentimientos de vacío y desolación, lo que lo llevó a explorar formas terapéuticas que permitieran reincorporar la relación con el fallecido en la vida de los dolientes. Inspirado por la antropóloga Bárbara Myerhoff y su metáfora de *“decir*

hola de nuevo”, desarrolló una perspectiva en la que las Conversaciones de Remembranza abren la posibilidad de enriquecer las versiones preferidas de identidad de los dolientes, rescatando los aprendizajes, valores y habilidades desarrollados en conjunto con el ser querido. Además, este enfoque ayuda a distinguir qué relaciones y narrativas fortalecen la identidad, permitiendo a los consultantes reafirmar aquellas que contribuyen positivamente a su bienestar emocional.

Otro aporte clave desde el enfoque narrativo es el trabajo de Lorraine Hedtke (2009), trabajadora social y académica, quien ha desarrollado intervenciones con equipos psicosociales y familias de niños con enfermedades terminales. Hedtke enfatiza la importancia de mantener viva la relación con la persona fallecida y continuar revisando y resignificando ese vínculo a lo largo del tiempo. Su propuesta destaca el potencial de las conversaciones colaborativas para generar nuevas historias de identidad, brindando a los dolientes la posibilidad de integrar la memoria de su ser querido en su vida cotidiana de manera enriquecedora.

3.1.5 La visión del modelo terapéutico respecto del problema

Michael White nos ofreció sus Mapas de las Prácticas Narrativas como una invitación a embarcarnos en un viaje a través de los relatos de las personas con quienes trabajamos en terapia. Estos mapas permiten explorar sus territorios vividos y rescatar aquellas historias que han quedado subyugadas por el peso de las narrativas dominantes. Funcionan como herramientas que facilitan este recorrido, guiando la construcción de relatos enriquecidos y promoviendo la apertura a la diversidad de caminos que pueden emerger en el proceso terapéutico.

En este viaje, el rol del terapeuta se asemeja más al de un acompañante que al de un portador de verdades sobre la vida de las personas. Son ellas quienes poseen la comprensión más profunda sobre sus propias experiencias. Un ejemplo de esto es el Mapa de Declaración de Posición, que proporciona un marco para indagar en lo que a las personas les importa y su postura frente a los problemas y preocupaciones que enfrentan, como en este caso, el duelo. A través de este mapa, la posición del terapeuta queda claramente definida: es descentrada, porque no impone interpretaciones ni asume autoridad sobre la experiencia de los consultantes; pero también es influyente, ya que, al introducir categorías de indagación, facilita que las personas definan su propia postura frente a las dificultades. De este modo, sus conocimientos y saberes se incorporan activamente en el proceso terapéutico, posicionándolas como protagonistas de su propia historia.

En el abordaje del duelo, la Terapia Narrativa propone alejarse de aquellas concepciones que reducen la experiencia de pérdida a diagnósticos o déficits. En su lugar, busca describir con mayor riqueza los saberes cotidianos y las habilidades que las personas movilizan para atravesar el duelo. Esta perspectiva se distancia de las interpretaciones patologizantes, que entienden el duelo como una desviación de la norma cultural, basada en la evolución temporal de síndromes que afectan el desempeño en áreas sociales, ocupacionales o emocionales (Nakajima, 2018). En este sentido, resulta fundamental destacar cómo las prácticas narrativas pueden ofrecer un enfoque liberador y esperanzador para quienes enfrentan una pérdida (White, 2002).

Uno de los principios clave de esta terapia es la posibilidad de escuchar el otro lado de la historia del dolor y la muerte, lo que Michael White (2000) denominó “escuchar lo ausente pero implícito”. Para ello, se utiliza la técnica de la doble escucha (White, 2000, 2007), que implica atender simultáneamente dos narrativas que coexisten: la del dolor, y la de la valoración de la

relación con la persona fallecida. Este enfoque permite identificar cómo un aspecto negativo se revela en contraste con un elemento positivo implícito que lo contradice. A través de esta técnica, es posible transformar pequeños momentos de diferencia en narrativas más amplias, partiendo de la premisa de que los breves instantes en los que la historia del dolor no domina completamente la vida de las personas pueden convertirse en la puerta de entrada a una nueva historia, alternativa a la pérdida (Hedtke, 2009).

Estas nuevas narrativas o desenlaces extraordinarios brindan una oportunidad de exploración tanto para la persona en duelo como para el terapeuta, en un proceso de co creación basado en la curiosidad y la apertura.

3.1.6 Conversaciones de Re autoría

En el duelo, las conversaciones de re-autoría ayudan a las personas a construir relatos más completos y significativos sobre sus experiencias. En este proceso, el terapeuta proporciona un andamiaje mediante preguntas orientadas a la descripción detallada de secuencias biográficas que han sido subyugadas por la narrativa dominante (White, 2007).

Estas conversaciones incluyen dos elementos fundamentales:

- El paisaje de la acción, compuesto por la secuencia de sucesos que configuran la trama y el hilo conductor de la historia, así como el tema que se manifiesta de manera subyacente.

- El paisaje de la identidad, que engloba lo que las personas que intervienen en la acción saben, piensan o sienten, así como lo que no saben, no piensan o no sienten, expresando conciencia acerca de los sucesos del paisaje de la acción y de quienes participan en él (Bruner, citado por White, 2007).

Ambos paisajes están orientados a construir un contexto que permita a las personas otorgar nuevos significados a hechos de sus propias vidas que, antes del ejercicio narrativo, pasaban desapercibidos o no se les asignaba el valor real que contenían como potencial desde la identidad del consultante. El paisaje de la acción contiene eventos conectados temporal y secuencialmente, dando lugar al despliegue de una trama. Esto posibilita la identificación del problema inserto en ella y su nombramiento, logrando así su cosificación. Al hacerlo, también surge la oportunidad de designar una contra-trama, permitiendo que la persona ejerza su influencia sobre el control del problema. Esto impulsa cambios en las conclusiones identitarias y la activación de la agencia personal, facilitando la construcción de una historia alternativa.

De esta manera, el proceso de cambio se desarrolla en una nueva narrativa del duelo que se adosa a la narrativa dominante, sin que esta desaparezca. Más bien, permite que la nueva historia — antes subyugada— se vuelva protagonista en la vida de la persona. Esto crea la oportunidad de re-narrar la historia y desarrollar nuevas conclusiones identitarias con relatos que otorguen un sentido activo de agencia personal.

3.1.7 Migración de Identidad

Respecto a los procesos que generan cambios en las historias de las personas, Michael White (1997) define la *migración de identidad* como una transición en la vida social que implica pasar de un estado a otro, y que se desarrolla en tres espacios o etapas:

1. Etapa de Separación: En esta fase se produce la externalización, lo que implica separar a la persona del problema y de la historia dominante que ha marcado su vivencia del duelo.
2. Etapa Liminal: Representa el trayecto que la persona debe recorrer, durante el cual adquiere conocimientos alternativos que le permiten acercarse a un nuevo territorio identitario más enriquecido.
3. Etapa de Reincorporación: También denominada “territorio preferido”, es cuando la persona ha asumido el cambio y comienza a vivir desde una identidad fortalecida. En esta fase, suele presentarse ante una audiencia o testigo externo significativo, capaz de resonar con las nuevas narrativas construidas.

Este mapa también orienta la postura del terapeuta, quien se sitúa como “descentrado pero influyente”, en tanto que son las propias personas quienes conducen su vida a partir de sus conocimientos y experiencias (Díaz Rubín, A., 2022).

3.1.8 Documentar historias preferidas

Una forma de seguir generando contexto en el que las historias negadas y las historias preferidas puedan ser reconocidas y honradas, es mediante la creación de documentos terapéuticos que fortalezcan las nuevas conclusiones identitarias. Estos documentos tienen como objetivo identificar los aspectos negados, pero que son valorados y preferidos por los participantes de la terapia. A menudo, los documentos generados por profesionales o instituciones tienden a enfocarse en describir a las personas desde una perspectiva de déficit. En contraste, los "contradocumentos", como diplomas o certificados, ofrecen una descripción que se aleja de la visión deficitaria, acercándose más a lo único y particular de cada consultante.

3.1.9 Relación Terapeuta Consultante

La relación se llevó a cabo de manera colaborativa y bidireccional, evitando así las dinámicas de poder en el contexto terapéutico.

El reconocimiento de los saberes de los miembros de la familia fue esencial para abordar los problemas de duelo en sus vidas.

Al unirse en un espíritu de colaboración, se generaron acciones que contribuyeron a crear nuevas posibilidades. De este modo, la terapeuta adoptó una postura más descentrada en su trabajo, siendo menos susceptible al agobio característico de las prácticas profesionales dominantes, en las que se espera que el terapeuta sea el experto que posee el conocimiento sobre lo que necesita la persona que consulta. A través de la práctica descentrada, la terapeuta evita desconectarse de

los contextos cotidianos de los consultantes, promoviendo, además, la responsabilidad sobre los efectos del trabajo realizado. Lo central en este enfoque es la conciencia y el conocimiento de los consultantes sobre su propia experiencia (White, 2002).

3.2.- Relación Entre las Categorías de Evaluación, Formulación, Curso y Monitoreo de la Terapia y la Cronología de la Terapia.

3.2.1 Evaluación de los problemas que presenta el consultante

La evaluación del motivo de consulta se llevó a cabo mediante una entrevista inicial, seguida de una profundización de narrativas a través del Mapa de Conversaciones de Externalización.

Este proceso facilitó la exploración de la experiencia del contagio y la pérdida, utilizando metáforas para representar la influencia del problema en diversos ámbitos de la vida (White, 2007).

A través de la externalización, se lograron identificar discursos dominantes sobre el contagio y el duelo, así como narrativas alternativas que surgieron de los propios consultantes. Esto permitió la co construcción de objetivos terapéuticos tanto a nivel individual como familiar, los cuales fueron explorados mediante los Mapas del enfoque narrativo.

El proceso terapéutico comenzó en julio de 2021 y concluyó el 14 de marzo de 2022. Se llevó a cabo en modalidad familiar en el domicilio de la consultante, con un seguimiento posterior.

La evaluación del proceso se realizó mediante el análisis de cinco escenas clave para los participantes, a través de entrevistas. La reconstrucción narrativa de la psicoterapia de Adler y Mc Adams (2007) fue utilizada, junto con el OQ-45.2 aplicado a María. Los resultados de la terapia fueron positivos, y se observó una coincidencia entre los instrumentos de evaluación y la percepción de los consultantes respecto al cumplimiento de sus objetivos en la psicoterapia.

3.2.3 Experiencia previa con casos similares

En pre grado, durante mi práctica clínica profesional en el Cesfam Reina Isabel de Valparaíso, acompañé a una mujer de 22 años que atravesaba un duelo anticipado debido a un embarazo anencefálico, donde el bebé nacería con un cerebro subdesarrollado y cráneo incompleto. A lo largo de tres meses, ayudé a la consultante a re narrar la historia relacional con su hijo, luego que un profesional de la salud la invita a desvincularse de su hijo.

Juntas, creamos un objetivo: *"ver a su hijo con los ojos del amor"*, a través de las conversaciones de Reautoría aparecieron estos nuevos relatos e historias, todo aquello que había sido opacado por el discurso dominante del profesional. Estos nuevos relatos hacían justicia a este vínculo que, si existía, resaltando la existencia de su hijo a través del nombre elegido, el baby shower y otros

actos de amor. Tras el fallecimiento de su hijo, continué el seguimiento, destacando cómo la familia recordaba las acciones que defendieron la dignidad de su hijo.

Posteriormente, trabajando como psicóloga en sistema residencial, facilité el taller “Aventura en Bicicleta” entre los años 2017 y 2020, con jóvenes institucionalizadas junto a sus tutores.

4.- EVALUACION DE LOS PROBLEMAS, OBJETIVOS, FORTALEZAS E HISTORIA DEL CONSULTANTE

Descripción de las Relaciones Interpersonales entre el Consultante y su Familia, la Situación Problemática y su Evaluación.

En esta sección se realizó una descripción de los elementos históricos que representan la situación actual de los consultantes, como la historia del problema familiar que los trae a consultar, y el contexto en donde se han configurado las relaciones interpersonales, así como los recursos detectables de cada uno de los participantes.

Por otro lado, se indagó en las narrativas iniciales de los consultantes, que corresponde al territorio de las dificultades y que contiene aquellos relatos dominantes relacionados con la historia del contagio y de la muerte, como consecuencia del Covid-19.

Más adelante, en este documento, se hace un contraste entre narrativas iniciales, otras en tránsito y otras finales, con el propósito de conocer la evolución de estas narrativas a lo largo de la intervención.

4.1 La Historia del Problema de María

María pertenece a una congregación cristiana y siente que sus amigas de la iglesia no comprenden cómo quiere vivir su duelo. Ellas le sugieren "soltar" a Claudio, "dar vuelta a la página", invitándola a rehacer su vida. Se siente sola en su dolor, lo que la afecta profundamente, a menudo, no tiene ánimos ni de levantarse por las mañanas y se siente culpable por no poder rendir como antes de la pérdida, pues antes realizaba distintas labores como entregar mercadería en su camioneta o preocuparse de la mantención de las habitaciones que arrienda en el segundo piso de su vivienda y cuidar a su madre postrada dos veces en la semana.

El Contexto Familiar

El esposo de María falleció el 6 de marzo debido al Covid-19, tras un contagio vinculado a un evento religioso. Aunque Iván, el novio de su hija Tatiana, fue el contacto estrecho, María no lo responsabiliza, sino que culpa a la congregación que organizó la reunión. Tatiana e Iván terminaron su relación tras una discusión posterior al contagio. María percibe a su hija emocionalmente contenida y a su hijo Sergio retraído, encerrado en su habitación y sin interés en

sus actividades habituales. Actualmente, cada miembro de la familia vive su duelo de forma aislada.

La Situación Problemática

María llega a sesión inundada de problemas relacionados con los discursos dominantes asociados al duelo normativo, que le exigen avanzar cumpliendo etapas del duelo, sintiéndose inadecuada porque sus amigas le invitan a dar vuelta la página y María encuentra que es muy pronto para olvidar y rehacer su vida *“siento que no tengo un espacio para llorar la muerte de mi esposo o de hablar de él sin que me miren como diciendo...ya está bueno, de vuelta la página...e incluso me han dicho que regale sus cosas”*.

Discurso dominante que la presiona a funcionar y ser productiva incluso si se siente triste o sin energías, señalando: *“antes que pasara esto, hacia todas las cosas del día y ahora no puedo, hay momentos en el día en que me quedo pegada”*. Durante la sesión, se desahoga llora y además manifiesta una gran preocupación por su hija Tatiana: *“la veo muy para adentro, conteniendo sus emociones”*.

Narrativas Iniciales

Narrativas asociadas a conceptos como la desesperanza, melancolía, pena, injusticia, inutilidad, incompreensión, no poder vivir el duelo como ella quiere, sentirse sin apoyo, no saber cómo apoyar a otros, creando conclusiones identitarias que le hacen pensar que su dolor no es legítimo

y que no es capaz de sacar adelante a sus hijos: *“Claudio era tan ordenado y organizado, a veces pienso que no estoy a su altura”, “Claudio fue mi gran compañero de vida y de aventuras, pero a hora ya no está y me cuesta tomar decisiones sola”*.

Recursos Destacables

Se visibiliza aquello que está relacionado con la necesidad de honrar la memoria y los recuerdos compartidos con su esposo y familia, sus creencias, valores, el cuidar estos recuerdos. Para María es muy importante el bienestar de sus hijos y sacar a su familia adelante.

Los Objetivos de María

1.-Tener un espacio en donde hablar de la experiencia de duelo, sin sentirse inadecuada por querer recordar a Claudio y todo aquello que construyeron juntos.

2.-que su familia pueda expresar abiertamente y de manera conjunta sus emociones relacionadas con el duelo.

4.2.-La Historia del Problema de Tatiana

Tatiana se unió al proceso terapéutico el 28 de agosto de 2021, motivada por la experiencia positiva de su madre, María. Aunque había tenido experiencias previas poco satisfactorias con psicólogos, confía en que esta vez sea diferente. Expresa que enfrenta dos grandes dolores: la muerte de su padre por Covid-19 y el fin de su relación con Iván.

El Contexto Familiar

Tatiana, terapeuta ocupacional de 27 años, de profesión Terapeuta Ocupacional, es la hermana mayor de Sergio, de 17. Aunque tenía diferencias con su padre, mantenían una relación de respeto y admiración. Con su madre tiene una buena relación y observa cómo ella intenta retomar su vida tras la pérdida del esposo. Tatiana colabora con su hermano, especialmente en lo académico y cotidiano, apoyándolo durante el duelo que atraviesan.

La Situación Problemática

Tatiana enfrenta dificultades para expresar sus emociones tras la muerte de su padre y el fin de su relación con Iván. Su nuevo trabajo como una forma de evadir el dolor, sosteniendo creencias dominantes sobre la necesidad de soportar el sufrimiento y mantenerse productiva, incluso cuando se siente agotada, comenta: *“siento que tengo el llanto hacia adentro”, “mi trabajo me está generando estrés, dedico mucha energía en cumplir con lo que me piden”*

Narrativas Iniciales

Narrativas identitarias relacionadas con el autocontrol emocional, no expresar emociones intensas porque cuando adolescente su impulsividad fue diagnosticada y tratada con medicamentos, por tanto, sus emociones no son bien comprendidas por otros: *“cuando me enteré que mi papá había fallecido, yo me quedé con el llanto hacia adentro, lo que más quería era que mi papá tuviera un funeral digno, entonces, le pedimos a las personas de la funeraria que desviara la ruta del cementerio hacia nuestra casa y estuvimos con él. Siempre quiso volver a la casa y cumplimos con ese deseo, nunca pudimos ver su cuerpo, pero al menos, lo tuvimos con nosotros una hora aproximadamente”*.

Recursos Destacables

Tatiana quiere recibir ayuda y se motiva en realizar una terapia, también, desea sostener una conversación con Iván para aclarar el tipo de relación que quieren tener.

Los Objetivos de Tatiana

- 1.- Crear un espacio para hablar de sus pérdidas, y dejar que las emociones y sentimientos fluyan.
- 2.-Sostener una conversación con Iván en donde puedan darle un nombre a su relación.

4.3.-La Historia del Problema de Sergio

Sergio tiene 17 años, cursa 4º medio y fue invitado a terapia por su madre debido a su aislamiento emocional tras la muerte de su padre. Aceptó la propuesta y tuvo su primera sesión de terapia el 2 de octubre de 2021 por video llamada. Durante esta, pidió confidencialidad para evitar que su madre o hermana se preocuparan por él.

Explicó que, desde el contagio y fallecimiento de su padre, ha perdido el interés en actividades como el fútbol y ya no se siente tan alegre como antes, sintiendo mucha tristeza y permaneciendo en su habitación para conectarse con su dolor.

El Contexto Familiar

La relación con su padre siempre fue muy cercana, ambos estuvieron en residencia sanitaria cuidándose y pasando el tiempo juntos viendo partidos de fútbol. Su madre siempre está pendiente de que no le falte nada.

Con Tatiana tiene una relación de buenos hermanos, ambos comparten los mismos valores cristianos, de respeto y colaboración. Respecto a Iván, piensa que es una buena persona responsable y confiable, *“nunca he visto a Iván como el responsable del contagio y nunca lo he juzgado por eso”*.

La Situación Problemática

Sergio describe dos situaciones que para él son problemáticas, una de ellas es que le cuesta salir de su pieza, se queda recordando, preguntándose cómo pasó todo tan rápido, no comparte estas

emociones con su familia para no molestar y preocupar, *“no quiero dar problemas, mi mamá y mi hermana también lo están pasando mal”*. Por otro lado, desea retomar sus objetivos personales.

Narrativas Iniciales

Asociadas a relatos dominantes relacionados a vivir en solitario la experiencia de pérdida y no molestar a otros, narrativas aprendidas de su padre: *“hay que ser fuerte y salir adelante solo”*.

Recursos Destacables

Sergio logra reconectar con sus sueños, proyectos y su pasión por el fútbol, vinculándolos con valores familiares como la perseverancia y el esfuerzo. Seguir investigando en sus alcances, y explorar sus relatos no narrados, ayudando a reducir los sentimientos de tristeza y soledad.

Los Objetivos de Sergio

- 1.- salir de la burbuja de la pena o de su pieza y conectar con sus proyectos personales.
- 2.- poder expresar y validar sus emociones del duelo con su familia,

4.4.-La Historia del Problema de Iván

En el primer encuentro con Iván, realizado el 18 de octubre de 2021, él acepta participar en la investigación tras conocer la experiencia de Tatiana en terapia. Iván desea trabajar en sus sentimientos de culpa. Expone que estuvo seis meses distanciado de sus amigos de la iglesia debido al confinamiento, pero luego asistió a una reunión con ellos, donde uno de los miembros estaba contagiado de Covid-19. Este evento llevó a la propagación del virus a la familia de Tatiana, resultando en la muerte de Claudio.

Muchas cosas cambiaron a partir del contagio, sobretodo su relación con Tatiana: *“nosotros estábamos comprometidos en matrimonio, ya teníamos fecha y pensábamos en los preparativos de la boda, en eso estábamos cuando apareció el Covid-19”*.

El contexto Familiar

Iván, de 29 años, es el hijo mayor de una familia formada por su madre Patricia y sus hermanos Solange (21) y Alberto (28), con quienes mantiene una relación cercana, a excepción de su padre, con quien es distante. Es el principal sostén económico del hogar materno y forma parte de una congregación evangélica. Desde 2017 mantiene una relación con Tatiana, con quien comparte valores ligados a la fe y la responsabilidad.

La situación problemática

Menciona que a partir de la muerte de don Claudio hay muchas cosas que le afectan: *“a partir de la muerte de don Claudio, no he podido hablar con Dios, muchas cosas han cambiado dentro de mí y también en la relación con Tatiana”*.

Siente culpa, le da mucha pena saber que murió Claudio y que le falló: *“a mí, era al único a quien le prestaba su camioneta y consideraba en todos sus proyectos de viajes y reuniones familiares. Me da mucha pena haberle fallado”*.

Narrativas Iniciales

El relato de Iván gira en torno a la culpa por haber contagiado a la familia de Tatiana y también, de sentirse muy agotado sosteniendo las necesidades materiales y afectivas de su madre y hermana. Siente que lleva mucho peso y no sabe cómo poner límites en distintos ámbitos de su vida. La terapeuta le ofrece a Iván un espacio en donde poder hablar de estos sentimientos, y co investigar en otros relatos alternativos de sentir poco peso. Iván agradece el espacio y reconoce que para él es muy complejo confiar en un psicólogo, por lo general, resuelve sus problemas en su comunidad religiosa o con el pastor de su iglesia.

Recursos Detectables

Da cuenta de un grito de ayuda en donde manifiesta abiertamente su agobio y cansancio. Iván da cuenta de discursos dominantes respecto a la culpa y el asumir responsabilidades que no le corresponden. Desea tener un proyecto de vida personal, por el momento, no se siente capaz de realizarlo.

Objetivos de Iván

Aliviar la culpa y tener una conversación con Tatiana, decidir juntos la relación que quieren tener, asumiendo que esto no dejará contento a todos (la familia nuclear y amigos de la iglesia).

Tener un proyecto de vida personal y familiar.

4.5 La situación problemática a nivel familiar

La familia de María evita hablar de sus emociones, especialmente del dolor, prefiriendo tratar estos temas con el pastor o dejarlos en manos de Dios. Predominan conversaciones sobre responsabilidades y rutinas. Tras el contagio y muerte de Claudio, surgen sentimientos de culpa y tensión familiar. María, desea hablar de su esposo y sus recuerdos, pero sus amigas de su entorno religioso le piden que “de vuelta la página”. Al no sentirse comprendida, decide buscar apoyo terapéutico para procesar su duelo y mejorar la dinámica familiar.

4.6 Objetivos para el trabajo grupal con María, Tatiana, Sergio e Iván.

De acuerdo con los antecedentes mencionados es posible dar cuenta que a nivel grupal la familia necesita trabajar en los siguientes objetivos grupales propuestos:

Disponer de un espacio grupal en donde compartir las respuestas a la experiencia del contagio, la muerte y las situaciones que generaron tensión a nivel familiar.

Disponer de un espacio grupal en donde compartir aquellos aprendizajes e historias alternativas que surgieron a partir de esta experiencia terapéutica.

5. FORMULACION DEL CASO Y PLAN DE TRATAMIENTO

Formulación del Caso

En este punto se expone un resumen representativo de los problemas de los consultantes que se desprenden del contenido de las conversaciones realizadas durante la primera entrevista. Se analizan las narrativas, considerando la teoría expuesta anteriormente, para generar cierta comprensión de sus orígenes y aquellos mecanismos que los sustentan, para luego generar un plan de tratamiento específico centrado en dichas interpretaciones.

5.1 La Historia Dominante y los Problemas Contenidos

Una de las historias dominantes por las cuales María y su familia ha tenido que transitar, está relacionada con las muertes que se generaron a partir del contagio con el Covid-19, que se dieron de manera súbita, quedando en duelo privado de derecho o de ser llorada públicamente, estas fueron algunas maneras en que la familia respondió a tales restricciones:

“quería que mi papá tuviera un funeral digno, entonces, le pedimos a las personas de la funeraria que desviara la ruta del cementerio hacia nuestra casa, estuvimos con algunos vecinos y personas de la iglesia. Siempre quiso volver a la casa y cumplimos con ese deseo, nunca pudimos ver su cuerpo, pero al menos, lo tuvimos una hora con nosotros”.

Existen discursos sociales y culturales en torno a la experiencia de duelo que promueven vivirlo de manera aislada, generando un contexto de mucho malestar emocional, que enfatiza ideas de autocontrol o dominio frente a la pérdida, de autocontención emocional y la presión del entorno por dejar ir a la persona fallecida: *“el pastor de la iglesia nos dijo que soltáramos a mi papá, que*

la voluntad de Dios hiciera lo suyo, entonces tuvimos que hacer ese gran esfuerzo que no fue nada de fácil”

Otros discursos dominantes también enfatizan la presión de retomar rápidamente a las rutinas que los deudos realizaban antes de la muerte del ser querido, continuar trabajando, estudiando, incluso cuando no se sienten bien anímicamente, sintiendo culpa cuando no pueden ser productivos como antes del duelo:

“a pesar de todo el esfuerzo que hago, siento que no puedo dar al máximo con las tareas de la casa, me quedo pegada y me siento mal porque prometí que sacaría a la familia adelante”.

Una posibilidad es invitar a la familia a revisar de manera individual y colectiva sus experiencias, para seguir indagando a través de la metáfora de “Decir Hola de nuevo” e ir re vinculando la relación con Claudio, enriqueciendo los valores y saberes de la vida, las habilidades que se han ido desarrollando en el grupo familiar, que se encuentran eclipsados por estos discursos dominantes de vivir la pérdida en soledad, dando la vuelta la página para retomar rápidamente la rutina incluso con mucha tristeza o sensación de malestar.

5.2 Plan de Tratamiento

Esta sección describe los pasos seguidos en el acompañamiento del duelo de María y su familia, guiado por la metáfora de “Decir Hola de nuevo”.

Primero, se comenzó con sesiones individuales para construir alianza terapéutica, con intervenciones semanales y modalidad online. Segundo, se exploraron territorios seguros de identidad y se identificaron narrativas dominantes asociadas al duelo vivido en pandemia.

Tercero, mediante conversaciones de reautoría y remembranza se trabajaron relatos alternativos que rompieran con la idea del duelo como algo solitario, silencioso o que debía superarse rápidamente. Las conversaciones de re autoría, permitieron re construir un contexto que otorgara significado a sus vivencias en una trama que permitió llegar a nuevas conclusiones de identidad. Las conversaciones de remembranza ayudaron a ordenar el pasado y proyectar el futuro, generando nuevas comprensiones identitarias.

El plan incluyó 10 sesiones con María y Tatiana, 8 con Sergio, y 5 con Iván, quien no continuó. También se acompañó a María tras la muerte de su madre. Finalmente, se realizaron dos sesiones grupales presenciales: el taller “El viaje en Camioneta” y la “Ceremonia de Entrega de Documentos”.

6. CURSO DE LA TERAPIA

Introducción

En esta sección se abordará el curso del proceso terapéutico a través del análisis de párrafos representativos de las sesiones realizadas que contienen los principales pasajes que muestran el proceso de duelo, concernientes a la formulación del caso y el plan de tratamiento.

Primero negociando una definición de lo que consideran que es un problema para los consultantes, luego, enriqueciendo la caracterización de los problemas, en donde las definiciones lejanas se vuelvan cercanas y particulares, también, los efectos e influencias del problema en los distintos campos de vida en los que se identifican complicaciones.

María estando en proceso terapéutico, invita a sus hijos Tatiana y Sergio a incorporarse a sesiones de terapia. Y Tatiana invita a Iván quién era su ex novio en ese momento.

Todas estas terapias se programaron de manera individual y en paralelo:

María comienza el día 28 de julio del año 2021, con 10 sesiones.

Tatiana lo hace el día 28 de agosto del año 2021, con 10 sesiones.

Sergio, el día 2 de octubre del año 2021, en donde decide terminar su proceso en la sesión N° 8, pues, sus objetivos individuales se habían cumplido.

Iván ingresa a terapia el día 18 de octubre del año 2021, participando hasta la sesión N°5 y luego decide abandonar por motivos personales.

Un hito importante es el fallecimiento de la madre de María, muere por causas naturales el día 29 de noviembre del 2021 y la familia decide suspender intervención durante el mes de diciembre por duelo. Se llevó acompañamiento durante post fallecimiento, con señora María.

Durante el mes de marzo del año 2022 se levanta la medida de restricción de contacto cero, entonces, previo acuerdo con María y su familia, se realizan dos visitas domiciliarias. En ese momento Iván estaba viviendo en el domicilio de María. En la primera visita, el día 06 de marzo del año 2022, se llevó a cabo el taller “El viaje en Camioneta” y en la segunda visita, el día 24 de marzo del año 2022, la “Ceremonia de Entrega de Documentos”.

6.1 Tablas del curso de la terapia individual y grupal

Las tablas que se adjuntan a continuación describen el curso de la terapia de cada integrante de la familia, las fechas de cada sesión, el número y el tipo de intervención que se realizó con cada integrante, tanto a nivel individual como grupal.

Tabla 1

CURSO DE LA TERAPIA INDIVIDUAL MARIA													
	Julio	Agosto				Septiembre		Octubre		Noviembre			Diciembre
Fechas													
Sesiones	28/07	05/08	12/08	19/08	29/08	07/09	22/09	12/10	20/10	10/11	17/11	29/11	
Nombre Sesión	Externalización	Externalización	Externalización	Extrnalización	ERternalización	Re autoría	Re autoría	Re membresía	Re autoría	Re autoría	Re autoría	Muerte de Aurora	

Tabla 2

CURSO DE LA TERAPIA INDIVIDUAL TATIANA												
	Agosto	Septiembre			Octubre			Noviembre			Diciembre	
Fechas Sesiones	28/08	08/09	23/09	29/09	11/10	20/10	27/10	04/11	11/11	18/11	29/11	
Nombre Sesión	Externalización	Externalización	Externalización	Externalización	Re autoría	Re membresía	Re membresía	Re membresía	Honrando la vida	Re autoría	Muerte de Aurora	

Tabla 3

CURSO DE LA TERAPIA INDIVIDUAL SERGIO								
	Octubre				Noviembre			
Fechas								
Sesiones	08/10	15/10	22/10	26/10	03/11	08/11	16/11	25/11
Nombre Sesión	Externalización	Externalización	Externalización	Externalización	Reautoría	Reautoría	Re membresía	Re autoría
								Muerte de Aurora

Tabla 4

CURSO DE LA TERAPIA INDIVIDUAL IVAN					
	Septiembre				Octubre
Fechas					
Sesiones	10/09	15/09	20/09	30/09	10/10
Nombre Sesión	Externalización	Externalización	Externalización	Re autoría	Re autoría

Tabla 5

CURSO DE LA TERAPIA GRUPAL		
Integrantes	María; Tatiana; Sergio e Iván	
Lugar	Domicilio de María	
Fechas		
Sesiones	06/03/2022	24/03/2022
Nombre		
Sesión	“ El Viaje en Camioneta”	“Entrega de Documentos”

6.1.1 Comienza el Viaje a nivel individual y familiar

Durante su primera sesión, María se muestra tímida, ya que es su primera experiencia con un psicólogo y no está familiarizada con las video llamadas, por lo que solo muestra parcialmente su rostro. Aunque la terapeuta le sugiere apagar la cámara, prefiere mantenerse visible así. A pesar de su timidez, expresa con facilidad sus emociones, llorando especialmente al hablar de la muerte de su esposo.

María comienza su narración con la descripción de una historia saturada de problemas relacionados con la tristeza, la incompreensión y la presión social para "superar" la pérdida de su esposo en contexto pandémico, lo que intensifica su sufrimiento.

Cada miembro de la familia manifiesta la necesidad de un espacio terapéutico individual en línea para procesar su duelo, respetando la intimidad y acordando condiciones de confidencialidad. El proceso incluye análisis de conversaciones de externalización, reautoría y remembranza, destacando el rol descentrado pero influyente de la terapeuta y el orden cronológico de participación familiar.

A continuación, se expone un pequeño análisis del extracto de la conversación de: externalización, de re autoría y re membresía, acompañado de una descripción del rol de la terapeuta en cada conversación. Luego se muestra el extracto representativo de cada conversación, todo esto en orden cronológico de la participación de cada integrante a la terapia.

6.1.2 Sesiones individuales con María

6.1.3 Análisis de la conversación de Externalización

María define, en sesiones anteriores, su situación problemática como “*las cosas no volverán a hacer como antes*”, su vida ya no es la misma desde la muerte de su esposo. Una manera de subvertir los efectos del problema es realizar rituales que honren su memoria visitando la tumba de Claudio.

Otros relatos se centran en funcionar a pesar del dolor, una forma de subvertir los efectos de este relato dominantes es priorizar aquello que ahora es importante para ella, como los tiempos para compartir en familia y descansar. Trae a sesión una metáfora, “*la montaña de loza sucia se lavará mañana*”, priorizando aquello que es más importante como descansar y compartir con su familia.

Rol de la Terapeuta

Desde el primer encuentro con María, muestra una parte de su rostro en la cámara de su celular, la terapeuta entiende que María necesita tiempo para confiar. Antes solo hablaba de sus temas más íntimos con su círculo más cercano.

El vínculo terapéutico se va fortaleciendo a medida que la terapeuta va creando un espacio recíproco y de colaboración, María en esta sesión comienza a mostrarse un poco más, que es coherente con los relatos de subvertir los problemas.

6.2 Extracto Sesión de Externalización

Conversación de externalización: Subvertir los problemas.
Narrativas de la sesión N.º 3 (19.08.2021)
<p>T: ...señora María, por lo que le escuché recién, con su familia han estado realizando rituales para honrar la memoria de don Claudio?</p> <p>M: sí, he buscado fotos familiares y las he puesto en una pared del living. Bueno, este fin de semana fuimos al cementerio en su camioneta verde, la sacamos del garaje, era el chiche de Claudio, se la compró a su jefe cuando se jubiló en el puerto. Todos tenemos anécdotas con esa camioneta y al único que se la prestaba era a Iván, La cuidaba mucho Claudio, ahora es de Sergio, él heredo la camioneta de su padre, Tatiana tiene su vehículo, yo tengo mi camioneta, todos quedamos con autos propios.</p> <p>T: entiendo que la camioneta era especial para don Claudio y para la familia, los vehículos son importantes para la familia ¿qué otros rituales pudieron realizar?</p> <p>M: Si es importante, bueno, estuvimos sentados en el pastito y llevamos ese vinito que le gustaba, y tuve una conversación con Claudio, le dije que lo extrañaba y que hemos estado medios desordenados con las cuentas, y esas cosas que son parte de la rutina diaria, que son muchas cosas.</p> <p>T: ¿y qué le dijo don Claudio?</p> <p>M: me dijo que me relaje, que en el fondo ahora estoy trabajando el doble. Me ha dicho que descanse, que disfrute con mis amigas...eso era lo que siempre me decía. Lo que hecho es comunicarme con antiguas amigas para poder juntarnos en algún momento.</p> <p>T: ¿y cómo se han tomado sus hijos todas estas cosas que ha hecho durante la semana?</p> <p>M: bien, Iván también nos acompañó y esto me ha dado la sensación de estar reunidos y tranquilos. La Tatiana se puso triste porque la semana pasada le enviaron su título profesional y ella siempre quiso que su padre estuviera presente en este evento, pero bueno así es la vida. A los chiquillos también les gusta la idea de que yo esté retomando antiguas relaciones con amigas, o que piense en salir y que me esté cuidando.</p> <p>T: ¿y de qué manera esto que usted me cuenta se relaciona con la idea de que las cosas no volverán a ser como antes?</p> <p>M: que es así, las cosas no volverán a ser como antes, van a ser diferentes con nuestros propios ritmos y tiempo. También estoy cuidándome, es por eso que también fui a pedir una hora al Cesfam con la nutricionista, para ordenar mis hábitos, con la ansiedad me he disparado con la comida y el peso.</p> <p>T: ¿tengo la impresión de que el que las cosas no volverán a ser como antes, ha ido cambiando?</p> <p>M: mm no ha cambiado solo que después de la última conversación, también me he dado cuenta, hay cosas que no son tan importantes, como tener todo impecable durante el día, ahora</p>

junto una torre de loza sucia y la lavo al día siguiente, ya no me estreso, porque es real que las cosas no volverán a ser como ante, serán distintas

Hago un gran esfuerzo en la mañana para levantarme y tener un propósito en el día, esto parece simple, pero no lo es, antes me levantaba con mucho optimismo, tomábamos desayuno con Claudio y luego empezaba nuestra rutina, todo era más fácil. Ahora no puedo hacer todo, también tengo que descansar que no es fácil, que de a poco estoy buscando espacios en donde sentirse comprendida y conectándome con mis necesidades.

T: *Valoro todo este esfuerzo que ha realizado durante esta semana para sentirse mejor y reunir a su familia.*

M: *gracias, se lo debo también a mi fe en Dios, eso nunca se ha apagado, Dios me acompaña siempre.*

6.2.1 Análisis de la conversación de Re autoría

Durante las primeras sesiones, María se describe a si misma como “*no estar a la altura de las circunstancias*”, siente que, con la partida de su esposo, se fue una parte importante de su identidad, no se siente capaz de sacar a su familia adelante. Durante esta sesión, María vuelve atrás y revisa su biografía, en ella se reencuentra con episodios de su vida en donde tuvo que estudiar y trabajar, ayudar a su familia, salir adelante. Estos relatos alternativos le permiten mirarse a sí misma con sus habilidades y recursos.

Rol de la Terapeuta

Con preguntas descentradas pero influyentes, la terapeuta colabora en entregar un contexto para desarrollar historias enriquecidas que se encontraban subyugadas relacionadas con su historia personal de esfuerzo, fortaleciendo su identidad, que también se entrelaza con la historia que construyó junto a Claudio. María, se observa emocionada al evocar todas las acciones e incluso,

se muestra de cuerpo entero en el celular. La terapeuta le muestra estos cambios observados durante la sesión.

6.2.2 Extracto Sesión de Re autoría

Conversación de Re autoría:
Narrativas de la sesión N.º 6 (22.09.2021)
<p><i>T: María, durante la sesión pasada me contaba que la historia de Ud y don Claudio tienen en común el esfuerzo y la adversidad. ¿Podría ser que usted me cuente algún relato que esté relacionado con su historia familiar que de cuenta de estas experiencias o valores?</i></p> <p><i>M: sii bueno, mi familia era de escasos recursos, mis padres nos dieron lo mejor que tenían a mis hermanos y a mí. Cuando era niña mi mamá tuvo que hacer trabajos esporádicos para poder ayudar en la casa, como trabajar en pesqueras en el sector de Portales. A pesar de la precariedad, intentaron entregarnos valores, tal vez, muy conservadores en cuanto al respeto por las tradiciones familiares. También recuerdo que mi madre estuvo muy enferma de hepatitis, porque mi mamá se esforzaba demasiado y bajaron sus defensas.</i></p> <p><i>T: Señora María entiendo que la situación era muy compleja cuando niña, aún así, sus padres se esforzaron por salir adelante como menciona usted. ¿Me puedes contar algún relato personal en donde tuvo que hacer frente aquel momento de su vida y que quiera compartir?</i></p> <p><i>M: ...estudiar fue importante para mí, incluso me becaron y estudié en el Inacap máquina industrial a los 17 años. A esa edad busqué trabajo cuidando niños, mi mamá se dio cuenta que estaba trabajando porque llegaba tarde a la casa, entonces le dije toda la verdad, mi papá lo tomó de otra manera y me autorizó, pensó en mi independencia económica que era algo que yo estaba buscando. Después de esto, encontré trabajo en la Tienda La Fama y en Colombo que eran tiendas en donde se vendían telas.</i></p> <p><i>T: ¿qué piensa de usted misma, el haber dado todas estas respuestas siendo tan joven para ayudarse a usted y a su familia? ¿Quiénes pudieron ver el esfuerzo que usted sostenía?</i></p> <p><i>M: en verdad hice muchas cosas para poder salir adelante, sé que me movía la fe y la esperanza, las personas que estuvieron conmigo fueron mis padres, mis hermanos, una jefa que en aquellos tiempos era una mujer joven de 22 años y su marido un hombre mayor, tenían dos guaguas, trabajé con ellos puertas adentro y me trataban bien, la relación que tenían siempre la vi como un modelo a seguir .En esa fecha, mis tiempos libres solía pasear por calle Condell y avenida Pedro Montt, durante esos paseos conocí a Claudio y después nos juntábamos en La Puerta del Sol. Yo tenía 17 años y Claudio 47 años, la diferencia de edad no nos importó. Pienso que en el encontré una figura de protección.</i></p>

T: *¿Cómo hicieron para mantener esta relación y que encontró en ella?*

M: *A mi padre al principio no le gustaba Claudio porque era mayor pero cuando lo conoció cambió su apreciación hacia él. Con Claudio nos fuimos a vivir juntos y nos dedicamos a disfrutar la vida, fue una gran experiencia, pues, todo era nuevo para mí. Desde que nos fuimos a vivir juntos, en mi casa nunca faltó nada, me sentía muy afortunada, pienso que siempre creí en la relación y me entregué a vivir esta experiencia".*

T: *entiendo... ¿Qué valores y sueños estaban a la base de esta relación que permitió seguir adelante como familia?*

M: *si, pienso que nosotros con Claudio desde un principio creímos en el amor y en sacar una familia adelante, además, creíamos que nuestra relación había que vivirla a concho, apoyarse y creer en el otro. Claudio me apoyaba en todo, creía en mí. Me solicitaron que me hiciera cargo del taller de la fábrica, él me motivó a tomar este empleo, entonces, acepté. Tenía varias personas a mi cargo en la fábrica, ese fue un gran desafío para mí en que me sentí apoyada por Claudio.*

Es increíble, hace mucho tiempo que no contaba esta historia de mi familia y de cómo conocí a Claudio, uno debería contar más seguido porque así uno va recordando historias que son muy importantes en la vida.

T: *¿a propósito de eso? ¿Qué aspectos de su identidad ha podido ir rescatando y sacando a la luz en esta narración?*

M: *Pienso que aquello de tener mucha fuerza de voluntad y coraje, últimamente con la muerte de Claudio esos valores no los veía, como que se ocultaron con la pena. Imagínese yo tan chica y haciéndome cargo de un grupo de personas, trabajando en una casa particular y ayudando a mi familia. En realidad, me siento orgullosa de las cosas que he realizado con mucho esfuerzo".*

T: *¿Esto que me cuenta, se relaciona con lo que en estos momentos la ha impulsado a salir adelante?*

M: *"Si y también, mis ganas de vivir esta vida, mi fe en Dios... En general, él siempre fue mi gran apoyo, siempre me decía que me atreviera, que no tuviera miedo a equivocarme, entonces, confiaba en mí y desarrollaba mis talentos. Así, aprendí a manejar una camioneta, a llevar cuentas, a trabajar dentro y fuera de mi casa y creer en mis proyectos.*

Todo lo aprendí con Claudio, aunque ahora es distinto sin él, extraño cuando él me llevaba el desayuno a la cama y compartíamos, siempre lo hizo, incluso hasta el final de sus días.

T: *Gracias señora María por compartir su historia de infancia, sus valores, su historia con Claudio, todo aquello que pudieron construir y que tanto atesora.*

M: *sii muchas gracias a Ud. por escucharme.*

6.2.3 Análisis de la conversación de Re membresía

En esta sesión María, enriquece la descripción de sus saberes de vida y habilidades que dan un sentido de coherencia, mediante el ordenar y recordar hacia atrás en el pasado y adelante en el futuro las contribuciones que se entregaron en vida con Claudio, invitando a evocar su identidad ya no en solitario, sino en una asociación de vida, “Diciendo hola otra vez”.

Reconoce en Claudio un gran compañero, “*remaron juntos 30 años*”, hoy sin su esposo, sigue remando con sus hijos, cada uno con sus tiempos y estilos e incorporando los valores que Claudio entregó en vida.

Rol de la Terapeuta

Al hablar de las contribuciones que se entregaron en vida con su esposo, la terapeuta entiende lo importante que ha sido entregarle un espacio, un contexto en donde pueda tener acceso a historias preferidas que han sido subordinadas por las historias únicas dominantes.

6.2.4 Extracto Sesión de Remembranza

Conversación de Remembranza
Narrativas de la sesión N° 7 (12.10.2021)
<p><i>T: señora María, hemos tenido conversaciones en dónde ha podido hablar de la historia que construyeron juntos con su esposo, de todas aquellas experiencias que compartieron ¿Cómo cree que usted contribuyó en la vida de Claudio, en sus propósitos, en sus valores y del sentido que para él tenía la vida?</i></p> <p><i>M:” creo que con mi juventud y con mis ganas de vivir, de querer ser mamá y esposa, comenzar una nueva vida juntos. Claudio se estaba separando en ese momento, y sus hijos</i></p>

eran adultos. Su mundo eran sus amigos, las fiestas, no tenía un proyecto personal a futuro.

T: ¿de qué manera cambio la vida de Claudio al haberle conocido?

M: cuando conocí a Claudio él no tenía que darle cuenta a nadie estaba solo. Un día me dijo: “dejé todo por ti, a los amigos que sólo nos juntábamos para tomar”. De alguna manera, yo llegué a su vida a poner orden y transformar las cosas, porque él venía de dos relaciones anteriores que habían terminado mal y en parte se sentía frustrado con pocas esperanzas en las relaciones de pareja.

T: ¿entonces entiendo que Ud. vino a reforzar esos valores de transformación en Claudio?

M: llegué a entregar cuidados y amor. Soy una mujer cristiana que tiene mucha fe en Dios, es algo que yo aprendí de mis padres, esos valores Claudio los tenía, pero estaban débiles, estando juntos se hicieron más fuertes. Estando juntos, aterrizó y aprendió a ser padre, esposo, todo lo que antes tal vez no fue, entonces apareció la oportunidad que le dio la vida de cambiar y construir una familia, de reinventarse.

T: ¿Cómo cree que fue este reinventarse para Claudio?

M: Pienso que lo hizo bien, cumplió sus objetivos, nos dio una vida digna, muy diferente a la que tuvo él cuando niño, con muchas carencias, trabajando a temprana edad en condiciones precarias

T: ¿esta forma de cuidar sus cosas que eran importantes para él ha sido una forma de mantener el recuerdo de Claudio con ustedes?

M: sus cosas para él tenían un valor especial, para nosotros también lo tienen. En cada una de sus cosas hay recuerdos, viajes, paseos familiares, historias, por lo mismo, solo he regalado ropa a mis hermanos y a otras personas, lo estoy haciendo de a poco porque creo que es necesario, pero solo a personas que sé que van a valorar la ropa y la van a usar.

Cuando miro a mis hijos, veo que en ellos está el futuro que siempre pensamos con Claudio, son buenas personas, responsables, buenos hijos, me siento muy agradecida de la familia que logramos formar.

T: voy comprendiendo el porqué muchos valores y objetos fueron tan importantes para don Claudio y por qué la familia los cuida, honra y repara para mantener su recuerdo.

¿Cuál cree usted que son aquellas contribuciones o aquello importante que don Claudio aportó en su vida señora María?

M: “Carlos me entregó seguridad, pues no la tenía en el momento en que nos conocimos, también me entregó apoyo en los proyectos o sueños que tenía en mente, siempre me decía: “tú puedes ¡”. Cuando empecé a trabajar y quise comprarle una lavadora a mi mamá, él me apoyó y se la compré a crédito, él me apoyaría económicamente si quedaba sin trabajo. Ese apoyo no lo tenía de mi papá porque éramos muy pobres, no teníamos acceso a créditos y una lavadora costaba mucho dinero.

Con él pude experimentar y conocer cosas nuevas, expandir mi mundo que era muy restringido, entonces me di el gusto de disfrutar y conocer el mundo.

Pienso que nos encontramos y encajamos muy bien. Podíamos “remar juntos”, y eso

fue lo que nos hizo durar tantos años. Fue un viaje que nos ayudó a ser mejores personas, a cuidar a nuestros hijos, nuestra casa y buscar la felicidad a pesar de los altos y bajos.

T: *señora María con Claudio "remaron juntos durante 30 años", en donde todas las decisiones las tomaban juntos, eso era importante para ustedes. ¿Desde la muerte de don Claudio cómo lo hacen para seguir remando en familia?*

M: *cómo le comenté en un encuentro anterior, ahora igual funcionan las cosas, no como antes, sino con otro ritmo y tiempo, la Tany tiene otra manera de hacerlas cosas, es más rápida, Sergio más lento, pero más quisquilloso y así, cada cual con sus tiempos y prioridades. Las cosas en la casa no van a funcionar como cuando Claudio las hacía porque él era súper estructurado y tenía un método para trabajar, eso ya lo he ido entendiendo de a poco.*

T: *entiendo que ahora están remando, pero integrando distintos ritmos y formas de hacer las cosas y me gustaría preguntarle, ¿Cómo ha hecho para ir reintegrando la memoria y relación con don Claudio de manera de mirar también al futuro y seguir un rumbo?*

M: *yo creo que en ese proceso estoy, a veces digo estoy al medio de la etapa, como que recibo contención de otros, pero se cansan también.*

Yo estoy como en la ola de todo, no sé cómo va a terminar todo, sé que no está conmigo, pero los recuerdos quiero que nunca se vayan de mi vida, miro sus fotos para que no se me olvide su cara, a mí él era la única persona que me decía Maggi, y la otra vez yo pensaba, nunca más escucharé a una personan decirme Maggi, eso es muy importante para mí, era algo muy especial, que tenía que ver solo con nosotros.

Pienso que en este momento estoy viviendo el presente, me pongo metas diarias y todos los días voy aprendiendo algo nuevo. Esta experiencia también me ha llevado a ser más consciente de mi misma.

T: *Gracias señora María por traer estos recuerdos tan vívidamente y como usted ha ido integrando la relación con don Claudio a través de revisar su historia y esos valores que se relacionan con el salir adelante, pero al mismo tiempo disfrutar de la vida.*

6.3 Sesiones individuales con Tatiana

6.3.1 Análisis de la Conversación de Externalización

Durante esta sesión Tatiana se refiere a la muerte de su padre y el término de noviazgo con Iván, y haber quedado con el llanto hacia adentro, en una incertidumbre constante, describe y nombra

su problema como “*estar en el limbo*”. Su trabajo le sirve como una vía de escape para no conectar con sus emociones intensas.

Rol de la Terapeuta

Habla de sus experiencias previas con psicólogos en donde sintió que ella tenía un problema interno o un diagnóstico. La terapeuta le explica que es muy importante para ella escuchar su historia del problema, pero también, escuchar otras múltiples particularidades de su relato que se relacionan con historias que no han sido contadas.

6.3.2 Extracto Sesión de Externalización

Conversación de externalización. Negociar una definición del problema.
Narrativas de la sesión N° 1 (28.08.2021)
<p>T: <i>Tatiana me contaste recién que tu familia se contagió con Covid -19 porque Iván se reúne con personas y una de ellas tenía PCR positiva y en consecuencia ustedes eran contacto estrecho de Iván y que, según los protocolos, ustedes deben hacer cuarentena en residencias sanitarias, como consecuencia del contagio tu padre fallece en el hospital y por otro lado, Iván y tú, terminan la relación de noviazgo, ¿Cuéntame cómo has vivido todo esto?</i></p> <p>A: <i>Si ha sido terrible, además, debo sumar que hace un mes comencé a trabajar en una óptica en la parte administrativa, y he tenido que aprender un rubro que desconocía, yo son Terapeuta Ocupacional y esto no tiene nada que ver con lo que estudié.</i></p> <p><i>Respecto a la pregunta, desde que me avisaron que mi padre había fallecido, yo me quedé con el llanto hacia adentro, intentando estar lúcida para hacer todos los trámites funerarios porque mi mamá estaba muy mal, entonces desde ahí comencé a contener el llanto y no conectarme con mis emociones, porque, además, habíamos terminado con Iván entonces había muchos sentimientos dando vuelta. Cuando comencé con el trabajo en la óptica sentí que esto era una vía de escape porque estás en modo mente, concentrada todo el día, con exigencias y eso me ha generado mucho estrés.</i></p> <p>T: <i>me pregunto ¿cómo has podido con tanto estrés, en quién te apoyas para contarle como te sientes con todas estas vivencias de perdida?</i></p> <p>TA: <i>Ese es un tema porque a pesar de que terminamos el noviazgo con Iván aún somos amigos en una relación sin nombre, a él le cuento parte de lo que estoy viviendo en el trabajo, bueno también hablo con la hermana de Iván y con una amiga íntima de la vida, pero en mi casa no hablo de lo que me pasa, prefiero estar callada y esperando que las cosas decanten.</i></p> <p>T: <i>¿para ti es importante que las cosas decanten?</i></p> <p>TA: <i>bueno cuando tenía 15 años me diagnosticaron una tricotilomanía que es la conducta de arrancarse el pelo ...y a esa edad me costaba regular mis emociones, tomaba medicamentos para disminuir la impulsividad, entonces igual siento que estoy controlando para que no se desborden y salgan estrepitosamente.</i></p> <p>T: <i>y cómo son estas emociones Tatiana, ¿cómo se comportan y como te sientes con ellas ahora?</i></p> <p>TA: <i>Son emociones que se mezclan con la pena y la rabia, que están ahí en la incertidumbre no saben que va a pasar en el futuro, porque todo de un día para otro cambió, se fueron personas muy importantes en mi vida, entonces estoy en la espera de que ocurra algo o cambie algo. A veces cuando paro de trabajar, y eso es en la tarde noche, siento un vacío, un sentirme desconectada con todo, solamente funciono y uso todos mis recursos para poder responder en el trabajo. Es como estar en el limbo, o en la incertidumbre o como en una sala de espera.</i></p>

T ¿entonces me puedes contar como es estar en el limbo?

TA: Bueno el limbo es como estar entre un estado y en otro, en el medio, no avanzar, es sentir incertidumbre, miedo porque no tienes certeza de lo que puede pasar, como que las cosas estén en stand by.

T: ¿y estar en el limbo se relaciona con la muerte de tu padre o con el término del noviazgo?

TA: Pienso que un poco de las dos, porque no he podido elaborar lo que ocurrió después con la muerte de mi papá, me quedé para adentro. Entonces no he podido vivir ninguna de las dos experiencias a concho, porque para mí los dos son duelos.

Lo que si siento es cierta tranquilidad porque con mi padre no quedaron cosas pendientes, siento que nos dijimos todo, los dos arreglábamos las cosas, conversábamos y llegábamos a acuerdos, eso para mí es súper importante, tener instancias de diálogo y aclarar las cosas, no puedo con la incertidumbre porque además son muy ansiosa, entonces no aclarar me deja mal. Pero con Iván siento que tenemos una conversación pendiente, él lo sabe, pero está evitando esta conversación, eso a mí me da rabia porque soy paciente pero no tanto.

6.3.3 Análisis conversación de Re autoría

Llega a sesión contando de rituales que ha realizado junto a su familia para honrar la memoria de su padre. Después de la muerte de su padre, siente que su vida y sus prioridades cambiaron, alejándose un poco de ideas impuestas relacionadas con contraer el matrimonio, en donde aparecen relatos relacionados con el autocuidado.

Rol de la terapeuta

La terapeuta es descentrada porque pone en el centro el conocimiento de vida y habilidades de Tatiana, pero es influyente ya que la exploración de la terapeuta tiene una intención que es acceder y desarrollar enriquecidamente sus historias preferidas.

6.3.4 Extracto Sesión de Re autoría

conversación de Re autoría
Narrativas de la sesión N.º 5 (11.10.2021)
<p>T: Tatiana, durante las primeras sesiones estuvimos conociéndonos y trabajando en lo que considerabas que en ese momento era un problema para ti. Le asignaste un nombre y pudiste ver su influencia en distintos alguna manera esos sentimientos de incertidumbre o estar en un limbo, que impedían que pudieras vivir libremente tu experiencia de duelo, en distintos ámbitos de tu vida, pero, además, lograste reconocer valores, expresar experiencias que debilitaron estos relatos ¿qué puedes identificar como respuestas frente a este duelo?</p> <p>TA: Bueno, durante las sesiones he mencionado varias respuestas a nivel personal y familiar, pienso que las cosas han ido fluyendo de a poco, no ha sido fácil, y de alguna manera he intentado reorganizar mi vida, mi entorno familiar también lo ha hecho. Por ejemplo, hace poco fuimos al cementerio, mi mamá compró flores y estuvimos juntas todo el día, era necesario para hablar de nuestras cosas, de tener un tiempo juntas porque a veces ni siquiera lo tenemos en la casa, entonces hablábamos de la posibilidad de viajar juntas y retomar la idea del viaje al sur con la familia de Iván. Pienso que igual estamos haciendo esfuerzos para comunicarnos mejor.</p> <p>T: Entiendo que quieren retomar el viaje pendiente antes de la pandemia, recuerdo que tu padre también quería invitar a Iván ¿Qué efectos tienen todas estas acciones que has realizado en la relación con Iván?</p> <p>TA: siento que hemos ido flexibilizando nuestra manera de ser, a pesar de algunos encontrones que se relacionan con los límites que pone Iván con sus amigos, pero el viernes pasado me junté con mis compañeros de trabajo salimos un rato a un happy hours, luego que terminó el encuentro, Iván fue a dejar a mis compañeros en su auto. A mí me sorprendió su actitud pues, en otro momento hubiera puesto otra cara, pero todo lo contrario fue súper amable. Bueno, él también se junta con sus amigos independiente si estamos o no comprometidos, debemos mantener estos límites sanos como amigos.</p> <p>T: ambos han ido flexibilizando y estableciendo límites, es algo que habías mencionado en un comienzo de las sesiones ¿Tatiana y en cuanto a tu experiencia de duelo, que ha significado para ti vivir este proceso?, ¿cómo te sientes ahora?</p> <p>TA: bueno, muchas cosas han cambiado desde que mi papá murió, por ejemplo, mi papá siempre pensó que nos casaríamos con Iván, ese fue su deseo que mantuviéramos nuestra relación a pesar de la situación del contagio. Sin embargo, en estos momentos yo no visualizo estar casada, porque durante todo este tiempo han cambiado también mis prioridades. Hoy pienso en mi auto realización personal y mi bienestar emocional, sin embargo, siempre quise que mi padre me acompañara en el ritual del casamiento o ver que disfrutaba de sus nietos.</p> <p>Estoy en un proceso de saber qué es lo que siento realmente por Iván y necesito ser muy honesta con este sentimiento. Hubo un cambio en mí y no quiero formar algo que nos pueda</p>

hacer daño más adelante, pues no soy la misma pareja de hace un año atrás, hoy vivo en el presente, y eso quiere decir que no estoy pensando en el pasado y tampoco me estoy tomando proyectos que no quiero hacer propios.

T: *¿y cómo está Iván con todo lo que me estás contando?*

M: *Para Iván es más importante la idea de estar casados, pero rescato este gran esfuerzo por mantenernos como compañeros o amigos, pienso que siempre ha sido una buena persona, nunca me ha faltado el respeto. En lo personal, me quedaría con alguien conocido que, por conocer, siempre preferiré a él por otra persona que no comparta mis valores, aunque tengamos diferencias.*

T: *¿y tus prioridades cambiaron a partir de la muerte de tu padre?*

TA: *Pienso que me han ocurrido cosas a nivel muy profundo que están cambiando mi forma de vivir, de sentir, de priorizar y me gusta que sea así. La muerte de mi papá nos vino a remover todo lo que teníamos antes y que según nosotros estábamos muy seguros viviendo de esa forma. Yo espero que todo lo que me está pasando a nivel emocional, en mi relación con Iván, en mi casa y en el trabajo, sean para bien, que me enriquezcan.*

6.3.5 Análisis de la conversación de Re membresía

Tatiana reconoce aquellas experiencias significativas que se entregaron en vida con su padre, una relación incondicional entre padre e hija a pesar de las diferencias. Ella le entregó la posibilidad de reinventarse siendo el padre de una niña, reconociendo y validando los derechos e igualdades de las mujeres. Él le entregó la fortaleza, la estructura y la incondicionalidad.

Rol de la Terapeuta

Esencial escuchar atentamente lo ausente pero implícito de esta conversación. En sesiones anteriores Tatiana refiere que nunca idealizó la figura de su padre y siente que no quedaron temas pendientes. Mantenían una relación en donde siempre existieron diferencias y para llegar a acuerdos, debieron flexibilizar posturas a través del diálogo constante.

6.3.6 Extracto Sesión de Re membresía

conversación de Re membresía
Narrativas de la sesión N° 6 (27.10.2021)
<p>T: <i>¿Tatiana, en esta sesión me gustaría conocer o que pudieras contar de qué manera en la relación con tu padre pudieron contribuirse mutuamente en sus vidas.</i></p> <p><i>Primero preguntarte de qué manera Claudio contribuyó en tu vida, ¿qué cosas importantes y valiosas son aquellas que te entregó que hoy te han ayudado a sentirte acompañada y te entregan fuerza para salir adelante?</i></p> <p>TA: <i>“Bueno, siento que con mi padre tuvimos una relación especial, pues discutíamos por diferencias, otras veces, nos sentíamos, uña y mugre. Mi papá nos crió de manera diferente a Sergio y a mí, un poco machista en algunas cosas, aunque siempre estuvo de acuerdo de que yo estudiara y no dependiera de un hombre. Creo que me enseñó a que era posible ser independiente en la vida y tener mi propio proyecto personal, ser ordenada y desordenada a la vez, o tener mi propio orden.</i></p> <p>T: <i>¿Qué otras cosas pudiste aprender de él?</i></p> <p>TA <i>Me enseñó el cuidado de las cosas, valorarlas, considerar que cuestan y hay que cuidarlas. También, el interés por aprender e incluso ser autodidacta.</i></p> <p>T: <i>¿qué es aquello que siempre extrañas y recuerdas de tu padre?</i></p> <p>TA: <i>su organización, pienso que hoy, se nota su ausencia, en la organización de la casa como cuando estaba él, sentimos que algo muy importante cambió en nuestras rutinas. Él se encargaba de que las cosas funcionaran en el día y pensaba también, en el día siguiente.</i></p> <p>T: <i>¿Qué formas de ser te entregó tu padre que hoy extrañas y han sido importantes en tu vida?</i></p> <p>TA: <i>De mi papá siempre voy a extrañar su manera justa de ser, defendía los derechos de las personas en general, sin embargo, hacía diferencias entre roles femeninos y masculinos, eso era parte de su sistema de creencias. Recuerdo que me supo entender cuando me atrasé un año en la universidad, me dijo: “todas las experiencias sirven y nadie la está apurando en terminar la carrera”, eso me ayudó mucho porque hizo que bajara mi ansiedad y pudiera darme los tiempos que necesitaba para terminar mi profesión. También, puedo reconocer en mi padre el esfuerzo de salir adelante, su vida fue muy difícil y siempre dejaba para el futuro las recompensas, pensando en que nosotros pudiéramos disfrutarlas, quizás no pensó mucho en él en disfrutar lo que había sembrado, creo que ese es un acto de amor muy preciado para mí.</i></p> <p>T: <i>me gustaría conocer que pudiste entregar a tu padre en vida y ¿qué de esto fue importante para él, en forma de valores y aprendizajes, que recibió de ti?</i></p> <p>TA: <i>El siendo adulto tuvo una guagua, y esta guagua creció y ya no era tan simpática y dócil como antes, sino más bien, parecida a él...de un carácter complejo, entonces desde mi incondicionalidad fue aprendiendo que a pesar de nuestras diferencias siempre iba a existir el amor de papá e hija y el respeto mutuo, pienso que ese fue mi mayor aporte a su vida.</i></p>

T: *¿Y esa niña crece, estudia, aprende, ¿Qué tan importante crees que fueron todos estos cambios que vio en ti?*

TA: *Bueno como comenté, yo aprendí a manejar bien niña, a los 12 años, era una inquietud mía saber manejar, creo que esto también fue importante para él, pues se movía en un mundo de tradiciones antiguas y a partir de esta nueva oportunidad de ser padre de una niña, tuvo que aprender otras formas de considerar a las mujeres, o sea, las mujeres podemos manejar y lo hacemos bien entre muchas cosas más.*

T: *¿Al parecer ayudaste a que tu padre fuera cambiando su manera de pensar, entregando espacios de igualdad e incondicionalidad?*

TA: *Si, cambió de alguna manera su forma de ver a las mujeres y que necesitaban ser vistas de maneras más igualitarias. Al final pudimos decirnos con mi papá, que siempre estaríamos el uno para el otro y en una relación de padre e hija. Nuestra relación me deja bastante tranquila.*

T: *¿Qué es aquello que te entrega un poco de resignación luego de la partida de don Claudio?*

TA: *sé que mi papá no alcanzó a sufrir los efectos del cáncer de estómago, sé que mi padre no sufrió de eso, se fue tranquilo con Dios, y hemos visto esta afirmación de que mi papá está con Dios a través de los sueños, en donde nos entrega mensajes que nos revela que se encuentra bien. Siento que él está tranquilo y siento su presencia en la casa, que se levanta a medianoche o que sale a barrer el patio y que mueve las protecciones de la ventana, entonces recuerdo que es hora de levantarse. Lo siento como una presencia protectora, no siento miedo, todo lo contrario, siento una sensación de seguridad, esa misma que nos entregaba cuando estaba presente, pues revisaba que estuviéramos abrigados en la noche, revisaba los seguros de las puertas y de las ventanas.*

6.4 Sesiones individuales con Sergio

6.4.1 Análisis de las conversaciones de Externalización

Durante la primera sesión, Sergio logra caracterizar su problema, que es sentirse dentro de “*una burbuja de la pena*” o solo en su pieza.

Describe como el lugar donde el tiempo pasa más lento, y puede sentir emociones que no comparte con su familia porque no quiere dar problemas, sin embargo, también aparecen relatos alternativos al dolor o estar fuera de la burbuja, relacionados con aquello que el disfruta, como el fútbol, que le atribuye valores como la perseverancia y el esfuerzo que asocia a la figura paterna.

Rol de la Terapeuta

En esta primera sesión acojo una necesidad primordial que trae Sergio a terapia y es la confidencialidad, no quiere que su madre y hermana se enteren de lo que se hable durante las sesiones.

Otra inquietud de Sergio es no abordar en esta primera sesión la muerte de su padre, por lo mismo, trabajamos en el desarrollo de un espacio seguro y comenzar a conocernos proporcionando a Sergio un contexto en donde pueda hablar de aquello que le hace sentir bien.

6.4.2 Extracto Sesión de Externalización

<p>conversación de Externalización: Negociar una definición del problema.</p>
<p>Narrativas de la sesión N.º 1 (08.10.2021)</p>
<p><i>T: Sergio, recién me solicitaste tener un pacto de confidencialidad con aquello que se hable en terapia, porque no quieres que se entere de estas conversaciones tu mamá o tu hermana y también que no abordemos en esta primera sesión, antecedentes relacionados con la muerte de tu padre, porque te genera sentimientos de profunda tristeza y te incomoda expresar abiertamente estos sentimientos, que has estado durante último tiempo en tu pieza. Preguntarte ¿qué hacías hasta antes del contagio e incluso de la pandemia?</i></p> <p><i>S: bueno, este año estoy a punto de egresar de cuarto medio, por lo general me llevo bien con mis compañeros con los que estoy desde Kinder en el colegio. En abril del próximo año haré el servicio militar, yo me fui a inscribir porque pienso que es una posibilidad de tener un trabajo. En general no me gusta estudiar, no tengo muchas habilidades para el estudio, me gustan más los deportes en eso soy bueno. De chico que he participado en escuelas de futbol y siempre me estoy probando en clubes, también juego pin pon. Soy arquero y es el sueño de mi vida, convertirme en un futbolista profesional, pero hay harta competencia. Pienso que estas habilidades están conectadas con la disciplina y la milicia, por eso pensé en hacer el servicio militar, podría estar adentro a pesar de todo lo que cuentan que pasa con los milicos, pero yo sé que puedo. Otras de mis inquietudes es estudiar para preparador físico o mecánico, también me gusta eso.</i></p> <p><i>T: ¿Cómo aprendiste todas estas habilidades y en quién te inspiras?</i></p> <p><i>S: Bueno con mi papá, el siempre me motivó con los deportes y siempre fuimos fanáticos del futbol, yo soy de la UC y mi papá Wanderino, era típico que veíamos partidos juntos y teníamos nuestros rituales. Mi ídolo es Claudio Bravo, el mejor arquero que ha tenido la selección chilena, lo conocí y me dijo que tenía que ser perseverante con mis sueños.</i></p> <p><i>T: conocer a tu ídolo debe haber sido algo muy especial ¿cómo se prepara un arquero profesional?</i></p> <p><i>S: Si fue impresionante conocerlo ...para ser arquero hay que saber varias técnicas para atrapar la pelota, como saltar por ejemplo y qué parte del cuerpo apoyar en la atrapada, por lo general, siempre son las partes blandas de hombros, piernas y las manos. Lo más difícil es reponerse luego de un pelotazo en la cara, hay que saber reaccionar y sacar la pelota con las manos. El arquero también hace de líder del equipo, por eso hay que estar bien emocionalmente, hay que creer en uno mismo, tener mucha confianza, porque, además, el equipo deposita confianza en uno. Mi papá siempre me decía “tienes que dar lo mejor de ti, “ser perseverante” y esos eran nuestros valores, ser valiente, perseverante y no achacarse por las derrotas</i></p> <p><i>T: ¿entiendo que compartes valores con tu padre relacionados con la perseverancia y la, valentía ¿</i></p> <p><i>S: y también de compartir momentos juntos, éramos muy compinches, si había partido</i></p>

nos quedábamos en nuestro sofá y teníamos un ritual de comer papas fritas con coca cola, era muy chistoso mi papá. Otro valor que me enseñó mi papá fue a no desechar las cosas sin antes intentar repararlas, no le gustaba esto de que todo fuera desechable, él prefería arreglar, así que yo, ando ahora arreglando todo con sus herramientas.

T: *¿estos valores te hacen conectarte con el recuerdo de tu padre*

S: *si lo hago cuando arreglo las cosas y también estoy pendiente de la mantención de la camioneta, de mantener ordenado el patio, eso era lo que siempre hacía mi papá.*

T: *al principio de esta conversación me decías que durante el último tiempo casi no salías de tu pieza y que preferías estar ahí. ¿Cómo es tu pieza Sergio y cómo te sientes ahí?*

S: *Yo siento que mi pieza es como “una burbuja de la pena”, estar ahí me hace estar más lento, un poco pegado, como que el tiempo pasa más lento, y también estoy más sensible. En mi pieza también hago cosas, también lloro y me conecto con algunos amigos por chat, también me conecto a clases. Necesito estar más lento porque después del contagio con el Covid me afectó físicamente, siento que no tengo la misma energía y una sensación rara en el cuerpo. Y después de la muerte de mi papá, no me motiva ver partidos en el sofá, prefiero estar aquí adentro, pero salgo a comer, a tomar once y ahí comparto con todos.*

T: *¿entiendo que esta burbuja de pena también ha sido como un refugio para ti?*

S: *no se, pero me conecta con sentimientos muy tristes, que no me gusta hablar con mi familia para no darles problemas, pero si hablo de esto con algunos compañeros. Pero yo le digo burbuja porque es como estar volando o flotando y estar un poco atrapado.*

T: *¿qué otra característica tiene esta burbuja, por lo que me contabas recién, de vez en cuando sales de la burbuja o sales de tu pieza ¿te sientes igual atrapado?*

S: *salgo a ratos y hago algunos deberes y lo que le decía recién que con las herramientas de mi papá arreglo algunas cosas o también enciendo el motor de la camioneta de mi papá, eso me hace sentir que él está ahí conmigo o abro su botella de perfume entonces no me olvido de su olor. Bueno y acompaño a mi mamá cuando tiene que entregar mercadería en la camioneta para que no vaya sola a lugares muy peludos., la pueden asaltar y quitarle la camioneta. De vez en cuando salgo de la burbuja de la pena y no me siento tan atrapado.*

6.4.3 Análisis de la Conversación de Re autoría

Durante esta sesión Sergio evalúa contradicciones y abre un espacio para el enriquecimiento de su historia. Siente que las conversaciones y la manera de ver la relación con su padre le han servido para visibilizar habilidades personales que antes no veía en él.

Rol de la Terapeuta

Curiosidad genuina por conocer un poco más sobre “la burbuja de la pena” de Sergio y los relatos en donde ha salido de esta burbuja surgiendo otras emociones y relatos que también se relacionan con valores entregados por su padre, como el disfrutar la vida.

6.4.4 Extracto Sesión de Re autoría

conversación de Re autoría
Narrativas de la sesión N°5 (03.11.2021)
<p><i>T: Sergio, de qué manera podría influir en tu futuro estas formas de reincorporar la imagen de tu padre en tu vida que has contado durante las sesiones</i></p> <p><i>S: siento que con esta manera de ver la relación con mi padre y con las conversaciones que hemos tenido puedo también ver cosas muy positivas en mí que a lo mejor antes no me daba cuenta y me estoy sintiendo seguro de lo que quiero hacer en mi vida, estoy saliendo "de mi burbuja de la pena" que no me dejaba ser yo mismo, bueno para la chacota y jugar, hacer amigos nuevos y con energía para vivir.</i></p> <p><i>T; ¿Qué cosas te gustaría hacer?</i></p> <p><i>S: Por ejemplo, sé que quiero hacer el servicio militar, mi mamá y la Tatiana no quieren que yo me vaya, a veces me angustio cuando pienso quien va a ser las cosas que yo hago cuando yo me vaya, pero a mí me gusta la milicia y en realidad no me afectan los comentarios. Pienso que soy fuerte físicamente y de mente también, además, estaré siempre en contacto con mi mamá y voy a viajar a mi casa todos los fines de semana porque estoy seguro de que me ganaré el permiso.</i></p> <p><i>También estoy pensando que, si termino el servicio y no quiero seguir en la milicia, voy a estudiar algo, que existen otras opciones, como estudiar mecánica o ser preparador físico. Mi papá me decía que hiciera lo que me hace feliz, estas son cosas que me podrían hacer feliz.</i></p> <p><i>T: ¿cómo ha sido la relación con tu familia a partir de estas acciones que has llevado a cabo?</i></p> <p><i>S: bueno, primero siento que estar con mi familia me hace bien, quiero que siempre me acompañen, hemos hecho hartas cosas desde que mi papá murió como ir al cementerio juntos, y cuidar las cosas que él quería mucho. Yo al menos reparo todo lo que está malo, eso le gusta a mi mamá y a la Tatiana, limpio las cosas o las pego, como decía mi papá "hay que reparar antes de botar" y eso trato de hacer, tengo sus herramientas y reviso la casa para ver si encuentro algún desperfecto. Lo otro que hago seguido es ayudar a mi mamá en lo que me pida, me hace sentir útil. La Tatiana me ha estado ayudando con unos trabajos que tengo que enviar para cerrar el año escolar, eso me gusta harto porque yo no tengo tantas habilidades para escribir, entonces se lo agradezco un montón.</i></p> <p><i>Igual yo veo que ellas se dan cuenta que quiero independizarme o quiero que no se preocupen tanto por mí, como cuando fui solo a Santiago y entendieron que era algo que tenía que hacer solo porque ya estoy grande, no quiero que me sigan viendo como un niño.</i></p> <p><i>De todas maneras, quiero que me acompañen a mi fiesta de cuarto medio, estoy desde chico con mis compañeros y somos más que amigos, nos conocemos y tenemos una gran amistad, los papás también se conocen, entonces, somos como una familia, mi mamá y mi hermana tienen que estar conmigo ese día. Antes no estaba tan ilusionado con la ceremonia, pero ahora si lo</i></p>

estoy.

T: *gracias, Sergio por contarme todo lo que has hecho para salir de la burbuja de la pena y cómo tu familia, el recuerdo de tu padre, han sido un pilar fundamental para poder tener claridad de las cosas que quieres hacer en tu vida.*

Gracias

6.4.5 Análisis de la conversación de Re memoria

En esta sesión Sergio enriquece la descripción de sus saberes que han dado sentido a su vida, recordando los valores y experiencias que disfrutaba con su padre, relacionados con el aprendizaje mutuo, el sentido del humor y la complicidad, incorporando la imagen paterna a su identidad a través de la metáfora “Decir Hola otra vez”.

Rol de la Terapeuta

Acompañar a Sergio, a través de preguntas que fortalecen su agenciamiento personal y la conformación de su identidad de manera colectiva

6.4.5 Extracto Sesión de Re memoria

Conversación de Re memoria
Narrativas de la sesión N°7 (16.11.2021)
<i>T: Hola Sergio, ¿cómo estás? ¿Cómo ha estado tu semana?</i>
<i>S: bien ¡de nuevo me fue bien en Santiago en la prueba como arquero, esta vez, se me hizo más fácil llegar y me sentí más aliviado y ganamos. Ahora se viene la fase de entrenamiento para el campeonato y tal vez quieran contratarme, si no es así, no importa porque la experiencia</i>

ha sido muy buena. Luego de salir de cuarto medio podré entrenar sin problemas y más seguido.

Bueno, mañana tendré mi último día escolar, luego podré ir a talleres en el colegio para estar con mis compañeros. Tendré mi licenciatura el primero de diciembre, igual estoy entusiasmado con esta ceremonia porque quizás a muchos compañeros nunca más los vuelva a ver, aunque si por chat.

T: entiendo que estás en procesos de ir retomando tus actividades y, por otro lado, de cerrar ciclos. Algo que te he ido preguntando, pero a lo mejor no directamente es que piensas tú que se entregaron en la relación con tu padre Simón, ¿aquellas experiencias o valores que compartieron juntos? ¿Qué cosas te entregó él a ti?

S: a mí, momentos de diversión, siempre que estábamos juntos nos reíamos, éramos cómplices, pasábamos gran parte del día juntos con mi papá durante la pandemia, yo soy como molesto y nos reíamos mucho. Recuerdo que estábamos en la Residencia Sanitaria viendo el partido de Colocolo cuando estuvo a punto de irse a la V, y pucha que nos reímos ese día porque a nosotros igual y no es por nada, pero le tenemos mala al Colo. Mi papá era Wanderino de corazón y yo de la Cato. Y el Colo estaba jugando con Concepción y me acuerdo de que yo antes de irnos al hotel había guardado unas papas fritas y nos faltaba la bebida, así que la Tatiana nos fue a dejar una Coca-cola.

Lo otro es que mi papá me escuchaba y tomaba en cuenta mis ideas o versión de las cosas porque él resolvía todo, pero se demoraba mucho, en cambio yo veía todo más simple, nuestras formas de hacer las cosas funcionaban, pero yo la hacía más cortita.

Me enseñó a manejar la camioneta verde que heredé, me enseñó muchas cosas de la vida, que la vida cuesta y hay que esforzarse, a ser justo con las personas, ser respetuoso con los adultos, ser solidario, muchas cosas aprendí de mi papá.

T: ¿Qué cosas entregaste a tu padre?

S: Yo era como el ayudante chico de mi papá, él era maestro chasquilla, le gustaba arreglar todo y ahí estaba yo mirando y ayudando. Siempre fui su compinche, siempre lo cuidé y lo acompañaba a hacer sus cosas, como ir al banco, arreglar el techo, mover el tubo de gas, ir al médico o a arreglar la camioneta, me gustaba acompañarlo porque también aprendía viéndolo hacer sus cosas.

Y siempre lo cuidé y respeté como cuando estuvimos en residencia sanitaria, esa fue un momento que le demostré mucho cariño a mi padre.

Me da pena que mi papá no esté en mi graduación

T: gracias, Sergio, y espero que todo salga bien en tu fiesta de graduación

S: gracias, yo también espero que me acompañe mi mamá y mi hermana, porque pueden ir dos personas nada más y con mascarillas por la restricción sanitaria.

6.5 Sesiones individuales de Iván

6.5.1 Análisis de las conversaciones de Externalización

Durante esta sesión Iván mapea los efectos de su problema de “*estar entre la espada y la pared*”, en distintas áreas de su vida, afectando de manera importante la relación con Tatiana, con sentimientos de culpa por haber contagiado y como consecuencia, la muerte de Claudio. A nivel personal y espiritual, no ha podido retomar una conversación con Dios, siente mucha responsabilidad por el contagio.

Rol de la Terapeuta

Acoger y entregar un espacio de comprensión y escucha genuina al relato de la culpa de Iván. Dejar que continúe explorando esta metáfora, “*estar entre la espada y la pared*” que da cuenta de sentirse tensionado a nivel interno y de tomar decisiones que le producen malestar.

6.5.2 Extracto Sesión de Externalización

Conversación de Externalización: mapear los efectos del problema
Narrativas de la sesión N°2 (15.09.2021)

T: Iván me contaste la semana pasada el impacto del contagio, el fallecimiento de don Claudio y el término del noviazgo con Tatiana. ¿Me gustaría saber un poco más cómo esto ha afectado en otros ámbitos de tu vida?

I: Primero, en mi relación con Tatiana, a pesar de que nos queremos mucho, no es lo mismo, estamos como amigos y yo sé que eso no le gusta a ella, quiere una conversación para aclarar nuestra relación. Siento que también le falle a su familia, aunque me digan que no fue mi culpa.

Yo quiero creer en la relación que tengo con la familia de mi congregación, Tatiana siempre me hace cuestionar las intenciones que ellos tienen conmigo. Yo los quiero mucho y son una parte importante de mi vida., me cuesta creer lo contrario.

Y con Dios, ya no puedo tener conversaciones con él, hay algo que me impide hacerlo, no siento paz.

T: entiendo que estar entre la espada y la pared ha afectado muchas áreas de tu vida y que tanto Tatiana como la familia de la iglesia son importantes para ti ¿Cuéntame un poco como conociste a la familia de la iglesia?

I: la familia llegó en un momento muy difícil de mi vida, me ayudaron y acompañaron, me acogieron y pude confiar en Dios. Empecé mi camino ya siendo un adulto, desde ese momento comencé a sentirme apoyado por estas personas que me encantan porque tienen sentido del humor, son carismáticos y siempre están disponibles, no solamente son mis hermanos de iglesia, sino que son buenos amigos. Hemos hecho viajes juntos, compartido en vacaciones, festejos etc, yo los quiero mucho y sé que tienen buenas intenciones.

Por eso yo extrañaba mucho a la familia de la iglesia, antes solo pasada a saludar y cortito, hola y chao no más y con mascarilla, pero luego comencé a extrañarlos, pero, además, nunca me enteré de que había alguien contagiado, yo sabía que todos nos estábamos cuidando, pero en esa época aun no existían las vacunas y estábamos más expuestos al contagio.

T: Iván eso es cierto, aún no había vacunas, entonces estabas más expuesto a contagiarte en todos lados, en la calle, en la locomoción pública, en los hospitales etc ¿aún con este contexto pandémico que mencionas sientes culpa?

I: si porque tenía la opción de no salir y lo hice igual.

6.5.3 Análisis de la conversación de Re autoría

La sesión pasada Iván llegó inundado de problemas, muy agobiado por una discusión con Tatiana, sentía que su mochila estaba muy pesada, sin embargo, logra visibilizar objetivos personales que siempre a querido cumplir relacionados con tener un proyecto de vida familiar

con Tatiana. Durante esta sesión Iván continúa indagando en aquellas historias subyugadas que le entregan tranquilidad y esperanza, sintiéndose un poco más fortalecido.

Rol de la Terapeuta

Generar un contexto a través del cual Iván pueda tener acceso a sus historias preferidas que han sido subordinadas por la historia única dominante de la historia del contagio con el Covid-19.

6.5.4 Extracto Sesión de Re autoría

Conversación de Re autoría
Narrativas de la sesión N°4 (30.09.2021)
<p><i>T: Iván la semana pasada me hablabas de sentirte muy sobrepasado emocionalmente, sin embargo, también contaste acerca de tus sueños que siguen en pie, nombraste varios planes que tienes en mente. ¿Cómo te sientes hoy?</i></p> <p><i>I: mucho mejor que la semana pasada, yo había quedado muy mal después de la discusión que tuvimos con Tatiana, pero después yo la llamé, la fui a ver a su casa y conversamos, y quedamos más tranquilos. Luego, el fin de semana, celebramos su cumpleaños, le regalé un ramo de girasoles y rosas creo que me estoy esforzando en estos pequeños detalles, y también ayudé a organizar un almuerzo para ella. La Taty se sintió muy feliz con estas demostraciones de cariño.</i></p> <p><i>T: ¿cuéntame cómo participaste en esta organización del cumpleaños?</i></p> <p><i>I: la señora María me llamó y me invitó a organizar el cumpleaños de Tatiana porque, además, no pudo celebrar su titulación y sentía que ella siempre estaba organizando para otros y que era momento de celebrarla. Entonces yo le compré una torta y le hicimos una comidita rica, estuvo su familia, abuela, tíos, primos y mi familia también. Yo la vi muy feliz con la comida, la torta y sorprendida con las flores, porque en algún momento me dijo que no era detallista, y la verdad es que ella siempre está preocupada de sorprender con detalles así que yo lo hice con los preparativos y las flores y vi que su cara se transformó. Pienso que fue una bonita celebración, ver a nuestras familias reunidas me gusta, además, se llevan bien.</i></p> <p><i>T: Entonces a partir de esta conversación con Tatiana surge también la iniciativa de participar y demostrar tu cariño a Tatiana ¿aún necesitan esa conversación pendiente?</i></p> <p><i>I: Esa conversación sigue pendiente, pero seguimos siendo buenos amigos y nos queremos, aclaramos el tema de una discusión anterior y reconozco que ella tiene razón en muchas cosas y me propuse ir flexibilizando de a poco, hay formas de ser que tengo que ir soltando, pero no puedo hacer todo de un día para otro, también necesito tiempo.</i></p> <p><i>T: gracias, Iván, y me alegro de que sean buenos amigos y celebren juntos en familia</i></p>

6.6 El paso de sesiones a nivel individual a sesiones a nivel grupal en modalidad presencial

Desde el inicio, cada integrante de la familia solicitó un proceso terapéutico individual, conectándose desde sus espacios personales para abordar el duelo y la incertidumbre. A medida que avanzaron trabajando en sus objetivos individuales, identificaron recursos personales y surgieron relatos alternativos centrados en los valores familiares y compartidos con Claudio. Esto les permitió sentirse preparados para compartir sus experiencias a nivel familiar, construyendo juntos la metáfora del “Viaje en camioneta”, símbolo de su identidad familiar basada en el esfuerzo, el aprendizaje y el vínculo afectivo.

6.6.1 Terapia Grupal “El Viaje en Camioneta”

En el proceso terapéutico individual, los participantes fueron construyendo la metáfora del "Viaje en Camioneta", inspirado por el vehículo adquirido por Claudio con su jubilación, que simboliza los viajes familiares, el disfrutar la vida y el aprendizaje compartido.

Cada miembro asignó un significado único a su experiencia de aprender a manejar en la camioneta: para María fue un desafío personal aprender a manejar, para Tatiana fue una curiosidad y una forma de desafiar a su padre, y para Sergio, aprender a manejar representaba una proyección hacia el futuro, siendo él quien hereda la camioneta.

Viajar siempre fue importante para la familia, y aunque tenían planes de viajar al sur en familia e invitar a Iván, la pandemia lo impidió.

A pesar de compartir momentos cotidianos, cada uno vivió la pérdida en soledad. Ahora se sienten listos para abordar el duelo de manera grupal y compartir significados colectivos.

Para tal efecto, se co construyeron objetivos a nivel grupal durante el proceso de intervención individual que son los siguientes:

Disponer de un espacio grupal en donde compartir las respuestas a la experiencia del contagio, la muerte y las situaciones que generaron tensión y alivio a nivel familiar.

Disponer de un espacio grupal en donde socializar aquellos aprendizajes e historias alternativas que surgieron a partir de esta experiencia terapéutica.

6.6.2 Trabajo Terapéutico Grupal

El "viaje en camioneta" es una adaptación de la metáfora narrativa "La aventura en Bicicleta" (Jorge, 2018), que se utiliza para trabajar de manera colectiva con personas que enfrentan adicciones. A su vez, la bicicleta podría considerarse una variante de la técnica del árbol de la vida (Ncube y Denborough, 2011; Chimpén, Dumitrascu y Montesano, 2014).

Tomando elementos clave como el movimiento y la dirección para abordar el duelo como una experiencia única. Además, busca generar un cambio en la identidad de las personas, denominado "migración de identidad" (Michael White, 1997), que se entiende como una transición en la vida social, pasando de un estado a otro en donde se pueden generar cambios, apartando a la persona de su problema de la historia dominante.

El final de esta migración corresponde al territorio preferido, cuando la persona ha asumido el cambio y ya maneja su vida desde su identidad robustecida, y se presenta ante una audiencia o un testigo externo que puede ser una persona cercana muy significativa que puede resonar con estas

nuevas narrativas. Este mapa también facilita la postura del terapeuta: “descentrado pero influyente”, ya que las personas son las que conducirán su vida de acuerdo con sus conocimientos y experiencias (Díaz Rubín, A 2022).

Para llevar a cabo esta dinámica a nivel familiar, el día 6 de marzo del año 2022 a las 17:00 horas, realicé el primer encuentro presencial en modalidad de visita domiciliaria con María sus hijos e Iván. Este encuentro había contemplado la presencia de los 4 integrantes de la familia, sin embargo, al llegar al domicilio y saludarnos, Iván me comenta que no podrá participar en la actividad porque surgió un imprevisto en su trabajo y tiene que reunirse con su jefe.

Antes de Iván saliera del domicilio, la primera impresión con la familia fue de asombro y un poco de nerviosismo porque habíamos conversado durante 5 meses y ésta era la primera vez que nos veíamos tan cerca. Por otro lado, Tatiana muy emocionada me comenta que tiene un mes de embarazo y se sienten contentos en esta experiencia de ser padres.

La familia en general se muestra motivada de llevar a cabo esta dinámica que marca la finalización de este proceso de acompañamiento. Todo estaba dispuesto para aquello. María despejó la mesa del comedor y ahí instalamos un pliego de papel craft, papel lustre, plumones, tijeras y otros materiales destinados a realizar el trabajo a nivel grupal. La terapeuta fue socializando con el grupo aspectos generales de cómo se iba a llevar a cabo la metáfora del viaje en camioneta y les invitó a co construir los elementos del kit de emergencia, de la camioneta y de otros, relacionados con los elementos de la ruta, como los paraderos.

La familia tenía conocimiento de mecánica básica porque Claudio les había enseñado y resultó fácil ordenar las piezas de acuerdo con su importancia dentro de una carrocería. Estos aspectos eran totalmente desconocidos para la terapeuta quien no sabe conducir y no tiene vehículo, solo se quedó escuchando e integrando esta información.

El espacio resultó bastante ameno y creativo cuando cada uno comenzó a trabajar con su Kit o a pintar y decorar su camioneta de acuerdo con su estilo personal y gustos, dando paso a historias alternativas llenas de posibilidades (Ncube, Denborough 2011).

En esta actividad, cada integrante construye su territorio seguro antes de hablar de las dificultades y el dolor. El Kit de Emergencia viene a visibilizar las fortalezas y poderes que han permitido echar a andar el motor de cada una de las camionetas cuando ha quedado en pane o cuando el camino se ha puesto cuesta arriba o cuesta abajo.

Luego de construir los Kit y ser conscientes de todo aquello que disponen para echar a mano en caso de una emergencia, es que comienzan a trabajar en las camionetas que son únicas y especiales, representa la identidad individual que contiene a los antepasados, lugares favoritos en donde estar, habilidades, personas significativas, esperanzas, regalos de la vida.

En la elaboración de las camionetas, se observa distintos estilos que se reúnen finalmente en un último paradero en común relacionado con lo que quiere la familia que es la esperanza de seguir juntos y existiendo unión en la diversidad.

En la construcción de los paraderos que se ubican en la ruta colectiva de las dificultades, se invita a la familia a conversar sobre las amenazas, los problemas y las repuestas que dieron luego de saber que estaban contagiados con el Covid-19, así como otros eventos que ocurrieron en el trayecto del acompañamiento psicoterapéutico como el fallecimiento de la madre de María durante el mes de noviembre del año 2021.

6.6.3 Paraderos

Los paraderos surgen a partir de la adaptación a los elementos de la ruta, que son parte de la metáfora “La Aventura en Camioneta”. En el viaje en camioneta, los paraderos constan de dos

aspectos, aquello que puede ayudar a avanzar en el camino o aquello que se puede transformar en un obstáculo, y también se puede relacionar con lo que está ausente pero implícito en la experiencia del duelo. También, del sentido colectivo del movimiento y de las decisiones para re narrar experiencias aisladas del sufrimiento.

En la elaboración de los paraderos la familia se pone de acuerdo en asignarle un nombre a cada uno de ellos y que lograron identificar de manera grupal:

- 1.- "Paradero, preocupación por un posible contagio".
- 2.- "Paradero, contagiados con el Covid-19".
- 3.- "Paradero, discusión Tatiana e Iván".
- 4.- "Paradero, renunciar a Claudio, dejarlo ir".
- 5.- "Paradero, proceso de duelo".
- 6.- "Paradero, muerte de Aurora (abuela)".
- 7.- "Paradero, seguir juntos".

Los relatos alternativos que van surgiendo permiten explorar y enriquecer los relatos del contagio haciendo una diferencia importante sobre los efectos de los problemas en sus vidas y como se puede transformar su identidad.

La metáfora del Viaje en Camioneta comparte el vehículo en movimiento que se desplaza por una ruta o trayectoria y en el tiempo, se detiene en paraderos y finalmente llega a un destino final (Jorge A, 2018)

Finalmente, tomando la estructura de la metáfora de "La aventura en Bicicleta" y adoptándolo a "El viaje en camioneta", según los integrantes de la familia, quedaría de la siguiente manera:

Carrocería: ¿Quiénes son mis antepasados? Según Tatiana la carrocería es lo más antiguo en una camioneta o básico en su estructura. ¿Conocen la historia de sus antepasados? Los antepasados de Claudio y de María.

Asientos: Representa todas aquellas actividades que te entregan bienestar. Aquí Sergio propone que los asientos de la camioneta entregan comodidad, en donde se puede dormir, escuchar música, leer, conversar. ¿Qué hicimos o no hicimos para sentirnos más cómodos durante este viaje en camioneta?

Accesorios de la camioneta: los regalos de la vida. Todas las contribuciones que reciben y aquellas que entregan a otros. “Decir hola otra vez”

Motor: Representan valores, creencias lo que le da sentido a tú vida. Lo que es importante para ti. Según María es la fe en Dios. Cuando se pierden deja de funcionar la camioneta y puede pasar lo peor.

¿Durante este viaje, cómo te acompañó tu fe? ¿En qué creíste o te aferraste? ¿de qué manera te serviría esta experiencia en un futuro?

Ruedas: representan las relaciones significativas y las contribuciones tanto recibidas como dadas. Según Sergio las ruedas son imprescindibles porque desplazan a la camioneta, le dan la movilidad, es lo que cada uno aporta a la familia. *¿Quiénes son tus personas o figuras significativas? ¿Qué te entregan y que das?*

Amortiguadores: Mi contribución a la comunidad. María dice que ellos aportan en ser buenas personas y no dañar al prójimo. ¿Cómo aportamos a la comunidad? ¿qué saben de nosotros nuestros vecinos?

Frenos de Mano: esperanzas, deseos, sueños a nivel individual y colectivo. Tatiana, son los proyectos individuales y familiares. ¿Cuáles son nuestros proyectos a nivel individual? ¿Cuál son nuestros proyectos como familia?

Volante: ¿Cuál es tu lugar favorito en donde estar en el presente? María dice que es disfrutar de la vida ahora. Todo aquello que hacen para disfrutar la vida. ¿de qué manera me conecto con el presente?

Final de la ruta: “Sueños y Esperanzas”, se refiere a los sueños y esperanzas del colectivo participante en esta experiencia. La familia dice que es estar juntos apoyándose, con Iván viviendo en la casa. ¿de qué manera podemos seguir viajando juntos en la camioneta verde? Una situación muy importante que ocurrió mientras se realizaba la ruta del viaje en Camioneta, es que de un momento a otro llega Iván a la casa, emocionalmente afectado, pidiendo disculpas por interrumpir la actividad y comenta:

” mientras estaba afuera en la calle me pregunté por qué no estoy participando también, yo debería estar escuchándolos y hablando de lo que a mí me pasó con el contagio ”.

“Tengo un tema con la culpa y está más que conversado con Tatiana, y sé que la familia me apoya y no me ve como culpable del contagio, muchas veces me hago cargo de situaciones que no tienen nada que ver conmigo” (comenta llorando)

Respondiendo a esta necesidad de Iván, la terapeuta lo contiene y lo invita a integrarse a la dinámica como un Testigo externo de los relatos que realizará la familia en el Viaje en camioneta, si bien esto no estaba previsto, es relevante que una persona como Iván puede elaborar ser un testigo externo, pues, volvería a representar lo que la familia valora en las acciones que ha realizado, el testigo externo resuena mucho con estos reconocimientos y estas formas de responder. (White, 2007).

Gracias al recuento que pueda realizar el Testigo Externo, la familia podría sentir que sus vidas se unen a la de otra persona alrededor de temas que comparten y atesoran: entonces, las contratas de su existencia se pueden enriquecer significativamente. (White, 2007), estas están relacionadas con la culpa de Iván por el contagio. En este sentido, Iván al relatar acerca de lo que le llamó la atención en la narración, acerca de su sentir en cuanto a modo en que estas expresiones tocaron sus vidas, su contribución pueden pesar mucho más que cualquier contribución que realice la terapeuta, pues las narrativas personales son coautorías en el contexto de las relaciones que le son significativas.

A continuación, María, Tatiana y Sergio relatan al grupo su experiencia en el viaje en camioneta, pasando por los distintos paraderos que fueron co construidos grupalmente.

6.7 Viaje en camioneta de María:

Paradero, preocupación por un posible contagio: *“temía por un posible contagio pues sabíamos que una persona mayor es un paciente de riesgo que se podía morir, entonces, tuve una discusión muy fuerte con Tatiana por el tema del contagio y luego, recapitamos y asumimos que estábamos contagiados con el Covid-19.*

Paradero, contagiados con el Covid-19: *Durante ese tiempo deposité mucha fe en Dios, cuando fui dada de alta en el hospital hicieron una pequeña ceremonia porque logré sobrevivir a la enfermedad, pero yo siempre me preguntaba porque tuve que llegar a una UCI, si yo no era población de riesgo, y entendí que detrás de todo esto había un propósito de Dios. Mi misión fue que Claudio estuviera más aliviado y más cerca del señor al momento de su partida”.*

Paradero, discusión Tatiana e Iván: *“cuando me entero de que Iván había dado positivo, me propuse no ver más a mi mamá, me separé de ella como una forma de protegerla del contagio,*

porque era adulta mayor, postrada, con muchas enfermedades de base, entonces la volví a ver luego que Claudio murió, recién ahí nos reunimos. También me propuse proteger a mis arrendatarios del segundo piso, a partir de este contagio no tuvimos contacto con ello, y las medidas de higienización de la casa fueron más estrictas que antes.

Paradero, renunciar a Claudio, dejarlo ir: “más que renunciar pedí que Dios hiciera su voluntad para no atarlo a esta vida y la voluntad de Dios fue un momento muy difícil y de mucho dolor. Yo sentí dolor en el alma, con la sensación que me estaba despegando físicamente de Claudio: “Un día antes de su muerte yo soñé con Claudio y vi que se iba, pero contento, me quedé conforme de que estaba bien”.

Paradero, proceso de duelo: después de un año de su partida, hemos podido salir adelante, lo hemos logrado, y él está presente más que nunca a través de sus dichos, recuerdos, fotografías en nosotros cuatro. Cuando vamos al cementerio, siempre lo estamos recordando, queremos además que otras personas lo conozcan a través de sus valores. Hace poco hice un viaje al sur, era un deseo de Claudio, fui a navegar y me sentí tan bien, a Claudio también le gustaba el mar, por eso el proceso de duelo lo sigo viviendo y haciendo cosas que a él le gustaban, recordando todo lo que nos entregó”.

Paradero, muerte de Aurora: fue una partida que nadie esperaba porque siempre estaba luchando para salir a flote de sus crisis. A la media hora que ella fallece llegan todos sus hijos y nietas a encontrarse con ella en el hospital y también llega el pastor de la iglesia y mi comunidad que siempre está ahí apoyándome. Mi mamá no lo estaba pasando bien, dependía 100% de otras personas y sentía que ella era un problema, estaba muy afectada su salud, ahora, está descansando”.

Paradero, seguir juntos: *“Iván se ha integrado muy bien con nosotros, lo queremos hartito y ya es parte de nuestra familia. A pesar de que podemos entrar y salir de esta casa, también sabemos que podemos contar con el otro. Seguir juntos será nuestra meta y ahora con un bebé mucho mejor. Seguir adelante como nos decía el papá, ustedes pueden, pero tienen que ser organizados, eso era muy importante para él”*.

6.7.1 Viaje en camioneta de Tatiana:

Paradero, preocupación por un posible contagio: *“en esa fecha, las autoridades pedían ser responsables y evitar contagiar a los adultos o personas delicadas de salud, entonces siempre estuve preocupándome por otros. Cuando tuve conciencia que era contacto estrecho de Iván, me aislé para no contagiar especialmente a mi papá, siempre estuve con mascarilla dentro de la casa.,*

Paradero, contagiados con el Covid-19: *“a medida que mi familia daba PCR positiva, tomé el rol de hacerme cargo de ellos, llevar enseres y visitarlos en residencia sanitarias, cuidar la casa. Luego mi mamá y papá empeoraron de salud necesitando ser internados en Hospital Gustavo Fricke”*.

Paradero, discusión Tatiana e Iván: *“Iván sentía mucha culpa por el contagio, entonces necesitaba estar lejos de él y ver aquello que hacía de manera espontánea y no por culpa. Con el tiempo, él me demostró que me amaba y que se siente bien con mi familia. La relación con Iván desde el contagio fue cambiando y transformándose, por lo mismo, con el tiempo tuvimos una conversación que nos permitió ver qué tipo de relación queríamos mantener, ahí decidimos ser pololos, pero luego, decidimos comprometernos nuevamente el 14 de febrero, y ahora estamos esperando un bebé y tengo un mes de embarazo.*

Paradero, renunciar a Claudio, dejarlo ir: *cuesta asimilar esto de un momento a otro, hasta cuando ya te hace sentido el renunciar, y ahí uno comienza a comprender las cosas. Hoy siento que tuve que renunciar a mi padre físico pero su presencia espiritual siempre ha estado conmigo.*

Paradero, proceso de duelo: *“pienso que mi hijo/a va a conocer a su abuelo a través de las historias que le contemos, fotos, videos y los rituales que hemos asumido como parte de nuestra rutina para honrarlo y llevar a cabo los valores que nos entregó relacionados con la responsabilidad e incondicionalidad. Agregué a Iván en este viaje en camioneta, en la cabina de atrás porque siempre ha estado acompañándome y ahora en este viaje, como padres también estamos juntos, ha ido creciendo la familia.*

Paradero, muerte de Aurora: *Fue distinto a la muerte de mi papá, porque yo no pude ver el cuerpo de mi papá, el de mi abuela si lo vi y eso me dio más tranquilidad e incluso, pude tomar sus manos que aún estaban tibias. Entonces pude aceptar rápidamente que había fallecido mi abuela, muy distinto a lo ocurrido con mi papá que nunca vi su cuerpo.*

Paradero, seguir juntos: *eso quisiera, no perder la comunicación con mi familia, y seguir cuidando este valor del apoyo familiar, eso que nos mantiene juntos hasta el día de hoy.*

6.7.2 Viaje en camioneta de Sergio:

Paradero, preocupación por un posible contagio: *“cuando me enteré del contagio por el Covid, no me lo tomé en serio, sólo me preocupé por mi papá que estaba más débil de salud. Mi preocupación comenzó cuando nos empezamos a ir a residencias sanitarias y luego la Tany me cuenta que mi mamá estaba hospitalizada porque estaba más delicada de salud”.*

Paradero, contagiados con el Covid-19: *“durante la estadía en la residencia sanitaria, mi papá hacia lo imposible para subir el ánimo con sus chistes y juegos, juntos vivimos momentos que siempre voy a recordar. He sido cristiano medio desordenado, pero creo 100% en Dios. El deporte me ha generado alivio o relaxo y lo retomé después del contagio, porque mi cuerpo quedó con secuelas por el contagio”*.

Paradero, discusión Tatiana con Iván: *“mi relación con Iván es buena, por lo tanto, nunca lo he juzgado a través de la historia del contagio, no creo que él haya querido contagiarse porque, además, es muy responsable. Mi papá siempre consideró a Iván como parte de nuestra familia, siempre estaba en todos nuestros proyectos y viajes”*.

Paradero muerte de Aurora: *“Ya había perdido a mi papá el año 2021 y sabía que mi abuela estaba enferma pero nunca pensé que moriría el mismo año que mi papá, entonces sentí que era mucho para un año. Mi graduación de cuarto medio fue un día después del funeral de mi abuela, y estaba muy afectado por esto, pero mi familia me acompañó. Mi abuela me había comprado de regalo una cadenita de plata para mi graduación, eso fue muy importante para mí”*.

Paradero, seguir juntos: *“pienso que, aunque esté haciendo el servicio militar, yo no me voy a separar de mi familia, voy a venir siempre a mi casa porque no quiero que me falte el apoyo de ellos”*. *“Para mí este viaje no ha sido tan difícil porque he contado con apoyo de amigos, familia, Dios y el deporte”*.

6.7.3 Iván como Testigo Externo

Al involucrarse desde una escucha atenta y centrándose en aspectos particulares de las historias que escuchó durante la dinámica de El viaje en camioneta, Iván puede responder desde lo personal y desde su propio entendimiento de cómo ocurrieron las cosas, considerando, además,

aquellos relatos que él valora en su vida y de qué manera estos relatos se relacionan con sus propósitos o valores, alejándose de dar un punto de vista, dar consejos, emitir juicios de valores o teorizar.

6.7.4 Resonancias de Iván frente a los relatos significativos del Viaje en Camioneta

Iván, ¿podrías contar algo de los aspectos de los relatos que escuchaste que resonaron en ti?

“mirando desde afuera con los altos y bajos que ha vivido la familia, yo resueno con la unión familiar, aún están ahí el uno para el otro apoyándose. Cuando muere don Claudio se daban tiempo para encontrarse, abrazarse trataban de celebrar sus fechas importantes. No quisieron dejar de hacer rituales, siempre estaban ahí juntos, celebrando también la alegría y la vida, que es parte de la identidad familiar, algo que don Claudio siempre promovió, reunirse y celebrar. Siento que mi madre hace algo muy similar conmigo y mis hermanos, pues a pesar de las dificultades y diferencias entre un hermano y otro, siempre nos estamos apoyando.

El día 27 de enero del 2021, me avisaron que una persona con la cual había compartido en una once estaba contagiada con Covid-19. Durante 7 meses con la Tany vivimos altos y bajos, no la pasamos bien, pero seguíamos siendo compañeros, y llegó un momento que nos dijimos de todo y tomamos la decisión de juntarnos, en el momento que la relación tuviera un nombre. Entonces decidimos tomar una posición y nos comprometimos nuevamente y con ello también apareció en nuestras vidas, el hijo que esperamos. Siento que nuestra historia se asemeja un poco a la historia de don Claudio y María, por ahí compartimos valores y el deseo de salir adelante a pesar de las dificultades.

Como cristianos siempre soñamos con casarnos, teníamos una fecha para la boda, pero dejamos a un lado este proyecto por todo lo que vivimos, porque a lo mejor nos faltaba madurar como

personas. Como pareja, fue doloroso, pero nos ayudó para bien. Al mirar a Sergio con sus gestos, sus chistes, me lleva inmediatamente a recordar a don Claudio.

Sergio y Tatiana comparten muchas de las enseñanzas que dejó don Claudio y están ahí presentes en sus hijos. En relación con el contagio, siento que estoy más tranquilo con esta historia, pero no se me olvida que yo fui el que se contagió y trajo el virus a la casa, ha sido muy difícil dejar de sentir esa culpa, aunque me digan que no es mi responsabilidad, igual lo siento como algo muy personal, pues así, yo veo la responsabilidad, que uno se tiene que hacer cargo de sus acciones, y es esa caída en dominó que afectó a una familia entera y también afectó mi vida y mis relaciones.

Las personas que me contagiaron, en ese entonces eran muy cercanas formaban parte de mi comunidad religiosa, en la actualidad ya no lo son, las veo cada vez menos. Ahora estoy más concentrado en mi trabajo y paso más tiempo con la Tatiana. Ahora vamos a ser papas y estoy disfrutando de esta responsabilidad.

Cuando voy al cementerio a visitar la tumba de don Claudio no dejo de sentir mucha pena, pero por otro lado, también resueno con todo lo que ha realizado la familia a través de rituales para recordarlo, eso ha sido muy importante y agradezco que también me consideren en sus ritos. A don Claudio siempre lo consideré una persona seria, y recuerdo que una vez me prestó su camioneta verde para ir a la playa, y luego para comprar materiales de construcción y así fue creciendo la confianza”.

En este relato, Iván experimenta lo que White describe como una katarsis, que ocurre cuando alguien atestigua expresiones de dramas de vida que son muy fuertes, que remueve a la persona que la vive, la remueve no sólo porque vive una experiencia emocional, sino porque la transporta a otro lugar desde donde llegar a nuevas perspectivas sobre la vida e identidad (White, 2007).

Estos nuevos significados están relacionados directamente con la culpa que siente por la responsabilidad del contagio. Al escuchar los relatos de María, Tatiana y Sergio, en donde le quitan la responsabilidad de lo sucedido, también disminuye esa angustia, resonando con sus cambios, como llevar a cabo la conversación pendiente con Tatiana y volver a estar comprometidos; establecer límites con los amigos de la iglesia que lo contagiaron y tener un proyecto de vida familiar que era algo que Iván anhelaba. La familia en esta dinámica resuena con la katarsis de Iván y lo reciben de manera simbólica en la casa que ya es su nueva morada y lo contienen emocionalmente.

6.8 Entrega de documentos

El día 24 de marzo del 2022 se llevó a cabo la entrega de documentos en el domicilio de María, instancia en que se encontraban los 4 integrantes de la familia.

Los documentos corresponden al taller “El Viaje en Camioneta” y el Certificado de Vida que reemplaza el Certificado de Defunción de Claudio (Fareez, M, 2015). Estos documentos descentrados y terapéuticos promueven conclusiones de identidad enriquecidas, que contribuye a fortalecer las historias preferidas de los integrantes de la familia, quienes, durante la metáfora del Viaje en Camioneta, logran identificar a nivel individual y colectivo excepciones, iniciativas y respuestas asociadas a la experiencia del contagio con Covid-19.

6.9 Análisis Grupal del Viaje en Camioneta

La instancia de terapia grupal, permitió visibilizar la migración de identidad de la familia, comenzando con la co creando de un espacio seguro como (la construcción de los kit de las

habilidades; la elaboración de las camionetas únicas y especiales), y luego, a nivel colectivo, elaborar los paraderos de las dificultades, y posteriormente, compartir el viaje que cada uno vivió, transitando desde una identidad inundada de problemas como (el contagio con el covid-19; el quiebre de relaciones, la muerte por Covid-19, vivir duelo por la muerte de Claudio, vivir la muerte de Aurora abuela), hasta llegar a un territorio preferido grupal o paradero final, con historias llenas de esperanzas como *“estar todos juntos como familia”*.

Los relatos alternativos que van surgiendo durante este viaje permiten explorar y enriquecer los relatos del contagio haciendo una diferencia importante sobre los efectos de los problemas en sus vidas y como se puede transformar su identidad en una más robustecida.

Este viaje de migración de identidad tuvo la participación de un testigo externo, Iván, quien escuchó cada una de estas nuevas narrativas resonando con los saberes de la familia.

La postura de la terapeuta es descentrada pero influyente, ya que, es la familia quien transita por estos cambios de identidad de acuerdo con sus conocimientos y experiencias de vida.

Finalmente la familia honra todas las respuestas que han podido dar a esta experiencia de duelo de manera individual y colectiva como: estar tristes, callados y otras veces alegres, tener fe en Dios, celebrar cumpleaños, ser organizados y otras veces no tanto, pagar las cuentas, arreglar las cosas de la casa, llevar la camioneta a mantención, hacer terapia, visitar la tumba de Claudio en el cementerio, escuchar la música favorita de Claudio, tomar su vinito favorito, usar sus copas del ponche, encender el motor de su camioneta, oler su perfume, conversar con él en sueños, acordarse siempre de él y de sus dichos, acariciar a las mascotas, realizar viajes, estudiar, pasar de curso, entrenar en Santiago, jugar con los amigos, cuidar todo aquello que era importante para Claudio, disfrutar a concho el presente, tener esperanzas en el futuro y en la vida, poder hablar

de la muerte de Claudio, estar juntos acompañándonos, trabajar en equipo, recibir a Iván como un nuevo integrante de la familia, esperar un hijo, estar todos juntos.

7. MONITOREO DE LA TERAPIA Y USO DE LA INFORMACION DE RETROALIMENTACION

El monitoreo de la terapia se llevó a cabo bajo el encuadre técnico y profesional de un supervisor técnico acreditado dentro del contexto académico del proceso final de formación del investigador a cargo del estudio.

En el monitoreo se consideró importante la opinión de los participantes, por lo cual, permanentemente se fue sondeando su percepción y apreciación al final de cada sesión, a través de preguntas, para saber si los temas que se abordaron o la manera en que se hizo fue respetuosa con sus creencias, con su malestar o si sintieron alivio emocional al final de cada sesión.

Durante la mitad del tratamiento, se llevo a cabo una sesión grabada en donde se abordó el funcionamiento de la terapia como una forma de retroalimentación, pensando que existían participantes que nunca habían hecho una terapia con un psicólogo y otros habían tenido una mala experiencia, en general, el sondeo fue bastante positivo y todos refirieron estar cómodos en el espacio terapéutico.

Al final del proceso de intervención individual y grupal, se llevó a cabo la aplicación de una Entrevista Estructurada de Adler, J y Mc Adams, D (2007) de la reconstrucción narrativa de la psicoterapia.

7.1 A continuación se presentan 5 extractos de las escenas más importantes a nivel individual de María, Tatiana y Sergio de la Entrevista Estructurada de Adler, J y Mc Adams, D (2007).

1.-Pregunta relacionada con la escena por la muerte de Claudio

¿Con qué situación se relaciona su problema que lo aqueja?		
María	Tatiana	Sergio
<i>“mi problema estaba relacionado con la pérdida de mi esposo que me afectó en lo personal y también a nivel familiar.”</i>	<i>“mi problemática está relacionada con el contagio y la muerte de mi papá, darme cuenta de que mi papá ya no iba a estar y también la ruptura con Iván por el contagio”</i>	<i>“pienso que el problema está en que yo no hablaba con mi familia de lo que sentía, estaba encerrado en una burbuja de pena”</i>

2.-Pregunta relacionada con la escena de la decisión de ir a Terapia:

¿ puedes describir la escena de cuando decide ir a terapia?		
María	Tatiana	Sergio
<i>“pensé, debo vivir mi duelo y acepté participar en esta terapia, porque mis amigas no me entienden mi dolor, me dicen que de vuelta la página, y no les puedo exigir comprensión porque es un problema que yo estoy viviendo.”</i>	<i>“no tenía muchas expectativas con la terapia, porque en mi adolescencia había asistido con muchos psicólogos y terapias en el hospital y sentía que me veían solo por cumplir y sus técnicas no me ayudaban mucho”.</i>	<i>“el tomar sesiones fue mi decisión, porque quería ser como era antes, bueno para hablar, reír, salir a jugar futbol, estar con los amigos, y todo eso, había desaparecido, entonces quería volver a recuperar la alegría deo antes”.</i>

3.-Pregunta de la sesión más importante de la terapia.

¿Me puedes relatar la sesión que consideras más significativa?		
María	Tatiana	Sergio
<i>“Creo que fue la sesión en donde conté sobre la historia de cómo conocí a Claudio, en donde recordé detalles de nuestra relación que incluso había olvidado”</i>	<i>“fue cuando pude hacer un resumen de cómo me estaba sintiendo en la terapia a nivel emocional y pude hablar de mis emociones”</i>	<i>“en donde yo le describí esas habilidades que aprendí de mi papá, todas las cosas que hacíamos juntos”</i> .

4.-Pregunta relacionada a la segunda sesión más importante

¿Me puedes relatar otra sesión muy importante dentro de este proceso terapéutico?		
María	Tatiana	Sergio
<i>“la sesión cuando hablé de mi historia de infancia, de mis padres, situaciones que incluso ya había olvidado que me ayudó para ir armando esos recuerdos que yo quiero tanto”</i>	<i>“hablar de la relación con Iván y como el contagio había afectado nuestra relación de pareja y habíamos terminado como novios”</i> .	<i>“le conté como fue mi estadía en la Residencia Sanitaria, que fue la última vez que estuvimos juntos con mi papá”</i> .

5.-Pregunta relacionada con el Cierre.		
¿puede describir una escena que esté relacionada con el cierre de la terapia?		
María	Tatiana	Sergio
<p><i>“en el cierre me di cuenta de que ya no me cuesta hablar de la perdida de Claudio, porque siempre está en nuestras vidas, duele su perdida, pero ya no tanto, ahora hablamos de él desde el cariño “</i></p> <p><i>“el cierre me ayudó para enfrentar todo lo que me ha estado pasando y ahora me siento incluso más madura, puedo enfrentar de otra manera otros retos”.</i></p>	<p><i>“en la actividad grupal me di cuenta de que cada uno tiene su propia trayectoria o ruta, pero todos tiramos para el mismo lado como familia, con nuestros valores que tenemos en común, nuestras raíces, lo que soñamos para el futuro”.</i></p>	<p><i>“Me gustó esa parte que describimos nuestras habilidades del kit de emergencia y mi mamá y la Tany reconocieron habilidades, fortalezas en mí”.</i></p> <p><i>“En general, el viaje en camioneta me generó la posibilidad de seguir avanzando”.</i></p> <p><i>“la actividad me permitió soltar cosas que tenía guardadas y sentirme más aliviado, siento que tengo un peso menos”</i></p> <p><i>” Después de un año de la partida de mi papá, podemos hablar de las cosas relacionados con su muerte, antes no podíamos”.</i></p>

7.2 Análisis de Aplicación del OQ-45.2 Como Medio Cuantitativo de Monitoreo

El cuestionario validado en Chile el año 2001 (Bergen y De la Parra, 2002) consta de 3 subescalas, de las cuales se obtiene un puntaje individual de cada una.

Subescala de Síntomas o Malestar Subjetivo (SD)

Incluye síntomas preferentemente depresivos y angustiosos, además de somatizaciones conductas adictivas y autodestructivas.

Subescala de Relaciones Interpersonales (RI)

Abarca aspectos de la vida familiar, vida de pareja, conflictos interpersonales, aislamiento e inadecuación.

Subescala de Rol Social-Laboral (SR)

Evalúa rendimiento laboral, distracción y tiempo libre, descontento, conflicto, estrés e ineficiencia.

Indicador de Cambio

El cambio para un sujeto se considera clínicamente significativo cuando el puntaje final está bajo el PC y la diferencia entre el puntaje inicial y el final es mayor al ICC (indicador de cambio confiable)

Se aplicó a María y se trabajó en el seguimiento del caso a lo largo del proceso psicoterapéutico a través de su aplicación remota en 2 ocasiones

7.3 Recopilación de Datos

Para el registro de la evolución de los valores obtenidos en el transcurso de la terapia de María, en pre terapia y post terapia.

Tabla 1 Resultado OQ-45.2 María												
Momento	Pre terapia (pre test)				Post terapia (pos test)							
Escala	SD	IR	SR	Total	SD	IR	SR	Total				
Puntaje inicial	44	16	18	78	31	11	6	48				

7.4 Uso de la Información de Retroalimentación

A lo largo de las sesiones, se observan nuevas narrativas en el proceso terapéutico de María que dan cuenta de haber co construido un espacio terapéutico para poder hablar de su experiencia de duelo sintiéndose comprendida y acompañada. Aparecen relatos alternativos a sentirse sola, emergiendo relatos relacionados con valores familiares co construidos en su infancia y luego con Claudio incorporando el recuerdo de su esposo a través de la metáfora “de decir Hola otra vez”. En cuanto a la información de la aplicación del OQ-45.2 permitió tener un dato acerca de la sintomatología del duelo normativo en el curso de la pre terapia y luego, tras el acompañamiento terapéutico, el alivio de estos síntomas, que se relacionan con el surgimiento de estas nuevas narrativas.

8.- EVALUACION FINAL DEL PROCESO DE TERAPIA, RESULTADOS Y

DISCUSIÓN

Esta sección describe cómo la terapia ayudó en la construcción de nuevos significados en los miembros de la familia, considerando los motivos de consulta, evaluaciones iniciales y sus objetivos individuales y familiares.

María fue construyendo significados relacionados con sentirse más agenciada, “más madura” como describe ella, realizando muchas acciones que la movilizan a conocerse a través de la revisión de su biografía y a generar instancias de diálogo que reúnen a su familia.

Por otro lado, Tatiana hace legítima la expresión de sus emociones, flexibiliza sus puntos de vista, establecer límites adecuados y en esta nueva forma de conocerse, retoma su relación con Iván con un proyecto de vida en común.

Al indagar con Sergio los alcances y límites de su metáfora “*la burbuja de la pena*” va legitimizando esta experiencia que estaba viviendo en solitario. Al explorar su territorio seguro puedo ver nuevamente todos aquellos valores que lo conectaba con su padre en una identidad compartida, y que la mayoría de estas experiencias se encontraban fuera de su pieza, como disfrutar con su familia, con sus amigos o con aquellas cosas que le apasiona. Siente que su familia visibiliza sus necesidades y sus deseos de tener un proyecto de vida independiente.

8.1 Conclusiones

La posibilidad de elaborar narrativas tanto a nivel individual como grupal les entregó la sensación de que su experiencia de duelo merecía ser escuchada por la terapeuta y por todos integrantes de la familia. Que existían muchas experiencias no contadas y aprendizajes que

debían compartir en una audiencia en donde poder resonar con lo que cada uno vivió en soledad sin querer molestar al otro.

Esto genera un gran alivio y la convicción de que pueden seguir remando juntos con sus diferencias, pero con valores que los unen y que se relacionan con el legado que Claudio dejó en sus vidas.

8.2 Contraste de Narrativas

A continuación, se expondrá una selección y contraste de las narrativas representativas de las historias y nuevos significados de María, Tatiana, Sergio e Iván.

8.2.1.-Contraste de Narrativas de María.

Se van integrando con párrafos de la metáfora inicial de la historia del problema, con escenas de la Entrevista Estructurada, del Viaje en Camioneta y con objetivos co construidos:

- 1.- Tener un espacio en donde hablar de la experiencia de duelo, sin sentirse inadecuada.
- 2.-que su familia pueda expresar abiertamente sus emociones relacionadas con el duelo.

Desde la metáfora inicial: <i>“las cosas no volverán a ser como antes”</i>		
Narrativa Inicial	Narrativas en Evolución	Narrativas Finales
<p><i>“mis amigas de la iglesia casi no me escuchan, recuerdo que Claudio siempre estaba ahí para apoyarme, eso me afecta demasiado”.</i></p> <p>Historia del Problema</p>	<p><i>“con mis amigas casi ya no hablo de mi duelo, entonces decidí vivir mi duelo y acepté participar en esta terapia.”</i></p> <p>Escena de la decisión de ir a Terapia.</p>	<p><i>“En una terapia la persona que está escuchando no se aburre con la historia y entiende lo que está pasando.”</i></p> <p>Escena, la decisión de ir a terapia.</p>
<p><i>“mi problema estaba relacionado con la pérdida de mi esposo que me afectó en lo personal y también a nivel familiar. Yo nunca había hecho una terapia”.</i></p> <p>Escena del Problema.</p>	<p><i>“ya no me cuesta tanto hablar de la pérdida de Claudio, porque siempre está en nuestras conversaciones, ritos y en nuestras oraciones”</i></p> <p>Pregunta relacionada con el cierre.</p>	<p><i>“ahora me siento incluso más madura, puedo enfrentar de otra manera todo lo que me ha estado pasando, hablar de mi historia de infancia y de Claudio, me hizo bien para hacer mi duelo”.</i></p> <p>Pregunta relacionada con el cierre.</p>

8.2.2 Análisis contraste de Narrativas María

En el contraste de narrativas se observa que María enriquece su historia personal al integrar en su experiencia de pérdida los valores que construyó junto a Claudio, como el esfuerzo y el disfrute de la vida. La metáfora “las cosas no volverán a ser como antes” se transforma en “las cosas no serán como antes, pero serán distintas”, adaptadas a su propio ritmo, estilo y con el apoyo de sus hijos.

La vida después de la pérdida ha generado una transformación en María, quien al finalizar la terapia se percibe a sí misma como una persona más madura. Reconoce que el espacio terapéutico fue el lugar adecuado para hablar de Claudio, de sus recuerdos y de aquello que valoraban profundamente. Acepta que no está mal que sus amigas no comprendan su proceso de duelo, pues con ellas puede compartir otros espacios.

La re-narración de estos relatos fortalece a María, quien comprende que su identidad está conformada por múltiples voces. Ya no se siente sola y descubre nuevas formas de vincularse con Claudio desde la memoria. Este “decir hola otra vez” se convierte en una manera amable y significativa de reincorporarlo en su vida, pudiendo relatar su experiencia del contagio y la muerte sin tanto dolor. María dice haber cumplido sus objetivos en este proceso terapéutico.

8. 3 Contraste de Narrativas de Tatiana

Se van integrando con párrafos de la metáfora inicial de la historia del problema, también, escenas de la Entrevista Estructurada, del Viaje en Camioneta y los objetivos co construidos con Tatiana.

1.- Trabajar en darse un espacio para hablar de sus duelos, y dejar que las emociones y sentimientos fluyan.

2.-Sostener una conversación con Iván en donde puedan darle un nombre a su relación

Desde la Metáfora inicial: <i>“Me siento en el Limbo”</i>		
Narrativa Inicial	Narrativas en Evolución	Narrativas Finales
<p><i>“esa conversación de como el contagio había afectado nuestra relación de pareja y habíamos terminado nuestro noviazgo”</i></p> <p>Escena de la segunda sesión más importante</p>	<p><i>“con Iván tenemos una conversación pendiente, necesito saber que va a pasar con nosotros, siempre soy yo la que toma la iniciativa”</i></p> <p>Re autoría</p>	<p><i>“entonces decidimos tener esa conversación y nos comprometimos nuevamente el 14 de febrero 2022, y ahora estamos esperando un bebé, tengo un mes de embarazo, estamos muy contentos;”</i></p> <p>El Viaje en Camioneta</p>
<p><i>“mi papá siendo adulto tuvo una guagua, y esta guagua creció y ya no era tan simpática y dócil como antes”</i></p> <p>Conversaciones de Remembranzas”</p>	<p><i>“pero al menos con mi papá, podíamos tener discusiones bien intensas y a pesar de eso llegábamos a acuerdos con nuestras diferencias de opiniones”</i></p> <p>Re autoría</p>	<p><i>“quedé embarazada sin estar casada yo sé que mi papá lo entendería, su nieto va a conocer a su abuelo a través de las historias que le contemos”.</i></p> <p>Escena, otra sesión que quieras agregar.</p>

<p><i>“había asistido con muchos psicólogos y terapias y sentía que me veían solo por cumplir y sus técnicas no me ayudaban mucho, no tenía mucha fe con la terapia”</i></p> <p>Escena de la decisión de ir a Terapia.</p>	<p><i>“me ha gustado esto de tener espacio para contar mi historia y lo que me pasa con ellas y que no estemos hablando de mi diagnóstico”</i></p> <p>Escena grabada</p>	<p><i>“en esta terapia pude abordar mis problemas y verlos de otra manera, pienso que si me sirvió”</i></p> <p>Escena de la decisión de ir Terapia.</p>
--	--	---

8.3.1 Análisis de contraste de Narrativas de Tatiana

La evolución positiva de Tatiana está estrechamente vinculada a contar con un espacio seguro donde pueda compartir sus historias sin ser juzgada, así como al vínculo terapéutico que se fue creando a lo largo de las sesiones. Tatiana llega a la terapia con mucha incertidumbre y con la sensación de tener sus emociones contenidas, describiendo su estado como “con el llanto hacia adentro”, ya que siente la necesidad de seguir funcionando en distintos contextos de su vida. Ha internalizado la idea de que las personas deben ser productivas a pesar del dolor de la pérdida. Tatiana dice estar viviendo dos duelos: la muerte de su padre y el término de la relación con Iván.

Reconoce las diferencias que tuvieron en vida con su padre, pero también lo que los unía. Se siente en paz con la relación que tuvo con él, ya que cree que en vida se dijeron todo, con encuentros y desencuentros, pero siempre mantuvieron su vínculo de padre e hija. Ahora, siente que él la cuida y la acompaña desde otro plano, percibiendo su presencia en forma de cuidados. Fue especialmente difícil para ella seguir las indicaciones del pastor de su iglesia cuando Claudio

estaba hospitalizado, quien le pidió que “soltara a su padre”. Sin embargo, en la terapia pudo elaborar un “Decir Hola Otra vez”, una forma de reconocer la presencia protectora de su padre.

Finalmente, tanto Tatiana como Iván logran flexibilizar sus posturas y sostener la conversación pendiente. Retoman su relación de noviazgo y, el 12 de febrero de 2022, se comprometen nuevamente. Ambos viven juntos en la casa de María y esperan su primer hijo. Tatiana dice haber cumplido sus objetivos individuales y familiares.

8.4 Contraste de Narrativas de Iván

Se van integrando con párrafos de la metáfora inicial de la historia del problema, también, escenas de la Entrevista Estructurada, del Viaje en Camioneta como testigo externo y los objetivos co construidos:

- 1.- Tener una conversación con Tatiana y decidir la relación que quiere tener con ella,
- 2.- Tener un proyecto de vida familiar y personal.

Desde la metáfora inicial: “entre la espada y la pared”		
Narrativa Inicial	Narrativas en Evolución	Narrativas finales
<p><i>“a partir de la experiencia del contagio me he sentido muy culpable por la muerte de don Claudio y el distanciamiento. con Tatiana. Historia del Problema.</i></p>	<p><i>“siento culpa porque pude haber evitado este encuentro con mis amigos de la iglesia”.</i></p> <p><i>Externalización</i></p>	<p><i>“aunque me digan que no es mi culpa, siento que podía haber evitado salir ese día, los actos tienen consecuencias y hay que asumirlos”</i></p> <p><i>Resonancias como Testigo externo</i></p>

<p><i>La familia de la iglesia llegó en un momento muy difícil de mi vida, me ayudaron y acompañaron, me acogieron y pude confiar en Dios”.</i></p>	<p><i>“Tatiana piensa que yo le digo que si a todo en la iglesia, encuentra que se aprovechan de mi confianza, yo no estoy tan seguro de eso”.</i></p>	<p><i>“a las personas que me contagiaron, en la actualidad ya no son tan amigos cada vez las veo menos.”</i> <i>Resonancias como Testigo externo</i></p>
<p><i>“siento que no soy libre o que no podré llevar a cabo mi proyecto de vida personal, siempre estoy pensando en otros,</i></p> <p>Externalización</p>	<p><i>“sé que tengo que hablar con Tatiana, y deberé tomar decisiones que no dejen a todos contentos.</i></p> <p>Re autoría</p>	<p><i>Ahora vamos a ser papas y estoy disfrutando de esta responsabilidad acompañando a Tatiana y viviendo juntos en la casa de mi suegra.</i></p> <p>Escena relacionada con el Cierre.</p>

8.4.1 Análisis contraste de Narrativas de Iván

Iván llega a las sesiones inundado de dificultades que le impiden dejar de sentir culpa, ser libre, construir sueños, tomar decisiones y vivir plenamente. A partir de sus relatos, se le ofrece contención y un espacio libre de juicios.

Relata su experiencia de contagio con un profundo sentimiento de culpa, a pesar de que la familia de Tatiana no considera que él haya contagiado intencionalmente a nadie. Sin embargo, Iván cree que los actos irresponsables tienen consecuencias, y, como resultado, su relación con Tatiana se vio afectada. Aunque ya no son novios, mantienen una relación de amistad. Además, Iván menciona que, desde el contagio, no ha podido hablar con Dios.

Iván también describe cómo tiende a asumir responsabilidades dentro de su familia, lo cual le ha generado un importante desgaste emocional. Reconoce que debe aprender a establecer límites,

algo que también debe hacer con sus amigos de la iglesia, quienes lo invitaron a una actividad donde se contagi6. Esta amistad lo coloca en una situaci6n dif6cil: por un lado, Tatiana le pide que tome una decisi6n, y por otro, sus amigos de la iglesia, quienes le han ense6ado la palabra de Dios y lo han acogido en su hogar.

Iv6n comenta que tiene una conversaci6n pendiente con Tatiana, quien le pide definir el tipo de relaci6n que mantienen. Esta conversaci6n implica tomar decisiones dif6ciles que no dejar6n a todos contentos. A lo largo de la terapia, se le invita a explorar otros relatos, proyectos y sue6os que no est6n marcados por la culpa. Iv6n reconoce algunos de estos, como el proyecto de vida que desea compartir con Tatiana. Sin embargo, Iv6n decide abandonar la terapia en la sesi6n N65, ya que no desea profundizar en otros temas y prefiere dejarlo para otro momento.

Durante una intervenci6n grupal, como testigo externo del "Viaje en Camioneta", Iv6n se siente resonar con las narrativas de los dem6s integrantes de la familia, lo que le permite liberarse parcialmente de la culpa que cargaba. Los miembros de la familia lo aceptan como un nuevo integrante y lo invitan a comenzar una nueva etapa de vida con un hijo en camino. En cuanto a los objetivos que Iv6n hab6a co creado en relaci6n con sentir menos culpa y esclarecer su relaci6n con Tatiana, logra resolver el segundo objetivo y reconoce que a6n necesita seguir trabajando con la culpa.

8.5 Contraste de Narrativas de Sergio.

Se van integrando con párrafos de la metáfora inicial de la historia del problema, también, escenas de la Entrevista Estructurada, del Viaje en Camioneta y los objetivos co construidos con Sergio:

- 1.-salir de la burbuja de la pena
- 2.-avanzar en sus proyectos personales.

Desde la metáfora inicial: <i>“La burbuja de la pena”</i>		
Narrativas Inicial	Narrativas en Evolución	Narrativas Finales
<p><i>“no pude hablar de la muerte de mi papá con mi familia, de la pena o la rabia, quedé para adentro, encerrado en mi pieza, en una burbuja de la pena.”</i></p> <p>Historia del Problema.</p>	<p><i>No sabía con quién hablar de estos sentimientos de pena y tristeza, entonces mi mamá fue a pedir una hora en el Cesfam.</i></p> <p>Escena decisión de ir a terapia.</p>	<p><i>Hacer terapia me ayudó a ser como era antes, bueno para hablar, reír, salir a jugar futbol, estar con los amigos, y todo eso, como era antes de la muerte de mi papá”.</i></p> <p>Escena segunda sesión más importante.</p>
<p><i>“Durante esos días en la Residencia sanitaria me encargué de cuidar a mi papá, porque estaba desanimado, no quería estar ahí, pero intentamos pasar esos días acompañándonos”</i></p> <p>Escena Segunda sesión más importante.</p>	<p><i>“cuando extraño a mi papá, enciendo el motor de la camioneta o abro la botella de su perfume y así, siento que él me acompaña y que está conmigo”.</i></p> <p>“Conversación de Remembranzas”</p>	<p><i>“Hoy se cumplió un año de la partida de mi papá y la verdad es que ahora puedo hablar de su muerte con otras personas, ya no siento esa pena tan grande”.</i></p> <p>Escena relacionada con el cierre.</p>
<p><i>“para mí fue importante el acuerdo de la confidencialidad para poder</i></p>	<p><i>“Recuerdo que lo primero que hable en terapia fue acerca de mi</i></p>	<p><i>Hacer la terapia y confiar, me conectó con valores relacionados con</i></p>

<p><i>hablar de mis cosas en la sesión, yo no quería que mi mamá y la Tany se preocuparan por mi”</i></p> <p>Escena segunda sesión más importante.</p>	<p><i>pasión por el futbol y que después me tenía que probar en Santiago y que viajé solo al estadio.”</i></p> <p>Sesión grabada</p>	<p><i>expresar mis sentimientos, antes era más distante con la expresión de mis emociones, pero ahora soy más cercano y expreso mejor lo que quiero”.</i></p> <p>Escena relacionada con el cierre.</p>
--	--	--

8.5.1 Análisis de contraste de Narrativas de Sergio

Sergio se incorpora a las sesiones individuales en línea a invitación de su madre, quien está preocupada al ver que pasa mucho tiempo encerrado en su habitación, sin ánimos de compartir con la familia ni de participar en actividades que antes le gustaba hacer.

Durante la primera sesión, Sergio describe su situación mediante la metáfora de “la burbuja de la pena”, un estado emocional en el que se encuentra desde la muerte de su padre, con muchos sentimientos guardados. Solicita que lo que comparta en el espacio terapéutico no se divulgue a su madre ni a su hermana, y esta solicitud de confidencialidad es respetada y comprendida.

El trabajo terapéutico se centra en crear un espacio seguro para que Sergio pueda habitar su “burbuja de pena” y salir de ella cuando se sienta preparado. En su primera sesión, Sergio comparte una historia significativa sobre su pasión por el fútbol, un deporte que aprendió a querer junto a su padre.

Una vez que se siente más confiado y lo largo de las sesiones, Sergio empieza a hablar de los días que pasó con su padre en la residencia sanitaria, compartiendo las últimas conversaciones

que tuvieron y los secretos que atesora. Trabajar con la metáfora de “Decir Hola Otra vez” resulta significativo para Sergio, quien se reconoce a sí mismo con una identidad más enriquecida, observando las contribuciones que él y su padre compartieron en vida.

En la metáfora del “Viaje en Camioneta”, Sergio participa con mucha emoción, pues es la primera vez que puede escuchar a su familia compartir historias sobre sus ancestros, habilidades y valores, y al mismo tiempo resonar con esos saberes. Se siente querido y reconocido como un miembro importante de la familia, lo que refuerza su deseo de encontrar su propio camino. Al final del proceso terapéutico, Sergio se siente mucho más empoderado. Logra cumplir los objetivos que se propuso, como salir de la burbuja de la pena y poder realizar un proyecto de vida independiente.

8.6 Análisis de la aplicación Entrevista Estructurada de Adler, J y Mc Adams, D (2007) a nivel individual y grupal.

La entrevista estructurada, entrega un contexto en donde los participantes pudieron revisar las acciones y los nuevos significados que se asoman en el proceso de elaborar un duelo, pues el mundo de cada uno quedó transformado luego de este evento y la posibilidad de elaborar una narrativa personal y grupal les entregó la sensación de que sus vidas poseen cierto grado de unidad y propósito, conectado con emociones que antes vivían de manera solitaria.

Por otro lado, al recordar el proceso terapéutico, les hizo comprender de manera colectiva las formas en que vivieron la pérdida y entendiendo como cada uno enfrentó este dolor, revisando

sus biografías, creando un hilo conductor y un contexto desde donde observar las historias del pasado, conectarlas con el presente y proyectarlas en un futuro.

La importancia de aplicar esta entrevista y revisar la narración de la psicoterapia fue fundamental para el mantenimiento de los logros terapéuticos al final del tratamiento, pues la familia pudo visibilizar sus cambios y logros que se generaron en este proceso, destacando experiencias claves en su desarrollo personal, como sentirse más maduros o agenciados, más cercanos a nivel familiar y viviendo todos juntos o co- construyendo una metáfora que permitió reincorporar la figura de Claudio en una identidad familiar más robustecida.

9. RECUENTO SUMARIO DEL DESARROLLO DE LA CONCEPCION GUIA

En esta sub sección se realizará un sumario de las formas en que la concepción se desarrolló en las fases de la evaluación, formulación y plan de tratamiento, curso de la terapia y monitoreo, más un análisis crítico de fortalezas y debilidades de ésta en el estudio. Para esta sección el investigador se fundamenta en la teoría expuesta en torno a las definiciones como son las conversaciones de Externalización, Re autoría y Remembranza de manera transversal al estudio, con la idea de identificar aspectos esenciales involucrados en la descripción del caso para su necesaria interpretación y posterior toma de decisiones en el plan de tratamiento.

9.1 Evaluación de los Problemas del Consultante

Se obtiene una idea general en cuanto a los elementos y las problemáticas que surgen en una situación sanitaria compleja que se genera en la pandemia y las muertes producidas por el contagio con el Covid-19. Este contexto afecta a la familia de María que debe enfrentar la muerte y el duelo bajo estrictas normas sanitarias y con apoyo social escaso. Esta situación afecta directamente la realización de un duelo favorable.

Bajo estos antecedentes generales, es que se obtiene una idea de las características del motivo de consulta que trae María en torno a un duelo normativo asociado a factores de riesgo que pueden agravarse si no tiene el acompañamiento adecuado.

Para llevar a cabo la descripción de los problemas del consultante, el investigador se basó en los fundamentos de la terapia narrativa (White, 2007). Primero, negociando una definición de lo que consideran que era un problema para los consultantes, se utilizó el mapa de externalización, recogiendo las narrativas iniciales que dan cuenta de las primeras impresiones de la identidad del

consultante y aquellas historias saturadas de problemas, para luego conocer los alcances del problema y como los afectaban en distintas esferas de su vida.

9.2 Formulación del Caso

Considerando los aportes de Michael White, publica el año 1988 un artículo titulado “Decir Hola de Nuevo”, que incorpora la relación perdida en la resolución del duelo (White, 2015). En la actualidad, otros aportes desde la terapia narrativa son los que ha realizado Lorraine Hedtke, quien aborda el duelo entrenando a equipos psicosociales, equipos médicos y a las familias de niños que padecen cáncer o enfermedades potencialmente terminales en hospitales, generando oportunidades para nuevas historias de identidad, manteniendo viva la relación con la persona que ha partido y sus relaciones se puedan seguir revisando después de la muerte (Hedtke,2009).A partir de las conversaciones de externalización, re autoría y re membrecía, considerando de manera transversal los conceptos de doble escucha y lo descentrado pero influyente de la postura del terapeuta, se identifican aspectos esenciales involucrados en la descripción del caso para la interpretación y posterior toma de decisiones en el plan de tratamiento.

9.3 Plan de Tratamiento

Los objetivos del plan de tratamiento están puestos en la aproximación constructivista del significado, para lo cual los postulados de White (2007) sirvieron de guía en la implementación del énfasis en las fortalezas del consultante y la asociación implícita con el terapeuta en la co construcción de nuevos significados, por lo que para el desarrollo de un plan de tratamiento se

tomaron herramientas narrativas como los mapas de las conversaciones de externalización, reautoría y re memoria en el proceso de cambio del consultante.

9.4 Conclusión

Las prácticas descritas en la concepción guía que se utilizaron para el curso de la terapia resultaron muy útiles en el desarrollo y organización de los objetivos a lo largo de la intervención. Asimismo, facilitaron mantener el foco en el consultante, salvaguardándolo en todo momento de la objetividad experta sobre los modos dominantes de abordar síntomas, historias y proyectos, desde lo descentrado pero influyente.

En la dinámica grupal resultó positivo el uso de la metáfora de migración de identidad, en donde los integrantes de la familia lograron transitar desde un territorio saturado de problemas, incorporando aprendizajes y cambios en sus vidas, llegando a un territorio preferido con una identidad más robustecida ante un testigo externo.

La terapeuta adoptó una postura descentrada pero influyente en este acompañamiento, ya que la familia fue conduciendo el desarrollo de su proceso de acuerdo con sus conocimientos y experiencias vividas durante su duelo (Díaz Rubín, A 2022).

9.5 Monitoreo de la Terapia

Se concibe una evaluación en conjunto con los consultantes en donde ellos son expertos en sus vidas y necesitan ser escuchados en la evaluación de los efectos del tratamiento. En cuanto a Iván, éste decide no continuar con sesiones y abandona proceso en la sesión N°5 de atención individual on line por motivos personales. Participa en las dos sesiones a nivel grupal en modalidad de Taller El viaje en Camioneta y en la entrega de documentos, en donde acepta participar como testigo externo.

A mitad de las sesiones individuales se lleva a cabo una sesión grabada para monitorear el impacto de la intervención, ya que, según antecedentes ya relatados, dos de los integrantes nunca habían participado de un proceso terapéutico, otro, había tenido una experiencia favorable, y el último, una experiencia desfavorable con un psicólogo.

La sesión grabada fue positiva en cuanto a las expectativas que tenían al comenzar la terapia que eran bajas, es decir, sin esperar grandes resultados, pues llegan con mucho recelo, desconocimiento o haber vivido una mala experiencia terapéutica previa.

La impresión de los participantes respecto a la terapia grupal es bastante positiva, se refieren a ella como distinta a las otras sesiones individuales, en cuanto a construir nuevos significados y amplificarlos, *“mi mamá y Tatiana vieron en mi kit de emergencias habilidades y virtudes, entonces me confirma aquellas cosas que ahora veo en mí mismo”*. A partir de estas conversaciones, reincorporan la figura de Claudio narrando la historia del duelo en una re autoría colectiva, en donde se enriquecen las identidades favoreciendo las relaciones al interior de la familia y contando experiencias aisladas del sufrimiento.

Con la finalidad de triangular resultados, se le aplicó a María el cuestionario de autorreporte OQ-45.2. Este cuestionario está validado para la población chilena por Bergen y De la Parra en el año 2022.

Finalmente, la reconstrucción narrativa de la psicoterapia, (Adler, J y Mc Adams, D 2007) fue aplicada a María, Tatiana y Sergio, que arrojaron resultados coherentes entre sí y que dan cuenta que el tratamiento terapéutico fue eficiente, además, la importancia de poder revisar el proceso cómo enfrentaron estos desafíos, procurando la mantención de los logros y cambios de cada uno de los participantes a través de esta narración de 5 escenas de la psicoterapia.

9.6 Consideraciones Finales

El acompañamiento a María y a su familia luego de la muerte de Claudio, quien fallece por el contagio por el Covid-19, significó enfrentarse a desafíos propios del contexto pandémico, como realizar un proceso terapéutico en modalidad híbrida (on line y presencial), y durante las primeras indagaciones sobre el tratamiento para el duelo en salud pública, enterarse que no existían protocolos de abordaje y medidas de prevención de agravamiento del duelo, considerando que el factor de riesgo que se asocia a un duelo complicado es principalmente la falta de apoyo social y de rituales fúnebres, entre otros.

Por otro lado, para los participantes significó un reto confiar en el espacio virtual y en la figura del psicólogo, un tanto desconocida y distante para ellos, pues comúnmente la familia en momentos de conflictos o de crisis, acudían con el pastor de su iglesia o la comunidad religiosa era quien entrega el soporte emocional. Sin embargo, empiezan a buscar otros espacios para aliviar su pena cuando son invitados a dar vuelta la página y a seguir adelante sin la persona fallecida. Eso generaba más agobio a María quien se encontraba viviendo un duelo privado de derechos, sin el apoyo social suficiente y sin rituales de despedida.

Por tal motivo, desde un inicio, la terapia estuvo enfocada en ir construyendo un vínculo y el desarrollo de un setting adecuado, pues, cada uno necesitaba un espacio personal distinto para hablar del duelo sin molestar a otros integrantes de la familia, entonces, se van co creando espacios de confidencialidad, de colaboración y de respeto mutuo.

En este sentido fue primordial la mirada descentrada pero influyente de la terapeuta, pues a medida que avanza la terapia, los consultantes valoran esta libertad de poder hablar de su experiencia y de sorprenderse con esas historias que habían quedado olvidadas después de la pérdida, y que ahora los conecta con el disfrute, con celebrar la vida y cuidar a la familia,

alejándose de aquellos relatos dominantes que propician la autocontención emocional y la autoexigencia, obligándoles a funcionar incluso cuando están agobiados por la pérdida.

En este proceso de ir adquiriendo nuevos conocimientos y robusteciendo relatos alternativos, es que también surge en los participantes la necesidad de compartir estos nuevos relatos de manera grupal a través de una metáfora que aparece reiteradamente en las sesiones y que se relaciona con los viajes y aprendizajes que realizaron en la camioneta verde de Claudio, que los conecta con la identidad familiar y con la metáfora de Decir hola de Nuevo.

De esta manera cada uno va reintegrando la relación con Claudio en un viaje en camioneta con rutas distintas pero que, a la vez, anhelan llegar a un mismo destino o paradero, estando juntos y apoyándose.

La terapeuta, al estar en una posición descentrada pero influyente, vive este acompañamiento del duelo como una experiencia enriquecedora, alejada del agobio y reconoce los conocimientos que cada uno de los participantes posee y que comparte en el contexto terapéutico, que promueven la prevención de la complicación del duelo.

La aplicación de la Entrevista Estructurada de (Adler, J y Mc Adams, D 2007) al final del proceso terapéutico, fue importante para los integrantes de la familia porque les permitió re narrar su historia, sintiendo que esta experiencia tenía un sentido y también coherencia, conectándose emocionalmente con cada una de estas escenas, y también, visibilizando sus logros y cambios que fueron significativos para cada uno de ellos.

9.7 Sugerencias a psicólogos clínicos y futuros investigadores

Dado los antecedentes previamente expuestos, se sugiere que el duelo pueda ser abordado en la Atención Primaria de Salud (APS) desde una perspectiva preventiva, tanto a nivel individual como familiar. Según diversas investigaciones, en este nivel de atención emergen múltiples problemáticas de salud en las que el duelo puede constituir un importante factor de riesgo.

En general, en el contexto de la psicología clínica, también se invita a considerar el acompañamiento en duelo desde una mirada preventiva. En este sentido, la Terapia Narrativa ofrece un espacio propicio que permite a las personas revisar sus recursos y reconstruir los significados compartidos con el ser querido fallecido. Estas conversaciones favorecen la mantención de un sentido de pertenencia a través de vínculos significativos, incluso después de la muerte.

A nivel familiar, se propone revisar las prácticas narrativas que visibilizan la transformación identitaria de las familias en duelo, transitando desde territorios dominados por el sufrimiento, con altibajos y desafíos, hacia territorios enriquecidos por los aprendizajes y recursos emergentes.

Se destaca el aporte de la Terapia Narrativa para los psicólogos de la salud que trabajan con enfermedades terminales, ya que permite ofrecer un acompañamiento significativo a familias que viven un duelo anticipado o que enfrentan la pérdida en contextos de alta incertidumbre.

Asimismo, esta perspectiva resulta relevante para psicólogos clínicos que trabajan con distintas etapas del desarrollo, como la infancia, adultez y la vejez.

Otra recomendación es para profesionales que se desempeñan en el ámbito de emergencias y desastres, quienes podrían implementar estrategias preventivas del duelo en intervenciones comunitarias, así como brindar contención a familias impactadas por eventos traumáticos y pérdidas significativas.

Como sugerencia para futuras investigaciones, sería pertinente indagar en los factores de riesgo asociados a las muertes producidas por el contagio de COVID-19, y analizar si este impacto ha impulsado el desarrollo de investigaciones y propuestas en salud pública en Chile, tales como la elaboración de protocolos para el abordaje y prevención del duelo complicado.

Finalmente, se propone investigar los factores protectores del duelo en poblaciones que han experimentado desastres y grandes pérdidas, con el objetivo de comprender sus estrategias de afrontamiento y de resignificación.

10.-REFERENCIAS

Adler, J y Mc Adams, D (2007) La reconstrucción narrativa de la psicoterapia.

Alburquerque, S (2021) Covid-19 y duelo privado de derecho.

Barco, J y Alberto, S (2020) Estrategias de afrontamiento ante el duelo por pérdida de familiares durante la pandemia por Covid.19.

Ceberio, M (2021), La muerte en soledad, aislamiento, miedo al contagio y duelo en pandemia”.

Dagnino, P (2021). Día de la condolencia y el Adiós: revisitando el duelo en tiempos de Covid-19.

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) en español:Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5) — es la actualización de 2013. Editorial Médica Panamericana. España.

Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, 5.ª Edición, DSM-5-TR, (2022). Asociación Americana de Psiquiatría (APA).

Díaz Rubín, A (2022) Mapa de migración para los Ritos de Pasaje: Un material para usarse en la Terapia de Prácticas Narrativas. Grupo Terapia narrativa Coyoacán.

Dollenz, E (2003). Cuadernos de psiquiatría comunitaria y salud mental para la atención primaria de salud. Duelo Normal y patológico consideraciones para el trabajo en atención primaria de salud.

Fareez, M (2015) El Certificado de Vida: Una herramienta para el trabajo de duelo en Singapur.

García Hernández et al (2021). Duelo Adaptativo, No Adaptativo y Continuidad de Vínculos. Ene. 15(1). Consultado de <http://ene-enfermeria.org>.

- García Viniegras, C; Grau Abalo, J; Pedreira, O (2014). Duelo y proceso salud-enfermedad en la Atención Primaria de Salud como escenario para su atención. Rev cubana Med Gen Integr vol.30 no.1.
- García, A. (2020) Duelo y confinamiento. Ene. Vol 14 N° 1 Santa Cruz de la Palma 2020.
- Harrop E, y col (2023) Duelo prolongado durante y más allá de la pandemia: factores asociados con los niveles de duelo en una encuesta longitudinal de cuatro puntos temporales de personas en duelo en el primer año de la pandemia de COVID-19.
- Hedtke, L (2009) Bailando con la muerte.
- Hedtke, L (2009) El origami de recordar.
- Jorge Adoración, Chimpén-López C (2018) La metáfora del viaje, un poderoso recurso de la terapia narrativa para personas con adicciones. Aventura en bicicleta.
- Ministerio de Salud. Resolución exenta N° 37 de 19/01/2012. Orientaciones para la implementación del modelo de atención integral de salud familiar y comunitaria. Dirigido Equipos de Salud. Manual de apoyo a la implementación del Modelo de Atención Integral de Salud familiar y comunitario en la red de salud.
- Nakajima S. 2018 Complicated grief: recent developments in diagnostic criteria and treatment. Phil. Trans. R. Soc. B 373: 20170273. <http://dx.doi.org/10.1098/rstb.2017.0273>.
- Neimeyer, R (2015) Aprender de la pérdida. Editorial Booket. Nomen, L (2009) El tratamiento de la pérdida. Pirámide.
- Parro, E, (2021) Duelo complicado: una revisión sistemática de la prevalencia, diagnóstico, factores de riesgo y de protección en población adulta de España. Copyright 2021: Editum. Universidad de Murcia (Spain) ISSN print: 0212-9728. ISSN online: 1695-2294. <https://revistas.um.es/analesps>.

Portales, M y Beca, JP (2020) Buen morir en pandemia.

Rico Norman, D. M. (2017). Cuando Muere un ser querido. Variables asociadas a la vivencia ante la muerte. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 20(3). Recuperado a partir de <https://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/61756>

Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2017). Modelos de afrontamiento en duelo: un *resumen actualizado*. *Estudios de Psicología*, 38(3), 582-607.
<https://doi.org/10.1080/02109395.2017.1340055>.

Tegama, N y Fox, Alinson, (2023). Ética, universidad y sociedad: hacia un enfoque descolonial de la ética de la investigación. *Perspectivas de la Alianza para la Asociación Africana*, volumen 2, 2023: raza, etnicidad y educación superior en la diáspora africana, págs. 75-91.

Von Bergen, A y De la Parra, Guillermo (2002) OQ-45.2, Cuestionario para evaluación de resultados y evolución en psicoterapia: adaptación, validación e indicaciones para su aplicación e interpretación.

White, M (1994) Guías para una Terapia Familiar Sistémica.

White, M (2016) Mapas de la práctica narrativa.

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

11.-ANEXOS

Universidad  de Valparaíso
CHILE

CONSENTIMIENTO DE PARTICIPACIÓN EN PSICOTERAPIA SUPERVISADA

Yo _____ Rut: _____
puedo afirmar que estoy en conocimiento y he aceptado en plena libertad que el proceso
psicoterapéutico que daré inicio y participaré en mi calidad de Consultante con el/la Profesional
Psicólogo(a) Astrid S. la totalidad del proceso o algunas de las sesiones pudieran ser
grabadas en modalidad de vídeo y/o audio, teniendo conocimiento previo de dichas circunstancias.

También estoy en conocimiento, que los videos y/o audios serán solamente utilizados para fines de
supervisión y apoyo al proceso terapéutico en el marco del programa de Magíster en Psicología
Clínica de la Universidad de Valparaíso, y que una vez terminado el proceso terapéutico estos
registros serán eliminados.

Habiendo leído este consentimiento y estando de acuerdo en ser atendido/a bajo esta modalidad,
dejo constancia de mi aceptación de estas condiciones.

Nombre Consultante: _____

Nombre Terapeuta: Astrid SANHUEZA

Fecha: 6 de Octubre 2021

CONSENTIMIENTO DE PARTICIPACIÓN EN
PSICOTERAPIA SUPERVISADA

Yo  Rut: 

puedo afirmar que estoy en conocimiento y he aceptado en plena libertad que el proceso psicoterapéutico que daré inicio y participaré en mi calidad de Consultante con el/la Profesional Psicólogo(a) Astrid S. la totalidad del proceso o algunas de las sesiones pudieran ser grabadas en modalidad de video y/o audio, teniendo conocimiento previo de dichas circunstancias.

También estoy en conocimiento, que los videos y/o audios serán solamente utilizados para fines de supervisión y apoyo al proceso terapéutico en el marco del programa de Magíster en Psicología Clínica de la Universidad de Valparaíso, y que una vez terminado el proceso terapéutico estos registros serán eliminados.

Habiendo leído este consentimiento y estando de acuerdo en ser atendido/a bajo esta modalidad, dejo constancia de mi aceptación de estas condiciones.

Nombre Consultante: 

Nombre Terapeuta: Astrid Sanhueza

Fecha: 30- Julio 2021

Universidad  de Valparaíso
CHILE

CONSENTIMIENTO DE PARTICIPACIÓN EN
PSICOTERAPIA SUPERVISADA

Yo _____, Rut. _____
puedo afirmar que estoy en conocimiento y he aceptado en plena libertad que el proceso
psicoterapéutico que daré inicio y participaré en mi calidad de Consultante con el/la Profesional
Psicólogo(a) Ashid Sankueza, la totalidad del proceso o algunas de las sesiones pudieran ser
grabadas en modalidad de video y/o audio, teniendo conocimiento previo de dichas circunstancias.

También estoy en conocimiento, que los videos y/o audios serán solamente utilizados para fines de
supervisión y apoyo al proceso terapéutico en el marco del programa de Magister en Psicología
Clínica de la Universidad de Valparaíso, y que una vez terminado el proceso terapéutico estos
registros serán eliminados.

Habiendo leído este consentimiento y estando de acuerdo en ser atendido/a bajo esta modalidad,
dejo constancia de mi aceptación de estas condiciones.

Nombre Consultante: _____

Nombre Terapeuta: Ashid Sankueza

Fecha: 17 - Agosto - 2021

Cuestionario de resultados OQ-45.2

Instrucciones: Ayúdenos a entender cómo se ha estado sintiendo, basándose en los últimos 7 días e incluyendo el día de hoy. Lea cuidadosamente las frases y seleccione la categoría que mejor represente su situación actual. En este cuestionario la palabra "trabajo" se refiere a su empleo, escuela, trabajo voluntario, dueño de casa, etcétera. Por favor, no escriba en las áreas sombreadas. Marque con una X el cuadro que corresponda.

Paciente N°:

Edad: 53 años

Sexo: F

Fecha: 5/4

Sesión N°: 11990

	Nunca	Casi nunca	A veces	Con frecuencia	Casi siempre	SD	RI	RS
1. Me llevo bien con otros	4	3	2	1	0 X			
2. Me canso rápidamente	0	1	2 X	3	4			
3. Nada me interesa	0	1	2 X	3	4			
4. Me siento presionado (estresado) en el trabajo/escuela	0 X	1	2	3	4			
5. Me siento culpable	0 X	1	2	3	4			
6. Me siento irritado, molesto	0	1	2 X	3	4			
7. Me siento contento con mi matrimonio/pareja	4	3	2	1 X	0			
8. Pienso en quitarme la vida	0 X	1	2	3	4			
9. Me siento débil	0	1	2 X	3	4			
10. Me siento atemorizado	0	1 X	2	3	4			
11. Necesito tomar bebidas alcohólicas en la mañana, después de haber bebido el día anterior	0 X	1	2	3	4			
12. Encuentro satisfacción en mi trabajo/escuela	4	3	2	1	0 X			
13. Soy una persona feliz	4	3	2	1 X	0			
14. Trabajo/estudio excesivamente (más de la cuenta)	0	1 X	2	3	4			
15. Me siento inútil	0	1	2	3 X	4			
16. Me abruma(n) (angustian) los problemas de mi familia	0	1	2	3	4 X			
17. Mi vida sexual me llena	4	3	2	1	0 X			
18. Me siento solo	0	1	2 X	3	4			
19. Discuto frecuentemente	0	1	2 X	3	4			
20. Me siento querido y que me necesitan	4	3	2	1	0 X			
21. Disfruto mi tiempo libre	4	3	2	1 X	0			
22. Tengo dificultades para concentrarme	0	1	2 X	3	4			

23. Me siento sin esperanza en el futuro	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
24. Estoy contento conmigo mismo	4	3	2 <input checked="" type="checkbox"/>	1	0			
25. Me perturban o molestan pensamientos de los que no me puedo deshacer	0	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4			
26. Me molesta que me critiquen porque bebo o me drogo	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
27. Tengo malestares estomacales	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
28. Trabajo/estudio tan bien como lo hacía antes	4	3	2 <input checked="" type="checkbox"/>	1	0			
29. Mi corazón palpita demasiado	0	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4			
30. Tengo dificultades para llevarme bien con mis amigos y conocidos	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
31. Estoy satisfecho con mi vida	4	3	2	1	0 <input checked="" type="checkbox"/>			
32. Tengo problemas en el trabajo/escuela debido a las drogas o al alcohol	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
33. Siento que algo malo va a ocurrir	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
34. Tengo los músculos adoloridos	0	1 <input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4			
35. Me atemorizan los espacios abiertos, el manejar, el estar dentro de un bus, el metro, los ascensores, etc.	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
36. Me siento nervioso	0	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4			
37. Me satisfacen mis relaciones con mis seres queridos	4	3	2	1 <input checked="" type="checkbox"/>	0			
38. Siento que me va bien en el trabajo/escuela	4	3	2	1 <input checked="" type="checkbox"/>	0			
39. Tengo muchas discusiones en el trabajo/escuela	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
40. Siento que algo anda mal con mi mente	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
41. Tengo dificultades para dormir o no me puedo quedar dormido	0	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4			
42. Me siento triste	0	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4			
43. Mis relaciones con otros me satisfacen	4	3	2	1 <input checked="" type="checkbox"/>	0			
44. Me enoja tanto en el trabajo/escuela que puedo hacer algo de lo que después me puedo arrepentir	0 <input checked="" type="checkbox"/>	1	2	3	4			
45. Me dan dolores de cabeza	0	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4			
							+	+
Total:								

23. Me siento sin esperanza en el futuro	0	1	X2	3	4	2		
24. Estoy contento conmigo mismo	4	3	X2	1	0	2		
25. Me perturban o molestan pensamientos de los que no me puedo deshacer	0	1	X2	3	4	2		
26. Me molesta que me critiquen porque bebo o me drogo	X0	1	2	3	4			0
27. Tengo malestares estomacales	0	1	X2	3	4	2		
28. Trabajo/estudio tan bien como lo hacía antes	4	X3	2	1	0			3
29. Mi corazón palpita demasiado	0	X1	2	3	4	1		
30. Tengo dificultades para llevarme bien con mis amigos y conocidos	0	1	X2	3	4			2
31. Estoy satisfecho con mi vida	4	3	X2	1	0	2		
32. Tengo problemas en el trabajo/escuela debido a las drogas o al alcohol	X0	1	2	3	4			0
33. Siento que algo malo va a ocurrir	0	1	X2	3	4	2		
34. Tengo los músculos adoloridos	0	1	X2	3	4	2		
35. Me atemorizan los espacios abiertos, el manejar, el estar dentro de un bus, el metro, los ascensores, etc.	0	X1	2	3	4	1		
36. Me siento nervioso	0	1	X2	3	4	2		
37. Me satisfacen mis relaciones con mis seres queridos	4	3	2	X1	0			1
38. Siento que me va bien en el trabajo/escuela	4	3	X2	1	0			2
39. Tengo muchas discusiones en el trabajo/escuela	0	X1	2	3	4			1
40. Siento que algo anda mal con mi mente	0	X1	2	3	4	1		
41. Tengo dificultades para dormir o no me puedo quedar dormido	0	1	2	X3	4	3		
42. Me siento triste	0	1	2	X3	4	3		
43. Mis relaciones con otros me satisfacen	4	3	X2	1	0			2
44. Me enojo tanto en el trabajo/escuela que puedo hacer algo de lo que después me puedo arrepentir	0	1	X2	3	4			2
45. Me dan dolores de cabeza	0	X1	2	3	4	1		
						44+16+18		
Total:						78		

