



**“ESTUDIO DE CASO: PRÁCTICAS NARRATIVAS EN LA INTERVENCIÓN
TERAPÉUTICA CON HOMBRE QUE HA SOBREVIVIDO A LA VIOLENCIA DE
SU PAREJA ÍNTIMA MUJER”**

**ESTUDIO DE CASO PRESENTADO A LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA DE LA
UNIVERSIDAD DE VALPARAÍSO, PARA OPTAR AL GRADO DE MAGÍSTER
EN PSICOLOGÍA CLÍNICA CON MENCIÓN PSICOTERAPIA
CONSTRUCTIVISTA CONSTRUCCIONISTA**

Carolina Pavez Prado

Profesor Guía: Carlos Clavijo López

Valparaíso, mayo año 2019

Resumen

El presente estudio de caso explora una intervención psicológica con un hombre que sobrevivió a la violencia de su pareja mujer. La exploración de este tipo de intervenciones es relevante, ya que, a nivel nacional, se ha prestado poca atención a esta problemática, no existiendo programas de intervención psicosociales para hombres que viven violencia de pareja como los que existen para mujeres.

Debido a la inexistencia de programas para hombres que viven violencia de pareja íntima, fue difícil encontrar a un hombre dispuesto a realizar una intervención terapéutica de estas características. A pesar de esto, mediante un muestreo intencional a través de redes sociales y profesionales, se contactó a un participante que estuvo dispuesto desde un primer momento a participar de esta intervención terapéutica.

Durante el desarrollo de la terapia, fueron utilizadas prácticas narrativas genéricas y específicas para el trabajo con sobrevivientes de violencia. Esta terapia fue desarrollada en el Centro de Atención Psicológica de la Universidad (CAPSI), tuvo una duración de cinco meses y se realizó un seguimiento luego de seis meses de finalizada la terapia.

Finalmente, este estudio muestra la utilidad de la terapia narrativa, consiguiendo asistir al consultante en los efectos que tuvo el maltrato en su sentido de identidad, logrando transitar desde lo que él identificó como un período de estancamiento emocional e identitario, hacia nuevos entendimientos de lo que él valora, en relación al amor de pareja, el respeto, la confianza, el cuidado, la violencia y la lealtad. Esto permitió darle un sentido a su vida a través de su propia autorreflexión, comprendiendo que no se puede responsabilizar por el actuar de su pareja, y dando cuenta que dos personas que se aman, no pueden estar haciéndose sufrir toda la vida.

Summary

The present case study explores a psychological intervention with a man who survived the violence of his female partner. The exploration of this type of intervention is relevant, since, at the national level, little attention has been paid to this problem, there being no psychosocial intervention programs for men who experience intimate partner violence as those that exist for women.

Due to the lack of programs for men living intimate partner violence it was difficult to find a man willing to perform a therapeutic intervention of these characteristics. Despite this, through an intentional sampling through social and professional networks, a participant was contacted, who was willing from the start to participate in this therapeutic intervention.

During the development of the therapy, generic and specific narrative practices were used to work with survivors of violence. This therapy was developed in the Psychological Care Center of the University, lasted five months and was followed up after six months after the therapy.

Finally, this study shows the usefulness of narrative therapy, getting to assist the client in the effects that the abuse had on his sense of identity, managing to move from what he identified as a period of emotional and identity stagnation, towards new understandings of what he values, in relation to romantic relationships, respect, trust, care, violence and loyalty. This allowed him to give meaning to his life, through his own self-reflection, understanding that he can not be responsible for his partner's actions and realizing that two people who love each other can not be making themselves suffer all their lives.

Índice

	Pág.
Resumen	1
Summary.....	Error! Bookmark not defined.
Anexo	6
Figuras	6
Introducción.....	7
1. Contexto de Caso	10
1.1 Selección del Consultante	10
1.2 Estrategias Metodológicas	11
1.3 Contexto Clínico.....	12
1.4 Fuentes de Datos.....	12
1.5 Medidas Éticas.....	12
2. Consultante	13
3. Concepción Guía de la Investigación.....	14
3.1 Violencia de Pareja Íntima	14
3.2 Tipologías de la Violencia	15
3.3 Efectos de la Violencia	16
3.4 Teorías Explicativas de la Violencia de Pareja Íntima	17
3.5 Prácticas Narrativas	19

3.5.1	Terapia y Aproximación del Terapeuta	20
3.5.2	Comprensión de Problema.....	21
3.5.3	Conversaciones Terapéuticas.....	21
3.5.4	Cambio Terapéutico	22
3.5.5	Relación Terapéutica	22
3.6	Prácticas Narrativas y Construcción de Hombre.....	23
3.7	Género y Masculinidad Hegemónica.....	24
3.8	Prácticas Narrativas y Mujeres Sobrevivientes a la Violencia de Pareja Íntima (VPI).....	25
3.9	Relación entre Categorías: Evaluación, Formulación, Curso y Monitoreo de la Terapia ...	27
3.10	Experiencia Previa	29
4.	Evaluación de los Problemas, Objetivos, Fortalezas e Historia del Consultante	30
4.1	Historia de Tomás.....	30
4.2	Recursos y Fortalezas de Tomás	35
4.3	Evaluación de los Problemas de Tomás.....	35
5.	Formulación y Plan de Tratamiento	38
5.1	Objetivos Psicoterapéuticos	39
5.2	Plan de Tratamiento	39
5.2.1	Cuadrante AT-S: Medidas tomadas y relatadas, se vuelven significativas	40
5.2.2	Cuadrante AT-N: Medidas tomadas y no relatadas, se reconocen.....	41
5.2.3	Cuadrante AN-S: Medidas no tomadas y registradas como ideales, se deconstruyen ..	41

5.2.4 Cuadrante AN-N: Medidas no tomadas y no registradas, se notan y aprecian.....	42
6. Curso de la Terapia	42
6.1 Inicio de la Intervención Terapéutica	42
6.2 Desarrollo de la Intervención Terapéutica	57
6.3 Cierre de la Intervención Terapéutica.....	85
6.4 Seguimiento Posterior a la Intervención Terapéutica	97
6.5 Relación Terapéutica y Evaluación de Tomás a nuestras Conversaciones.....	101
7. Monitoreo de la Terapia y Uso de la Información de Retroalimentación	103
8. Evaluación Final del Proceso Psicoterapéutico: Resultados y Discusión	104
8.1 Resultados de la Psicoterapia	105
8.1.1 Contribución de las Prácticas Narrativas en el Caso de Tomás.....	105
8.1.2 Logro de Objetivos Terapéuticos	110
8.2 Discusión.....	113
8.2.1 Desarrollo de la Concepción Guía	113
8.2.2 Recomendaciones para Terapeutas y Estudiantes.....	115
9. Comentarios Finales.....	120
10. Referencias.....	121

Anexo

Anexo 1: Consentimiento Informado.....	128
--	-----

Figuras

Figura 1: Dibujo realizado por Tomás el “ <i>Viaje de mi vida</i> ”	51
---	----

Figura 2: Dibujo realizado por Tomás, el “ <i>Lápiz</i> ”	63
---	----

Figura 3: Dibujo realizado por Tomás, “ <i>El Autodescubrimiento</i> ”	66
--	----

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (2003) da cuenta que la violencia de pareja afecta al 35% de las mujeres en todo el mundo. Por esto, las investigaciones, intervenciones y políticas públicas se centran en contribuir con el avance de las autonomías de las mujeres, el ejercicio de sus derechos y en erradicar la violencia.

A pesar de la intención de los organismos nacionales gubernamentales y no gubernamentales por erradicar la violencia de pareja íntima (VPI), éstos no han prestado mayor atención a intervenciones psicosociales que aborden la experiencia de hombres que han sobrevivido a la VPI, pese a que los datos pesquisados durante el 2017 por el Departamento de Análisis Criminal de Carabineros de Chile, indican que los hombres mayores de 18 años que son afectados por violencia intrafamiliar son 178 con lesiones menos graves, 2.818 con lesiones leves y 2.415 con lesiones psicológicas (Consejo de Transparencia de Chile, 2017).

Por tanto, este estudio pretende ser una contribución en el abordaje de la VPI al poner su foco en la intervención de hombres que han sobrevivido a la violencia de pareja íntima de parte de su compañera mujer.

El maltrato hacia el hombre es mucho menos frecuente y difícil de detectar, porque no se atreven a denunciar cuando son agredidos por una mujer, sea física, psicológica o emocionalmente. Darder (2014) explica que de la misma manera que los hombres agreden a las mujeres haciendo valer su fuerza física, en algunos casos, ellas recurren a esta capacidad para violentarlos y agredirlos verbalmente, debido a que expresar y reconocer su rabia, es la emoción que más les cuesta transitar.

Algunos estudios dan cuenta de que “muchas mujeres jóvenes agreden y abusan psicológicamente de sus parejas. De 25.000 hombres un 40% reconoció haber sido agredido por una mujer y verse obligado, en más de una ocasión, a realizar algo en contra de su voluntad” (Darder, 2014, p. 73). Otro estudio, realizado el 2015, intentó comprobar si existe conciencia de que la violencia de género puede darse de la mujer hacia el hombre. El resultado de este estudio da cuenta que la violencia de las mujeres hacia los hombres no es reconocida por parte de las mujeres, esto se da posiblemente, debido a la falta de conciencia o a la escasez de este tipo de violencia (Aguilera et al, 2015).

Con poner la mirada en esto no se pretende minimizar la violencia vivida históricamente por las mujeres, sino que, intenta revelar un ámbito del problema de la violencia en la pareja íntima escasamente estudiada, en donde los reportes sobre trabajo terapéutico con hombres que sobreviven violencia de pareja son inexistentes. Este trabajo además se plantea como una exploración del uso de la Terapia Narrativa en la asistencia de un hombre que sobrevive violencia de pareja, ámbito del desarrollo de la terapia donde tampoco se observan reportes sobre esta temática.

La Terapia Narrativa surge en Australia a través de la voz de Michael White (1993,1997, 2002b), quien nos habla de una aproximación respetuosa, no patologizante y no culpabilizadora en el trabajo con las personas, invitándolas a reconocer sus recursos, habilidades y valores, con el fin de enriquecer la mirada que tienen de su propia historia, reforzando su sentido de agencia personal y de libre elección para el sentido que quieren darle a su vida.

En este estudio, la Terapia Narrativa permitió asistir al consultante a través de las conversaciones de externalización y de reautoría (White, 2016). Éstas facilitaron que él tomara

“posición ante sus problemas de vida y tener una voz más fuerte en cuanto a los orígenes de sus preocupaciones” (White, 2016, p.62). Para esto, fue utilizado el mapa de declaración de posición (White, 2016), en donde el consultante definió el problema como una relación violenta, que lo mantiene en un estancamiento emocional, el cual le impedía avanzar en su vida. Esto, contribuyó en la reelaboración de conclusiones negativas de identidad, que lo llevaron a sentirse culpable, angustiado e insuficiente como hombre. Al evaluar estos efectos surgió una nueva voz, la cual reconoce que lo vivido en su relación fue negativo y que el miedo a no enfrentar los conflictos afectó en su identidad.

Estas conversaciones, contribuyeron a que surgieran nuevos entendimientos de lo que él valora para su vida, historias de identidad más positivas, con un final más abierto y nuevas voces que lo ayudaron a tomar una nueva posición, pasando de ser espectador a ser protagonista de su historia. Este protagonismo lo acompañó a dar nuevos pasos, los que le permitieron salir de lo que él refería como estancamiento emocional.

1. Contexto de Caso

Al revisar la literatura y diferentes estudios de violencia de pareja, pude distinguir la escasa atención que existe al problema de hombres que viven violencia de su compañera mujer. Y también, que la evidencia sobre intervenciones psicológicas con estos hombres es prácticamente inexistente.

Los estudios revisados se han centrado en comprender la experiencia de mujeres que han vivido violencia de pareja (Molina y Moreno, 2015; Cala y García, 2014); en las consecuencias y efectos de la violencia en sus vidas (Aliaga, Ahumada y Marfull, 2003; Rincón, 2003; Echeburúa, Amor y Corral, 2002) y en la efectividad de los programas de intervención para mujeres (Alencar y Catera, 2013; Mansen, Eriksen y Elklitl, 2014; Eckhardt, Murphy, Whitaker, Sprunger, Dykstra y Woodard, 2013; Labrador, Fernández y Rincón, 2006; Matud, Padilla, Medina y Fortes, 2016).

En relación a los hombres, se encontraron estudios (Folgera, 2013; Sánchez, 2014; Andrade, Galleguillos, Miranda y Valencia, 2013; Espinosa y Pérez, 2008) que dan cuenta de la descripción de la experiencia de violencia vivida por hombres y no en la intervención terapéutica de estos. Por esta razón, “no debemos menospreciar el maltrato que sufre cierta parte de la población masculina por sus parejas, es necesario investigar este tema para que comience a ser tratado por los expertos, medios de comunicación y sociedad en general” (Sánchez, 2014, p.8).

1.1 Selección del Consultante

Al no existir instituciones que atiendan este tipo de problemática, se puso en marcha una estrategia de reclutamiento. Para esto, se solicitó a colegas, amigos y profesionales del área de

salud y judicial que pudiesen informar de algún caso que tuviese las siguientes características: que sea hombre y que haya o esté viviendo VPI de parte de su pareja mujer.

Luego de algunas semanas, sólo una persona con estas características fue contactado por la investigadora. Se le explicó en qué consistía este estudio y se le invitó a participar. Él accede de manera inmediata otorgando su consentimiento informado.

El consultante, de treinta y cinco años, es de nacionalidad Chilena y se desempeña profesionalmente en el área del diseño. Es el hijo mayor de cuatro hermanos, y vive con sus padres en la región de Valparaíso.

Reporta haber vivido una relación de pareja en donde existió violencia psicológica, emocional y física de parte de su esposa, la cual tiene treinta y tres años, es de nacionalidad europea y ha vivido hasta la actualidad fuera de Chile. Cabe destacar que, al momento de iniciar el proceso terapéutico, él se encontraba separado de ella por la distancia.

1.2 Estrategias Metodológicas

En este estudio se buscó comprender cómo las prácticas narrativas pueden asistir a un hombre para lidiar con los efectos de haber vivido VPI.

Por este motivo, se optó por un estudio de tipo cualitativo, basado en el análisis temático, el cual “permite identificar, organizar, analizar en detalle y reportar temas a partir de una cuidadosa lectura y relectura de la información recogida, para inferir resultados que propicien la adecuada comprensión e interpretación del fenómeno en estudio. Al identificar, establecer e informar temas y estructuras, permite revelar las experiencias, significados y realidades de los sujetos, como examinar las circunstancias en que los eventos, realidades, significados y experiencias son efectos de los discursos de la sociedad” (Mieles, Tonon y Alvarado, 2012, p. 217).

En cuanto, a la selección del consultante, se utilizó el tipo de muestreo intencional, el cual es comprendido como la selección de casos característicos de una población, limitando la muestra solo a estos casos (Otzen y Manterola, 2017).

Las estrategias de recolección de información fueron las grabaciones de audio y transcripciones de todas las sesiones terapéuticas. Paralelamente, se llevó un registro personal de notas que permitió la reflexión constante de las conversaciones sostenidas con el consultante, así como su uso en supervisión clínica.

1.3 Contexto Clínico

La atención terapéutica se dio en el contexto de un estudio de caso con fines académicos. Se acordó con el consultante que las sesiones serían realizadas semanalmente en el Centro de Atención Psicológica (CAPSI) de la Universidad, sin costo para el participante.

Es importante señalar que, durante la intervención terapéutica, se contó con el apoyo de una supervisora clínica, la cual acompañó y guió el proceso interventivo. Y también, se recibió asesoría metodológica en el proceso de elaboración del presente estudio.

1.4 Fuentes de Datos

No fue necesario solicitar documentación al consultante, puesto que, no había recibido atenciones previas ni paralelas de índole terapéutico, psiquiátrico o judicial.

1.5 Medidas Éticas

Cuando se invitó al consultante a participar, se le explicó detalladamente cuál era el motivo, contexto y objetivo del estudio. Se solicitó, leer detalladamente el consentimiento informado, previo a la firma del documento (Anexo 1). También se explicó, que este es un proceso terapéutico que se enmarca dentro de un estudio de caso, el cual tiene por objetivo, explorar

cómo las prácticas narrativas pueden asistir en la intervención con hombres que han vivido VPI por parte de su compañera mujer.

Cabe señalar, que para mantener reservada la identidad del consultante, se han remplazado los nombres reales y su lugar de residencia, por nombres ficticios. Por tanto, para efectos de este estudio, él será llamado Tomás y su esposa Karina.

Finalmente, las consideraciones éticas de este estudio, han sido planteadas desde lo que Carol Gilligan señala como ética del cuidado, en donde plantea “la comprensión del mundo como una red de relaciones en las que nos sentimos inmersos y de donde surge un reconocimiento de la responsabilidad hacia otros” (Medina, 2016, p. 93). Por esto, durante el desarrollo de este estudio, se revisó constantemente mi actitud hacia el consultante, preocupándome por la relación terapéutica, en donde el cuidado y responsabilidad fue fundamental.

2. Consultante

Tomás de treinta y cinco años, es el hijo mayor de cuatro hermanos, quien lo sigue es su hermana de treinta y dos, luego su hermano de veintisiete y finalmente su hermano de veinticuatro años. Actualmente vive en la región de Valparaíso con ambos padres y su hermano menor. Tomás se desempeña profesionalmente en el área del diseño.

En cuanto a la relación con sus padres relata: “*es buena, me apoyan constantemente, pero no se involucran y no hablamos de mis cosas íntimas*”. Con su hermana y hermano menor mantiene un vínculo cercano, pero es a su hermana a quién le cuenta sus cosas.

En la vida de Tomás son importantes sus amigos, ya que ellos lo “*apoyan, escuchan, aconsejan*” y saben mayores detalles de su relación con Karina.

Al momento de consultar, él señala estar separado por la distancia de Karina, ya que ella vive en Europa, afirmando que hoy son su familia y amigos su “*gran apoyo*”.

En nuestra primera sesión, Tomás señala: “*mi familia siempre me dijo que fuera al psicólogo, para poder hablar de mis cosas e intentar seguir adelante*”. Para él, esto se relaciona con “*lograr distinguir qué me impulsa a continuar con esta relación en donde existen diferentes episodios donde ella me agredió física y emocionalmente. Quiero lograr comprender qué hay en mí que no puedo soltar la relación y ver si puedo dejarla definitivamente*”.

3. Concepción Guía de la Investigación

3.1 Violencia de Pareja Íntima

La violencia de pareja íntima (VPI) será comprendida como un “conjunto complejo de distintos tipos de comportamientos violentos, actitudes, sentimientos, prácticas, vivencias y estilos de relación entre miembros de una pareja (o expareja) íntima que produce daño, malestar y pérdidas personales graves a la víctima” (Pueyo, López y Álvarez, 2018, p. 109).

En relación a lo anterior, debemos comprender que la VPI “no es sólo un sinónimo de agresión física sobre la pareja, es un patrón de conductas violentas y coercitivas que incluye los actos de violencia física contra la pareja, pero también el maltrato y abuso psicológico, las agresiones sexuales, aislamiento y control, intimidación, humillación y extorsión económica. Todas estas actividades, que se pueden extender en el tiempo de forma crónica, tienen como finalidad someter a la víctima al poder y control del agresor” (Pueyo et al, 2018, p. 109).

Como señala, Fairman (2005) “La violencia es siempre una forma de demostrar poder utilizando la fuerza, ya sea esta física, psicológica, económica, cultural y sexual. Esta fuerza sirve para doblegar, someter, anular o dirigir al otro justamente en su calidad de otro” (p. 26).

Este estudio de caso busca conocer cómo las prácticas narrativas pueden asistir a un hombre que ha experimentado VPI, la cual, como señala Folguera (2013) constituye un tipo de violencia atípica. El varón la sufre a nivel emocional como individuo y, además, la puede sentir como un caso de desviación de lo que la sociedad define como la norma de lo habitual.

Existen algunos casos de hombres muertos y maltratados por sus parejas o ex- parejas; sin embargo, no han recibido atención por los medios de comunicación. Incluso, como señala Toldos (2013), los hombres sobrevivientes de la violencia por parte de sus parejas, no son conscientes de que tienen un problema, ya que, socioculturalmente se entiende que la mujer sólo ejerce la violencia para defenderse del hombre. La sociedad actual no da cabida al reconocimiento del hombre maltratado.

3.2 Tipologías de la Violencia

La violencia física, según Godoy y Tapia (1994), es descrita como un amplio rango de conductas dirigidas a causar daño corporal y cuya tendencia es aumentar en intensidad. Por su parte el SERNAMEG (2018), refiere que la violencia sexual corresponde a forzar psicológica o físicamente a tener relaciones sexuales o a realizar actos sexuales humillantes o degradantes. Y la violencia económica, es negar o condicionar el dinero necesario para la mantención propia y/o de los hijos u otras personas del núcleo familiar. También, se distingue la violencia psicológica y emocional, las cuales se relacionan con la denigración, intimidación, aislamiento social, coerción y amenazas con hacer daño, abandonar o suicidarse (Navarro, 2015).

3.3 Efectos de la Violencia

La violencia lo es porque se tiene la intención de hacer daño, siendo el control una de sus estrategias principales (Navarro, 2014). Los efectos de esta estrategia, es que existe un sometimiento por miedo y se destruye la confianza de las víctimas, en lo que hacen, piensan, perciben y sienten (Navarro, 2014). En ocasiones, la víctima se somete porque, de no hacerlo, resultará ser castigada. A pesar de esto, conserva su criterio, pero se somete como una estrategia de supervivencia y acepta hacer lo que el agresor le pide para no ser agredida. En otras ocasiones, la víctima coincide con el criterio del agresor, lo que implica creer que es merecedora de la violencia, asumiendo que el agresor tiene derecho a corregir sus faltas, se siente culpable de la violencia que recibe y la interpreta como justa (Navarro, 2014).

Debemos comprender que la experiencia de vivir trauma significativo y recurrente, lleva a las personas a tener sentimientos de vacío, desolación y desespero, abrumadas por una sensación de desesperanza y parálisis, y creen que no hay nada en absoluto que puedan hacer para afectar la forma de su vida o la forma de los eventos que los rodean. Muchos de ellos han perdido el contacto con un sentido de identidad como persona. Han perdido el contacto con un sentido particular y valorado de quién son, el sentido de sí mismo (White, 2003).

En terapia narrativa, para trabajar con personas que han sido sujetas a trauma múltiple y recurrente, es fundamental restaurar ese sentido valorado de quiénes son, ese sentido preferido de identidad, qué es lo que la persona valora para su vida y cuáles fueron las respuestas que validen altamente lo que la persona da valor. Esto provee el fundamento para el desarrollo rico de historias en la vida de la persona, permitiendo revitalizar el sentido de sí mismo (White, 2003).

3.4 Teorías Explicativas de la Violencia de Pareja Íntima

Si bien, existen diferentes teorías explicativas de la violencia de pareja, como la perspectiva de género (Dobash, Dobash, Cavanagh, Lewis, 2000; Quinteros y Carbajosa, 2008), la teoría psicológica (Holzworth-Munroe y Stuart, 1994; Dutton y Golat, 1997; Cavanaugh & Gelles (2005), de apego (Vetere y Dallos, 2012) y el modelo ecológico (Bronfenbrenner, 1977; Morales, Muñoz, Trujillo, Hurtado, Cárcamo y Torres, 2013), en este estudio, la teoría más cercana a la comprensión narrativa, es la psico-cultural de Alan Jenkins (1990).

Este autor explica que los hombres pueden relacionarse con respeto y sensibilidad y no ser abusivos con otros, a menos que algo los restrinja de hacerlo. Para él, las restricciones son tradiciones, hábitos y creencias, que influyen en las maneras en que los hombres abusivos le dan sentido a su forma de actuar. Estas restricciones no causan el comportamiento abusivo, por ejemplo, si un hombre fue violentado cuando pequeño, puede no violentar a su familia y relacionarse respetuosamente.

A partir de esta teoría, se invita al hombre a preocuparse y desafiar los hábitos e ideas de restricción, descubriendo y practicando alternativas a su abuso, considerando que él es el responsable de su comportamiento violento, no responsabilizando o culpando otros.

Existen cuatro contextos en donde podemos examinar estas restricciones. Primero, está el contexto sociocultural, relacionado con la familia y el género, en este contexto el hombre es considerado superior a mujeres, parejas e hijos, por tanto, ocupa una posición de dominio y tiene el derecho de ejercer su autoridad. A diferencia de esto, existen hombres que contribuyen a establecer relaciones sensibles, respetuosas y no abusivas, a pesar de las influencias restrictivas socioculturales.

Segundo, encontramos el contexto de desarrollo referido a las familias de origen que, en algunos casos, están fuertemente estructuradas por los roles de género y tienden a reforzar ideas restrictivas para los hombres, promoviendo un exagerado sentido del derecho, evitación de la responsabilidad socioemocional, dependencia de las mujeres para satisfacerlas e insensibilidad a las necesidades sociales y emocionales de los niños.

Tercero, están los contextos interaccionales, en donde muchos hombres son capaces de establecer relaciones respetuosas y sensibles con sus parejas y otros miembros de la familia, a pesar del desarrollo altamente restrictivo que los rodea. Otros, sin embargo, viven en matrimonios y familias que se caracterizan por patrones de relaciones altamente restrictivas. Estos patrones de relación mantienen los hábitos de desarrollo y las restricciones socioculturales.

Y cuarto, se encuentra el contexto individual, en el cual los hombres que practican la evitación de las responsabilidades sociales y emocionales, parecen propensos a desarrollar patrones de pensamiento y comportamiento restrictivo, que se describe en términos de inmadurez social-emocional, baja autoestima y una autointoxicación.

Por tanto, Jenkins (1990) nos invita a indagar qué ha detenido al ofensor a tomar responsabilidad de su abuso o que lo ha detenido a tomar la responsabilidad de establecer relaciones sensibles y respetuosas, ya sea con la víctima u otros miembros de la familia.

A partir de esta teoría, se puede considerar que en la VPI de la mujer hacia el hombre, se encuentran estereotipos del rol de género altamente restrictivos, que prescriben a una variedad de ideas y comportamientos sobre cómo debe ser un hombre, el cual, al no cumplir con su rol, deja de ser válido para la mujer que haya vivido patrones relacionales en la familia o en grupos de

iguales que impiden el desarrollo de relaciones respetuosas y sensibles. Por tanto, las restricciones limitan que exista una responsabilidad por su comportamiento abusivo.

3.5 Prácticas Narrativas

La terapia narrativa surge a finales de los ochenta y a principios de los años noventa, en Australia y Nueva Zelanda, en el contexto de la terapia familiar. Sus creadores fueron Michael White y David Epston, quienes, influidos por las ideas de Michel Foucault, Erving Goffman, Jacques Derrida, Jerome Bruner, entre otros, desarrollaron la Terapia o Práctica Narrativa, las cuales están informadas por el pensamiento postestructuralista, donde se perciben a las personas como seres interpretativos que le dan sentido a su experiencia y vida (White y Epston, 1993).

Las prácticas narrativas cuestionan a la psicología moderna, dado que, desde una perspectiva positivista, se da énfasis a lo patológico y a los problemas que presentan las personas desde un modelo del déficit, de dolor y de malestar emocional asociado al trauma, el cual es abordado desde esta perspectiva como un trastorno y una carencia de habilidades de las personas para adaptarse e integrar las experiencias traumáticas en su vida. Por tanto, se centran en compensar el déficit y en la eliminación de síntomas asociados a la experiencia traumática.

Por su parte, las prácticas narrativas proponen, desde la metáfora del texto, una aproximación a la vida de las personas como historias y un conjunto de prácticas terapéuticas que van en la búsqueda de eventos marginados por los relatos dominantes en la experiencia de vida de las personas para favorecer la generación de relatos alternativos que validen los conocimientos y habilidades que las personas tienen, para hacer que su vida marche según sus preferencias personales (White y Epston, 1993).

A través de las narrativas y de la re-narración de la historia de vida se logra articular las diferentes significaciones del trauma, lo que permite dar un sentido a la experiencia, reconstruyendo significados que permitan acceder a una concepción de la identidad personal más amplia, con acento en la agencia personal y los valores que la sustentan, comprendiendo que “nadie es receptor pasivo del trauma, las personas siempre toman medidas tratando de prevenir el trauma y dan pasos para tratar de modificar los efectos en su vida” (Yuen, 2009, p. 2).

Al realizar un trabajo psicoterapéutico con sobrevivientes de experiencias traumáticas, desde las prácticas narrativas, se comprende que “uno de los resultados de una experiencia traumática es que se pierde la conexión del sentido tan familiar de la identidad que se tenía” (White, 2003, p. 2) por tanto, se da prioridad a la “restauración del valioso sentido de lo que son, este sentido de identidad preferida, de cómo ser persona, el sentido de sí mismo” (White, 2003, p. 3).

3.5.1 Terapia y Aproximación del Terapeuta

White (1993 y 2002) y Epston (1994) conciben la terapia como un espacio disponible para la elaboración de historias alternativas. Más que la búsqueda de soluciones a los problemas, este enfoque busca nuevas historias donde el problema y las personas se entiendan por separado.

Para lograr distinguir estas nuevas historias, es necesario crear un espacio reflexivo en donde la aproximación del terapeuta sea respetuosa, no culpabilizante y colaborativa, con el fin de intentar comprender a la persona y sus relatos. Para esto, es necesario explorar con ellas sus experiencias del problema (White, 2002), situando al consultante como experto de su propia vida y asumiendo que cada persona tiene recursos, competencias y habilidades que ayudarán a reducir la influencia de los problemas en su vida, promoviendo así, su propia agencia personal.

3.5.2 Comprensión de Problema

La terapia narrativa comprende que el problema está separado de las personas y asume que tienen habilidades, competencias, convicciones, valores, compromisos y capacidades que los ayudará a reducir la influencia del problema en sus vidas (Morgan, 2000). Al consultar, las personas relatan historias dominantes, las cuales están saturadas de problemas e incluyen todas las conductas y significados que elaboran las personas en torno a la situación que les preocupa.

Estas historias dominantes se van construyendo a través de pensamientos y conductas que limitan o niegan aspectos significativos de su experiencia y de su sentido de identidad, involucrando eventos y aislando otros que, de alguna manera, afectan el presente y también el futuro de la persona (White y Epston, 1993).

3.5.3 Conversaciones Terapéuticas

Por medio de estas conversaciones se invita a las personas a deconstruir las verdades arraigadas en torno al problema, para así transitar a la externalización de los problemas, logrando que emerjan las narrativas alternativas y la reconstrucción de sus experiencias e historias, a través de las cuales, quisieran vivir sus vidas.

Para White (2002), las conversaciones de externalización contribuyen a la negociación de una definición cercana a la experiencia particular, logrando describir los efectos del problema en la vida de las personas, evaluando los efectos del problema, para finalmente, poder justificar estas evaluaciones.

Por su parte, las conversaciones de reautoría se dividen en dos categorías de preguntas, el panorama de acción, que está formado por eventos unidos a secuencias, a través del tiempo, de acuerdo a un tema o trama; y el panorama de identidad, que está compuesto por categorías de

identidad que son específicamente culturales y pueden incluir: motivaciones, atributos, fortalezas, recursos, intenciones, propósitos, valores, creencias, deseos, sueños, etc. (White, 2016). Estas conversaciones constituyen el andamio que hace posible que las personas se separen de lo conocido, familiar y de las conclusiones negativas que traen consigo, producto de las experiencias traumáticas en torno a la VPI, logrando llegar a nuevas conclusiones sobre su vida e identidad, siendo ellos los autores de estas nuevas conclusiones.

3.5.4 Cambio Terapéutico

El cambio se relaciona con la generación de una nueva narrativa, que logre ser más satisfactoria, útil y con final abierto para el consultante; aquella que logre incluir más ámbitos y contenidos de las experiencias, con descripciones más enriquecedoras de las identidades, relaciones, contextos y posibilidades futuras, otorgando un sentido protagónico de agencia personal a las personas en su relato vital (White, 1997), validando los conocimientos y habilidades que las personas tienen para hacer que su vida marche según sus preferencias personales, moldeando el pasado, presente y futuro de la persona, enfocándonos en las fortalezas, habilidades y conocimientos de los consultantes como la fuente de resolución de sus problemas (Epston, 1994).

3.5.5 Relación Terapéutica

Para acercarnos a la comprensión de quién consulta, debemos situarnos desde la perspectiva del otro, relacionándonos, como señala White (2002), de manera recíproca, buscando debilitar las posibilidades de generar un vínculo de dominación y control, eliminando la dicotomía entre el que sabe y el que no.

De parte del terapeuta debe existir una posición influyente pero descentrada, la cual se da a través de los diferentes cuestionamientos, los que brindan a las personas la oportunidad de posicionarse de una nueva manera frente a sus dilemas. La intención, es dar voz a aquello que la persona valora y que da sustento a sus historias preferidas (White, 2016).

Como terapeuta, se prestó atención a los recursos y a los estados intencionales de identidad, como son los propósitos, valores, creencias, esperanzas, sueños, principios y compromisos, que contribuyeron al consultante a reducir la influencia del problema en su vida (Morgan, 2000).

3.6 Prácticas Narrativas y Construcción de Hombre

Una de los elementos fundamentales de la terapia narrativa, es que las personas interpretan su experiencia a través de narraciones biográficas las cuales se sitúan en tradiciones y meta relatos culturales, económicos y sociales, sobre el poder, la política, el género, etc. (White, 2002b).

Gracias, a las ideas planteadas por Michel Foucault, la terapia narrativa pone especial atención a los discursos culturales dominantes de verdad y el ejercicio del poder en la sociedad, sustentando que éstos tienen un impacto en las historias que las personas crean sobre sí mismas y que es necesario contribuir a disolverlas (Tarragona, 2006).

La terapia narrativa es una vía para superar el discurso normalizador de los estereotipos de género, cuestionando discursos que se encuentran en la cultura patriarcal acerca de la vida y de la identidad de las personas. De este modo, brinda una instancia de cuestionamiento y reflexión sobre los paradigmas restrictivos, de ser hombre o mujer, en una sociedad que mantiene discursos de género y poder, que subyace la violencia (Murgas, 2009).

3.7 Género y Masculinidad Hegemónica

Históricamente, el rol del hombre se ha relacionado con: ser el jefe de la familia, dueño de la verdad, sostenedor de su hogar y quien tiene control total de las emociones. Por esto, la mujer fue confinada al cuidado de los hijos, del hogar y servir al padre de familia (Sánchez, 2014). Estos roles de género, están instalados en la sociedad patriarcal desde donde se fundamenta el machismo, entendiéndolo como el culto a la virilidad. Valdés y Olavarría (1998) señalan que, “las principales características de este culto son una exagerada agresividad en las relaciones interpersonales de hombre a hombre, y arrogancia y agresión sexual en las relaciones entre hombre y mujer” (p. 240). Por tanto, el hombre tendría poder y autoridad por sobre la mujer.

En palabras Foucault (2016), el poder no es algo que se posee, sino esencialmente es algo que se ejercita en todos los niveles, es una visión del fenómeno que se sitúa en todas y cada una de las relaciones humanas. El poder es una relación asimétrica que está constituida por la autoridad y la obediencia, siendo así como el poder se ejerce y se normaliza.

En el mundo se han construido un conjunto de saberes considerados legítimos sobre cómo ser mujeres y hombres en la estructura social. Pierre Bourdieu sustenta que las sociedades han construido un conjunto de estructuras institucionales con el objetivo de producir y reproducir los saberes legítimos de una estructura social en la que hay una dominación masculina sobre las mujeres, la cual es reproducida por ambos sexos. Esa estructura hace que hombres y mujeres acepten de una forma inconsciente que son inferiores, en esa visión, instituciones como la iglesia, la escuela y el Estado contribuyen de forma significativa a reproducir ese saber legítimo (Bourdieu, 2000). Desde este saber legítimo, se ha fomentado la mirada del hombre violento y frío, que se impone por sobre otros para mantener su poder y control.

La masculinidad hegemónica, según Connell y Messerschmidt, está asociada a la heterosexualidad, al control del poder por los hombres, a la renuncia a lo femenino, a la validación de la homosocialidad y a la aprobación de la homofobia. La masculinidad hegemónica es una estrategia de dominación efectiva en tanto es invisible y, sobre todo, asumida por los propios sujetos, y justificada y sostenida por aquellos a quienes les interesa mantener el modelo social hegemónico (Connell y Messerschmidt, 2005).

No obstante, muchos hombres sienten que algo anda mal en su papel dentro del orden social, por lo que se enojan, frustran o confunden acerca de lo que significa ser hombre. Por esto, Montesinos y Carrillo (2010), explican que el cambio cultural ha diluido las diferencias entre los géneros, ya que la emergencia de nuevas identidades masculinas, supone diferentes formas de expresión de la masculinidad las cuales se manifiestan en la actualidad. Por tanto, “resulta imposible negar que las identidades, tanto masculinas como femeninas, se han transformado a tal grado que hoy es posible distinguir las correspondientes a la modernidad y a las del pasado. A pesar de que, en la actualidad, características que anteriormente correspondían a los varones, aparecen como rasgos identitarios de las mujeres y viceversa, como es el caso de la sensibilidad, que anteriormente correspondía al género femenino y hoy puede ser una característica del ser varón, ello es posible, pues las identidades tradicionales se han trastocado” (Montesinos y Carrillo, 2010, p. 14).

3.8 Prácticas Narrativas y Mujeres Sobrevivientes a la Violencia de Pareja Íntima (VPI)

Debido a la escasez de estudios sobre intervenciones terapéuticas para hombres que han sobrevivido a la experiencia de VPI de su compañera mujer, el trabajo terapéutico se orientó

sobre reportes de intervenciones, desde las prácticas narrativas, con mujeres que han sobrevivido a la experiencia de VPI.

Las prácticas narrativas, en palabras de Lloret (2004) promueven una selectiva atención a los intentos de resistencia y a los recursos que las mujeres emplean para sostener o liberarse del abuso. Estas prácticas son pertinentes en el contexto de la intervención con mujeres que han vivido experiencias de violencia, ya que, a menudo se escuchan relatos muy negativos de sí mismas, se culpabilizan por haber contribuido, o por no ser capaces de protegerse de esa situación abusiva (Lloret, 2004).

White (2002b) explica que las personas están manteniendo conversaciones consigo mismas y con los demás, que internalizan el tópico del abuso, y de esta manera se hace imposible apreciar el contexto. Así, “a través de este proceso, el hecho de ser abusada repercute en su identidad, y una forma de subvertir estos efectos, es a través de la introducción de conversaciones externalizadoras” (Lloret, 2004, p. 171). Estas conversaciones, permiten situar el abuso como algo externo, que ha tenido un efecto en sus vidas, en la manera en que ellas se ven y se sienten a sí mismas, por tanto, pueden repolitizar lo que ha sido despolitizado (White, 2002b).

Por su parte, las conversaciones de reautoría (White, 2016) permiten a las mujeres co-crear con el terapeuta historias alternativas de su identidad, las cuales pueden ser ampliamente descritas. Es así como los “relatos ampliados son alcanzados en conversaciones que trazan la trayectoria de lo que ha estado presente pero implícito, en las expresiones de las mujeres de desesperanza. Esa doble escucha, como señala White, permite hacer las preguntas necesarias, estirar los hilos con que se tejerán esas nuevas historias de orgullo y esperanza. Orgullo de haber

resistido, teniendo la fuerza de llegar hasta aquí, y la esperanza de alcanzar todos esos sueños y deseos que habían quedado enterrados por la experiencia de abuso” (Lloret, 2004, p.173).

Si bien las ideas de la Terapia Narrativa han sido desarrolladas para aplicarlas en el trabajo con mujeres sobrevivientes a VPI, considero que de igual manera pueden ser aplicadas con hombres sobrevivientes a VPI puesto que pueden contribuir a identificar recursos y los intentos de resistencia que han tenido para separarse del abuso. También pueden contribuir, no solo a escuchar la historia de culpa o de estancamiento que produce el abuso, sino que también a escuchar otras historias en donde estos hombres puedan tomar una posición frente a la VPI.

La externalización del problema podría contribuir a revisar como la VPI cobró influencia en su identidad y cuáles han sido los efectos en la vida de estos hombres. Y las conversaciones de reautoría, permitirían co-crear historias alternativas, facultando a las personas a alcanzar sus sueños y esperanzas, los cuales se pierden producto de la experiencia de vivir VPI.

3.9 Relación entre Categorías: Evaluación, Formulación, Curso y Monitoreo de la Terapia

El proceso terapéutico descrito en este estudio de caso se desarrolló a través de diferentes etapas. En términos cronológicos primero, se co-construyó el vínculo terapéutico con Tomás, para luego transitar a la co-contrucción del motivo de consulta y de los objetivos terapéuticos. Finalmente, se realizó el seguimiento luego de seis meses finalizada la terapia.

Durante el primer encuentro, Tomás explica que decide asistir a terapia para “*intentar otra cosa, para seguir adelante*” puesto que su relación de pareja se ha transformado en una relación “*tóxica*” que lo paraliza. Los primeros encuentros contribuyeron en la comprensión de cuáles eran los problemas que le aquejaban, para luego proyectar el plan de tratamiento.

Tomás propuso como objetivos terapéuticos el lograr comprender qué lo impulsa a mantenerse en esta relación “tóxica” a pesar de la violencia. También, comprender los efectos de la violencia en su vida, para así romper con el estancamiento emocional que no le ha permitido moverse por años. Finalmente, como terapeuta, integré el distinguir cuáles han sido sus recursos y respuestas frente a la experiencia vivida.

Para el logro de estos objetivos durante el curso de la terapia fueron utilizadas, entre otras prácticas narrativas, las conversaciones de externalización, con las cuales externalizamos el problema, identificando y explorando detalladamente los acontecimientos extraordinarios (White y Epston, 1993). También se integraron las conversaciones de reautoría (White, 2016), las cuales refuerzan los esfuerzos de los consultantes para entender lo que está sucediendo en sus vidas, qué es lo que ha sucedido, cómo ha sucedido y qué significado tiene para su identidad personal (White, 2002). Y el mapa de reautoría propuesto por Beaudoin (2005), el cual es un “modelo que propone que las conversaciones terapéuticas aborden cuatro cuadrantes de acciones/inacciones, registradas/no registradas, para que una experiencia de elección y una de identidad de agencia puedan ser relatada” (Beaudoin, 2005, p.33).

Durante el curso de la terapia, se fue conociendo la historia de vida de Tomás y cuáles eran sus narrativas dominantes, las cuales se caracterizaban por la idea de amor romántico, lo que sostenía la relación en pro de cumplir la ilusión de construir una vida de pareja, en donde, a pesar de la violencia, existía la creencia de que ella podía cambiar. Esta narrativa lo llevó a un sentimiento de desesperanza y estancamiento, impidiendo que él pudiese avanzar en su vida.

Por tanto, a medida que se fueron desarrollando nuestras conversaciones, se logró ir distinguiendo narrativas alternativas que dan cuenta de nuevas voces en la vida de Tomás, por

ejemplo, descubrir que la concepción de amor entre él y Karina son diferentes, y distinguir que el respeto y lograr una relación de igualdad son elementos básicos para mantener una relación en su vida, contribuyó en su sentimiento de salir del estancamiento en que se encontraba, soltándose del “*grillete*” que no le permitía moverse y “*dar vuelta la página*”. Todo esto fue validado y honrado durante la terapia.

En relación al monitoreo durante el curso de la terapia, se fueron realizando preguntas a Tomás, que se relacionaban con la evaluación del curso de la terapia y de la pertinencia de los temas abordados en nuestras conversaciones. También, fueron utilizadas las grabaciones de audio, transcripciones de las sesiones, y se llevó un registro de notas, en el cual fueron integradas ideas y reflexiones que surgieron de las conversaciones con Tomás, con la supervisora clínica y con el supervisor metodológico. Estas reflexiones y sugerencias fueron integradas durante el curso de la terapia.

Cabe destacar que el monitoreo durante el curso de la terapia fue fundamental a la hora de formular el plan de tratamiento, ya que, al ir revisando las grabaciones, notas y conversaciones con los supervisores, la terapia se fue desarrollando con el foco puesto siempre en las necesidades de Tomás y en las bases que sustentan la terapia narrativa.

3.10 Experiencia Previa

En cuanto a la experiencia previa, he trabajado clínicamente con mujeres, niños, niñas y jóvenes, que han sobrevivido violencia intrafamiliar y VPI. Esto, durante un periodo de cinco años en contextos educativos, tres años en clínica particular y un año durante la práctica clínica en CAPSI. Sin embargo, no he tenido la oportunidad de realizar una intervención terapéutica, con hombres que han vivido VPI de parte de sus compañeras mujeres.

A pesar de que este caso fue completamente nuevo para mí, considero que mi práctica en el CAPSI y las supervisiones clínicas y metodológicas, me permitieron abordar el caso de la mejor manera, logrando que el proceso terapéutico fuera un aporte para la persona y una propuesta interventiva para el abordaje de estos casos de VPI.

4. Evaluación de los Problemas, Objetivos, Fortalezas e Historia del Consultante

4.1 Historia de Tomás

Cuando se invita a Tomás a participar de este estudio, él accede con el propósito de *“probar algo diferente e intentar seguir adelante”*, esperando comprender su sentimiento de dolor, malestar y qué lo impulsa a *“permanecer”* en su relación por más de 20 años.

En la primera sesión, Tomás relata que actualmente vive con sus padres y hermano menor en la región de Valparaíso, trabaja como diseñador independiente, pero se encuentra buscando trabajo en Santiago con el fin de ganar más dinero.

A medida que se fueron desarrollando nuestras conversaciones, Tomás comienza a relatar la historia de su relación con Karina, una mujer de nacionalidad europea de 33 años. La relación inicia cuando ella viene de Europa a Chile el año 1997. Tomás dice que al conocerla se sintió *“profundamente enamorado”*. Cuando Karina regresa a Europa, mantienen el contacto, pero luego pasaron años sin hablar. Con el surgimiento de las redes sociales, Tomás decide contactarse con ella con *“la esperanza de volverla a ver”*.

Pasaron 12 años desde que ella vino a Chile y Tomás la invita por un mes a Chile, el año 2009. Durante ese período él señala que *“al principio discutimos porque ella sentía que le faltaba atención y yo pensaba que se lo daba”*, también comenzó a percibir que Karina tenía *“un carácter extremadamente fuerte, si no se hacía lo que ella quería explotaba, no le gustaba estar*

equivocada". Esto se evidencia en un viaje que realizaron, en donde al "no darle la razón" sobre como ella trataba a una vendedora "explotó, perdió el control y con un lápiz como que me va a pegar un combo en la cara, pero me entierra el lápiz, solo la puntita". Esta experiencia para Tomás fue vivida como un "shock, no sabía cómo lidiar con eso, nunca me había pasado".

Luego de este episodio, Karina regresa a Europa y él se siente "aliviado", producto de esta situación, no mantienen contacto durante meses.

Finalizando el año 2009 y hasta el año 2011, Tomás retoma una relación con una ex pareja, pero esta finaliza, ya que él consideró que "quizás volví con ella para no sentirme solo". Es por esto que toma la decisión de "estar soltero", explicando: "durante el 2011 y 2014 comencé a proyectarme, me sentía aliviado, terminé mi carrera y proyectos pendientes. Pero el año 2013 vuelvo a buscar a Karina y retomo el contacto. No sé por qué la busque, pero consideraba que fui injusto en mi juicio con ella, esperé verla años para que todo terminara en un mes".

A medida que Tomás narra su historia, se fueron realizando preguntas que contribuyeron a que él reflexionara en relación a su dinámica de pareja actual. Por ejemplo, él describe su relación como "tóxica", pero a pesar de esto, él siente que "hay algo que no me permite separarme y me hace volver con ella". Tomás cree que lo que lo hace volver es "la esperanza de tener una historia de vida con ella, vivir de la mano de la persona de la cual yo me enamoré".

Cuando Tomás retoma el contacto con Karina, surge la idea de que él viaje a Europa, por primera vez. Es así, como el 2014 viaja movilizado por el "sentimiento de estar con ella".

Durante su convivencia en Europa, Tomás se da cuenta que Karina "tenía una manera especial de relacionarse con sus parejas, con ella se normalizaba el degradarse y humillarse, no podía dialogar con ella. Cuando discutíamos ella perdía el control, por ejemplo, varias veces me dejó el ojo morado, me decía asqueroso, feo, gordo, todo esto me sorprendió". Es en este viaje

que la relación comienza a evolucionar a un patrón más complejo de abuso emocional y psicológico, dando cuenta que existen *“dos episodios; los más fuertes”*.

El primero ocurre en el mes de junio del 2014, cuando toman la decisión de casarse. Tomás cuenta: *“nos casamos porque sentíamos que estábamos enamorados, nos habíamos buscado toda la vida y no queríamos volver a separarnos”*. Estando casados discuten ya que él no le había podido dar *“unas mejores vacaciones”*. Él le pide que lo *“apoye”*, pero ella decía *“que me apoyaba dándome un techo y estando conmigo sin que tuviera un peso. Ahí le dije que me iría, que no me interesaba nada. A esa altura yo le respondía porque antes no le decía nada. La reacción frente a esto fue que ella me pegó un cabezazo y me desvió un poco la nariz”*.

Luego de este episodio, Tomás relata que comenzó a desarrollar diferentes análisis y estrategias para comprender y responder a la violencia, señalando *“comencé a estar alerta, me disculpaba, le decía que tenía razón. Analicé mi actuar, qué cosas debía y no debía cambiar, y llegué a la conclusión que debía dejar de ignorarla, tratar de aguantar. Comprendí que quizás Karina actuaba así por la relación que tenían sus padres, ya que su madre trataba a su padre de la misma manera que Karina me trataba a mí. Comprender esto me llevó a pensar que no debía ser injusto con ella, debía ser paciente”*.

Un segundo episodio de violencia ocurre a inicios del 2015. Se produce porque Tomás *“sacaba todos los días un dulce al abuelo de Karina”*. Un día el abuelo hace referencia a cuánto habían disminuido los dulces, lo que hace que Karina trate a Tomás de *“ladrón”*. En respuesta a esto, Tomás va a comprar dulces señalando: *“ella me siguió y me gritaba, que si me iba mandaría a alguien a matarme. Ahí la enfrenté y le dije ¿Quieres pegarme? Hazlo, atrévete una vez más. Ella agarró fuerza y me pegó un cabezazo que me abrió la frente en dos. Yo entre a la*

casa a buscar mis cosas, ella me amenazó me dijo que si yo pensaba en irme, ella se cortaría y diría que fui yo”.

Luego de este episodio, Tomás regresa a Chile en abril del 2015, él recuerda *“cuando llegué estaba devastado. Me auto encerré en mi casa, no hable ni vi a nadie. Estuve así semanas, ya que tenía un pensamiento contradictorio en ese momento. Me sentía muy mal por haberla abandonado, pero eso era lo más saludable para ella y para mí”.*

Estando en Chile, no se contacta con Karina, a pesar de que ella lo llamaba todos los días *“estaba desesperada, no comprendía por qué me había ido”* estos llamados constantes contribuyeron a que Tomás retomara la comunicación con ella, provocando en Tomás *“la idea de querer volver”*. Es así como en octubre del 2015, Tomás regresa a Europa. Él *“sentía que estaba empezando a construir una familia con Karina, entendía qué íbamos a tener desacuerdos, pero nunca pensé que iban a seguir escalando”*.

Cuando él comienza a convivir con Karina, ninguno tenía trabajo y esto lo llevó a visualizar que Karina *“tenía unas costumbres que me cargaban. Por ejemplo, ella iba y le gustaba meterse cosas en la cartera cuando iba al supermercado. Para mí eso fue súper shockeante. Yo sentía que avalaba la situación al permitir que lo hiciera. Yo hablaba con ella, pero eran discusiones súper grandes, ya que yo no cumplía mi papel de hombre, no tenía un trabajo para mantenerla”*.

Tomás relata que, durante este período, hubo nuevos episodios de violencia que contribuyeron en que tomara la decisión de regresar por segunda vez a Chile. Uno de estos fue, estando en su casa, comenzaron a discutir y Tomás decide salir a fumarse un cigarro y tomarse una cerveza, producto de esto, Karina comienza a decirle *“te vas a convertir en un borracho igual a mi papá y yo decía jamás voy a ser como tú papá. Llegó un punto en la discusión que nos estábamos gritando, ella me quita la cerveza y me la tira en la cara, yo ahí me enoje muchísimo*

y mi respuesta fue agarrar un vaso, llenarlo de agua y tirárselo en la cara. Y ahí ella explotó de rabia, empezó a llamar por teléfono a sus amigas y les decía que estaba arruinando toda la casa y eso me dio mucha rabia, porque no era así. Pero tenía tanta rabia que llené un vaso y empecé a tirar agua en todas partes, eso hizo que ella explotara y sacó un cuchillo, pero finalmente lo devolvió al cajón. Yo me iba a ir y me agarró para que no me fuera, luego me pegó con el teléfono en la cabeza. Quedé sangrando y le dije ¿Esto querías una vez más, primero en mi frente y ahora en mi cabeza? Ahí paró”.

El último episodio de violencia que Tomás relata antes de regresar a Chile es: *“yo trabajaba en un local de comida rápida. Un día llegó a buscarme y se fue todo el camino diciendo tienes que meterte al gimnasio, te vas a transformar en un gordo trabajando ahí. Cuando llegamos a casa le dije, deja de tratarme así, no tienes por qué hablarme así. Y empecé a decirle, me tratas de borracho, de guatón y mira tú no comes nada en todo el día. Esto provocó un estado de tensión y ahí le dije me voy. Agarré mi mochila y ella la agarró, no la quería soltar, yo le decía pásame mi mochila, yo me estaba empezando a enojar, comenzamos a forcejear con la mochila y dentro de ese forcejeo ella se cae al suelo y empieza a gritar ¡me están pegando! Yo pensaba, no te he hecho nada, y ahí abrió la puerta salió a la calle gritando. Luego ella entra en la casa y se sienta en la mesa y de repente se pega con la cabeza contra la mesa. Le dije ¿Qué estás haciendo, estás loca? y me dice, voy a llamar a la policía y voy a decir que lo hiciste tú. Ahí me calmé. Ella continuaba hablando, me decía siempre vas a hacer una basura. En ese momento lo único que pensaba era en irme, agarré mi mochila y salí, me fui al aeropuerto y me vine”.*

Tomás regresa a Chile el año 2016, a su regreso señala que se sintió *“aliviado, pensé quiero salir adelante y dejar esto atrás”*. Para él, lo que contribuyó a que finalizara esta dinámica fue el

“agotamiento de tratar de buscar un punto medio con ella y de ver que las cosas en vez de mejorar empeoraban”.

Al momento de dar inicio a la terapia, Tomás señala que continúa manteniendo contacto telefónico con Karina, porque para él, ella *“es el centro de mi vida, de mi ser, todo lo que yo he sido, donde yo aspiro, hacia donde he crecido y donde van mis decisiones, están con ella. Pero esta relación hoy es un problema que deseo modificar”.*

4.2 Recursos y Fortalezas de Tomás

En relación a sus recursos y fortalezas, se distingue la relación amorosa de los padres de Tomás y los valores que ellos le entregaron en su vida, explicando *“en la relación de mis padres nunca vi conflictos y siempre existió buen trato, era una relación amorosa. Mi familia me enseñó todos mis valores, que las relaciones de pareja debían ser amorosas, en donde tenía que existir estabilidad, respeto, felicidad, ser responsable por mi familia y asumir un compromiso con mi pareja”.*

Por tanto, su familia y valores permitieron que comprendiera que en una relación de amor debiese existir *“respeto por la pareja, apoyo entre ambos, no hay que abandonar a la pareja, se debe ser paciente, escuchar, proteger, cuidar y hacer las cosas correctas para estar bien”.* Todo esto, permite que exista una resistencia a la violencia, un parámetro que le ayuda a problematizar y a irse de Europa cuando la violencia vuelve a aparecer.

4.3 Evaluación de los Problemas de Tomás

En el presente estudio de caso se utilizó el mapa de declaración de posición (White, 2016), el cual permitió, a través de la negociación de la definición de problema y el mapeo de los efectos del problema (White, 2016), llegar a una descripción más rica del problema que aqueja a Tomás.

A medida que Tomás fue relatando su historia de vida, emerge su historia dominante, la cual tiene las siguientes características: Es una relación que se ha mantenido por veinte años; que ha tenido efectos en la visión que Tomás tiene de sí mismo; y es una relación donde el amor romántico y el proyecto de vida de tener una familia, se instala como una ilusión de lo que él esperaba que fuese su relación con Karina.

En primera instancia, Tomás define el problema como una “*relación tóxica*”, pero con el fin de negociar una definición conjunta del problema (White, 2016), realicé preguntas que permitieron redefinirla como una relación violenta. Esta relación trajo consigo el sentimiento de estancamiento en la vida de Tomás, referida a que esta relación no le permitía “*avanzar*” ni lograr su objetivo de construir una familia.

Lo anteriormente descrito tuvo efectos en la vida de Tomás, logrando distinguir que existe control de su persona, de lo que hace, piensa y siente (Navarro, 2015). Esto se visualiza en la narración que él hace de su relación con Karina, por ejemplo, ir a buscarlo todos los días a su trabajo, decir que lo que piensa está mal, amenazar con matarlo y denunciarlo, y encerrarlo para que no se vaya.

Para comprender los tipos de abusos que vivió Tomás en su relación con Karina, se tomó en consideración lo señalado por Pence y Paymar (1993 en Navarro, 2015) en la rueda del poder y control. En este caso, podemos distinguir que existen conductas posesivas, amenazas, violencia emocional, minimización de la violencia y la culpabilización de la víctima.

Es fundamental señalar que los efectos de la VPI en la vida de Tomás, tiñeron sus narrativas en lo relacionado a su identidad, proyectos y la relación que él esperaba tener con Karina. Por ejemplo, él señala “*Nunca voy a tener nada mejor que ella, tenía un proyecto de vida con ella, hoy no sé qué proyectar. Evitaba el conflicto, no respondía para no provocar conflicto, me*

guardaba el malestar dentro, me sentía ahogado, atrapado y asfixiado; ella me decía que me golpeaba porque yo la llevaba a ese estado”.

Otro efecto del problema, fue el pensamiento constante de Tomás de volver con Karina, el cual no le permitía *“buscar trabajo, comprometerme con nada, no puedo crecer”.*

A medida que fui comprendiendo la historia de Tomás, se comenzó a distinguir una narrativa dominante asociada a un discurso cultural dominante sobre el amor romántico y a un discurso de formar una familia como objetivo en su vida, el cual es un marcador social de éxito en la masculinidad. Esto contribuyó en la aspiración de Tomás de mantener a su esposa y a mantener una mirada romántica de las relaciones de pareja en donde el amor se sostiene y es responsable de darle sentido a la vida en pareja. También, se aprecia una narrativa identitaria de subvaloración, cuando él señala *“nunca voy a tener nada mejor que ella”.*

Para Tomás, se debe hacer todo lo posible y aguantar lo que sea necesario para que la relación funcione, para lograr que el proyecto de vida juntos funcione y para que finalmente triunfe el amor. En relación a esto, Tomás relata *“en la relación con Karina, me las jugué por amor, hice cosas por amor, pensaba todo el día en cómo demostrárselo, estaba pendiente de ella, de su bienestar y de que no le faltara nada”.*

Esta narrativa se comienza a construir cuando Tomás tenía 15 años, ya que al conocer a Karina se sintió *“profundamente enamorado”.* Esto dio pie a la futura *“idealización”* de la relación, la cual se fue engrosando gracias a sus creencias del amor y familia.

5. Formulación y Plan de Tratamiento

Cuando invité a Tomás a participar de este estudio, para él fue una *“oportunidad”*, ya que la terapia podría contribuir en *“intentar otra cosa para salir adelante, distinguir qué me impulsa a continuar con esta relación a pesar de que existe agresión física y emocional”*.

La violencia de Karina influyó en que Tomás logrará ver que había creado un ideal de relación que no existía. Ideal que se sostenía de la idea de formar una familia, tener una compañera de vida, alguien que pueda estar con él a pesar de las adversidades, relacionándose de manera amorosa y respetuosa.

Al estar atrapado por los discursos de amor romántico, esta relación es descrita por Tomás como una relación tóxica, que le provoca malestar, que lo paraliza, que no le permite separarse y lo hace volver con Karina. Por tanto, el malestar se genera por la discrepancia entre tener a la mujer de su vida y formar una familia con ella, y no lograr concretar una relación amorosa como sus padres.

Este entrampamiento, se relaciona con la creencia de que *“ella va a cambiar”* y que las cosas se pueden solucionar por medio de *“concesiones, escucha y comprensión”*. A pesar de todos los intentos de Tomás por mejorar su relación con Karina, él se veía constantemente expuesto al malestar, dolor, culpa e infelicidad.

Por tanto, esta experiencia, afectó en sus esperanzas, sueños y en lo que piensa de sí mismo, explicando: *“sentí que fracasé, que fallé, sentí culpa por abandonarla. Intenté encajar con ella, dejando atrás mi propia identidad para darle en el gusto. Abandoné mis valores, las cosas buenas y malas”*. Así es como llega a concebir que necesita separarse de esta relación para

alcanzar sus anhelos: encontrar el amor y formar familia. Para eso debe soltar la relación con Karina, en la que se encuentra atrapado por amor.

5.1 Objetivos Psicoterapéuticos

Para la elaboración de los objetivos terapéuticos, fue fundamental comprender la problemática y el motivo de consulta de Tomás. Por esta razón, los objetivos fueron negociados durante la cuarta sesión. El resultado, fueron los siguientes objetivos:

- Asistir terapéuticamente a Tomás en el malestar emocional asociado a la VPI.
- Comprender qué lo impulsa a mantenerse en su relación de pareja con alguien que lo ha maltratado.
- Comprender los efectos que ha tenido en su vida la experiencia de vivir VPI.
- Que Tomás logre distinguir y honrar sus recursos y respuestas en torno a la VPI.

5.2 Plan de Tratamiento

Para la elaboración del plan de tratamiento, se consideró: la historia del problema; los objetivos terapéuticos; el enfoque teórico a la base de mi práctica clínica; las diferentes revisiones bibliográficas; y las sugerencias de los profesores supervisores.

Durante nuestras conversaciones con Tomás se utilizaron medios gráficos (dibujos) y metáforas. Puesto que, la creación de significados también se relaciona con la imaginación, fantasía, simbolismo y metáfora, todo esto enriquece la generación de ideas, reflexiones, comprensiones y expresiones significativas, que no habrían podido ser expresadas de otra manera.

Por otra parte, para poder explorar otros territorios de la identidad de Tomás y enriquecer sus relatos, fueron utilizadas las conversaciones de externalización y de reautoría (White, 2016). Por tanto, cuando Tomás relata que existe algo “*dentro*” de él, que no le permite “*soltar*” la relación

con Karina, nos muestra como él “cree que sus problemas son problemas internos, las conversaciones de externalización pueden proporcionar un antídoto a los entendimientos internos porque objetivan el problema, esto permite que las personas experimenten una identidad separada del problema, el problema se vuelve el problema, no la persona” (White, 2016, p. 34).

Las conversaciones de externalización contienen el desarrollo del mapa de declaración de posición (White,2016), en donde se da énfasis a cuatro categorías de investigación: la negociación de la definición del problema; el mapeo de los efectos del problema; la evaluación de los efectos del problema; y la justificación de la evaluación (White, 2016).

También, fueron integradas al plan de tratamiento, las conversaciones de reautoría las cuales “invitan a las personas a continuar desarrollando y narrando sus vidas, pero también las ayudan a incluir algunos de los acontecimientos y experiencias más desatendidos, pero potencialmente más significativos. Estos acontecimientos y experiencias están desfasados de las tramas de vida dominante y pueden ser considerados desenlaces extraordinarios” (White, 2016, p. 87).

Además, se incorporó el mapa de reautoría de Beaudoin (2005) el cual está compuesto por cuatro cuadrantes, que contribuyeron a que nuestras conversaciones transitaran por “un grupo más amplio de posibles acciones, valorando sus significados” (Beaudoin, 2005, p.34).

Es fundamental comprender que el orden en que se exploran estos cuadrantes depende principalmente de la experiencia de los consultantes y del desarrollo de cada conversación terapéutica. Además, no todos estos pueden ser utilizados en una sola conversación terapéutica y su orden puede variar (Beaudoin, 2005). A continuación, se exponen estos cuadrantes.

5.2.1 Cuadrante AT-S: Medidas tomadas y relatadas, se vuelven significativas

El trabajo clínico en este cuadrante es una visión general de las acciones tomadas y proporcionan una impresión de la experiencia de quién consulta (Beaudoin, 2005). Por ejemplo,

preguntas integradas en las conversaciones con Tomás fueron: ¿Qué hacías para evitar el conflicto? ¿Cómo intentaste responder? Estas permiten hacer visible que la identidad de una persona está determinada por su propia elección de acción (Beaudoin, 2005). Además, se realizaron preguntas referidas a los obstáculos que la persona tuvo que superar para generar nuevas acciones (Beaudoin, 2005), por ejemplo ¿Cómo lograste mantenerte en Europa con todo lo que me has contado que viviste? También se puede preguntar acerca de lo que contribuyó al final del evento traumático, esto puede proporcionar información que es pasada por alto por el consultante (Beaudoin, 2005).

5.2.2 Cuadrante AT-N: Medidas tomadas y no relatadas, se reconocen

Este cuadrante produce cantidad, profundidad y detalle de las acciones tomadas. Hacer visible un gran número de estas acciones puede ayudar a las personas a revisar su sentido de incompetencia. Debido a su énfasis en acciones inadvertidas, este cuadrante se basa en diferentes tipos de memoria (autobiográfica, semántica y cinética), las cuales son revisadas para transitar a lo significativo (Beaudoin, 2005). En el caso de Tomás, fueron realizadas las siguientes preguntas: ¿Qué hiciste en ese momento? ¿Cómo llegaste a tomar la decisión de casarte con Karina? ¿Qué hiciste para protegerte de los insultos de Karina?

5.2.3 Cuadrante AN-S: Medidas no tomadas y registradas como ideales, se deconstruyen

Este cuadrante es importante abordarlo puesto que las personas a menudo generan más opciones después del hecho, y porque la cultura popular circula a través de medios demasiado heroicos, donde los héroes logran lo imposible. Como resultado, muchos consultantes pueden después del hecho traumático generar opciones adicionales que eran invisibles en el momento del evento traumático. Si los consultantes comparan sus resultados con un escenario idealizado, es probable que continúen desestimando sus opciones reales (Beaudoin, 2005). Para que la

terapia progrese, muchos de estos escenarios idealizados deben ser deconstruidos (Beaudoin, 2005). En el caso de Tomás, fueron realizadas las siguientes preguntas: ¿De dónde aprendiste a respetar a las personas? ¿Cómo se relacionaban tus padres?

5.2.4 Cuadrante AN-N: Medidas no tomadas y no registradas, se notan y aprecian

Las medidas que no se adoptan, a menudo indican implícitamente que se adoptaron otras medidas en su lugar (Beaudoin, 2005). Para lograr dar valor a la congruencia de sus comportamientos se pueden realizar preguntas que permitan “extraer la justificación de las acciones no tomadas; extraer el valor y sus implicaciones; e invitar a la persona a reflexionar, sobre el curso de los acontecimientos, si no hubieran tomado las medidas que eligió” (Beaudoin, 2005, p. 45-46). En el caso de Tomás, fueron realizadas las siguientes preguntas: Me decías que te querías ir de Europa ¿qué te hizo quedarte? ¿Es importante para ti el respeto y la confianza?

6. Curso de la Terapia

A continuación, se presentará la descripción de las sesiones realizadas, las cuales fueron organizadas en cuatro momentos: inicio, desarrollo, cierre y seguimiento. También, fueron integradas las estrategias terapéuticas y procedimientos empleados. Y finalmente, se realizó un análisis de la relación terapéutica y la evaluación realizada por Tomás de la psicoterapia.

Con el fin de identificar el diálogo, Tomás será identificado como T y como terapeuta me identificaré con la inicial de mi nombre C.

6.1 Inicio de la Intervención Terapéutica

En este apartado fueron consideradas las cuatro primeras sesiones realizadas con Tomás. En la primera sesión, revisamos el consentimiento informado, el cual fue aceptado por él.

Con el fin de comprender cuál fue el motivo por el cual él decide participar de este estudio, le pregunté qué lo llevó a tomar la decisión de aceptar esta invitación, explicando *“mi familia siempre me dijo que fuera al psicólogo y cuando me propusiste ser parte de esto, fue una oportunidad”*.

Al notar su nerviosismo, le pregunté si le gustaría iniciar la conversación hablando de su familia, esto, con la intención de conocer su contexto y las relaciones que establece con cada uno de los integrantes de su familia. Por tanto, comienza explicando que sus padres *“se conocieron cuando eran universitarios, pololearon tres años, se casaron y llevan 35 años juntos”* de este matrimonio, nace Tomás hijo mayor de cuatro hermanos.

Para él, la relación que establece con sus padres, es de *“cordialidad, pero distante, ya que, no hablo temas personales con ellos. A pesar de esto, tengo la libertad de decidir lo que quiero y sé que ellos me van a apoyar”*. En relación a sus hermanos, él refiere que con su hermana habla de sus *“cosas privadas, porque es más cercana”*. Al señalar esto, pensé en el vínculo terapéutico, por tanto, me surgió la curiosidad de saber qué cualidades debe tener una relación para que él hable de sus cosas privadas, señalando *“confianza, cercanía y sentirme escuchado”*. Saber esto me permitió comprender que debía crear un ambiente de confianza y de escucha, antes que todo. Esto, en terapia narrativa, se relaciona con aproximarse desde un territorio seguro de la identidad a la exploración del problema.

Durante la segunda sesión, continuamos conversando de su familia, le consulté a Tomás cómo es la relación de pareja de sus padres, explicando *“nunca los vi discutir, no era algo común, era raro”*. Al mencionar la palabra discusión, me pareció importante preguntar sobre el panorama de

identidad y de acción (White, 2017), con el fin de comprender su entendimiento interno, de lo que es valioso para él.

C: ¿A qué te refieres con discutir?

T: Pelear con otra persona, en donde se crea un ambiente incómodo.

C: ¿Me podrías dar un ejemplo de cómo sería un ambiente incómodo?

T: Cuando veía a mis papás discutir con mi hermana, yo no pescaba, me iba y no me metía. Y cuando ellos discutían conmigo, la mayoría de las veces agachaba el moño. Con mis amigos, fueron tres las veces que me agarré a pelear con dos de ellos.

C: ¿Recuerdas qué ocurrió que peleaste con estos amigos?

T: Les di la confianza de molestarme, pero no supieron dónde estaba el límite y lo traspasaron.

C: ¿A qué te refieres con límites?

T: Hay veces que se traspasa un límite y no he sabido cómo frenarlo, para evitar el conflicto.

C: ¿Y qué haces?

T: La mayoría de las veces no respondo, para no provocar conflicto.

C: ¿Pero, te importa que traspasen el límite?

T: Si me importa, pero lo dejo pasar, para no provocar conflicto.

Durante este diálogo, se logró distinguir que Tomás no prefiere las discusiones o peleas, y cuando traspasan su límite y siente que va a surgir una discusión, su respuesta es “no pescar, agachar el moño, no responder, dejarlo pasar”, todo esto con el fin de “evitar el conflicto”.

En esta sesión, se fue comprendiendo que el evitar los conflictos fue algo que orientó su conducta en la relación que estableció con Karina. Esto se distingue al preguntar a Tomás, qué ocurre con el conflicto en las relaciones de pareja, explicando *“cuando hay conflictos en las relaciones de pareja, yo decía tiempo fuera y me iba”*.

Al comenzar a hablar de sus relaciones de pareja y con la intención de explorar ese ámbito de su vida, se consulta a Tomás, qué podría contar sobre las relaciones de pareja que ha tenido, explicando: *“con mi primera pareja, la relación era buena, no peleábamos, nos llevábamos re bien. Y con mi segunda polola, los primeros años fueron sin conflicto, luego terminamos, porque ya no había amor”*.

Luego le pregunté, cuándo conoce a Karina, para conocer su historia con ella. Tomás cuenta: *“ella era parte de un coro en Europa y vino a Chile de intercambio al colegio de mi hermana. Durante su estadía se quedó en mi casa y un día pinchamos, yo me sentía enamorado, pensaba que era el amor de mi vida, una historia de amor”*.

En su relato logré distinguir un vínculo explícito con el discurso romántico que idealiza la relación de pareja. Cuando Tomás comienza a narrar su historia con Karina recordé que, en la terapia narrativa, la historia se constituye por eventos ligados a una secuencia a través del tiempo que están relacionadas con un tema. Es por esto que le pregunté a Tomás, cómo llamaría este capítulo de su vida, señalando *“primer amor”*.

C: ¿Cómo llegaste a seleccionar este nombre?

T: Durante ese período comencé a hacer cosas y a jugármela por amor.

C: ¿Qué cosas hiciste para jugártela por amor?

T: Yo nunca la olvidé y siempre tuve la curiosidad de saber de ella, cuando terminé con mi segunda polola, me armé de valor y después de diez años me puse en contacto por Facebook. Durante ese período, conversábamos mucho y surge la esperanza de reencontrarme con ella. Al mantener el contacto, yo la invité a Chile, ella acepta y viene en mayo o junio del 2009.

En este diálogo, se evidencia como Tomás comienza a dar significado a su experiencia de vida, explicando sucesos y dándole un sentido. Existe una historia dominante, relacionada con el amor romántico, la cual no solo afectó su historia remota, sino que también tuvo implicancias en sus acciones futuras.

Durante la tercera sesión, se consultó a Tomás cómo fue el período que Karina estuvo en Chile, señalando *“fue tortuoso, ella sentía falta de atención de mi parte y yo pensaba que le daba atención, esto provocó muchos conflictos y durante este período se dieron episodios violentos”*, con el fin de comprender los episodios violentos y los efectos de estos en la vida de Tomás, se pregunta:

C: ¿Me podrías explicar estos episodios violentos?

T: Con agresión física. Esto surgió porque ella estaba choreada por muchas cosas, porque el hotel no era lo que quería, porque no podía comprar lo que quería. Y para evitar el conflicto le daba la razón, esto me generaba angustia.

C: ¿Cómo era tu angustia?

T: Me sentía incómodo, estaba más distraído, tenía la cabeza en otra parte. Una vez le fui a comprar un sándwich y no le gusto, fui tres veces a comprarle otro porque no comía, me preocupaba y angustiaba.

Luego, para comprender las acciones tomadas por Tomás, se introdujeron preguntas del Mapa de reautoría de Beaudoin (2005), del cuadrante AT-N.

C: ¿Qué te llevó a tomar la decisión, de ir tres veces a comprarle un sándwich?

T: Para que comiera algo y se tranquilizara. Una vez, no le pareció correcto el valor del cambio que le daban y se enojó, puteaba a la niña que trabajaba ahí, yo le decía cálmate ella no puede hacer nada. Ahí se sulfuró conmigo, porque entendió que le estaba dando el favor a la niña y no a ella. La trate de hacer entender, que no porque sea mi pareja, le tengo que dar la razón en algo que estaba haciendo mal. Ahí perdió el control, me enterra el lápiz en la cara, solo la puntita.

C: ¿Y qué hiciste tú en ese momento?

T: ¡Quedé shockeado! Dije; arréglatelas sola y me fui. Yo estaba determinado a devolverme a Santiago, caminé como quinientos metros y me devolví, porque empecé a pensar, cómo se va a devolver sola y si le pasa algo, si se pierde, si la violan. Ahí paré, me calmé y dije ya pasó.

Este diálogo permitió revisar un hecho de su vida en el cual se identificaron las acciones que él tomó y que hablan de un sentido de identidad, como la preocupación por su pareja, la cual habla de un sentido de sí mismo, que se sostiene en el tiempo (Beaudoin, 2005), a pesar del episodio violento.

Para comprender cuáles fueron las respuestas de Tomás frente a los conflictos y a los “*episodios violentos*”, realicé una serie de preguntas, las cuales fueron emergiendo en diferentes momentos de la tercera sesión, algunas de estas preguntas fueron:

¿Qué hacías para evitar el conflicto? (pregunta del cuadrante AT-S de Beaudoin (2005), para distinguir sus propias elecciones) ¿Cómo te ponías a la defensiva? ¿Qué ocurría? (como él

resolvía el problema con Karina, cuadrante AT-S) ¿Es como si validaras lo que ella dice, pero solo para frenar el conflicto? ¿Qué intentaste para cambiar la dinámica? (Pregunta del cuadrante AT-N) ¿Cómo intentaste responderle? (Pregunta del cuadrante AT-S) ¿Cuáles fueron tus respuestas frente a los insultos de Karina? ¿Qué hiciste tú en ese momento?

Esta última pregunta, permitió explorar el cuadrante de las acciones tomadas y que no fueron percibidas (AT-N). Aquí, se extraen detalles de las acciones que él tomó, activando su memoria autobiográfica y semántica (Beaudoin, 2005), lo que permitió revisar su historia remota y transitar entre el panorama de acción y de identidad en torno a sus respuestas.

Al continuar la conversación (tercera sesión), se introducen preguntas del panorama de acción y de identidad (White, 2016), preguntando a Tomás, cómo fue para él que ella regresara a Europa, explicando que sintió *“alivio, pero al pasar el tiempo me comencé a sentir mal, culpable, porque sentí que fui injusto en mi juicio con ella”* a propósito de la injusticia le consulté, por qué considera que fue injusto, explicando *“porque no logré entenderla y solo me quede con mi versión de los hechos, quizás debí escucharla mejor”*.

Cuando Karina regresa a Europa, se cierra el capítulo *“primer amor”*, en relación a esto le pregunté a Tomás, cómo será llamado el siguiente capítulo, señalando *“Soltería, para mí esta época fue de tranquilidad, de pasarlo bien y de sentirme aliviado. Me comencé a proyectar, me titulé y comencé a trabajar como independiente”*.

Con la intención de saber de Karina, le consulté qué ocurrió con ella durante ese período, explicando *“aquí comienza otro capítulo con otra narrativa, Karina”*, él explica que luego de cuatro años de su visita a Chile, en el año 2013 retoma el contacto con ella, lo que lo lleva a viajar a Europa por primera vez el año 2014. Estando en Europa deciden casarse, y para saber

cómo llegó a tomar todas estas decisiones, se realizan preguntas de los cuadrantes AT-N y AT-S del mapa de reautoría de Beaudoin (2005):

C: ¿Qué te impulsó a retomar el contacto con Karina?

T: La culpa y sentir que fui injusto con ella, porque la esperé toda mi vida y todo se terminó en un mes.

C: ¿Y cómo llegaste a tomar la decisión de casarte con Karina?

T: Porque queríamos estar juntos, yo la amaba, quería crecer, construir, hacer una vida con ella, esa era mi ilusión.

Al responder, Tomás se emociona y llora, se contiene y calma, pero recordé una pregunta que escuché en supervisión clínica en relación a cómo muchas veces expresamos lo no dicho a través de formas no verbales, en este caso mediante las lágrimas.

C: ¿Qué dicen tus lágrimas de los que estás sintiendo?

T: Me emociona pensar que Karina ha sido mi vida y todo lo que he decidido ha sido gatillado por lo que he vivido con ella. Se me vinieron muchos de los recuerdos de todo lo que he vivido con ella, siento pena y decepción de todas las cosas que pasaron.

Cuando Tomás narra esto, me sentí apenada al ver su malestar y sufrimiento, ver sus lágrimas de pena y decepción frente a su historia con Karina me llevaron a pensar en una metáfora que revisamos en supervisión. Si bien fue un ejemplo para explicarnos los mapas conversacionales de Michael White, me hizo pensar en cómo introducir esta metáfora podría facilitar la expresión de la experiencia de Tomás, con el fin de incorporar la noción de movimiento frente a su

concepción de estancamiento. En donde la orilla representa el lugar donde se quiere llegar y el río el desafío a abordar para llegar ese lugar. Por tanto, le explique:

C: Te invito a imaginar un río, al cual nos metemos solos o acompañados, hay veces que nos lleva la corriente, y en otras oportunidades, logramos pasar ese río y llegar a un nuevo territorio, donde hay arena, rocas, un terreno firme. Quizás hoy estamos al otro lado de la orilla de ese río y no sabemos qué hacer, quizás nos quedemos mirando o quizás comenzaremos a adentrarnos a esta agua, que quizás es tormentosa, pero nos meteremos para saber qué ocurre ahí, luego quizás nos tengamos que devolver al terreno conocido para hablar de lo que ocurrió y descubrir la manera de llegar a un nuevo territorio que está al otro lado del río. ¿Te hace sentido esta metáfora?

T: Sí.

C: ¿Te gustaría dibujar un río para explicar la metáfora? (Figura 1).

T: Sí, (comienza a dibujar y a explicar), siento que me metí al río y casi me caigo, por eso tuve que salir, ahora estamos en la orilla y te pedí que me acompañaras para que sepas qué ocurre. Empecé a entrar y casi me caigo en ese torrente, entonces te dije salgamos un poco, pensemos bien cómo me voy a meter en esto.

El torrente es mi historia con Karina, y lo que está al otro lado es lo que no he hecho y quiero hacer, por esto salgo, para pensar bien cómo hacerlo y cruzar el torrente. Todo esto es el viaje de mi vida, yo quiero llegar acá (nuevo territorio) para poder seguir, y siento que llegué a este punto hoy (en el agua). Yo nunca he logrado cruzar el río, siempre llego al torrente y me devuelvo donde inicié, no sé cómo hacerlo.

C: ¿Será que este es el motivo por el cual hoy estamos sosteniendo estas conversaciones?

T: Sí, llegar al otro lado del río torrentoso, es lo más relevante que puedo hablar contigo.

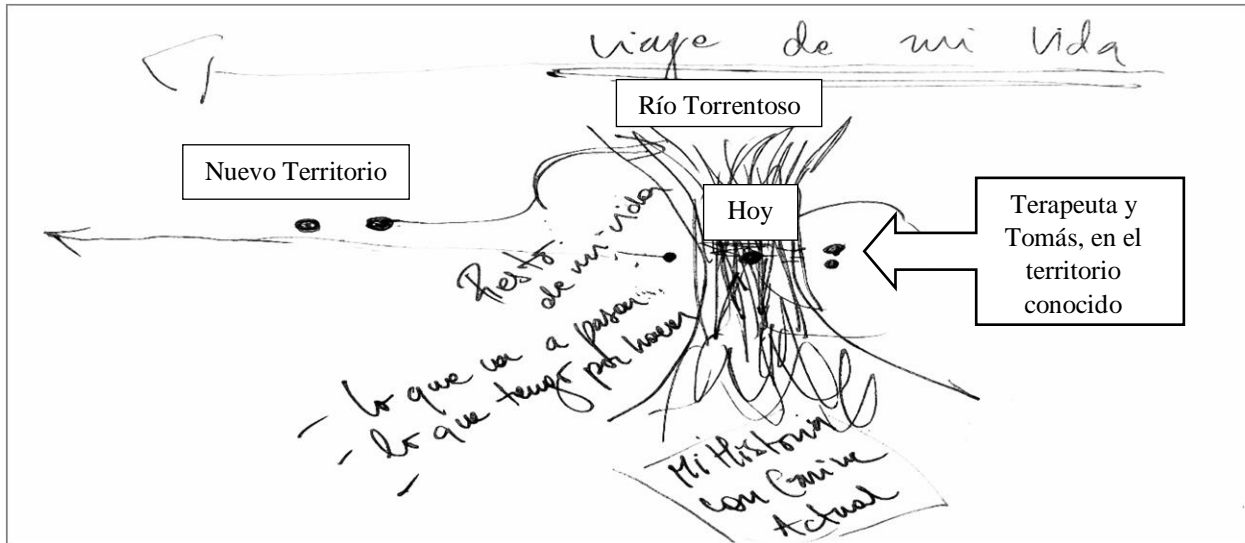


Figura 1: Dibujo realizado por Tomás, el cual facilitó la comprensión de la metáfora “viaje de mi vida”.

Introducir esta metáfora, nos guio en la exploración del “viaje de la vida” de Tomás, que da cuenta de la esperanza de llegar a un nuevo territorio y de la intención de seguir con su vida. Al consultarle a que se refiere con esto, él da cuenta de la definición que tiene del problema, señalando “quiero saber si puedo dejarla definitivamente (a Karina), hay algo que no me permite separarme y me hace volver. Para mí, esta es una relación bastante tóxica”.

Durante la cuarta sesión, y con el fin de explorar sus nuevos descubrimientos, fue retomada la metáfora del río, consultando a Tomás:

C: ¿Hay algo que hayas descubierto al hablar de esta metáfora?

T: Que existe otro terreno de vida, al otro lado de ese río.

C: ¿Qué significaría para ti, cruzar ese río?

T: Pasar a una nueva historia, siempre busqué una manera de cruzar ese torrente y me di cuenta que no puedo solo y quizás con un profesional sí pueda, para mí esto es una oportunidad para intentar otra cosa y seguir adelante, dejar cosas atrás. Y me gustaría descubrir si estas conversaciones me pueden ayudar.

A propósito de su respuesta, pensé en los objetivos terapéuticos de Tomás, y con el fin de negociarlos le realicé las siguientes preguntas:

C: ¿Cómo crees que estas conversaciones te pueden ayudar?

T: Me pueden ayudar a cruzar el torrente, el cual no me deja avanzar y me ha tenido bloqueado por años, sin saber qué hacer y sin saber cómo desprenderme. También, saber si hay algo en mí, que no me permite desprenderme de esta relación.

C: Será un objetivo el descubrir ¿Qué te impulsa a mantenerte en esta relación?

T: Sí, eso quiero descubrir en nuestras conversaciones, me pregunto miles de cosas siempre, tendré miedo del futuro, de quedarme solo, y pienso que nunca voy a tener nada mejor. Quiero descubrir por qué no puedo desprenderme de esta relación, para entender cosas de mí, con la compañía y aportes de un psicólogo, para poder pasar a otra cosa.

C: ¿Cuándo tú hablas de pasar a otra cosa, a que te refieres? (Pregunta que permita clarificar su intención).

T: A ver si puedo dejarla definitivamente, porque mi relación es bastante toxica, pero hay algo que no me permite separarme y me hace volver. Perdón (llanto), me da pena.

C: ¿Qué diría la pena de lo que sientes? (Pregunta de externalización)

T: Que es por toda la ilusión y esperanza que tenía, todo lo que esperé para tener una proyección de vida con ella. La cual se destruyó para mí, dejándome en un lugar donde ni siquiera sé quién soy, no sé para dónde ir y no sé qué proyectar. Ahora, me he dado cuenta que me enamoré de una persona que no existía.

C: ¿Me puedes explicar esto, que te enamoraste de una persona que no existía? (Pregunta realizada para comprender sus entendimientos internos)

T: Yo la creé, porque la persona con la que me encontré, no era esa que yo pensaba. Era otra persona, con otras ambiciones y manera de ver la vida. Todo esto se transformó en una relación tóxica.

C: ¿Cómo es para ti una relación tóxica? (Pregunta realizada, para definir el problema)

T: Con Karina se normalizaba el insultarse y degradarse, porque me comía un pan de más, se empezaba a referir a mí como asqueroso, gordo, feo. Es una relación donde no hay posibilidad de comunicarnos, ella me comparaba constantemente con sus otras relaciones, diciéndome que no era un hombre de verdad.

Estas preguntas, permitieron mapear los objetivos terapéuticos de Tomás, los que se relacionaban con saber cosas de él, con la *“compañía y aportes de un psicólogo”*, descubrir qué lo impulsa a mantenerse con Karina, recuperar su sentido de identidad y proyecto de vida refiriendo *“no sé quién soy, para donde ir ni que proyectar”*. Estas preguntas, también permitieron distinguir conclusiones negativas de identidad, como por ejemplo, pensar *“nunca voy a poder tener nada mejor, no sé quién soy, ni qué proyectar”*.

Al continuar la conversación, se instaló en mis pensamientos lo que Yuen (2009) señala “las personas toman medidas para tratar de proteger y preservar aquello a lo cual otorgan valor” (p.2). Y cuando Tomás me comenta que Karina lo trataba de “*asqueroso*”, que lo comparaba con otras parejas y que lo agredió físicamente, surge la curiosidad de saber qué hacía él para protegerse.

Es por esto, que se introduce una pregunta del cuadrante de las acciones tomadas, pero no percibidas (AT-N) de Beaudoin (2005), con el fin de reconocerlas. Por tanto, le pregunté qué hizo él para protegerse de los insultos de Karina, señalando “*no respondía, me guardaba lo que pensaba, respondía con indiferencia, me iba del lugar cuando había conflicto, me ponía a la defensiva y alerta, antes que explotara le pedía disculpas, trataba de hablar con ella y hacerla entender, muchas veces cedía, le daba la razón, trataba de no darle importancia*”.

Cuando Tomás explica sus respuestas, continúa narrando cómo su actuar afectaba a Karina, explicando “*ella comenzaba a sentir más rabia y las cosas empeoraban, porque, para llamar mi atención, me pegaba cabezazos o con el puño cerrado en la cara, me dejó el ojo azul dos o tres veces. Esto me dejaba shockeado y sin responder, pensando en cómo me podía ir de Europa*”.

En relación a su intención de irse de Europa, le pregunto a Tomás, qué lo llevó a tomar la decisión de regresar a Chile, explicando que hubo dos “*episodios*” que contribuyeron a tomar la decisión de volver. Primero, él explica que le saca unos dulces al abuelo de Karina, y ella lo trata de “*ladrón*”, frente a esto él decide salir a comprar dulces, ella sale detrás y lo amenaza con “*mandar gente a matarlo*”, en ese momento él le pregunta “*¿quieres pegarme?, porque ya me había pegado antes, y ahí me pegó un cabezazo que me abrió al frente en dos*”. Durante este período, Tomás explica “*las peleas continuaron y llegó un momento en que yo no daba más, agarre mis cosas para irme, ella quiso detenerme agarrando mi computador y mi teléfono, los*

destruyó contra el suelo. Yo no respondí, agarré mi mochila metí lo que quedó del computador y me fui. Ella me llamaba desesperada, pidiéndome que no la abandonara”.

Luego de este relato, recordé que él definía su relación como “tóxica”. Jenkins (1990) nos habla de identificar la violencia por su nombre y distribuir la agencia por la violencia de manera en que, quien la ejerce es responsable de ésta. Por esta razón, introduje una pregunta del mapa de reautoría de Beaudoin (2005), relacionada con el cuadrante AT-S, con el fin de desmontar lo creado, para examinar lo que realmente es:

C: Estoy reflexionando sobre lo que me señalaste de la relación tóxica, pero quizás es otro tipo de relación... ¿qué piensas tú?

T: Siempre supe que estaba teniendo una relación violenta, pero empecé a creer que podía cambiarla, traté de aferrarme a eso y que a cambiará la dinámica.

Luego se realiza una pregunta del cuadrante AT-N, con el fin de distinguir las acciones tomadas y reconocerlas.

C: ¿Qué cosas intentaste para que cambiara la dinámica?

T: Intenté memorizar las cosas que ella me reprochaba, traté de entender lo que ella estaba sufriendo, para ver de qué manera yo podía enfrentarlo y luchar contra lo negativo. Vi cómo era la relación de ella con su padre, hablaban solo para pelear. Al analizar todo esto, entendí de dónde venía todo, por eso pensaba que no tenía que ser injusto con ella, tenía que buscar la manera de ayudarla, pero a veces no podía porque decía cosas aberrantes.

C: ¿Me podrías dar un ejemplo de esas cosas aberrantes? (Pregunta del cuadrante AT-N).

T: Me decía, no sirves para nada, eres un perdedor, si no estás conmigo no vas a lograr nada en tu vida, soy lo mejor que te va a pasar.

C: ¿Será que cuando tú me dices que no sabes qué hacer en un futuro, aparece la voz de Karina, de lo que te dijo y cómo te hizo sentir, es como si creara una nueva identidad en ti? (Pregunta referida al panorama de identidad)

T: Sí, me lo han dicho muchas veces, que soy una persona distinta cuando estoy con ella.

C: ¿Será que recuperar tu identidad podría ser un objetivo de nuestras conversaciones? (Pregunta referida al panorama de identidad).

T: Sí.

Luego de este diálogo, se lograron distinguir algunos de los efectos de la violencia en la vida de Tomás, por ejemplo, él comenzó a creer que *“podía cambiarla”*, esto habla de su intención de mantener la relación, a pesar de la violencia. También pensaba que no *“tenía que ser injusto con ella”*, buscaba *“la manera de ayudarla”* y distinguió que es *“una persona diferente cuando esta con ella”*, esto habla de cómo su identidad se vio trastocada.

Las preguntas realizadas durante el inicio de la psicoterapia permitieron distinguir los efectos de la violencia en la vida de Tomás, con relatos como: *“Esta relación no me deja avanzar y destruyó la esperanza de tener un proyecto de vida con ella, esto me deja en un lugar donde no sé quién soy, no sé dónde ir, ni qué proyectar. Me empecé a sentir con poco carácter, atrapado, con culpa y angustia, esto me llevó a estar constantemente preocupado y en alerta, pensaba que se podía enojar conmigo en cualquier momento. Idealicé a Karina y sentí pena y decepción de que las cosas no funcionaran. Se produjo, un quiebre de confianza”*.

También, se identificó cómo sus sueños, “*me enamore de alguien que no existía*”, intenciones, “*pensé que podía cambiarla*”, esperanzas de que “*Karina sería el amor de mi vida, una historia de amor bonita*” y valores “*no me gusta pelear o discutir, se quiebra la confianza*”, se vieron trastocados.

Lo anteriormente descrito, permite identificar que la historia dominante se relaciona con la ilusión de construir una vida en pareja, en donde el apoyo y su historia de identidad asociada al cuidado y respeto por otros, fue fundamental para mantenerse en esta relación, permitiendo que la creencia de que ella podía cambiar, fuera creciendo cada vez más.

Por otra parte, se lograron distinguir conclusiones de identidad positivas en Tomás, como por ejemplo, “*si voy a poder hacer algo con mi vida*”; recursos como el “*apoyo de amigos y familia*”, capacidad de “*reflexión*”; valores “*confianza y amor fundamentales en un relación*”; principios de vida “*no pelear y no faltarle el respeto a las parejas*”; intenciones “*de vivir otra vida*”; sueños y esperanzas de “*superar la relación, pasar a un nuevo territorio, intentando seguir adelante*”.

Al interesarme en sus conclusiones positivas y estados intencionales de identidad (Carey y Russell, 2004), pude distinguir un giro narrativo que emerge de las reflexiones de Tomás, en relación a lo conversado. Él da cuenta que haber vivido en Europa fue “*realmente malo*” y que hoy puede “*hacer algo con su vida*”.

6.2 Desarrollo de la Intervención Terapéutica

En este apartado, fueron consideradas ocho sesiones.

Durante la quinta sesión, pregunté a Tomás qué ha reflexionado luego de las primeras cuatro sesiones, señalando que, durante su relación con Karina, vivió “*violencia física y psicológica*”.

En relación a esto, se explica que muchas veces estas vivencias tienen efectos en nosotros, pero que también, hay ocasiones que no vemos nuestras respuestas frente a esta dinámica.

Mi intención de señalar esto, se relaciona con lo que Yuen (2009) refiere en relación a la doble escucha, ya que, no solo me interesé por escuchar la primera historia que focaliza la atención en el impacto y los efectos del trauma, sino también, fue una búsqueda intencionada de una segunda historia basada en las respuestas.

Por esto, se invitó a Tomás a revisar sus respuestas y le mostré (desde sus palabras) cuales ha manifestado. Por ejemplo, *“quedarse en silencio, no decir nada, tratar de darle en el gusto en todo, para no provocar conflicto”* en respuesta a esto, Tomás señala *“no lo había visto, no había hecho ese tipo de reflexiones”*. Su respuesta, da cuenta de cómo las acciones que él tomó, pasan a ser reconocidas.

Al continuar la conversación, Tomás me detiene y señala que para él es importante terminar de contar su historia con Karina, solicitando *“continuar con lo que veníamos hablando”*, por esta razón le consulté, qué ocurre cuando él regresó a Chile, explicando *“llegué a casa de mis padres no pude salir de mi pieza por dos semanas, no sabía si lo que había hecho estaba bien o mal. Porque, es una parte importante de mi corazón, sacarla de mi vida va hacer algo super difícil, y si lo logro hacer, se va una parte grande de mí, porque la he amado mucho”*.

En este punto de la conversación, se introducen preguntas de reautoría (White, 2016), con el fin de co-crear una nueva historia de identidad.

C: ¿Qué es para ti amar?

T: Pensar en la persona, en su bienestar, entenderla, cuidarla, el bienestar que te hace pasar esa persona cuando estás cerca de ella.

C: ¿El amor es importante para ti?

T: El amor es súper importante.

En este momento incluí preguntas del cuadrante AT-S, referidas a cómo su identidad está determinada por la congruencia de sus valores (Beaudoin, 2005)

C: ¿Y qué ocurre cuando la definición de amor de otra persona es diferente a la tuya?

T: Eso es lo difícil, porque la concepción de amor de ella es muy distinta a la mía.

C: ¿Qué es lo distinto?

T: Hay varias diferencias, yo creo que muchas de las cosas que ella piensa, no es amor. Por ejemplo, que el hombre tiene que estar para la mujer todo el tiempo y la mujer no para el hombre. Esto no es así, es llegar a un campo de igualdad, pero para ella yo tengo que entregar más, para que vea que la amo.

C: Estoy muy curiosa sobre lo que me relatas, y me gustaría saber cómo lograste mantenerte en Europa con todo lo que me has contado que viviste.

T: No sé, yo pensaba que podría enseñar a Karina que hay momentos en los que está equivocada, para que entienda mi visión, para que llegemos a un punto de igualdad.

Gracias a estas preguntas, se logró identificar entendimientos de lo que él valora en su vida y en una relación de pareja, siendo importante el “*amor, cuidado, comprensión*”. También, logró reconocer y significar, que la concepción de amor es distinta entre ellos, y que su intención de

enseñar a Karina cuando estaba equivocada, se relaciona con la comprensión que él tiene de llegar a una relación de *“igualdad”*.

Al continuar la conversación, le consulté a Tomás si él cree que Karina traspasó ese límite del cual él hablaba en un comienzo. Esto con el fin de saber cuál era su respuesta y los sentimientos o valores que guían su conducta, señalando *“Sí, los traspasó, pero se lo perdoné, para hacer que las cosas funcionen y tener acceso a ella. Pero, perdí, no lo logré ... fracasé”*.

Con el fin de dar énfasis al lenguaje y en las formas que se construye el significado y la identidad (Carey y Russell, 2004), introduje preguntas de externalización.

C: ¿Cómo sería para ti un fracaso?

T: Querer estar con esa persona y si no lo logro, es un fracaso.

C: ¿Si fracaso estuviese sentado acá con nosotros, que te diría?

T: Me diría, vamos a tener otro hermano más. Como si cada fracaso fuera un hijo mío, entonces tengo una gran familia aquí al frente, están todos los fracasos acá, todos hechos por mí (risas).

C: ¿Y tú, que le dices a fracaso?

T: Estoy tratando de que no tengas otro hermano (risas).

C: ¿Y fracaso te anima a tener otros hermanos o te dice, ya no quiero más?

T: Me dice que ya no quiere más, porque están compitiendo con los triunfos, los cuales quieren ser cada vez más. Entonces, yo los ordeno, les digo ya no van a ver más hermanos fracasos, van a ver más triunfos.

C: ¡Espera! tú me dices que ordenas a estos hermanos ¿Qué diría orden de todo esto?

T: Ordena tu vida, para que no tengas otro hijo fracaso, y le pregunto ¿quedarme con ella será un fracaso? o ¿lograr salirme de esta relación?... no se todavía, lo estamos pensando.

C: ¿Es como si lo estuvieras pensando con un pepe grillo?

T: Claro, me dice que lo mejor para mí es separarme, que será un triunfo y que el tiempo dirá.

C: ¿Tiempo te ha podido decir algo?

T: Me dice que haga algo ahora.

C: Pensaba, en si pudiésemos viajar en el tiempo ¿Qué te diría el Tomás del futuro?

T: Termina con esto, no dejes pasar más tiempo.

Este diálogo permitió cuestionar su entendimiento interno sobre el fracaso o triunfo que sería quedarse en la relación con Karina, también, comenzó a emerger una nueva posibilidad de acción, que es terminar la relación, y el hecho que sea un triunfo, podría ser una oportunidad para recuperar su vida (Carey y Russell, 2004).

En la sexta sesión, con el fin de identificar nuevas comprensiones y reflexiones, le pregunto a Tomás, cómo han sido para él estas conversaciones, señalando *“cambié de opinión, estoy comenzando a pensar de manera distinta y creo que puedo llegar más lejos. También me doy cuenta que la vida no es más que una serie de enfrentamientos, donde el camino a la felicidad es encontrar la manera de sobrellevarlo y enfrentarlo”*.

Con el fin de saber qué ocurrió, que surgió un cambio de opinión, le pregunté cómo logró llegar a esta reflexión, explicando *“Pensé en la protección que me dieron mis padres, la cual me llevó a no saber cómo enfrentar un problema, porque nunca tuve la necesidad de hacerlo. Esto*

trasciende a lo largo de mi vida, porque hay conflictos que no enfrento y prefiero huir de ellos. Ver que no existían problemas, que no había desconfianzas ni desilusiones amorosas, me permitió crear una ilusión, de lo que era la vida y una relación amorosa”.

Cuando Tomás habla de no enfrentar y huir de los conflictos, pensé que esta sería una acción que él toma para evitar, pero al no saber si esta idea era una conclusión de él o mía, le pregunté lo siguiente:

C: ¿Qué será que no enfrentas los conflictos y prefieres huir de ellos?

T: Yo creo que es por miedo.

C: ¿Será que el miedo no te permite avanzar en el río torrencioso? (Pregunta referida al cuadrante AN-N de especulación, para notar y apreciar las acciones tomadas).

T: Me di cuenta que el camino para cruzar el río no es seguir huyendo tratando de olvidar a una persona, sino que tratar de seguir mi camino y encontrar una voluntad, la capacidad de decirme que tengo que dejar de temer a la pérdida, al fracaso, al futuro, al propio respeto hacia mi persona y al crecimiento, al encontrarme viviendo una dificultad que es parte de la vida.

C: ¿Qué te llevo a esta reflexión? (Pregunta para explorar los pasos que Tomás ha dado y que contradigan su historia dominante).

T: Yo creo que fue tener siempre un pensamiento de que hay más en mi persona y en mi realidad, y que yo mismo quiero evitar enfrentar. Las primeras veces que conversamos, empezamos a hablar del enfrentamiento y hacer la comparación frente a lo que fue mi relación y cuáles fueron los problemas que yo tenía con ella, independiente de cuales hayan sido sus reacciones, porque creo que ese es un tema de ella y de cómo maneja sus problemas.

En este diálogo se puede apreciar que el “miedo” no le permite enfrentar los conflictos, pero a pesar de esto existe un giro narrativo que da cuenta de sus nuevos entendimientos, relacionados con la intención de no seguir huyendo, de continuar su camino encontrando una voluntad, la cual hace que emerja una nueva voz que lo impulsa a perder el temor a la pérdida y al fracaso. También, es importante destacar, que Tomás comienza a responsabilizar a Karina por sus reacciones.

Al finalizar la sexta sesión, y con el fin de explorar sus valores, recursos, fortalezas y pasos que él ha dado, se introduce la idea de dibujar algo que sea valioso para él, para así, a través del dibujo, realizar preguntas referidas al mapa de identidad y de acción (White, 2016).

Es así, como Tomás decide dibujar un Lápiz (Figura 2), porque “toda mi vida la he relacionado con este objeto, que me ayuda a expresar y exteriorizar lo que pienso”.

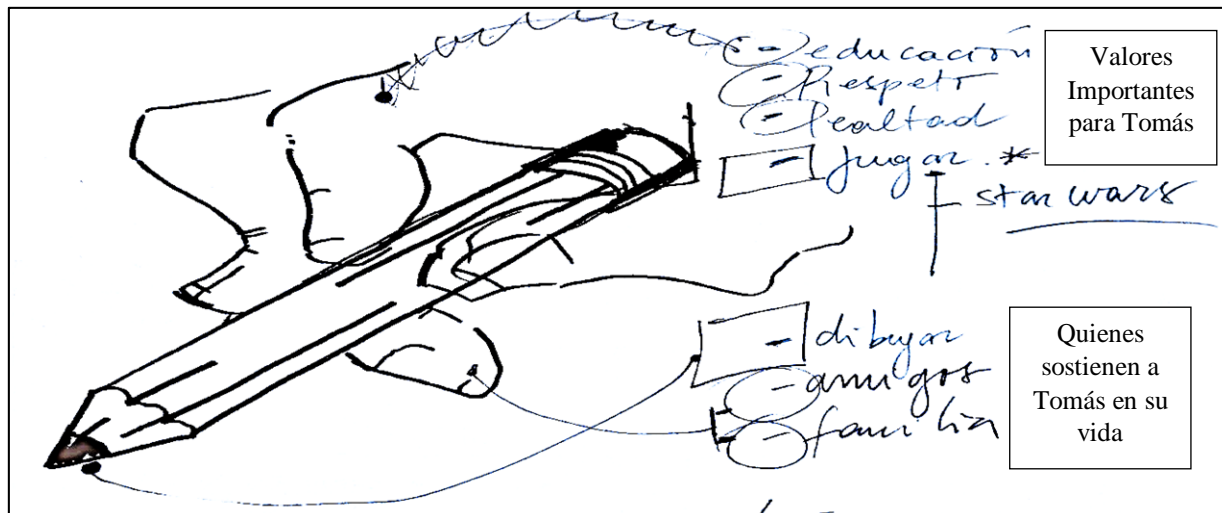


Figura 2: Dibujo realizado por Tomás, el cual facilitó la comprensión de sus valores y que lo sostiene en su vida.

En relación a su dibujo, se pregunta:

C: Si tú fueras un lápiz ¿qué es lo que te sostiene?

T: Quién me guía es la mano. La mano y dedos son mis valores, mi familia, mis amigos.

C: ¿Qué es valioso para ti?

T: El respeto, la lealtad, la educación, tener voluntad para hacerme cargo de mi propia vida.

C: ¿Qué es para ti tener voluntad?

T: Son las ganas y fuerza de uno mismo, para hacer algo.

C: ¿Cómo aprendiste esto?

T: De la vida, de mi mundo, de mi familia, de ver a la gente salir de sus problemas.

C: Tú me has hablado de la voluntad y del enfrentar ¿cómo se podrían relacionar?

T: Necesito de voluntad para enfrentar algo, necesito la fuerza interna de querer hacerlo.

C: ¿Será que aprendiste de tu familia lo que hoy entiendes por voluntad, respeto, lealtad?

T: Sí.

C: ¿Crees que esto que es tan valioso para ti puede relacionarse con la mirada que tiene Karina?

T: No, eran miradas muy diferentes, hay un choque muy grande entre ambas miradas.

C: Y ¿Cómo era este lápiz cuando estaba con Karina?

T: Cuando vi que la persona de la cual que yo me había enamorado no era lo que creía, el lápiz se cae, y me di cuenta que frente a una decepción así, no tenía el apoyo. Pero, si hoy me encuentro con esa decepción, quizás el lápiz no se vuelva a caer, a eso me refiero con cruzar el río, saber reaccionar mejor, tomar mejores decisiones, saber enfrentar mejor los problemas.

C: ¿Cómo lograste descubrir esto?

T: Por el lápiz, me puse a pensar en que la estabilidad de la vida es frágil. Me estaba imaginando al lápiz escribiendo y cualquier brisa o viento (cosas de la vida que tenga que enfrentar), lo puede botar. Pero lo importante es tambalearse, no caerse, a pesar que las brisas de viento puedan ser cada vez más fuertes, siento que a medida que pasa el tiempo puede pararse.

C: ¿Cómo sería un viento más fuerte?

T: Me pasó con Karina, pensé que venía un vientecito, pero jamás me imaginé que sería una ráfaga de viento, el cual no pude manejar y me botó.

C: Logré imaginar esa ráfaga y pensé ¿Cómo estará ese lápiz hoy?

T: Está así (haciendo referencia a que se encuentra parado, pero tambaleándose), yo creo que lo sostienen a ratos, pero yo mismo trato que no me sostengan mucho... digo ¡no, no! No me sostengan, quiero tratar de mantener el equilibrio solo.

C: ¡Qué gran paso diste! Pensaba en el lápiz que botaron que estaba mal, pensando en que no podría hacer nada. Pero hoy está parado y tambaleándose ¿Qué pasos tuviste que dar para estar hoy parado?

T: Primero autorreflexión, segundo autocrítica y bastante apoyo de mis amigos y familia.

C: ¿Cómo podríamos honrar estos pasos que has dado? ¿Alguna frase, idea, pensamiento?

T: Sería el momento del autodescubrimiento, porque llegó un día en que empecé a mirarme y comencé a hacer una autocrítica y una autorreflexión.

El dibujo y las preguntas introducidas, que hacen referencia al mapa de reautoría (White, 2016), permitieron que Tomás hablará de manera lúdica sobre cuáles son los valores,

intenciones, reflexiones, aprendizajes y nuevos descubrimientos. Por ejemplo, con Karina tienen miradas diferentes de lo que es valioso para cada uno, también, descubrimos nuevos pasos que él ha dado, como intentar reaccionar mejor, tomar mejores decisiones y enfrentar de mejor manera los problemas, tratando de mantener su equilibrio solo, a pesar de las adversidades. Todo esto fue honrado como *“El Momento del Autodescubrimiento”*.

Durante la séptima sesión, retomamos lo que Tomás describe como su momento de autodescubrimiento. Me llamó la atención como él se apropió de la idea de ir dibujando e ir explicando sus reflexiones, por tanto, de manera espontánea selecciona una hoja y comienza a dibujar un *“mapa”* (Figura 3).

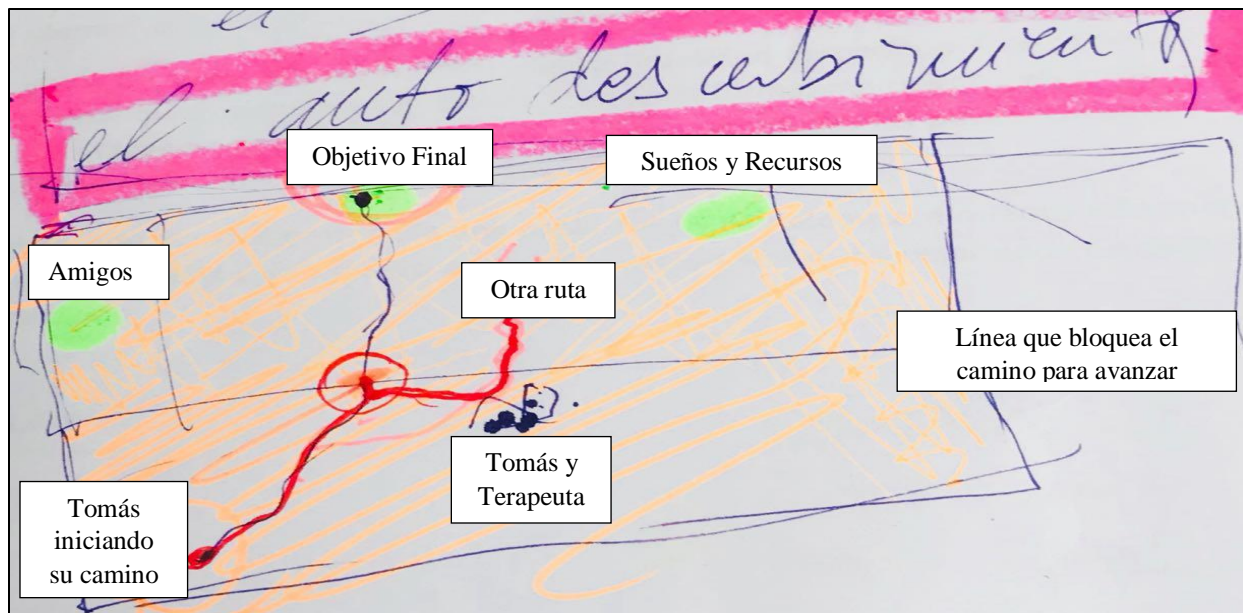


Figura 3: Mapa dibujado por Tomás titulado *“El Autodescubrimiento”*

A medida que va dibujando, explica *“este es un mapa donde dibujó un camino, el cual me muestra un destino, pero hay niebla (naranja). Yo llegué empezando a dibujar un mapa y llegué a un camino que estaba bloqueado. Pero hay otra ruta para llegar al objetivo, entonces pedí*

ayuda y apareciste tú, me ayudaste a ir por otro camino para lograr mi objetivo y seguimos avanzando". Este dibujo da cuenta de cómo Tomás ha significado el espacio terapéutico y cómo el tener acceso a una nueva ruta, le ha permitido transitar hacia el logro de sus objetivos.

Luego, con la intención de retomar la conversación, relacionada con su regreso a Chile por primera vez, le consulté si le gustaría continuar hablando de eso, señalando *"claro, me gustaría terminar de contar esa historia"*.

Tomás relata, *"llegué a mediados de enero del 2015 a Chile, estaba devastado con la situación, no sabía si debí haberla abandonado, porque era lo más saludable para los dos, o si tendría que haberme quedado y hacerlo funcionar"* en relación a esto y con el fin de comprender, le pregunté a qué se refiere cuando habla de abandono, señalando *"quizás porque para ella fue abandono, yo lo empecé a sentir así, no sé si ella influyó, pero así lo sentí"*.

Tomás continúa narrando, *"ella me llamaba todos los días, yo no quería responderle, porque estaba muy shockeado por todo lo que había pasado, y por otro lado la echaba de menos, quería saber si estaba bien"*. Los llamados constantes de Karina influyeron en que Tomás retomara el contacto en febrero del 2015. Producto de esto, Karina comenzó a llamarlo pidiéndole que *"volviera, porque yo debía haber solucionado las cosas de una manera distinta"*. Con el fin de saber cómo afectó este discurso en Tomás, le consulté:

C: ¿Qué provocó ese discurso en ti?

T: Que al poco tiempo quería volver, estaba preocupado no quería que sufriera, así que lo pensé, y en junio decidí volver de nuevo.

C: Esta preocupación, te llevó a retomar el contacto con ella y a tomar la decisión de volver a Europa. ¿A qué más crees que te llevo esa preocupación? (Pregunta del cuadrante AT-S, para distinguir su propia capacidad de elección).

T: A conversar todos los días con ella, hablábamos de nuestros errores, revisábamos en qué nos habíamos equivocado y qué podíamos hacer.

Luego, con la finalidad, de explorar la responsabilidad de Karina en torno a la violencia, pregunté a Tomás:

C: Tengo una duda ¿hablaron alguna vez de la violencia? ¿ella tenía alguna explicación de qué era lo que la empujaba a responder de esa manera?

T: Ella me decía que yo la empujaba a ser así. Por mí manera de ser con ella, por mí manera de no prestarle atención, de no entregarle el amor que ella necesitaba. Entonces, ella se desesperaba a tal punto que respondía de esa manera.

Esto es importante, ya que, responsabilizarse por las conductas violentas de Karina y “*un gran sentimiento de culpa*”, lo hizo volver por segunda vez a Europa.

Durante la octava sesión, con el fin de retomar lo conversado sobre la culpa, se integran preguntas de reautoría (White, 2016).

C: ¿A qué te refieres con culpa?

T: La culpa, para mí es un sentimiento de fracaso o fallo frente a algo que yo debí haber hecho, algo que yo sentí que me equivoqué y que tengo que enmendar.

C: Para poder comprender mejor tu sentimiento de culpa ¿puedes contarme una historia en donde emerja por primera vez la culpa en tu vida?

T: Recuerdo que a los 10 años, mi papá siempre me llevaba a comprar a un quiosco que tenía dulces, yo miraba a mi papá, porque quería sacar un dulce, yo sabía que lo que estaba haciendo estaba mal, porque lo estaba haciendo a escondidas. Entonces, agarré muchos dulces y los metí a mí bolsillo, sentí que había hecho algo malo y salí corriendo a mí casa. Cuando llegué, los bote todos a la basura, porque me sentí culpable.

C: Y en la adolescencia ¿hubo algún momento en donde sintieras culpa?

T: En cuarto medio, hicimos con el curso la cimarra. Y obviamente en el colegio hicieron una reunión de apoderados. Pero cuando llegaron los papás a la reunión, todos sabían y defendieron a sus hijos, mis papás no sabían, no tenían ni idea, mi papá me preguntó ¿Por qué no me dijiste? Todos los papás defendían a sus hijos ¿Por qué no confiaste en mí?, ahí me sentí muy culpable.

C: ¿Qué te hizo sentir culpable?

T: No haber tenido confianza en mi papá, porque él me enseñó todos mis valores.

C: ¿Crees que ese sentimiento de culpa se ve potenciado por lo que te dice Karina?, como por ejemplo, me abandonaste, tú tienes que hacer las modificaciones.

T: Claro, porque de alguna forma es fallar frente a algo, por las decisiones que tomé o por cómo manejé las cosas.

En esta conversación, pudimos explorar la historia de cómo aparece la culpa en la vida de Tomás, la cual se manifiesta cuando él siente que falló o que hizo algo mal, y no desaparece si

no da solución a esto. Por tanto, el sentimiento de culpa se mantiene por el hecho de sentir que le falló a Karina, guiando su conducta de tal manera, que decide regresar por segunda vez a Europa.

Luego, con el fin de monitorear los efectos de nuestras conversaciones, le pregunté sobre sus reflexiones, señalando “*siento que hay reflexiones que las guardo dentro de un closet, y que algún día se me va a acabar el espacio. Pero creo, que lo que estoy haciendo acá, es parte de ir sacando cosas*”. Con el fin de explorar los significados, relacionados con guardar las cosas en un closet, le consulté:

C: ¿Qué crees que ocurre que no quieres sacar las cosas del closet?

T: Me produce mucho desgaste, de hecho, cuando yo conversaba con Karina por teléfono terminaba agotado, porque sentía que había absorbido toda mi energía.

En este momento introduje preguntas del panorama de acción y del panorama de identidad (White, 2016)

C: Estoy muy curiosa, si una conversación telefónica te producía tal nivel de desgaste, ¿Qué ocurría cuando estabas con ella en el día a día?

T: Hasta ver una película era agotador, porque me comparaba constantemente con los detalles que tenía el protagonista con su pareja. Muchas veces, estas comparaciones me recordaban que no era suficiente hombre para hacer algo, eso era agotador y no quieres pelear con eso.

C: ¿Será que de alguna manera, al tomar este camino, tú identidad se vio trastocada?

T: (gesto de risa) yo siempre he pensado lo que me acabas de decir, siempre pensé que dejé cosas de mi propia identidad atrás para encajar con algo que no corresponde a la persona que soy. Y me pregunto, cuánto tiempo voy a aguantar esto, porque le das en el gusto a otra persona, pero tú

mismo te frustras por no ser tú. Porque, para mí la identidad es lo que te hace ser tú, eso incluye tus valores, las cosas buenas y malas.

C: ¿Esto te ocurrió?

T: ¡Sí! Empecé a sentirme así, de tener que encajar en ese concepto de lo que ella quería que fuese y me sentía cansado.

C: Y hoy ¿Cómo se encuentra esa identidad?

T: Hoy, mi identidad no es algo en lo que tengo que pensar, porque hago lo que quiero, no trato de intentar ser otra persona.

C: ¿Cómo se siente volver a tú identidad y ser tú?

T: Se siente descansar, sentía que con ella era un trabajo, acá en Chile no hago el trabajo.

Esta conversación, permitió comprender cómo era el agotamiento de Tomás producto de la interacción que sostenía con Karina, y cómo se vio afectado su sentido de identidad, llegando a concluir que no era lo suficiente hombre para hacer algo por esto, y para estar con Karina, dejó su identidad de lado con el fin de encajar con la idea de hombre que ella tenía. Pero, al hablar en el presente, emerge una nueva narrativa, ya que hoy él no intenta ser otra persona y siente que esto le permite descansar.

En la novena sesión, Tomás señala *“yo creo que deberíamos terminar de revisar mi historia con Karina”*, por tanto, comienza a narrar *“en octubre del 2015 hago el viaje a Europa, yo sentía que estaba empezando a formar una familia con ella, entendía que iban a ver desacuerdos, pero nunca pensé que iban a seguir escalando. Ella tenía unas costumbres que me cargaban, por eso teníamos discusiones, por ejemplo, a ella le gustaba meterse cosas en la*

cartera cuando íbamos al supermercado, cosas que ella no podía pagar, para mí era shockeante por mis valores y sentía que la avalaba permitiendo que lo hiciera”.

Con el fin de comprender, qué acciones tomó frente a las “*costumbres*” de Karina, introduje preguntas del mapa de reautoría de Beaudoin (2005).

C: ¿Qué le decías tú frente a estas costumbres que te cargaban? (Cuadrante AT-S)

T: Le decía ¿por qué no vivimos con menos, para qué exponerse? Pero, para sus estándares de vida, no se podía restringir. Necesitaba sus lujos, salidas a restaurantes y como no lo hacíamos, se generaban más discusiones, porque yo no cumplía mi papel de hombre, no tenía un trabajo para sostenerla. Al no tener trabajo, las discusiones comenzaron a escalar cada vez más.

C: ¿A qué te refieres con que empezaron a escalar cada vez más? (Cuadrante AT-N)

T: Que va subiendo el tono de conversación, porque frente a una diferencia de opinión, en donde uno puede crear una conversación, empiezan a aparecer las descalificaciones y esto comienza a crecer hasta los puntos topes.

C: ¿Cuáles serían los puntos topes? (Cuadrante AT-N)

T: Hubo dos, el primero fue porque estábamos discutiendo y decidí salir de la casa al patio con una cerveza y un cigarrillo, y me empezó a tratar de alcohólico, te vas a convertir en un borracho como mi papá, yo le decía jamás me voy a convertir en él. Ahí comenzaban los insultos, yo le trataba de responder con algo. Por ejemplo, si ella me decía un insulto yo trataba de responder de la misma manera, si ella me decía eres un bueno para nada yo le respondía tú no eres mejor. Y es en esa discusión, cuando ella agarra la cerveza y me la tira en la cara, yo ahí me enoje

muchísimo y mi respuesta fue agarrar un vaso, llenarlo con agua, y tirárselo en la cara. Ahí ella explotó y sacó un cuchillo, estaba roja de rabia.

C: ¿Qué sentías tú en ese momento? (Cuadrante AT-N).

T: Rabia... llegó un momento en que yo mismo me trataba de calmar, entonces le dije que me iba, fui a agarrar mis cosas y ella me pegó con el teléfono en la cabeza, quedé lleno de sangre.

C: ¿Y qué hiciste en ese momento? (Cuadrante AT-N).

T: Le dije, esto era lo que querías, primero mi frente y ahora mi cabeza, y ahí paró.

C: ¿Y qué ocurrió luego de este episodio? (Cuadrante AT-N).

T: Luego de ese episodio, todas las discusiones terminaban en amenazas, ella me decía, si te vas mandaré a alguien por ti, nadie más se fijará en ti.

En este diálogo, se pueden distinguir las respuestas de Tomás frente al conflicto, como intentar dialogar, responder de la misma manera frente a los insultos de Karina y tratar de calmarse. Pero esto, en vez de apaciguar el conflicto, generaba un aumento hasta llegar a los puntos topes, en donde ocurría violencia física y psicológica.

En la décima sesión, Tomás continúa relatando *“un segundo episodio surge, porque yo estaba cansado, ella me quería ir a buscar todos los días al trabajo, yo trabajaba en un local de comida rápida e insistía en irme a buscar, yo le decía que no, porque cuando me iba a buscar me preguntaba todo lo que había comido y me decía que me iba a transformar en una bola. Ese día, llegó igual a buscarme y empezó a decir, tienes que ir al gimnasio, estás gordo. Al llegar a casa, le dije, deja de hablarme así quién te crees... y exploté, le dije, me tratas de borracho, tú padre es un borracho, me tratas a mí de gordo, y mira tú no comes nada eres una flaca asquerosa, le*

dije que hiciera lo que quisiera, que yo me iba. Agarré mi mochila y ella la agarra, empezamos a forcejear la mochila, ella no la soltaba y en uno de esos forcejeos, ella se cae al suelo y empieza a gritar que le estaba pegando, yo pensaba, no te he hecho nada. Ella salió a la calle gritando, llamando a los vecinos y no llegó nadie, ella estaba en el suelo gritando y llorando. Yo la vi y pensé, no quiero más de esto, para mí era un show más de ella, quizás fui insensible. Luego ella entra a la casa, se sienta en la mesa y de repente se pega un cabezazo contra la mesa. Yo le dije, ¿Qué estás haciendo? ¿Estás loca? ¿Qué te pasa? Ella se hizo un corte en su frente y en eso me mira y me dice, voy a llamar a la policía y voy a decir que lo hiciste tú”.

Luego de este relato, introduje preguntas del cuadrante AT-N, del mapa de reautoría de Beaudoin (2005), con el fin de explorar las acciones tomadas durante este episodio, y cómo estás contribuyeron en su regreso, por segunda vez, a Chile.

C: ¿Y qué hiciste tú en ese momento?

T: Me calmé solo y esperé que ella se calmara, pero seguía hablando, me decía que llamaría a la policía, que yo era una basura y que no me iría a ningún lado. En ese momento, solo pensaba en irme, Karina se puso a hablar por teléfono y yo en ese momento me fui de la casa.

C: ¿Y ahí qué hiciste?

T: Me fui al aeropuerto, para regresar a Chile.

C: ¿Y qué ocurre cuando llegas a Chile?

T: Le di una sorpresa a mi familia, les dije, las cosas no resultaron bien y decidimos separarnos. Para mí, regresar fue un alivio. La primera vez regresé con mucha pena, pero esta vez, me sentía bien y pensé, quiero seguir adelante, dejar esto atrás.

En este punto de la conversación, integré preguntas del cuadrante AT-S (Beaudoin, 2005), con el fin de explorar qué fue lo que contribuyó en su decisión de terminar la relación.

C: ¿Has podido reflexionar sobre qué contribuyó en tu decisión de terminar esta relación?

T: El agotamiento de tratar de buscar un punto medio, para que estos episodios no se siguieran reproduciendo y ver que, en vez de que las cosas mejoraran, empeoraban. Yo pensé, no voy a vivir un episodio más de esto, que ella se haya pegado en la cabeza y me haya amenazado de mentir para que me llevaran preso, vivirlo por tanto tiempo, me generó agotamiento.

C: ¿Cómo ha sido para ti recontar lo que ocurrió la segunda vez que vuelves a Europa?

T: Necesario, era importante explicarte todo, para que puedas entender el proceso que estoy viviendo, yo ya pase por todo esto y a medida que tenemos nuestras conversaciones, de alguna manera, trato de ponerte al día con mi contexto.

C: ¿Ocurre algo contigo mientras me vas poniendo al día?

T: A veces me emociono, pero me voy acordando de detalles que había dejado atrás, no son detalles que van a cambiar lo que yo ya vengo reflexionando, pero sí son pequeños momentos que me permiten reflexionar nuevas cosas.

Estas nuevas reflexiones lo invitan a pensar en su historia desde una nueva posición, en donde reconoce que Karina estaba mal, equivocada, que la relación le producía agotamiento y que no quería vivir un nuevo episodio de violencia.

Al continuar nuestras conversaciones, en la sesión número once, Tomás señala que tiene nuevas noticias, ya que Karina lo llama “*desesperada, para solucionar el tema de la casa*”, por este motivo y para clarificar a qué se refiere con esto, le pregunté:

C: ¿A qué te refieres con solucionar el tema de la casa?

T: En Europa, por cada integrante familiar, te dan dinero, el tema, es que ese es un beneficio para la gente que vive allá y yo no estoy viviendo allá, entonces si se comprueba que ella ha estado recibiendo ese beneficio y que yo me fui, puede comenzar un juicio por fraude.

C: ¿Y qué van hacer?

T: Ella me dice que tengo que llegar a Europa y aclarar que, durante todo este tiempo, yo he estado viajando entre Chile y Europa, para tratar de renunciar a los beneficios ahora. Entonces, yo le dije, voy para allá a cerrar este tema y aprovechamos de ver cómo nos vamos a separar.

C: Entonces ¿ya tomaste la decisión de ir para allá?

T: Pensé que, a pesar de todos los problemas, yo igual me casé con ella por amor, no me puedo quedar tranquilo y ver cómo le quitan todo, siento que es parte de mi responsabilidad.

C: Estoy pensando en lo que me dices, que vas para solucionar el tema de la separación ¿Cómo llegaste a tomar la decisión de separarte?

T: Me puse a pensar en todo lo que hemos hablado y de cómo esto me está poniendo un grillete en el pie que me amarra a algo. También pienso, que esta es una manera de quitarme ese grillete de una vez por todas.

Esta respuesta, es evidencia de una nueva narrativa, la cual emerge a propósito de “*quitarse este grillete*”. Esta declaración, contradice la narrativa dominante referida a “*hay algo que no me permite dejar esta relación*”.

Luego de este diálogo y con el fin de identificar las acciones tomadas, le pregunté a Tomás sobre los pasos que dio para tomar la decisión de separarse, señalando *“hay algo que conversamos hace tiempo, que frente a una decisión tenemos actuar, empezar a hacer cosas para que se solucionen, pasar el río y empezar a caminar hacia un nuevo terreno. Y empecé a pensar en dejar de ser un espectador de mi historia y pasar a ser un protagonista, que toma acción frente a un problema que quiero que se solucione. Yo quiero cerrar esto, no puedo estar esperando que se cierre solo”*, esto da cuenta de cómo las acciones tomadas por Tomás, son reconocidas y se vuelven significativas para él.

Para co-crear una historia alternativa de identidad, realicé las siguientes preguntas de reautoría (White, 2016):

C: ¿Esto es como dar un paso?

T: Claro, un paso hacia adelante. Pensé ¿Qué pasa si en marzo me voy a trabajar a una empresa? ¿Voy a seguir con este tema dando vuelta en mi vida como una presencia fantasma que está presente y que podría afectar relaciones más ricas que yo podría tener?

C: Mira cómo empiezas a hablar del futuro. La primera vez que me llamó la atención que hablaras del futuro, fue cuando me dijiste que te querías ir a trabajar a Santiago ¿es como si hubiese algo más allá que sólo esta historia?

T: Claro, siento que estoy al final de un capítulo y quizás en marzo o abril, comienza otro.

C: ¡Estoy súper sorprendida! ¿Tienes alguna idea de por qué me siento así?

T: Porque estoy tomando acciones por mí mismo, quiero que se solucione ahora, no mañana.

C: Estaba pensando en algo que vi en supervisión ... ¿de qué te puedes hacer cargo tú?

T: De mí actuar, de lo que digo, hago, pienso, de controlar mis emociones, de mis convicciones en cuanto a lo que sé que debo o no debo hacer.

C: ¿Y de qué no te podrías hacer cargo?

T: De Karina, de su comportamiento, de su manera de ver las cosas, del control de sus emociones.

C: ¿Cómo es para ti saber esto?

T: Es algo que he venido pensando ayudado de nuestras conversaciones, porque no puedo tomar responsabilidad por las acciones y decisiones de otros. En relación a la violencia, si ella me vuelve a pegar con el teléfono y me dice tú me hiciste hacer eso, pienso no, yo no te hice actuar así, no tomé el teléfono, lo puse en tu mano y lo dirigí hacia mi cabeza, yo no hice eso.

C: ¿Tú le dices esto a ella?

T: No, yo lo veo así ahora, antes no lo había visto porque vivía en una disyuntiva de si era o no mi culpa.

C: ¿Y hoy qué piensas de la culpa?

T: Que está relacionada con las cosas que tengo responsabilidad. Por tanto, debo sentir culpa si actúo de una manera que es equivocada a mi forma de pensar hoy en día, pero es una culpa que se transforma a un sentido de responsabilidad ¿qué debo hacer para enmendar eso que hice mal?

C: Estaba reflexionando sobre lo que me dices de la culpa, que te lleva a un malestar, y de la responsabilidad, que te invita a un actuar y hacer cosas ¿Qué piensas de esto que te comparto?

T: Sí, es un poco eso. Cuando algo me provoca culpa, yo me encuentro con dos caminos, el de hacer algo y transformar esa emoción negativa a una positiva. O no hacer nada y transformar esa emoción negativa en algo permanente.

C: Pensaba en el grillete del cual me hablabas que te detenía ¿Sientes que aún estás detenido?

T: No, siento que me estoy moviendo y actuando, eso me hace sentir bien, estoy tratando de cruzar ese río del cual hablamos en un principio, ya estoy avanzando.

C: Al parecer, estás transitando por el camino del autodescubrimiento.

T: Sí... Hoy pensaba que mi madre siempre me decía que viera a un psicólogo, y yo siempre pensé ¿Para qué voy a ver a un psicólogo? ¿En qué me puede ayudar? Pero hoy en día pienso en el trabajo que hemos hecho y veo este trabajo como una guía que me aporta auto descubrimiento y ser más consciente de las decisiones que he tomado.

C: ¿Crees que estas conversaciones te han permitido fortalecer este autodescubrimiento?

T: Sí, siendo más consciente del mundo, no ser un espectador, si no que ser protagonista.

C: ¿Qué te permite ser más protagonista?

T: Conocer más, por ejemplo, cuando empezamos a hablar de mi familia fui detectando y reconociendo factores que pude relacionar, con cómo me comporto hoy y el porqué de muchas de mis decisiones. También comprendí que, con Karina, somos totalmente diferentes, ella no respeta la forma en que yo soy. Somos diferentes, en valores y en la forma de ver el mundo.

C: ¿Qué te llevo a hacer esta reflexión?

T: Es que pensé en que la estoy haciendo a ella dueña de mis acciones, otorgándole a ella responsabilidad por mis acciones.

C: ¿Me puedes explicar esto?

T: No porque yo siento que ella no tiene respeto hacia mí voy actuar de igual forma y no tener respeto hacia ella. Pienso que no puedo dejar de respetar a alguien que no me respeta a mí.

Esta respuesta es muy relevante, ya que es una afirmación valórica que reafirma sus preferencias y, por tanto, una manera de definir su identidad y reafirmarla en relación con su historia previa a Karina.

C: ¿Es algo así como que hoy no te hace sentido responderle a Karina de la misma manera que ella te respondía?

T: No, hoy no me hace sentido.

C: ¿Y qué te hace sentido hoy?

T: Buscar otras maneras, decir lo mismo a través de la conversación y con respeto hacia la otra persona, manteniéndolo como algo sagrado que no se rompa.

C: Y sabiendo todo esto ¿Cuál es tu postura frente al encuentro que tendrás con Karina en estas próximas semanas?

T: Mi predisposición es a la conversación y al respeto, yo creo que definitivamente ella no va a cambiar, ella necesita pasar por un proceso como el mío (terapia).

Luego de esta conversación se logró identificar una historia alternativa que se caracteriza por las acciones que él ha tomado para solucionar el malestar asociado a permanecer en una relación

de pareja con Karina. Existe un discurso de identidad en que se distingue una nueva posición en la cual Tomás no se hace cargo del actuar y del control de las emociones de Karina, responsabilizándola de su actuar en torno a sus respuestas violentas.

Todo esto le ha permitido avanzar, dando cuenta que el grillete que alguna vez lo tenía estancado en esta relación ya no existe, porque se dio cuenta que ella no va a cambiar y que él prefiere mantener el respeto como algo sagrado en su vida.

Al finalizar el desarrollo de la terapia, en la sesión número doce, le transparenté a Tomás que la sesión pasada fue supervisada y que, producto de esto, surgieron algunas preguntas las cuales me gustaría compartir con él, con el fin de explorar sus entendimientos internos.

C: Estuve pensando en tú regreso a Europa, pensaba en cómo he visto tu cambio, en la forma de hablar y en la forma en cómo has ido reflexionando sobre ciertos aspectos de tu vida. Tú has hecho muchas cosas por estar mejor, pero yo no sé si Karina sabe lo que has hecho, y no sabemos que ha hecho ella durante todo este tiempo que no se han visto. Quizás ella no sabe con quién se va a encontrar, porque tú vas diferente hoy a Europa, entonces ¿Qué pasaría si tú vas para allá y ves que ella cambió?

T: Me darían ganas de quedarme... Sabes, desde que te comenté esto, he estado pensando justamente en lo mismo, porque últimamente hemos hablado mucho por teléfono y discutimos muchísimo. Hablé esto con un amigo y me dijo, si hablan así por teléfono, imagínate como será allá, vas a estar una semana y te vas a querer devolver.

C: Eso también pensaba, pero ojo, no quiero decir que los planes que tú has elaborado no están bien, no quisiera que sientas que los invalido, sino que, quiero invitarte a pensar en más planes.

T: Es que paso otra cosa, llegó un momento en el que yo le dije que compraba mi pasaje de ida y que ella comprara el de regreso, para que fuera a medias, y al final discutimos y no llegamos a acuerdo. Pero, el día 26 de diciembre (2017), me llaman por teléfono de Santiago de una empresa y me ofrecieron pega. Yo tenía planeado irme el 18 o 20 de enero (2018), le preguntaba a ella ¿qué pasa? y ella se ponía a discutir conmigo porque esperaba otra respuesta de mí, que fuera más dócil, más maleable, que le dijera a todo que sí y que aceptara las culpas de todo lo que había pasado, pero esto era algo que yo no podía hacer.

Su respuesta da cuenta de una nueva comprensión, relacionada con no poder aceptar las culpas de todo lo que había ocurrido en su relación con Karina. Por tanto, con el fin de identificar y co-crear historias de identidad alternativas, introduje preguntas de reautoría (White, 2016).

C: ¿Será que tus conversaciones de hoy son diferentes con ella?

T: Probablemente, además la oferta laboral es muy buena. Así que pensé, ésta es la última oportunidad que voy a tener, por algo me llaman ahora. Así que nos reunimos, y me contrataron.

C: ¡Pero qué sorpresa! esto es algo que querías poner en marcha en el mes de marzo y se logró en enero... ¿Eso significa que te quedas en Chile?

T: Me quedo, ya dije que sí al trabajo y firmé el contrato, porque empecé a ver que iba a perder otro año más de mi vida.

C: ¿Cómo tomó Karina tú decisión de no ir?

T: Gritaba desafortadamente que me iba a destruir, a perseguir, que se va a preocupar de que mi vida quede destruida, que nunca voy a ser feliz y que mí trabajo no me va a durar nada.

C: ¿Y qué vas a hacer para protegerte?

T: Lo que he hecho es decir, no puedo seguir perdiendo el tiempo y le corté, esto fue un alivio. A veces, no pesco mucho lo que me dice, pero cuando es mucho, no le hablo por días. Es más, luego que le conté que no voy y que encontré trabajo, no he hablado más con ella.

C: ¿Y tú estás convencido de no ir?

T: No en un cien por ciento. Una vez le pregunté a ella si de verdad cree que dos personas deben estar juntas toda la vida si están sufriendo juntas, y me respondió, claro que sí, porque el matrimonio es para toda la vida.

C: ¿Y qué crees tú de esto?

T: Mi creencia es que idealmente sea para toda la vida, pero se debe trabajar día a día para que funcione. Pero si en esa relación se viola el respeto, entonces no puede ser algo para toda la vida, porque se transforma en algo nocivo para cada uno.

C: ¿Y cómo es para ti escuchar que para ella el matrimonio es para toda la vida, a pesar del sufrimiento?

T: Me produce rechazo.

C: ¿Será que ella te invita y te dice ven conmigo para hacerte entender que esto no se puede terminar?

T: Es exactamente eso.

C: Es como si te llevara de la mano para seguir juntos, a pesar de que se lleven mal, de que te grite, de que no se pongan de acuerdo, de las creencias de ella en relación al matrimonio. Y si le

sueñas la mano, tú no eres un buen hombre, un buen marido, tú tienes la culpa porque no quieres seguir sosteniendo mi mano en esta relación.

T: Precisamente es así como lo siento y cómo ha sido. Ahora veo que ella me culpa todo el rato, continúa insultándome y sigue con la misma dinámica que nos ha separado durante años. Me imaginé a una persona caminando en un piso de vidrio y abajo está la otra persona tirándole piedras al piso para que se rompa, estoy viendo que se va a romper, caigo y quedo mal, me agarran de la mano y me llevan.

C: Estaba pensando ¿porque tendría que tirarle piedras al piso de vidrio de alguien a quien yo estimo y quiero cuidar?

T: Eso es lo que yo creo, la gente se cuida, yo siempre me pregunto eso y le pregunto ¿por qué crees que si hay dos personas que se aman van a vivir toda la vida haciéndose sufrir?

C: Luego de lo conversado el día de hoy, ¿vas a tomar alguna nueva medida con respecto a los llamados telefónicos de Karina?

T: Continuar con lo que estaba haciendo y de a poco ir negando la comunicación, porque ya no hay nada más que tengamos que hablar.

C: Esto sería un paso que tú darías ¿Cómo le llamarías a este paso? (Pregunta para honrar los pasos que ha dado).

T: Construcción de seguridad.

Al finalizar esta conversación, se logró distinguir nuevos entendimientos y comprensiones de lo que Tomás valora, por ejemplo, la oferta laboral fue un evento que le permitió reflexionar sobre una nueva oportunidad, la cual no podía dejar pasar o perdería otro año de su vida viajando

a Europa. En respuesta a esto Karina reacciona de manera negativa, lo que hace que Tomás visualice que ella continúa actuando de la misma forma que los separó por años.

También, surgió la creencia de Karina sobre que el matrimonio es para toda la vida, pero esto no le hace sentido a Tomás, ya que si no existe respeto (valor que ha cobrado protagonismo durante nuestras conversaciones), no puede ser para toda la vida.

6.3 Cierre de la Intervención Terapéutica

En este apartado, fueron consideradas las tres últimas sesiones.

Durante la sesión número trece, con la intención de revisar las reflexiones que ha mantenido Tomás, le consulté cómo han sido las conversaciones sostenidas hasta ahora, explicando *“ahora que empecé a trabajar, sé que no voy a renunciar y estoy un 99% seguro que tengo que cortar todo con Karina. Luego, le pregunté a qué se refiere con cortar todo, explicando “siento que estoy tomando un camino distinto, pero se siente extraño, sé que estoy tomando el camino que debería tomar, pero me desanimo y me pregunto ¿por qué me siento así con una persona que fue de esa manera conmigo?”. Con el fin de saber qué conclusiones ha sacado, le consulté si tiene alguna respuesta a esa pregunta, señalando “trato de aferrarme a la idea de no volver y de no caer en esta dinámica de nuevo. Siempre esperé que las cosas se arreglaran, pero ahora siento que eso está desapareciendo” para comprender los significados en relación a lo señalado, le pregunté:*

C: ¿Qué está desapareciendo?

T: La creencia de que las cosas van a cambiar.

C: ¿Crees que ese pensamiento te permita ir soltando ese grillete del cual me hablabas?

T: Quizás, por eso no sé cómo sentirme. Sé que debería sentirme feliz porque encontré el trabajo perfecto para mí y están todas las condiciones para decir que ahora estoy bien, pero ahora más que nunca siento que algo falta, estoy como desorientado.

Cuando Tomás habla del sentimiento de desorientación, da cuenta de cómo él comienza a explorar una identidad personal alternativa, en donde surgen nuevas posibilidades en la exploración y en la generación de conocimientos alternativos que le permite percibirse como un actor protagonista de su historia. Esto, en terapia narrativa, hace referencia a la segunda etapa del rito de pasaje denominada etapa liminal, en donde el sentido familiar de estar en el mundo está ausente, y donde nada significa exactamente lo que hizo antes. Esta fase se caracteriza por períodos de desorientación y confusión (White, 1997b).

Con la intención de retomar lo señalado como “*construcción de seguridad*,” le pregunté si la construcción de un terreno seguro le permitiría encontrar orientación, respondiendo “*eso estoy tratando de descubrir*”. Por esto, lo invité a pensar en un terreno, el cual él define como “*un campo*”. En torno a esa metáfora, realicé preguntas para comprender lo que es valioso para él, integrando preguntas de reautoría (White, 2016).

C: ¿Qué necesitarías poner en ese terreno?

T: Primero construirme un techo y tendría una piscina grande.

C: ¿Compartirías con alguien esa piscina? (Pregunta referida a las personas que forman parte de su club de vida).

T: Con amigos y familia.

C: ¿Qué es lo que más te gusta compartir con la gente?

T: Reírme con la gente de chistes, experiencias pasadas, proyecciones futuras.

C: Si invitaras a alguien que nunca ha ido a tu casa ¿Cómo podría identificar que esa es tú casa?

T: Trataría de hacer algo artístico como un mural. Haría una caricatura de todos mis amigos y de la gente que va a mi casa.

C: Hay muchas cosas que te gustaría tener en tu terreno ¿Cómo ha sido para ti conversar de esto?

T: (risas) Me imagine construyendo todo eso.

C: Al parecer en este terreno hay de todo, hay cosas que tú quieres, lo que te distingue, hay amigos, familia, risas. ¡Es un terreno lleno de vida!

T: Es un terreno que yo quiero compartir con otras personas.

C: ¿Cómo fue para ti construir tu propio terreno?

T: Me llena, me entusiasma.

C: ¿Cómo este terreno comenzó a llenarse de vida?

T: Porque partí construyendo.

C: ¿Cómo crees tú que esto que hablamos lo podemos llevar a tú vida?

T: (sonrisa) Partiendo por construir cosas en un camino que va a hacia adelante y no quedarme viviendo solamente el día a día.

C: ¿Qué dice la risa de lo que te está pasando con esta conversación?

T: El uso de la metáfora hace que me sienta menos desesperanzado, me siento con un poco más de optimismo, pienso que no es todo tan terrible.

A propósito del optimismo y la esperanza introduje preguntas de externalización, con el fin de ayudarlo a encontrar conclusiones de identidad más positivas (White, 2016).

C: Al darte cuenta que no todo es tan terrible ¿Cómo afecta en ti?

T: Esperanza y optimismo.

C: Si esperanza pudiese darte un consejo ¿Qué te diría?

T: (risas) Que no la pierda.

C: Si yo le preguntara a esperanza y optimismo, ¿Qué puede hacer Tomás para que no los pierda? ¿Qué crees que responderían?

T: Dirían, mostrémosle a Tomás que un camino de vida con nosotros es mejor. Tenemos que mostrarle las proyecciones que hay si él está con nosotros.

C: Y si les pregunto, ¿Cuáles serían esas proyecciones, que dirían?

T: Que con esperanza y optimismo estaría más atento a no dejar pasar buenas oportunidades.

C: O sea que lo que ustedes hicieron fue decirle a Tomás ¡esta es tú oportunidad, toma ese trabajo!

T: Me ayudaron a ver qué estaba pasando a mi alrededor, son los mejores compañeros.

C: Frente a momentos complejos ¿Cómo vas a recordar que esta esperanza y optimismo están a tu lado?

T: Yo creo que dejando de pensar que el futuro es tan oscuro, creer más en la palabra de esperanza y optimismo, y no tener dudas frente a todo lo que he avanzado en este último tiempo.

En este diálogo se aprecia, como se disuelve el pensamiento “*de que las cosas no van a cambiar*” contribuyendo a que el grillete que lo amarraba a Karina se suelte, permitiendo que la idea de volver con Karina y vivir nuevamente malos tratos desaparezca, ya que es un futuro que él no desea y al que antes sentía que estaba amarrado por amor.

También, revisar la metáfora del “*campo*”, permitió fortalecer la construcción de seguridad de Tomás, ya que es un nuevo camino que va hacia adelante y que lo hace sentir con más esperanza y optimismo, valores que él destaca como los “*mejores compañeros*”.

En la sesión número catorce, revisamos lo señalado por Tomás la sesión pasada en relación a los avances que ha tenido este último tiempo. Por tanto, para comprender estos nuevos aprendizajes, saberes y comprensiones, le pregunté:

C: ¿En qué cosas sientes que has avanzado este último tiempo?

T: En mí autorreflexión, porque ahora tengo más seguridad sobre mi postura, dejé de pensar como pensaba Karina. Por ejemplo, las dudas que conversamos surgen de haber dado un paso que no me atrevía dar por miedo.

C: ¿Cuál es ese paso?

T: Yo siempre busqué trabajo, pero internamente quería seguir trabajando solo, porque no sabía si iba a volver o no con ella. Entonces, tomar este trabajo fue un paso, pero empecé a dudar, no sabía si estaba seguro de alejarla por completo de mi vida. Pero ocurre que por fin encuentro un camino por donde irme y no me voy a descarrilar.

Al hablar de este nuevo camino recordé que, en conversaciones previas, él señala que está un 99% seguro de terminar su relación, por tanto, para reforzar este acontecimiento que contradice

la historia de no poder alejarse de ella, realicé preguntas relacionadas con el cuadrante AT-S del mapa de reautoría de Beaudoin (2005):

C: ¿Cuál va a ser tu posición frente a este 99% de seguridad en terminar tu relación?

T: Mantenerme en el porcentaje más alto, diciéndome cosas que no atraigan la inseguridad.

C: ¿Y cómo vas a terminar?

T: Yo creo que ocupando mí autorreflexión, reflexionando sobre que es bueno o malo para mí.

C: ¿Cómo es pensar más en ti?

T: Un poco egoísta.

C: ¿Será que para no sentirte culpable o egoísta continúas contestando las llamadas de Karina?

T: Sí, ella me continúa llamando siempre. Pero el otro día la enfrenté porque me empezó a agredir verbalmente y le dije ¿por qué me tratas así?, le dije que me daba pena que ella se refiriera a mí de esa manera.

C: ¿Y qué provocó en ella esto que le dijiste?

T: Dejó de hablarme así y empezó a utilizar la culpa.

C: ¿Y qué te pasó con eso?

T: Primero, chocó con el plan que estoy tomando ahora. Luego, le dije no puedo hacer nada, porque tomé otras responsabilidades de las cuales no puedo desligarme.

C: ¿Esto es nuevo o se lo habías dicho antes?

T: No se lo había dicho nunca.

A propósito de este diálogo, le pregunté cómo ve ahora la decisión que tomó de no volver a Europa, explicando *“me siento feliz de no haberlo hecho, porque iba a llegar de nuevo sin nada a vivir la misma historia, y quizás iban a pasar dos o tres semanas y todo volvería a ser como antes. Pero igual siento que hay una inseguridad a lo desconocido”*. Al consultarle, a que lo ha llevado este miedo a lo desconocido, señala *“a seguir contestándole el teléfono a Karina”*, por este motivo, le mostré lo siguiente:

C: Recuerdo cuando me decías que no eras capaz de encontrar un trabajo, pero lo encontraste, cuando me dijiste que esta relación era tóxica y decidiste no ir a Europa. Al parecer sí puedes hacer muchas cosas. ¿Qué te parece esto que te digo?

T: Que quizás estoy evitando, quiero seguir adelante, pero evitando estos obstáculos. Ese 1% me está molestando.

C: Quizás tengas que tomar una posición frente a este 1%.

T: Eso es lo más difícil, moverme y tomar una decisión.

A propósito de tomar posición y para comprender sus entendimientos de identidad y de vida (White, 2016), introduje la idea de poner un nombre a su personaje en su historia, señalando *“el explorador”*. Para comprender sus propios entendimientos sobre este personaje, pregunté:

C: ¿Cómo son para ti los exploradores?

T: Es alguien que no se sentía bien donde estaba y tenía ganas de conocer otras cosas.

C: ¿Qué caracteriza a los exploradores?

T: Entrar siempre a lo desconocido.

C: ¿Me quieres decir que como un explorador quieres entrar a lo desconocido?

T: En este momento sí, quiero salir de la burbuja de seguridad mental y buscar otros horizontes, otras opciones, para esto debo dejar de evitar y más bien enfrentar.

Las preguntas de reautoría y la revisión de la metáfora del “*explorador*”, permitieron distinguir los pasos que Tomás ha dado. Por ejemplo, mantener su autorreflexión, le da seguridad, aceptar el trabajo, fue algo nuevo que le permitió encontrar un nuevo camino. Esto habla de su intención de no “*descarrilarse*”.

También, se visualizó una nueva posición, señalando que enfrentó a Karina cuando ella lo comenzó a “*agredir verbalmente*” respondiéndole que no puede ir a Europa, porque tiene “*nuevas responsabilidades*”.

Estas respuestas son nuevas para Tomás, y hablan de lo importante que es para él sentirse respetado y de la “*felicidad*” que le produce haber tomado la decisión de no ir a Europa. Ya que hoy, como un explorador, tiene la intención de conocer otras cosas y de entrar a lo desconocido, dejando de evitar y enfrentar los devenires de la vida.

En la última sesión (número quince), se pregunta sobre sus nuevas reflexiones, aprendizajes y nuevas comprensiones de identidad, señalando “*me he dado cuenta que las cosas se mueven hacia adelante, mi pega está saliendo bien y todo es más positivo, esto me hace sentir súper bien y anímicamente me siento con la idea de que siempre las cosas se pueden solucionar*”. Con el fin de comprender su influencia en que las cosas le estén resultando, le consulté:

C: ¿Qué las cosas te estén resultando, tendrá que ver con una predisposición de tú parte?

T: Sí, yo creo que conseguir trabajo me hace creer que las cosas pueden funcionar, antes me sentía estancado y desesperanzado, pero ahora siento que me muevo.

C: ¿A qué te refieres con moverte?

T: A dar vuelta la página frente a cosas que ya cerré, antes me costaba cerrar, pero hoy tengo el valor de decir que hay que cerrar las cosas.

C: ¿Cómo te ha ido cerrando estas cosas?

T: Bien, porque no regresaré a Europa, no me voy a arriesgar. Además, esto me ha hecho súper bien, no lo voy a dejar por la esperanza de que las cosas se vayan a arreglar, ya no se arreglaron.

C: ¿Crees que el paso que diste de no ir nuevamente a Europa contribuyó en cómo se han ido dando las cosas para ti?

T: Sí.

C: ¿Cómo se siente tomar las riendas de tu vida? (Pregunta referida al panorama de identidad).

T: Siento que recupero confianza en mí y en mis decisiones.

C: ¿Y qué pasó con la culpa que a veces te acompañaba? (Pregunta del panorama de identidad).

T: Ha ido desapareciendo ya no me siento culpable. Porque, lo que yo he hecho y lo que he tratado de aportar ha sido siempre lo mejor de mí.

C: ¿Cómo llegaste a esta nueva conclusión? (Pregunta referida al panorama de identidad).

T: Ver hacia atrás, en este espacio de reflexión, me llevó a sentir que puse mucho de mí. Y siento que hubo cosas en las que yo fallé y ella falló, pero no tendría por qué sentirme culpable por eso, yo entregué lo mejor que podía dar.

Este diálogo permitió visualizar nuevos entendimientos, aprendizajes y comprensiones que fortalecen la nueva historia de identidad de Tomás. Por ejemplo, hoy ya no se siente estancado, tiene el valor de cerrar etapas de su vida dando vuelta la página, se disuelve la esperanza de que la relación con Karina mejore, tiene confianza en él y en sus decisiones, y descubrir que entregó lo mejor que podía dar en su relación, lo lleva a pensar que no debe sentir culpa por algo que intentó solucionar.

Distinguir estas conclusiones positivas de su identidad, me llevó a pensar en el 1% que le quedaba para estar 100% seguro de su decisión, por tanto, realicé preguntas del mapa de reautoría de Beaudoin (2005) que permitan reconocer, apreciar y dar significado a sus nuevos entendimientos.

C: En sesiones previas me señalaste que estabas un 99% seguro de no regresar con Karina ¿Si hoy pudiésemos poner un nuevo porcentaje cuál sería?

T: Yo diría que estoy 100% seguro de no volver.

C: ¿Qué ocurrió que se modificó este porcentaje?

T: Llegó muy rápido el camino de la autoconfianza, me llegó a dar miedo ir tan rápido por ese camino, porque me empecé a ver en un escenario que yo jamás me imaginé que me iba a encontrar en tan poco tiempo.

C: Y en este otro escenario ¿Qué ha pasado con el explorador?

T: Tengo más ganas de seguir explorando.

C: ¿Qué te mueve a seguir explorando?

T: Mi trabajo, ver hacia donde quiero ir fijándome metas a corto plazo. Por ejemplo, me encantaría tener un auto, antes nunca lo vi posible, ahora me lo puedo comprar.

C: ¿Cómo surgió esto de ponerte metas?

T: Por mí autorreflexión y pensar que, si me está yendo bien, cómo lo aprovecho para poder conseguir lo que yo siempre quise conseguir, que es avanzar en mi vida, no sentirme estancado, e ir logrando cosas con mi esfuerzo y trabajo.

C: ¿Qué cosas has logrado?

T: Mí logro principal es haber encontrado mucha autoconfianza, porque había perdido completamente la confianza de lo que hacía, de la persona que era y de las decisiones que podía llegar a tomar. Hoy me siento más seguro, más cómodo con mis decisiones y gracias a esto, no le doy espacio a la duda.

En este diálogo se aprecia que la autoconfianza referida por Tomás le ha permitido sentirse más seguro, confiado y cómodo con las decisiones que está tomando, gracias a esto está 100% seguro de no volver con Karina.

Al continuar la conversación, pensé en todos los logros de Tomás, pero con la finalidad de que estos emergieran de él, le pregunté si logra visualizar algún logro, explicando *“reconocí que la culpa no es solo mía, que Karina tomaba las decisiones y elaboraba mis discursos, pero hoy, cuando hablo con ella no siento culpa, me estoy alejando de ese terreno conocido, porque sentí que no me hace feliz”*.

Para clarificar sus comprensiones en torno a la felicidad, le consulté qué lo hace feliz, señalando *“sentir autonomía y que tengo los medios para mejorar, para no sentirme estancado.*

También, me hace feliz sentir que me puedo proyectar a través de metas y que las puedo lograr. Y sobre todo me hace feliz estar en Chile, en casa, con gente que realmente me demuestra cariño, con el apoyo y compañía de amigos y familia”.

En este punto de la conversación y con la finalidad de explorar cómo Tomás comprende estos acontecimientos que contradicen la historia dominante, se retoma la metáfora del “campo”. Para esto introduje preguntas de reautoría (White, 2016).

C: ¿En qué etapa de la construcción de tu nuevo terreno estamos?

T: Antes no tenía ni terreno y pensaba que jamás iba a poder tener uno, pero ahora encontré el terreno y estoy haciendo los planos de todo lo que quiero.

C: ¿Al parecer está lleno de cosas nuevas?

T: Así es, llevo dos meses en este nuevo camino gracias a la decisión que tomé de no ir, esto fue como sacar un tapón y todo decantó, pude estar más atento a lo que ocurría a mi alrededor, porque pasaban cosas siempre, pero no las veía.

C: Te acuerdas cuando te pregunte cómo te podía acompañar y tú me dijiste acompáñame a buscar este nuevo terreno... ahora te pregunto, ¿En qué te puedo acompañar?

T: No sé, porque todo se está moviendo, no creo que necesite terapia ahora. Siento que todo lo que hicimos hace que el objetivo final que yo buscaba lo vea como cumplido, eso me trae satisfacción.

C: ¡Me alegro mucho!... me gustaría proponerte algo ¿te parece vernos en unos meses más a modo de seguimiento?

T: Sí, porque es una oportunidad para conectarme con lo que hicimos. Este fue un camino interesante, donde abrí mi autorreflexión en un espacio de conversación que fue súper bueno.

Las nuevas comprensiones de Tomás lo llevaron a alejarse de una relación que no lo hacía feliz, apreciando su autonomía y las herramientas que tiene para mejorar, permitiéndole lograr sus metas con la compañía, cariño y apoyo de sus amigos y familia. Todo esto, gracias a su autorreflexión, a la decisión de quedarse en Chile y a la decisión de separarse de Karina.

6.4 Seguimiento Posterior a la Intervención Terapéutica

Al finalizar la última sesión, acordamos vernos dos meses después. No obstante, esto se suspendió, ya que Tomás se fracturó su pierna en un accidente. Por este motivo el seguimiento se realizó seis meses después.

Al comenzar nuestro encuentro, le consulté cómo este accidente afectó su vida, con el fin de comprender su experiencia, explicando *“todo se vino encima, comencé a sentir miedo de perder mi trabajo, esto me tenía angustiada, ya que, no sabía qué iba a pasar, ni cuáles serían las implicancias de este accidente en mi trabajo y en la recuperación de mi pierna”*. Él recuerda que en nuestro último encuentro me habló de *“todos los planes que tenía”*, pero hoy *“todos esos planes cambian”* y también cambia su *“disposición”*.

Con el fin de explorar, cómo los aprendizajes adquiridos durante su proceso terapéutico lo asistieron en este nuevo camino, realicé preguntas que permitieran co-crear nuevos entendimientos de su experiencia.

C: Estaba pensando en cómo llegaste a lograr todo lo que me relatabas hace 6 meses atrás, saber cómo llegar a ese estado de bienestar ¿Crees que te permita seguir avanzando?

T: Claro que sí.

C: Hoy que estás más recuperado ¿Cómo ves lo que te pasó?

T: Como mala suerte, pero debo seguir. Yo diría que mi angustia de hoy está ligada a un tema de salud, siento que cualquier problema que haya tenido antes fue una tontera.

C: ¿Qué te ha sostenido todo este tiempo para enfrentar esta situación?

T: El pensamiento de seguir adelante. Si bien los primeros meses estaba bajón, ir a recuperación me permitió ver mis avances con mi pierna y eso me fue motivando.

Para Tomás vivir esta experiencia no significa paralizarse, sino que seguir adelante motivado por sus logros en torno a su recuperación física.

En este punto de la conversación, introduje preguntas relacionadas a su relación con Karina, con el fin de explorar nuevos acontecimientos y entendimientos que hayan emergido durante el período que no nos vimos.

C: Estaba pensando en la última conversación que tuvimos, recuerdo que hablamos de Karina y note que tú hablabas de ella como tú ex señora ¿Continúa siendo tú ex señora?

T: Sí, hace mucho tiempo. Hoy solo hablamos una vez al mes vía mensajes sobre los papeles legales de la separación.

C: ¿Cómo te has sentido en relación a tú proceso terapéutico, a quedarte en Chile y a tomar la decisión de separarte definitivamente?

T: Fue lo más sano que pude hacer, siento que Karina no es tema, quedó en otro capítulo.

Este diálogo muestra el valor que Tomás da a su decisión de no regresar con Karina, y de cómo la comunicación que hoy establece con ella no refiere a la solución de la relación, sino a tomar acción para que se haga efectiva la separación.

Al continuar la conversación, realicé preguntas para distinguir las comprensiones de Tomás sobre la violencia de pareja, y así repolitizar esta experiencia en su vida.

C: Recuerdo cuando me hablabas de tu relación tóxica, la cual fue definida como una relación violenta ¿Qué opinión tienes hoy de la violencia de pareja íntima?

T: Hoy pienso que la violencia en la pareja tiene un umbral que cuando lo cruzas es sin retorno. Esto es un indicador de que la relación no puede continuar y creo que, al primer maltrato de cualquiera de las partes, es un precedente de lo que se va a transformar la relación.

C: ¿Al parecer hoy te das cuenta que frente a un primer indicador de violencia ésta continuará?

T: Yo creo que la persona que vive violencia por primera vez puede que proteja a la pareja que la violentó, pero alguien que ya vivió esta experiencia, no va a proteger a la persona. En el momento en que aparece la violencia, es un precedente y es el momento de terminar.

C: ¿Tú pensabas esto antes o fue algo que reflexionaste durante este período?

T: Yo creo que lo pensaba antes, luego lo justifiqué y ahora dejé de justificarlo, porque la violencia para mí no tiene justificación, es un quiebre de la confianza y el respeto. Yo veía el tema de la violencia desde afuera, pensaba yo jamás podría permitir eso. Pero qué ocurre, viví una relación en donde comencé a justificar por amor los actos de mi pareja, me culpé a mí por su actuar. Y ocurre que, al salir de eso, volví a mirarlo como algo que no se debe dar nunca, pero

con otro punto de vista, porque ya no soy la persona que lo mira desde afuera, yo lo viví y hoy digo esto no puede ser.

En esta respuesta de Tomás, se observa claramente un cambio de posición, a propósito de esto le pregunté:

C: Te estoy escuchando atentamente y veo que tomaste una posición frente a la violencia ¿Cuál sería esa posición?

T: La violencia es algo que no se puede tolerar ni justificar. La experiencia con Karina influyó en mí forma de ver a las parejas.

C: ¿Cómo influyó en tú forma de ver a las parejas?

T: Ahora yo veo otras relaciones de pareja, de gente en la calle, de amigos y familiares, y pienso que jamás podría referirme así a una pareja, pienso que sería más cuidadoso y respetuoso.

C: Estaba pensando en cómo tu experiencia de haber vivido violencia de pareja íntima, podría ser un aporte para otros hombres que estén o hayan vivido violencia de parte de sus parejas ¿Qué les recomendarías o dirías a estos hombres?

T: Primero, les preguntaría qué significa para ellos una relación, luego les diría qué significa para mí una relación, qué es lo que he vivido y qué he aprendido de esta experiencia. Les diría, esto es lo que veía de una relación, esto es lo que me ocurrió y esto es lo que veo hoy de una relación. También, le preguntaría en qué nivel de esa experiencia va, vería si está en el comienzo de la relación, en la relación o si ya terminó. Luego le preguntaría si ve su relación sólida o si se ha roto en algún momento, si se ha roto, le diría, lamentablemente lo único que te puedo decir es que, si ya se rompió, probablemente sea muy complicado y difícil que se pueda reconstruir, y si

intentas reconstruirlo, puede traer mucho dolor y sufrimiento por mucho tiempo. Como recomendación le diría, si ya se rompieron los códigos de lo que es importante para ti en una relación, ya no hay vuelta atrás.

C: ¿Y qué le dirías a alguien que ya está saliendo de una relación como ésta?

T: Le podría decir, espero que si ya iniciaste este camino, continúes, porque no vale la pena echar pie atrás, luego de que estás saliendo, debes aprender de esa experiencia, continuar avanzando y traspasar esa experiencia a otros que quieran escuchar lo que viviste.

C: ¿Crees que participar de este estudio pueda ser una forma de compartir tú experiencia a otras personas?

T: Sin duda que sí. Esto es mostrar algo que fue beneficioso y que hay que seguir compartiendo.

En este último diálogo se pueden distinguir las comprensiones actuales que tiene Tomás sobre la VPI, dando énfasis en que cuando aparece la violencia en una relación, es un indicador de que la relación no puede continuar, ya que existe un quiebre en la confianza y el respeto, por tanto, la violencia no se debe tolerar ni justificar. Saber esto, le permitió dar recomendaciones a otros hombres que pudiesen estar intentando sobrevivir a esta experiencia.

6.5 Relación Terapéutica y Evaluación de Tomás a nuestras Conversaciones

Durante nuestras primeras sesiones, Tomás señala que, para hablar de sus “*temas personales*”, debe existir “*confianza y sentirse escuchado*”, esto fue importante a la hora de vincularnos, ya que ser cuidadosa, respetuosa y escucharlo atentamente permitió que él hablara de cosas que “*nunca habló con nadie*” en un espacio que él considera “*seguro y en compañía de una guía*”.

También fue importante mi creatividad y la de Tomás, la cual permitió que, a través de la revisión de metáforas y la creación de dibujos, nuestras conversaciones fueran fluidas, dinámicas e inclusive, lúdicas. Sin duda, esto no habría sido posible si él no me hubiese “abierto la puerta” a su historia y a su mundo de significados, y si yo no hubiese tenido una disposición a escuchar, acoger y empatizar con su malestar, estando atenta a sus reflexiones y conclusiones.

Al finalizar cada sesión, realicé preguntas que permitieron monitorear cómo eran para él nuestras conversaciones, y cuáles eran sus reflexiones en relación a lo conversado. Algunas de las preguntas que realicé fueron: ¿Cómo estuvo esta sesión para ti?; ¿Cómo podrías evaluar la relación terapéutica?; ¿Se está hablando de lo que realmente quieres hablar?; ¿Hay algo que te haya llamado la atención de la conversación de hoy?; ¿Hay algo que te lleves hoy de nuestra conversación?; ¿Cómo podrías evaluar tu proceso terapéutico?

En respuesta a estas preguntas, Tomás señala que gracias a nuestras conversaciones logró “comunicar” e ir “recapitulando” su historia, algo que “nunca” había realizado. También evaluó la relación terapéutica como “buena” expresando que ha logrado “sostener una conversación fluida, donde no me ha costado hablar de mis cosas”.

Durante las sesiones se llevó reflexiones sobre su manera de “evitar conflictos” y logrando tener “control” de lo que está “sintiendo”, dándole un “orden” a su historia en “un lugar más seguro que cualquier otro”. Estas sesiones también le permitieron pensar sobre cómo va “avanzando” y lo “importante” que es revisar sus valores. Esto, le ha ayudado a “encontrar confianza en todo lo que ha reflexionado y en la conexión consigo mismo”, considerando que estas conversaciones lo “guiaron” en su camino del “autodescubrimiento, ya que, compartimos

y creamos una conversación en base a mis reflexiones". Finalmente, logró tener *"nuevas conclusiones"* que lo ayudaron a *"conocerse más"*.

Al finalizar la terapia, él explica que nuestras conversaciones han sido *"esperanzadoras"* dando cuenta que este espacio fue *"una guía, un punto de referencia. Por ejemplo, en Valparaíso sé dónde está el mar y el cerro, tengo puntos de referencia, pero en Santiago no, entonces me perdía y no sabía dónde caminar. Esto me provocaba angustia, inseguridad, no saber si lo que estaba haciendo estaba bien o mal. Pero estas sesiones han sido el mar y el cerro dentro de mí caminata"*.

Luego de seis meses de nuestro último encuentro, Tomás evalúa su proceso terapéutico *"como algo positivo"* donde logró *"encontrar un espacio para hablar"*, haciendo *"florecer su autorreflexión"*. Para él, fue importante encontrar sus *"propias soluciones y revelaciones"*, ya que *"es uno quién debe creer en uno mismo, para lograr lo que uno quiera"*.

7. Monitoreo de la Terapia y Uso de la Información de Retroalimentación

Con el fin de realizar un monitoreo y seguimiento del desarrollo del proceso terapéutico, tomé las siguientes medidas:

En primera instancia, con autorización del consultante, se realizó un registro de audio y la transcripción de algunas sesiones. También se elaboró un registro personal de notas, el cual expone reflexiones e ideas que surgieron de las conversaciones sostenidas con Tomás.

A medida que se fue analizando la información, surgieron dudas y reflexiones que fueron compartidas en supervisión clínica, espacio en el cual fueron entregadas recomendaciones e ideas que fueron integradas en el proceso terapéutico.

Por otra parte, siguiendo la tradición de la terapia narrativa, se incluyeron preguntas de monitoreo para Tomás, con el fin de conocer cuál era la evaluación de su transitar terapéutico y, en el caso que fuese necesario, se realizaron las reformulaciones más adecuadas y acordes a sus propias necesidades.

Algunas de estas preguntas fueron: ¿Cómo te encuentras para esta reunión y cómo te vas luego de la sesión?; ¿Cómo estuvo esta sesión para ti?; ¿Cómo crees que va tu proceso terapéutico?; ¿Se está hablando de lo que realmente quieres hablar?; ¿Hay algo que te haya llamado la atención de la conversación de hoy?; ¿Cómo podrías evaluar la relación terapéutica?

Finalmente, luego de seis meses, se realizó una sesión de seguimiento con Tomás.

8. Evaluación Final del Proceso Psicoterapéutico: Resultados y Discusión

Para la elaboración de este apartado, fue utilizado el análisis temático, el cual permitió identificar, organizar, analizar y reportar temas a partir de una lectura y relectura de la información recogida, para inferir resultados que propicien la adecuada comprensión e interpretación de la temática de este estudio (Mieles et al, 2012).

El análisis de los resultados se distribuyó en dos temáticas: Primero, la contribución de las prácticas narrativas en la terapia con Tomás; y segundo, el logro de objetivos terapéuticos. Respecto a la discusión final, fue analizado tanto el desarrollo de la concepción guía como las recomendaciones para terapeutas y estudiantes.

8.1 Resultados de la Psicoterapia

8.1.1 Contribución de las Prácticas Narrativas en el Caso de Tomás

Las conversaciones de externalización fueron integradas con el fin de explorar el mapa de declaración de posición (White, 2016), el cual fue una guía durante las conversaciones terapéuticas que permitió definir el problema de Tomás (Mapa 1), mapear los efectos de este en su vida (Mapa 2), realizar una evaluación de estos efectos (Mapa 3), y finalmente, justificar dicha evaluación (Mapa 4).

Para Tomás, el problema es definido (Mapa 1) como una relación violenta, que no le permite avanzar y que lo ha mantenido estancado por años. Esto lo hizo sentir temor de volver con Karina y vivir nuevamente violencia.

El problema cobró influencia en la vida de Tomás por creer que Karina podía “cambiar” si él modificaba su actuar y si se responsabilizaba de los actos tanto de él como de los de ella. Esta responsabilización lo llevo a ser “*más paciente, escucharla más, intentar comprenderla, hacer concesiones, decirle a todo que sí, pedir disculpas*” con el fin de que “*los episodios de violencia*” disminuyeran. El actuar de Tomás contribuyó a que su sentido de identidad se viera trastocado, señalando: “*no sé quién soy, ni qué proyectar, me sentía mal, bloqueado, perdido, pensando que no podía hacer nada, pensaba que la abandoné*”.

Estos pensamientos y conclusiones de identidad negativa potenciaron la voz de la “culpa” en su vida. Esta voz, nutrió durante un gran tiempo la narrativa dominante de estancamiento, ya que el sentimiento de culpa no le permitía dejar la relación con Karina por temor a sentir que la abandonó, que no luchó contra lo negativo y, en definitiva, que no logró cambiar a Karina.

Cuando fuimos mapeando los efectos del problema en la vida de Tomás (Mapa 2), logramos apreciar que el estar estancado y *“amarrado a un grillete”* lo hacía sentir *“bloqueado, angustiado, alerta, nervioso y preocupado”*. Otros efectos, se relacionan con el panorama de identidad (White, 2016), ya que se vieron trastocados sueños, *“sentí pena y decepción de que la relación no funcionara”*; esperanzas, *“pensé que Karina sería el amor de mi vida, que tendría un proyecto de vida en pareja, una historia de amor bonita”*; y valores, *“en esta relación se traspasó el límite del respeto y se quebró la confianza”*.

Estos efectos también contribuyeron en la elaboración de conclusiones negativas de identidad, sintiéndose con *“poco carácter”*, pensaba que nunca tendría *“algo mejor”*, y que no era *“suficientemente hombre”* para estar con Karina. De igual manera, se vieron trastocados sus metas y proyecciones, señalando: *“no sé dónde ir, ni que proyectar, no puedo encontrar trabajo, ni comprometerme con nada”*.

Al evaluar estos efectos del problema en su vida (Mapa 3), comenzaron a surgir nuevas comprensiones en Tomás, refiriendo: *“es realmente malo lo que viví en Europa, quiero hacer algo con mi vida porque el miedo a no enfrentar los conflictos me ha afectado en mi identidad”*. Por tanto, con el fin de que emergieran conclusiones de identidad más positivas, invité a Tomás a reflexionar en torno a la justificación de su posición sobre su acuerdo-desacuerdo con los efectos del problema (Mapa 4) y por qué *“realmente es malo”* lo que vivió.

Estas conversaciones contribuyeron a que Tomás se apropiara de una nueva posición, refiriendo que ya no es un *“espectador”*, sino que es *“protagonista”* de su historia. Por esta razón señala: *“debo actuar frente a los problemas que quiero solucionar”*. Él ya no se puede *“responsabilizar”* del *“comportamiento y descontrol emocional de Karina”* no puede *“decirle*

que sí a todo y aceptar las culpas de todo”, logrando comprender que “ella no va a cambiar”, que debe dejar de “temer a la pérdida y al futuro, porque esta relación me pone un grillete en el pie, que me amarra. Separarme, es sacarlo de una vez por todas”.

Durante el desarrollo de la terapia, también fueron integradas las conversaciones de reautoría (White, 2016) y el mapa de conversaciones de reautoría con personas sobrevivientes de experiencias traumáticas de Beaudoin (2005).

Estas conversaciones contribuyeron al surgimiento de nuevos entendimientos de lo que Tomás valora para su vida. De igual manera, comenzaron a emerger historias de identidad más positivas que permitieron ir visualizando acontecimientos extraordinarios, giros narrativos y otras voces en la vida de Tomás.

Por ejemplo, durante el inicio de la terapia, Tomás señala *“tengo 32 años y no tengo nada”*, haciendo referencia a lo que se espera socialmente que sea un hombre a su edad, reforzado por la voz de Karina de cómo debe ser un *“hombre de verdad”*. Pero hoy, al encontrarse *“por otro camino”*, Tomás da cuenta que esta es una *“idealización social, de lo que debemos ser y hacer”* quitándole voz a lo que su entorno pueda decir.

También surge un *“cambio de opinión”*, si bien antes prefería *“evitar y no afrontar”*, hoy su transitar es diferente, porque ha reflexionado *“que el camino para cruzar el río no es seguir huyendo, sino que encontrar una voluntad de decirme que tengo que dejar de temer a la pérdida, al futuro, al propio respeto hacia mí, al crecimiento y a la vida, perder el temor al fracaso, al encontrarme viviendo una dificultad de la vida”*. La voluntad fue un valor que surgió durante las conversaciones y que lo invitó a *“hacerse cargo de su vida y a enfrentar las cosas”*.

Hubo otros valores que contribuyeron a fortalecer su sentido de identidad (Beaudoin, 2005), como *“el amor, la esperanza, la educación, el respeto, la lealtad y la responsabilidad”*, los cuales surgieron gracias a las preguntas referidas al panorama de identidad (White, 2016).

Además, se exploraron sus *“intenciones, esperanzas y compromisos que dan formas a su conducta”* (Carey y Russell, 2004, p.8). Esto, ayudó a Tomás a tomar la decisión de *“dejar esta relación atrás”* y valorar su momento de *“autodescubrimiento y autorreflexión”*.

Por otro lado, Tomás da cuenta de nuevos descubrimientos. Por ejemplo, en las primeras sesiones, se cuestionaba constantemente cómo podía mejorar la relación con Karina, asumiendo él la responsabilidad de sostener la relación, pero ocurre un acontecimiento extraordinario, refiriendo: *“no puedo tomar responsabilidad por las acciones y decisiones de otros. En relación a la violencia, si ella me vuelve a pegar con el teléfono y me dice, tú me hiciste hacer eso, pienso no, yo no te hice actuar así. Antes no lo había visto de esa manera, porque vivía en una disyuntiva de si era o no mi culpa. Hoy comprendo que las reacciones de ella, son un tema de cómo ella maneja sus problemas”*.

Al orientar la conversación según los cuadrantes de Beaudoin (2005), Tomás reconoció y dio significado a sus acciones, lo que le ayudó a *“tener más conciencia de mi mundo, reconocer las decisiones que he tomado, cuál es el trasfondo de esas decisiones, de mis valores y de dónde vienen. Esto determina que yo pueda sentirme listo para dar un siguiente paso, en un camino más positivo”*.

Los pasos que Tomás dio, contribuyeron a que él enfrentara eventos que fueron emergiendo durante el curso de la terapia. Por ejemplo, cuando Karina lo llamaba por teléfono y comenzaba a

agredirlo, él respondía diciendo: *“no puedo seguir perdiendo el tiempo y le corté, esto fue un alivio para mí. Es más, luego de decirle que encontré trabajo, no he hablado más con ella”*.

Durante nuestras conversaciones, se incorporó el uso de dibujos, los cuales fueron un aporte en la exploración de las metáforas *“del lápiz” “el viaje de mi vida” “el momento del autodescubrimiento”*. El uso de la metáfora y de dibujos contribuyeron en la exploración de sus entendimientos de vida e identidad, facilitando que surgieran conclusiones de identidad más positivas, por ejemplo *“sí voy a poder hacer algo con mi vida, con el apoyo de amigos, familia y de mis reflexiones”*. También da cuenta de valores fundamentales en una relación, como la *“confianza, respeto y cuidado”*; principios de vida como *“no pelear, no faltar el respeto y tener confianza con las parejas”*; y esperanzas de *“superar la relación, pasar a un nuevo territorio, intentando seguir adelante”*.

Todo lo anteriormente descrito, permitió a Tomás *“moverse y actuar”*, llevándolo a un camino con otro sentido que está en línea con sus preferencias y valores, permitiéndole tener agencia personal frente a todos los eventos que han ocurrido en su vida.

Por tanto, los efectos de estas conversaciones fueron que Tomás lograra valorarse a sí mismo y a su propia historia, re-experimentando su vida desde otra narrativa, donde pasa de ser un *“espectador a protagonista”* de su historia. Lo que permitió que surgieran nuevos entendimientos de lo que él valora para su vida, historias de identidad más positivas y logrando honrar valores como la *“confianza, respeto, responsabilidad y cuidado”*, valores que lo sostienen y acompañan en su vida. Todo esto, más sus propios recursos, le permitieron liberarse de la violencia de pareja íntima.

8.1.2 Logro de Objetivos Terapéuticos

8.1.2.1 Relación Terapéutica

Uno de los objetivos planteados fue asistir terapéuticamente a Tomás, acompañándolo en su viaje más allá del malestar. Este acompañamiento, se relaciona con una predisposición de mi parte, asumiendo un rol de acompañante/testigo, con la responsabilidad de asegurar una atmósfera de curiosidad y respeto, y cuya misión fue descubrir junto con Tomás, cuál es la vida que quiere vivir y cómo llegar a vivirla (White, 2002).

Este objetivo fue logrado, ya que, en palabras de Tomás, nuestras conversaciones fueron *“una guía”* que lo ayudó a *“avanzar”*, compartiendo y creando *“una conversación en base a mis reflexiones y a lo que quería hablar”*, permitiéndonos *“hablar y darle un orden”* a lo que le estaba *“pasando y sintiendo”*, lo que contribuyó a que Tomás lograra *“reflexionar”* en un lugar que él define como *“más seguro que cualquier otro”*.

Durante el desarrollo de la terapia, Tomás refirió que nuestras conversaciones le permitieron *“sacar nuevas conclusiones”*, que fueron un aporte para *“conocerme más, conocer mis procesos y ver patrones en algunas situaciones y experiencias de mi vida”*.

Durante el seguimiento, le consulté a Tomás cómo evaluaba el acompañamiento terapéutico, señalando: *“como algo positivo. Durante este tiempo, pude encontrar un espacio en el cual pude hacer florecer mi autorreflexión, pude hablar, existía apertura a la conversación y me sentí escuchado. Y, algo importante durante el proceso, fue saber encontrar yo mis propias soluciones y revelaciones, porque es uno mismo quien debe creer y lograr lo que uno quiera”*.

La relación recíproca (White, 2002) que establecimos permitió eliminar la dicotomía entre el que sabe y el que no, logrando que Tomás tomara posición frente a la problemática que le

aquejaba, siendo testigos de sus pasos, reflexiones y nuevas conclusiones identitarias que hoy enriquecen sus nuevas narrativas y orientan sus pasos en su vida.

8.1.2.2 Nuevas Versiones de Identidad

Durante el curso de la terapia y al momento del seguimiento, se distinguieron nuevas versiones de identidad, que dan cuenta de lo que Tomás valora en su vida, nuevas comprensiones, aprendizajes y saberes, que han permitido potenciar una historia de identidad preferida, conectada con su sentido de agencia personal.

Tomás, en reiteradas oportunidades, señaló la importancia que tenía la *“autorreflexión”* al momento de tomar decisiones en su vida. Esta autorreflexión le permitió *“dejar de evitar las cosas, tener el valor de enfrentarlas y comprender que las decisiones que tome dependen de mi”*. Estas decisiones le permitieron *“moverse y salir adelante”*, proyectando nuevos logros para su futuro como desarrollar su *“carrera y estudiar un magíster en Chile”*.

En relación a la *“culpa”*, Tomás la resignificó, explicando: *“hubo cosas en las que yo fallé y ella falló, no tendría por qué sentirme culpable por eso, yo entregué lo mejor que podía dar”*. Al finalizar la terapia él refiere que hoy *“cuando hablo con ella, ya no siento culpa, ahora, como un explorador, me estoy alejando del terreno conocido porque sentí que ese terreno conocido no me hacía feliz”*.

Para llegar a esta nueva comprensión, fue fundamental lo que él señala como su *“logro principal”*, que es *“haber encontrado autoconfianza, porque viví un proceso en donde había perdido la confianza de lo que yo hacía, de la persona que era y de las decisiones que tomaba. Hoy me siento más seguro y más cómodo con mis decisiones”*.

La autoconfianza permitió a Tomás dejar a un lado la *“duda”*, lo que influyó en su decisión de separarse. Esta decisión, lo hace sentir *“bien”*, explicando que no se va a *“arriesgar”* a

volver por la *“esperanza de que las cosas se arreglen, ya no se arreglaron”*. Al señalar esto, se distingue una nueva comprensión, puesto que Tomás siempre tuvo la *“ilusión de que las cosas se arreglaran y de que ella podía cambiar”*. Pero, hoy esa creencia fue transformada gracias a la *“autoconfianza”*, la cual le permitió lograr pasar de un 99% a un *“100% seguro de no volver”*. Este 100% se mantuvo luego de seis meses, ya que, durante el seguimiento, Tomás explica que con Karina habla *“una vez al mes, para ver lo legal de la separación, Karina ya no es tema, ella quedó en otro capítulo”*. Esto da cuenta de cómo la confianza en sí mismo y en sus decisiones, le han permitido dar pasos para no sentirse *“estancado y desesperanzado”*, permitiéndole sentir *“felicidad de estar en Chile, con gente que realmente me demuestra cariño, sentirme en casa, en Europa nunca me sentí así, no me hacía feliz”*.

Finalmente, en relación a la violencia, surgieron nuevas comprensiones, explicando *“la violencia en la pareja tiene un umbral, que cuando lo cruzas es sin retorno y es un gran indicador de que la relación no puede continuar. El primer maltrato, de cualquiera de las partes, es un precedente. Entonces hay que terminar, porque hay un quiebre en la confianza y el respeto, esto no se puede tolerar”*. Él antes *“justificaba la violencia”*, pero luego *“dejé de justificarla, porque es un quiebre de los códigos de pareja. Al salir de esta relación, volví a comprender que esto no se debe dar nunca, pero con otro punto de vista, yo lo viví y hoy digo esto no puede ser”*.

Con el fin, de compartir su experiencia con otros hombres, él señala: *“si tú relación se ha roto en algún momento, probablemente sea muy complicado y difícil que se pueda reconstruir, y si intentas reconstruirlo, puede traer mucho dolor y sufrimiento. Como recomendación diría, si ya se rompieron los códigos de lo que es importante para ti en una relación, ya no hay vuelta atrás. Pero, si estas saliendo de la relación, le diría continúa, porque no vale la pena echar pie*

atrás, debes aprender de esa experiencia y continuar avanzando”. Esto último, da cuenta que, las conversaciones sostenidas con Tomás, tuvieron efectos en su propia valoración y en su propia historia, lo que permitió que surgieran nuevas voces que impulsaron la repolitización de su experiencia, permitiéndole entregar recomendaciones a hombres que estén o hayan vivido VPI.

8.2 *Discusión*

8.2.1 *Desarrollo de la Concepción Guía*

La concepción guía de este estudio fue fundamental a la hora de comprender y evaluar los problemas de Tomás, ya que permitió nutrir mis conocimientos sobre: cómo emerge la violencia en las relaciones de pareja (Loinaz y Echeburúa, 2012); cuáles son los tipos de abusos (Pence y Paymar, 1993, en Navarro, 2015) y cómo se puede interpretar la experiencia de haber sobrevivido a la violencia de pareja íntima (Vetere y Dallos, 2012).

En la formulación del plan de tratamiento, la concepción guía contribuyó en la comprensión sobre cómo intervenir desde los mapas, conversaciones de externalización y reautoría (White, 2016). Estos mapas me ayudaron a estar atenta a la diversidad de caminos que se les abren a las personas para alcanzar sus destinos favoritos, los cuales pueden trazar y volver familiares en la vida de las personas (White, 2016). Permitieron una indagación terapéutica donde Tomás se sintió interesado en la forma de entender lo que le sucedió en su vida, volviéndose curioso en cuanto a aspectos de su vida que había abandonado (White, 2016).

Durante el curso de la terapia, fue importante tener conocimientos sobre género e integrar la teoría sociocultural de Allan Jenkins (1990), la cual nos habla de que los hombres pueden relacionarse con respeto, sensibilidad y no ser abusivos como otros. Esto fue importante al momento de comprender la expresión de masculinidades que se manifiestan en la actualidad

(Montesinos y Carrillo, 2010), y al momento de distinguir la posición de Tomás frente a cómo debiese ser una relación de pareja, identificando una masculinidad alejada de lo hegemónico, que abre paso a nuevas formas de expresión de su identidad (Montesinos y Carrillo, 2010).

En el curso de la terapia, las estrategias terapéuticas y procedimientos empleados fueron: el uso de metáforas y dibujos; conversaciones de externalización y el mapa de declaración de posición (White, 2016); las conversaciones de reautoría (White, 2016); y, el mapa de reautoría de Beaudoin (2005). Estas estrategias asistieron a Tomás y contribuyeron en la resolución de sus problemáticas.

Si bien, la concepción guía fue un aporte y estuvo alineada a la problemática e intervención terapéutica de este estudio, la falta de estudios sobre intervenciones terapéuticas con hombres que han sobrevivido a la VPI de su pareja mujer, es una limitación a las posibilidades de contrastar este caso con otros. A pesar de esto, este estudio puede ser contrastado con los modelos utilizados actualmente para trabajar con mujeres que han vivido esta experiencia, ya que, en los modelos actuales para el trabajo con mujeres sobrevivientes de VPI, se habla de la resignificación de la experiencia como objetivo de la intervención, no obstante, no se define en los lineamientos técnicos de centros de intervención para mujeres (SERNAMEG).

Por tanto, este estudio puede contribuir a iluminar ese aspecto en el trabajo con mujeres que sobreviven a la VPI, puesto que, la resignificación es de la identidad personal mediante un trabajo asistido en su re-autoría, al margen de las categorías estructuralistas del déficit, dado que la terapia narrativa no transita por los caminos de la patologización, el etiquetado, la descalificación de las decisiones de las personas, etc., sino que les permite re-experimentar sus vidas desde otras narrativas que, formando parte de sus vidas, quedaron relegadas por el relato

dominante y que al aparecer, en la conversación en terapia, dan sentido a lo vivido de un modo diferente.

8.2.2 Recomendaciones para Terapeutas y Estudiantes

8.2.2.1 Postura Terapéutica

Considero que lo que contribuyó a establecer el vínculo terapéutico con Tomás, fue mi predisposición a escuchar su historia desde una postura desprejuiciada, curiosa, cuidadosa y respetuosa. La terapia narrativa nos invita a desafiar nuestras certezas establecidas, por esto, debemos trabajar nuestras creencias y prejuicio en torno a las problemáticas o malestares que manifiestan las personas. No podemos saber qué es lo más conveniente para una persona, ni tampoco trabajar en función a un estereotipo, más bien, debemos tener una postura reflexiva, cuestionarnos qué nos ocurre con las historias que escuchamos, cómo nuestros pensamiento o ideas pueden influenciar una intervención y cómo podemos enfrentar nuestros propios malestares frente a lo que estamos escuchando.

Michael White (2002b), sobre el rol del terapeuta, señala que “los procesos de ayuda se constituyen en un encuentro de doble vía, que tiene efectos en la persona del terapeuta y este ha de asumir la responsabilidad de identificar la contribución real y potencial que dicho trabajo hace a su vida” (p. 167). Esta responsabilidad nos invita a reflexionar sobre que lo que moldea la vida de las personas, también moldea nuestro trabajo, y a su vez, moldea nuestra propia vida. Esto es importante, ya que nuestros aprendizajes, saberes y valores pueden ser reeditados, cuestionados o fortalecidos, gracias al diálogo que establecemos con quienes nos consultan.

Finalmente, para tener una postura cuidadosa y respetuosa, es relevante lo que Carol Gilligan (2013) plantea sobre la ética del cuidado. Esta autora refiere, que “para oír una voz diferente (es

decir una voz carente de sentido según las categorías interpretativas predominantes) es imprescindible emplear una forma de escuchar que genere confianza” (Gilligan, 2013, p.13). Esto es trascendental, ya que la confianza se instala al actuar con cuidado en las relaciones que establecemos con las personas. Por esto, debemos responsabilizarnos sobre cómo estamos cuidando a los otros, porque el cuidado es fundamental en la vida cotidiana de todos los seres humanos, y si no prestamos atención a cómo nos relacionamos con las personas, se perderá la capacidad de generar confianza.

Gilligan (2013) nos invita a reflexionar que el cuidado y la asistencia no son asuntos de mujeres, sino que de intereses humanos. Todos y todas debemos “sacar a la luz el valor del cuidado y de la empatía, esto es la liberación más radical de la historia de la humanidad. De liberación moral y psíquica, pues también los problemas psicológicos surgen cuando la gente no puede decir lo que siente” (Gilligan, 2013, p.8).

Como terapeutas y futuros terapeutas debemos comprender que, si bien estamos inmersos en una sociedad “donde el éxito tiene como meta, seguir la lógica del poder, la competitividad y el beneficio mercantil, en clave individual, donde los cuidados, el bienestar cotidiano y los intereses colectivos son excluidos o son considerados irrelevantes” (Gilligan, 2013, p.93), debemos comprender cuáles son los efectos que esto trae a la hora de no actuar con cuidado, puesto que podemos entramparnos en “no prestar atención, no escuchar, estar ausente en vez de presente y no responder con integridad y respeto” (Gilligan, 2013, p.34).

8.2.2.2 Supervisión Clínica y Metodológica

Las supervisiones cobran sentido en nuestro quehacer como terapeutas, ya que muchas veces es necesaria la compañía de otros que puedan recibir, devolver o escuchar lo que nos aqueja. Por

esto debemos comprender que, en los espacios de supervisión, existe una “conversación sobre la experiencia del terapeuta que consulta” (White, 1997, p.191) y una compañía en “las exploraciones de las opciones para la acción informadas por saberes y habilidades del terapeuta” (White, 1997, p.193).

Al reflexionar, logré identificar lo importante que fueron para mí las conversaciones sostenidas con mis supervisores. Sin duda, tanto la supervisora clínica como el metodológico, me entregaron herramientas y nuevas posibilidades para moldear mi trabajo como terapeuta y como autora de este estudio.

La supervisora clínica me permitió compartir mis dudas en torno a la implementación de las prácticas narrativas en el espacio terapéutico. También, me acompañó resolviendo mis temores, por ejemplo, cuando Tomás decide volver a Europa con Karina, me preocupé y pensé que probablemente volvería a vivir malos tratos. Pero esta preocupación se disolvió cuando conversé con mi supervisora, la cual me acompañó a revisar mi preocupación, a buscar nuevas formas de acercarme a la decisión tomada por Tomás, pero también honró algo que es muy valioso para mí, el respeto y el buen trato para todos los seres humanos.

Por su parte, el supervisor metodológico contribuyó en todo momento en la elaboración de este estudio, compartiendo conmigo conocimientos sobre las prácticas narrativas y nuevas comprensiones en torno a la forma de plasmar mis ideas en este estudio. De igual manera, me acompañó en la reedición constante de este estudio, inculcándome una forma más clara de escribir, y de honrar a Tomás y a los autores que me acompañaron en el abordaje de este estudio.

Por tanto, integrar en nuestro trabajo como terapeutas y futuros terapeutas las supervisiones, con una mirada enfocada en la colaboración y en la revisión de nuestras prácticas, sin duda es un

espacio de aprendizaje significativo que permite que florezcan y se potencien nuestras habilidades, transformando nuestro trabajo, nuestras vidas y re-narrando nuestras historias como terapeutas.

8.2.2.3 Conocimientos sobre Violencia y Masculinidades

Creo importante tener en cuenta que, previo o durante cualquier tipo de intervención terapéutica en violencia, debemos tener conocimientos para asistir a niños, niñas, jóvenes, hombres y mujeres que sobreviven a estas historias de vida. Con esto me refiero a que, sin importar el enfoque terapéutico, es fundamental saber cuál es nuestra posición frente a la violencia, ya que esto significa que tendremos una postura que nos comprometerá al momento de interactuar con las personas que vivencian experiencias de malos tratos.

También, es relevante conocer cómo es la experiencia de vivir violencia, cuáles son sus efectos y consecuencias, cuáles son las medidas que debemos tomar dentro del marco legal, cómo debemos cuidar a las personas para evitar retraumatizar o revictimizar y de qué manera podríamos intervenir en casos como estos, con el fin de que nuestras intervenciones realmente contribuyan y asistan a las personas, y no solo nos quedemos en la narración de una historia.

En terapia narrativa, se presta atención a los contextos socioculturales, a temas de género, religión, política, desigualdades, etc. con el fin de repolitizar la experiencia de injusticia, de maltrato, de desigualdad social y de género, por esto, tenemos la responsabilidad de deconstruir, de manera colaborativa, las creencias arraigadas que no permiten a las personas transitar por caminos que den cuenta de lo que realmente quieren para sus vidas.

En relación a las masculinidades, se ha vuelto importante para el género masculino, la deconstrucción y la configuración de nuevas masculinidades, alejadas de la violencia y los

estereotipos de género. Por esto, debemos tener conocimientos y comprensiones de cómo hoy en día emergen estas nuevas masculinidades.

En el caso de Tomás, se logró distinguir una masculinidad donde se valora una relación “*igualitaria, de respeto, cuidado, amor y compromiso*”, esto habla de que existen hombres que pueden relacionarse con respeto y sensibilidad y no ser abusivos con otros, a pesar de las influencias socioculturales (Jenkins, 1990). Montesinos y Carrillo (2010), señalan que se ha diluido las diferencias entre los géneros, ya que, la emergencia de nuevas identidades masculinas, supone diferentes formas de expresión de la masculinidad las cuales se manifiestan en la actualidad.

Por tanto, los cambios culturales nos invitan a revisar de manera constante lo que está pasando en el mundo, no tener conocimiento de esto, podría ser perjudicial a la hora de realizar una intervención porque podríamos provocar un daño en las personas, al no reconocer que los cambios culturales influyen en nuestra forma de ver el mundo, en nuestras creencias y valores.

9. Comentarios Finales

Las prácticas Narrativas fueron de gran utilidad a la hora de asistir a Tomás, logrando: recuperar su sentido de identidad; transitar de un sentimiento de estancamiento hacia un sentimiento de movilidad, permitiendo que él pudiese cruzar el “*río torrentoso*”, logrando tener nuevas proyecciones y entendimientos de su vida; y, repolitizar lo despolitizado producto de la experiencia de VPI.

Todo esto fue posible gracias a las conversaciones de externalización que contribuyeron en la elaboración de una definición del problema, cercana a la experiencia de Tomás, describiendo los efectos del problema y cómo estos tenían influencia en su vida. De igual manera, las conversaciones de reautoría fueron el andamio para que Tomás se separara de lo conocido, familiar y de las conclusiones negativas de sí mismo, consiguiendo circular hacia un terreno “*feliz*” y logrando comprender qué sucedió, cómo sucedió y qué significados tuvo para su identidad la experiencia de vivir VPI.

En conclusión, las prácticas narrativas no solo contribuyen asistiendo a mujeres que han sobrevivido a VPI, sino que también lograron acompañar a un hombre que sobrevivió a la VPI, permitiéndole: generar relatos alternativos que contribuyeron en la validación de sus conocimientos, habilidades y nuevas descripciones de su identidad; consiguiendo que su vida marche según sus preferencias; cuestionando discursos sobre el amor, las relaciones de pareja, la VPI, discursos de género y poder que se encuentran a la base de la violencia; contribuyendo a que Tomás tomara una posición frente a su relación, su vida y frente a la VPI, comprendiendo que es algo que “*no se puede tolerar ni justificar*”; y, finalmente, se identificaron recursos de Tomás que le permitieron liberarse de la VPI.

10. Referencias

- Aguilera, A., Priego, M., Gutiérrez, M., López, E. y Villacreces, N. (2015). Violencia de la mujer hacia el hombre: mito o realidad. *Reidocrea*, 4(2), 14-17. Recuperado de <https://www.ugr.es/~reidocrea/ReiDoCrea-Vol.4-Art.2-Aguilera-Barba-Fuentes-Lopez-Villacreces-Garcia.pdf>
- Alencar, R. y Cantera, L. (2013). Intervención en violencia de género en la pareja: el papel de los recursos institucionales. *Athenea Digital*, 13(3), 75-100.
- Aliaga, P., Ahumada, S. y Marfull, M. (2003). Violencia hacia la mujer un problema de todos. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 68(1), 75-78.
- Andrade, R., Galleguillos, G., Miranda, P. y Valencia, J. (Octubre-Marzo, 2013). Los hombres también sufren: estudio cualitativo de la violencia de la mujer hacia el hombre en el contexto de pareja. *Vanguardia Psicológica*, 3(2), 150-159.
- Beaudoin, M. (2005). Agency and choice in the face of trauma: a narrative therapy map. *Systemic Therapies*, 24(4), 32-50.
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Barcelona, España: Anagrama.
- Cala, M. y García, M. (2014) La experiencia de mujeres que sufren violencia en la pareja y su tránsito por el sistema judicial ¿Qué esperan y que encuentran? *Anales de la Catedra Francisco Suárez*, 10, 81-105.
- Carey, M. y Russell, S. (2004). Narrative therapy: responding to your questions. Adelaide: Dulwich Centre.

- Connell, R. y Messerschmitt, W. (Diciembre, 2005). Hegemonic masculinity: rethinking the concept. *Gender & Society*, 19(6), 829-859. doi: 10.1177/0891243205278639
- Consejo de Transparencia de Chile. (2017). Solicitud de información, 10 de mayo del 2017.
- Darder, M. (2014). *Nacidas para el placer: instinto y sexualidad en la mujer*. Barcelona, España: Rigden.
- Dutton, D. y Golant, S. (1997). *El golpeador: un perfil psicológico*. Buenos Aires, Argentina: Paidós Ibérica.
- Echeburúa, E., Amor, P. y Corral, P. (2002). Mujeres maltratadas en convivencia prolongada con el agresor: variables relevantes. *Acción Psicológica*, 1(2), 135-150.
- Eckhardt, C., Murphy, C. y Whitaker, D., Sprunger, J., Dykstra, R. y Woodard, K. (2013). The effectiveness of intervention programs for perpetrators and victims of intimate partner violence. *Springer Publishing Company Partner Abuse*, 4(2), 196-474.
- Epston, D. (1994). *Obras escogidas*. Barcelona, España: Gedisa.
- Espinoza, A. y Pérez, G. (2008). *Percepciones sociales acerca de los hombres víctimas de violencia por parte de sus parejas*. (Tesis de Pregrado), Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica.
- Fairman, S. (2005). *El hombre maltratado por su mujer: una realidad oculta*. Buenos Aires, Argentina: Lumen.
- Folguera, L. (2013). *El varón maltratado: representaciones sociales de la masculinidad dañada*. (Tesis Doctoral), Universidad de Barcelona, España.

- Foucault, M. (2016). *Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión*. España: Siglo XXI.
- Godoy, M. y Tapia, E. (1994). *Mujer y maltrato: un estudio descriptivo sobre violencia intrafamiliar*. Universidad José Santos Ossa, Antofagasta, Chile.
- Gilligan, C. (2013). La ética del cuidado. *Fundació Víctor Grífols i Lucas* 30. Recuperado de:
<https://www.fundaciogrifols.org/es/web/fundacio/-/30-the-ethic-of-care>
- Jenkins, A. (1990) Invitations to responsibility: the therapeutic engagement of men who are violent. *Dulwich Centre*, 18-63. Recuperado de:
<https://dulwichcentre.com.au/invitaciones-a-la-responsabilidad-alan-jenkins.pdf>
- Labrador, F., Fernández, R. y Rincón, P. (2006). Eficacia de un programa de intervención individual y breve para el trastorno de estrés postraumático en mujeres víctimas de violencia doméstica. *Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 527-547.
- Lloret, I. (2004). Enfoque narrativo y violencia: intervención con mujeres que sufren maltrato. *Intervención Psicosocial*, 13(2), 165-175. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1048428>
- Loinaz, I., Echeburúa, R. y Ullate, M. (2012). Estilo de apego, empatía y autoestima en agresores de pareja. *Terapia Psicológica*, 30(2), 61-70.
- Mansen, N., Eriksen, S. y Elklit. (2014). Effects of an intervention program for female victims of intimate partner violence on psychological symptoms and perceived social support. *European Journal of psychotraumatology*, 5 (1), 1-10.
- Matud, P., Padilla, V., Medina, L. y Fortes, D. (2016). Eficacia de un programa de intervención para mujeres maltratadas por su pareja. *Terapia Psicológica*, 34(3), 199-208.

- Medina, M. (2016). La ética del cuidado y Carol Gilligan: una crítica a la teoría del desarrollo moral de Kohlberg para la definición de un nivel moral postconvencional contextualista. *Internacional de Filosofía*, (67), 83-98. Recuperado de:
<https://search.proquest.com/openview/4513b39e0d1a50c1ab9e6f66f730bae6/1.pdf?pq-origsite=gscholar&cbl=2036010>
- Mieles, M., Tonon, G. y Alvarado, S. (Julio-Diciembre 2012). Investigación cualitativa: el análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social. *Universitas humanística*, 41(74), 195-225.
- Molina, J. y Moreno, J. (2015) Percepción de la experiencia de violencia doméstica en mujeres víctimas de maltrato de pareja. *Universitas psychologica* 14(3), 997-1008.
- Montesinos, R. y Carrillo, R. (Marzo-Abril, 2010). Femenidades y masculinidades del cambio cultural de fin y principio de siglo. *El Cotidiano*, (160), 5-14. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=32512766002>
- Morales, A., Muñoz, N., Trujillo, M., Hurtado, M., Cárcamo, J. y Torres, J. (2013). Los programas de intervención con hombres que ejercen violencia contra su pareja mujer: fundamentos teórico criminológicos, evidencia internacional de su efectividad y evaluación de impacto de un programa en Chile. *Fundación paz ciudadana, Gendarmería Chile*. Recuperado de:
<http://www.lazoblanco.org/wpcontent/uploads/2013/08manual/hombres/0026.pdf>
- Morgan, A. (2000). What is narrative therapy? an easy to read introduction. Adelaide, Australia: Dulwich Center Publications

- Murgas, D. (Octubre, 2009). La terapia narrativa como posibilidad subversiva a los discursos de género y poder en la violencia de género. *Psicopediahoy*, 11(8). Recuperado de:
<http://psicopediahoy.com/terapia-narrativa-violencia-de-genero/>
- Navarro, J. (2015). *Violencia en las relaciones íntimas: una Perspectiva clínica*. Barcelona, España: Heder.
- Organización Mundial de la Salud, OMS. (2003). Informe mundial sobre la violencia y la salud.
- Otzen, A. y Manterola, C. (2017). Sampling techniques on a study population. *International Journal of Morphology*, 35 (1), 227-232. Recuperado de:
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Pueyo, A., López, S. y Álvarez, E. (2008). Valoración de Riesgo de violencia contra la pareja por medio de la SARA. *Papeles del Psicólogo*, 29(1), 107-122. Recuperado de:
<http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1543.pdf>
- Quinteros, A. y Carbajosa, P. (2008). *Hombres Maltratadores: tratamiento psicológico de agresores*. Madrid, España: Acebo.
- Rincón, P. (2003). *Trastorno de estrés postraumático en mujeres víctimas de violencia doméstica: evaluación de programa de intervención (Tesis Doctoral)*, Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España.
- Sánchez, J. (2014). *Hombres violentados psicológicamente por sus parejas: lo que el sexo fuerte se cansó de ocultar* (Tesis de pregrado), Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago, Chile.

Servicio Nacional de la Mujer y la Equidad de Género – SERNAMEG. (2018). Violencia contra la mujer. Recuperado de: <https://www.minmujeryeg.cl/sernameg/programas/violencia-contra-las-mujeres/>

Tarragona Sáez, M. (2006). Las terapias posmodernas: una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología Conductual*, 14 (3), 511-532. Recuperado de http://terapiainpacto.com/userfiles/98412/file/10_TARRAGONA.pdf.

Toldos, M. (2013). *Hombres víctimas y mujeres agresoras: la cara oculta de la violencia entre sexos*. Córdoba, Argentina: Cántico.

Valdés, T. y Olavarría, J. (1998). *Masculinidades y equidad de género en américa latina*. Recuperado de: <http://www.eme.cl/wp-content/uploads/Teresa-Valdez-y-Jos%C3%A9-Olavarría-Masculinidades-y-equidad-de-g%C3%A9nero-en-Am%C3%A9rica-Latina.pdf>

Vetere, A. y Dallos, R. (2012). *Apego y terapia narrativa: un modelo integrador*. Madrid, España: Morata.

White, M. y Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona, España: Paidós.

White, M. (1997). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona, España: Gedisa.

White, M. (1997b). Desafiando la cultura del consumo: ritos de paso y comunidades de reconocimiento. Recuperado de: <https://terapiasnarrativas.com/cultura-delb-consumo/>

White, M. (2002a). Notas de taller. Recuperado de: www.dulwichcentre.com.au

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

White, M. (2003). El trabajo de personas que sufren las consecuencias del trauma múltiple: desde la perspectiva narrativa. Recuperado de: <https://dulwichcentre.com.au/el-trabajo-con-personas-que-sufren-las-consecuencias-de-trauma-multiple-desde-la-perspectiva-narrativa.pdf>

White, M. (2016). *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago, Chile: Pranas.

Yuen, A. (2009). Menos dolor, más ganancia: exploraciones de las respuestas versus los efectos cuando se trabaja con las consecuencias del trauma. Recuperado de: <https://dulwichcentre.com.au/menos-dolor-mas-ganancia-angel-yuen.pdf>

Anexo 1: Consentimiento Informado



CONSENTIMIENTO DE PARTICIPACIÓN EN PSICOTERAPIA SUPERVISADA Y ESTUDIO DE CASO CLÍNICO

Yo

Rut: 15969474-8

puedo afirmar que estoy en conocimiento y he aceptado en plena libertad que el proceso psicoterapéutico al que daré inicio y participaré en mi calidad de Consultante con la Profesional Psicóloga Carolina Pavez, se encuentra en el contexto de Investigación para optar al grado de Magister en Psicología Clínica mención en psicoterapia constructivista y construccionista de la Escuela de Psicología, Facultad de Medicina de la Universidad de Valparaíso. En el caso de acceder a participar, se compartirán en el estudio de caso extractos de grabaciones en modalidad video y/o audio, cartas utilizadas en algunas de las sesiones.

También estoy en conocimiento, que estos videos y/o audio, y cartas serán utilizados para fines de supervisión, apoyo al proceso terapéutico y desarrollo de la Tesis (estudio de caso), el cual posteriormente podría ser publicado, con fines académicos por la profesional Psicóloga.

Se resguardará al consultante, con el fin de mantener la confidencialidad de sus datos personales, llegando a acuerdo, de qué manera quiere ser llamado en el estudio, él, las personas que él señale dentro de su historia y los lugares que él relate en las sesiones.

He sido informado de que este es un trabajo de tipo académico cuyo objetivo es describir el proceso psicoterapéutico desde el abordaje de la Terapia Narrativa en hombres que han vivenciado violencia de parte de su pareja íntima, concibiéndola como una propuesta de tratamiento alternativo.

También he sido informado de que, si existe alguna inquietud respecto a este proyecto, puedo manifestarlas en cualquier momento del proceso. De igual forma, me puedo retirar del proyecto en alguna de sus etapas sin que ello me perjudique. Mis inquietudes las puedo canalizar a través del correo electrónico del investigador: carolinapavezprado@gmail.com

Entiendo, además, que me será entregada una copia del presente consentimiento informado, una copia del reporte de la tesis y que puedo pedir información sobre los resultados de éste estudio cuando haya concluido.


Firma del Consultante


Firma Profesional

Valparaíso, 8 sept. 2017