



Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 22 No. 2

Junio de 2019

INTERVENCIÓN NARRATIVA EN DUELO INFANTIL POR SEPARACIÓN DE PAREJA ESTUDIO DE CASO

Jorge David Gradilla Lizardo¹ y Silvana Mabel Núñez Fadda².
Universidad de Guadalajara
México

RESUMEN

La psicoterapia narrativa se centra en explorar y enriquecer las historias que los clientes traen consigo a la consulta. Esto implica un énfasis en el uso social del lenguaje, que se evidencia a través de preguntas y prácticas específicas, centradas en buscar lo atípico de la vida cotidiana. La búsqueda de situaciones excepcionales incluye aspectos relevantes y significativos tales como las historias respecto a la familia de origen, su familia nuclear y la vida en pareja. Este artículo describe y ejemplifica un proceso de terapia narrativa en un duelo infantil por separación de los padres, que se llevó a cabo en el Centro de Atención al Desarrollo Infantil (CADI) de la Universidad de Guadalajara. La terapia incluyó al niño y a su madre. El empleo de metáforas, cuentos y técnicas terapéuticas propiciaron cambios en las narrativas dominantes, que se vieron reflejados en la disolución del problema objeto de la consulta.

Palabras claves: duelo infantil, separación de pareja, psicoterapia narrativa, búsqueda de excepciones.

NARRATIVE INTERVENTION IN CHILD GRIEF DUE TO PARENTAL SEPARATION Case study

ABSTRACT

Narrative psychotherapy is centered in exploring and enriching the stories that clients bring to attention. It implies a focus in

¹ Correo electrónico: david.gradilla70@gmail.com

² Correo electrónico: drasilvananunez@gmail.com

social language use, evidenced through specific questions and practices centered in searching for the atypical in daily life. The search for exceptional situations includes relevant and meaningful aspects such as stories about families of origin, their nuclear family and life as a couple. This article describes and exemplifies in a case study the process of child grieving about couple separation, based on the Narrative Psychotherapy at Centro de Atención al Desarrollo Infantil (CADI) of Universidad de Guadalajara. The use of metaphors, stories and therapeutic techniques fostered changes in dominant narratives that were reflected in the dissolution of the main complaint.

Keywords: child grieving, couple separation, narrative psychotherapy, exceptions search.

La Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE) (2016) menciona que casi tres quintas partes de la población de entre 15 o más años (58.1%) se encuentra unida, mientras que 31.4% está soltera y 10.5% se encuentra separada, divorciada o viuda. Esta misma encuesta menciona que el 13% de mujeres de entre 30 y 59 años, se encuentran separadas, divorciadas o viudas (INEGI, 2017). No podemos olvidar que la separación y el divorcio, como ruptura vincular, producen en la pareja una sensación de fracaso (Pérez Testor, Castillo y Davins, 2006). La sensación de fracaso suele estar presente al menos en uno de los dos miembros de la pareja, pero muchas veces el propio miembro que decide el divorcio, tiene esta sensación (Pérez Testor, Davins Pujol, Valls Vidal y Aramburu Alegret, 2009).

Asumir el fracaso de un proyecto de vida común, generalmente iniciado y construido con ilusión y con entrega, y adaptarse a las nuevas circunstancias es una tarea que exige tiempo y esfuerzo, que lleva, muchas veces, una buena dosis de sufrimiento (Gómez Bengoechea, 2009). No sólo la pareja sino el propio entorno familiar se siente desorientado ante una situación de ruptura. Nadie sabe qué hay qué hacer ni qué es lo más conveniente (Pérez Testor, Davins Pujol, Valls Vidal y Aramburu Alegret, 2009), y esto influye también en los hijos. La ruptura familiar propicia en el niño la aparición de una serie de sentimientos y pensamientos que pueden incidir en su vida personal, emocional y social actuando como factores de riesgo o de protección (Muñoz-Ortega, Gómez-Alaya y Santamaría-Ogliastri, 2008).

Ante la separación de sus padres el niño se verá afectado, en mayor o menor medida, por la pérdida de la familia tal como la conocía, dando lugar a procesos de duelo que con frecuencia no son percibidos ni atendidos por los adultos. Esto puede ser el inicio de problemas persistentes, por lo cual se hace necesario disminuir al máximo los factores de riesgo que se presenten en su entorno relacional y fortalecer los factores protectores, de manera que se le facilite elaborar en la mejor forma posible el duelo por la pérdida de la unidad familiar y su adaptación a las nuevas condiciones de vida.

Existen diversas definiciones acerca del duelo, pero en su mayoría éstas , hacen referencia a que este proceso se vive con la pérdida inminente de un ser querido, o es un proceso inherente a la muerte (Neimeyer, 2002³; Kübler-Ross, 2011). Por otro lado, el DSM-IV categoriza el duelo como «una reacción a la muerte de una persona querida [...] algunos individuos presentan síntomas característicos de un episodio de depresión mayor [...] La expresión y duración de un duelo “normal” varía considerablemente entre los diferentes grupos culturales». Sin embargo, existen otros autores que incluyen aspectos o razones subjetivas en el constructo de duelo, dando así una visión holística a éste (García, 2012), la cual permite identificar que el proceso de duelo va más allá de la pérdida objetiva de algo o alguien.

Siguiendo a Santamaría (2010), en todo proceso de duelo, hay dos factores fundamentales: la pérdida en sí y el significado de la misma y el manejo de los propios sentimientos que afloran en la situación de pérdida. Fiorini y Mullen (2006) mencionan que el duelo es un proceso inevitable, que se presenta como resultado de disrupciones en la vida cotidiana de la persona, ya sean temporales o permanentes, y pueden provocar una inestabilidad en los comportamientos, pensamientos y sentimientos.

Goldbeter-Merinfeld (2003) menciona que la posesión y la pérdida de los seres queridos constituye la dimensión esencial de la vivencia y de la comprensión profunda de las relaciones familiares. Es decir, que la ausencia o presencia (en

³ Neimeyer (2002) citado por García, A. (2012) El duelo. Un espacio intermedio de aprendizaje en la vida. España: Bubok Publishing

este caso de una persona) contribuye al desenvolvimiento del individuo dentro de su sistema familiar, social y académico permitiendo u obstruyendo el desarrollo ideal dentro de éstos. Por lo tanto, se puede definir el duelo como el proceso que se vivencia con las pérdidas, o la percepción de éstas, dentro de los diferentes aspectos de la vida. Éste es acompañado tanto por subjetividades y componentes emocionales personales como por los aspectos familiares, socioculturales, históricos y religiosos.

Un caso especial lo constituyen las pérdidas ambiguas (Boss, 2001), categoría que engloba aquellos procesos donde la pérdida es poco clara y crea incertidumbre (García y Mellado, 2013), debido a que coexisten la presencia y la ausencia, como sucede en los divorcios y separaciones.

El marco narrativo, como una propuesta de intervención terapéutica para trabajar el proceso de duelo, permitirá contemplar todos estos aspectos diferentes, integrando en una perspectiva global las historias contadas por los clientes, para iniciar la búsqueda de un reajuste familiar mediante la deconstrucción de las narrativas saturadas del problema. Siguiendo a Payne (2002), la terapia narrativa se centra en lo atípico, lo poco común o extraordinario de las historias contadas por los clientes. Así, al analizar los relatos estructurados de las personas, emergen nuevas narrativas que los ayudarán a “salir” de las historias saturadas que influyen en sus percepciones y, por ende, en sus vidas.

El lenguaje tiene un papel primordial dentro de esta perspectiva teórica pues amplía la visión sobre las narrativas, experiencias y emociones de la persona. White (2002) menciona que la palabra es muy importante. En muchos sentidos, la palabra es el mundo. Continuando con este planteamiento, se puede afirmar que el lenguaje implica la construcción y deconstrucción de los relatos de experiencias vividas por las personas con las que se convive en terapia, permitiendo redescubrir y valorar la relación que existe entre los pensamientos y la construcción de los significados.

La descripción saturada del problema representa el relato dominante de la vida de la persona, y se acompaña de frustración, dolor y desesperanza (White, 1993). La técnica de externalización permite ver al problema como algo exterior y no

inherente a la persona que le permitirá separarse de los relatos que dominan sus relaciones, a través de la confrontación de las narrativas y creencias. Otra técnica narrativa es el uso de documentos terapéuticos, tales como cartas, diplomas y cuentos. Éstos resumen y consolidan el progreso de la persona en el proceso terapéutico. Pueden ser escritos por ella misma para su uso privado, o para compartirlos con el terapeuta e incluso con otra gente. Al ser escrita, la historia relatada por el paciente se exterioriza y es que, como lo menciona Payne (2002) “la palabra escrita es más permanente que la hablada, (...) goza de mayor autoridad”.

La búsqueda y elaboración de historias alternativas se lleva a cabo mediante preguntas con las que el terapeuta persuade a la persona de “enriquecer” su relato con estas “excepciones”, que contrastan la imagen problemática del niño y/o la familia, permitiendo que esta deconstrucción fortalezca (en lugar de disolver) la posibilidad de cambio (White y Epston, 1993; Payne, 2002; Freeman, Epston y Lobovits, 2011). Tomando en cuenta lo expuesto, el objetivo de esta investigación es describir desde una perspectiva narrativa las técnicas utilizadas en el proceso terapéutico de una familia que vivía un duelo infantil por separación de la pareja parental, a la que se nombrará como familia Ballesteros.

MÉTODO

La intervención para el proceso psicoterapéutico de la familia Ballesteros, luego de la separación reciente de los padres, se fundamentó en el enfoque narrativo. Para la documentación del caso y su utilización en el presente estudio, las sesiones fueron audio grabadas con consentimiento informado previo de la familia. Siguiendo las consideraciones bioéticas para la investigación y análisis de casos clínicos, los nombres y datos particulares, de los clientes fueron cambiados (Moscoso Loaiza y Díaz Heredia, 2018). El proceso psicoterapéutico constó de un total de siete intervenciones, cuatro individuales (con el menor) y tres familiares (madre e hijo), cada una con una duración de 50 minutos. Luego de la transcripción verbatim de las sesiones, se seleccionaron fragmentos representativos de los

relatos que ejemplificaran el uso de las prácticas narrativas, y el curso del proceso terapéutico.

En la ilustración 1 se muestra el genograma de la familia Ballesteros, complementada por el genograma relacional según se especifica en el cuadro 1.

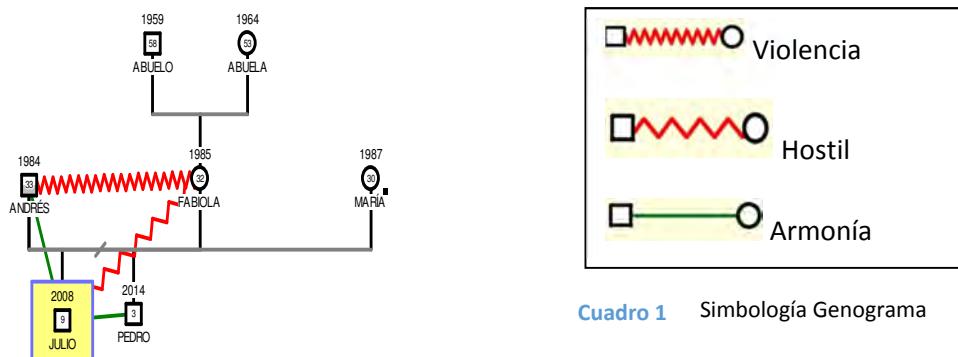


Ilustración 1 Genograma familia Ballesteros

La familia está conformada por Fabiola, de 30 años, empleada de una tienda departamental; Andrés, ex pareja de Fabiola, de 31 años, operador de maquinaria; Julio, de 7 años, quien estudia la primaria y Pedro de año y medio de edad.

Dentro de la historia familiar de Fabiola, resaltaba la infidelidad conyugal del padre, que influía en su narrativa respecto a la relación con su ex pareja, Andrés. Dentro de la familia formada con Andrés, existió infidelidad conyugal y violencia física, económica y psicológica dirigida hacia ella, por lo cual se habían separado dos veces. Después de la segunda separación, Fabiola y Andrés seguían encontrándose casi diariamente, con comunicaciones conflictivas y violentas directas y a través del celular. Esto había obstaculizado que se completara en su totalidad la ruptura amorosa, y tanto la violencia psicológica como económica continuaba como manera predominante de interacción.

La separación de Fabiola y Andrés significó un cambio muy difícil para Julio, que comenzó a mostrar tristeza, desobediencia hacia su madre y peleas con su hermano menor. Este proceso de duelo permeaba también su desempeño

escolar, pues no cumplía con sus tareas y trabajos escolares, y continuamente se salía del aula. Estas situaciones preocupaban y enojaban a su madre, quien en ciertos momentos recurría al castigo físico como intento de solución. Tras cuatro meses de separación, ante la persistencia de estas conductas, los padres de Julio deciden acudir a terapia dando inicio al proceso terapéutico.⁴

INTERVENCIÓN

En el caso de la familia Ballesteros, se utilizaron algunas técnicas del modelo narrativo para la intervención, cuya descripción se presenta en este artículo con el objetivo de señalar y ejemplificar su implementación en un caso de duelo infantil por separación de pareja. En consecuencia, el análisis de la intervención refleja este propósito estrictamente descriptivo de algunas de las técnicas narrativas utilizadas, y no un reporte completo del proceso terapéutico. Se hace hincapié en que la naturaleza del proceso terapéutico bajo este modelo es mucho más compleja de lo que describe el artículo, ya que no se describe la dimensión emocional de la relación terapéutica, que sin embargo es inseparable de cualquier proceso relacional.

Descripción saturada y externalización del problema

Cuando una persona atraviesa alguna situación que resulta conflictiva para ella, regularmente suele verse inherente a esta. Es decir que piensa que el problema forma parte de sí misma, situación que la lleva a “saturar” su narrativa de dicha circunstancia. Desde la perspectiva narrativa, sin embargo, es todo lo contrario. La persona y el problema no son uno mismo, sino que el problema afecta a la persona y esta responde a las situaciones problemáticas en sí. Identificar el relato saturado del problema es parte indispensable del trabajo del terapeuta para poder comenzar a integrar y usar metáforas que ayudarán a la persona a externalizar o sea a separar el problema de sí misma.

En el caso de la familia Ballesteros, la descripción saturada del problema se centraba en la conducta de Julio: “es que se me está volviendo muy respondón, ya

⁴ Andrés solo acudió a la primera sesión del proceso terapéutico llevado a cabo con la familia.

no es el mismo niño de antes (...) hace como qué será, un mes y medio, empezó así, empezó a que no quería hacer las cosas (...), él quiere que yo haga lo que él dice en el momento (...) y ese es el problema que también tiene en la escuela, porque le dicen Julio haz esto, "me da permiso de ir al baño" y cada ratito quiere ir al baño con tal de no hacer nada, o rezonga a la maestra (...) También, ya tiene este como cuatro días que ya le pasó lo mismo, que ya empezó a decirle cosas a mi mamá y le ha dicho todo lo que ella... no ya tiene más, tiene como dos semanas que le dijo que ella no era nadie para regañarlo, y que solamente él se puede regañar solo (...) No, pelea con ellos (haciendo referencia a sus vecinos) pero pues hay veces como que anda enojadito y este empieza a pelear con ellos y va y recarga hasta con su hermano, le grita , lo avienta".

En el relato de la madre se puede advertir que han aparecido conductas disruptivas en Julio, que experimentaba un proceso de duelo a raíz de la separación de sus padres. De acuerdo con Kröen (2002) los niños que atraviesan un duelo pueden expresarse de una manera agresiva hacia los demás. Asimismo, Boss (2001) menciona que una pérdida ambigua representa una privación parcial de una persona significativa (en este caso su padre) lo que provoca un dolor emocional de difícil manejo por su complejidad intrínseca y su repercusión a nivel personal y familiar, mismo que puede ser expresado de diversas maneras.

También, Kübler-Ross (2011) entre las cinco fases del duelo describe la fase de ira misma, que es muy difícil de afrontar para la familia. Esto se debe a que la ira se desplaza en todas direcciones y se proyecta contra lo que les rodea, a veces casi al azar, situación que se presentaba en la familia Ballesteros por parte de Julio. Como se mencionó con anterioridad, la persona suele ver al problema como parte de sí provocando saturarse a sí mismo con este y no poder ver la situación desde otra perspectiva. Ya que la narración de la situación por parte de la madre se centraba en la conducta de Julio, se comenzó el abordaje terapéutico a través de la externalización, implementando las siguientes preguntas: ¿cuándo el enojo invade a Julio? ¿Hay un momento en específico o se presenta a todas horas del día?

Al mismo tiempo, con Julio se comenzó la externalización por medio de la elaboración de un cuento, durante la que se hicieron las siguientes preguntas: Y si pudieras dibujarlo aquí, ese momento de enojo, ¿cómo sería?... ¿Por qué rojo, Julio? ¿Por qué se pondría rojo?... ¿Y cómo crees que podríamos dibujar la tristeza aquí? ¿Cómo la dibujaríamos la tristeza de Pinocho? (Pinocho era el nombre con el que Julio bautizó al protagonista).

Cartas terapéuticas

El escribir una carta terapéutica puede describirse como la manera de continuar la conversación terapéutica externalizante, conservando una posición del terapeuta des-centrada (Campillo, 2011). Para el implemento de esta técnica, el terapeuta debe analizar de manera detallada la situación emergente e identificar el momento apropiado para hacer uso de esta. La carta terapéutica se puede elaborar durante la sesión o después de ella y ser entregada o enviada, dependiendo de su propósito (Campillo, 2013).

Por la naturaleza de la misma, esta puede ser flexible y presentarse por parte de los terapeutas hacia los clientes con el objetivo de deconstruir el relato de estos y exteriorizarlo después de escribirlo (Linares, Pubill y Ramos, 2005). Asimismo, estas funcionan para la deconstrucción de historias personales junto con los clientes (Androutsopoulou, 2001; Laitilla, Aaltonen, Wahlstrom y Angus, 2005). En este caso, los terapeutas utilizaron dos cartas terapéuticas a lo largo del proceso para entregarse a Fabiola. En ellas se planteaban preguntas respecto a la situación con su ex pareja Andrés, por lo existencia de un dilema pues, aunque ella decía que ya no quería estar con él, también decía que “le nacía el amor por él” y lo extrañaba, lo que se expresaba en la comunicación con este.

Con el análisis, la externalización y el uso de preguntas dentro de las sesiones, Fabiola logró identificar sus emociones respecto a su situación de pareja, exteriorizando un deseo por aceptar y superar su ruptura y diferenciar la relación que tenía con Andrés, como una relación entre padres, tratando de enfocarse en ella y sus hijos. Esto permitió que Fabiola reflejara su sentir como mujer y que reconociera que debía ver por sus necesidades, que merecía ser feliz y amada,

aceptando despedirse de Andrés como hombre para verlo sólo como el padre de sus hijos.

Cuentos terapéuticos

Dentro de la creación de cuentos terapéuticos, la metáfora juega un papel importante pues permite presentar la historia en un lenguaje indirecto permitiendo así varios niveles de comunicación que ayudará en la búsqueda de significados relevantes y generará idear para descubrir nuevas formas de ver, sentir y pensar el problema (Campillo, 2004). Rico (2012, p.9) menciona que “el cuento terapéutico es una forma de engrosar la historia alternativa. No es necesario ser escritor o poeta para escribir un cuento. Lo importante es conectarse con la historia de la familia o de la persona que consulta y dejarse llevar (...) es una co-construcción de una nueva historia que abre nuevos caminos, que proporciona a las personas pretextos para crecer y cambiar”. Este recurso fue utilizado con Julio a través de dos cuentos terapéuticos, el primero creado por Julio y los terapeutas, y el segundo titulado “Mar a Rayas” (Barragués y Cecilia, 2007). A través de estos, Julio evocó sentimientos de tristeza por la separación de sus padres.

En la realización del primer cuento, utilizado como técnica de externalización, Julio mencionó que el personaje principal, llamado Pinocho, era invadido por la tristeza y esta se convirtió en un fantasma. Se usaron las siguientes preguntas para externalizar: pero, ¿cómo te imaginas que era (el fantasma)? ¿Qué tenía ese fantasma grande? Imagínatelo, aquí nos vas a ayudar a dibujarlo, entonces... ¿cómo lo dibujarías? ¿De qué color sería? ¿Y qué otra cosa tendría? ¿Y cómo se llama? Si tú le pusieras nombre, ¿cuál sería? ¿Cómo te gustaría que se llamara este fantasma que es verde, grande...? ¿Tú cómo crees que se vería Pinocho cuando lo invade el fantasma David? ¿Cómo estaría Pinocho? ¿Así se ve Pinocho cuando lo invade el fantasma?

Durante la realización del cuento, Julio mencionó “estar en el cuento” pues él “era Pinocho”. Al mencionar esto, Julio dio paso a que los terapeutas buscaran con él las herramientas que tenía para combatir al fantasma y no permitir que este lo invadiera. Al concluir su cuento, Julio construyó un final en el que, en sus propias palabras, “todos eran felices, aunque estuvieran separados”. El empleo por parte

del terapeuta de los documentos escritos, resume los descubrimientos de la persona y consolidan el progreso dentro del proceso terapéutico (Payne, 2002).

Diplomas

Los documentos terapéuticos tales como los diplomas se elaboran para marcar un logro en las habilidades de vida, con las que el consultante ha conseguido cambiar su historia (Campillo, 2013). El diploma se elabora como un testimonio de los logros en las habilidades y conocimientos de vida que el niño o niña ha demostrado más allá de las situaciones conflictivas y difíciles (Denborough y Ncazel-Ncube, 2007). Los terapeutas entregaron un reconocimiento a Julio por “su valentía y entrega para vencer a la tristeza” con las herramientas que relató en la construcción del cuento: “puedo hablar con mi papá, con mi mamá, con mis abuelos o con Blanca y David. O con la persona que quiera y así poder expulsarla y sentirme bien”.

Las historias alternativas

En esta técnica se hace una revisión del relato de las personas en donde estas se den cuenta de la influencia que ejercen sobre la situación problemática que contradigan los efectos del problema sobre sus vidas (Payne, 2002; Freeman, Epston y Lobovits, 2011). Una historia alternativa fue la “falta de berrinches” por parte de Julio: los berrinches ya no me los hace... ya no me los hace... a lo mejor si se enoja, pero ya no me hace el berrinche (...) ¡Wow! ¿Y cómo le hizo para que a Julio ya no lo invadan los berrinches? (...) la verdad no sé, él solito este... yo creo que, con la atención, los apapachos eh... pues no sé... con la ayuda de ustedes (...) esta semana fueron menos peleas entre hermanos fueron más abrazos y más te quiero y... entre ellos dos, entre los hermanos y para mí es una alegría ver todo eso.

DISCUSIÓN

Teniendo en cuenta que la familia y, en especial los padres, son parte esencial del desarrollo del niño y de su bienestar psicológico, se puede decir que cuando estos deciden separarse debido a la problemática vivida dentro de la relación de pareja, pueden provocar situaciones críticas para los hijos que pueden generar un

desajuste personal y afectar la relación de estos con su entorno. Además, podría decirse que dicho conflicto no termina una vez separada la pareja, sino que este se trasmite hacia los hijos, llegando en algunas ocasiones a ser el vínculo de conexión por el cual los padres pueden continuar en “la batalla”, partiendo de la idea de que aunque ya no viven bajo el mismo techo, el vínculo emocional entre ellos alarga y perjudica en mayor medida el proceso de duelo experimentado por cada uno de los involucrados.

Los datos estadísticos (INEGI, 2016) muestran el aumento del porcentaje de divorcios llevados a cabo en México en la actualidad, lo que permite deducir que las problemáticas presentadas por los niños a raíz de estos también van en aumento, repercutiendo de manera significativa en su bienestar y ajuste psicológico.

En el ámbito académico se puede observar una disminución en el rendimiento o falta de interés por aprender y/o ausentismo (Jadue, 2002) mientras que, en el ámbito social, los niños pueden llegar a mostrar dificultades para relacionarse tanto con sus pares como con otros adultos. También, dentro de su ambiente familiar, las relaciones filio-parentales pueden presentar complicaciones significativas que afecten la estabilidad emocional de los involucrados mostrando, por ejemplo, ansiedad, inseguridad o necesidad de estar siempre junto al progenitor que se hace cargo de ellos (Muñoz-Ortega, Gómez-Alaya y Santamaría-Ogliastri, 2008), o como ya se mencionó, conductas agresivas y disruptivas (Kroen, 2002).

El proceso concluyó debido a los cambios de horario de trabajo de la madre mismos que imposibilitaron la continuación de la intervención terapéutica; los resultados observados indicaron que los objetivos fueron alcanzados, y en la última sesión se hizo entrega del diploma a Julio. La frecuencia e intensidad de las conductas hostiles por parte de Julio eran prácticamente nulas; Fabiola y Julio habían aprendido nuevas estrategias para cuando “el fantasma David” quisiera atacar de nuevo y evitar que este lo invadiera. Las excusas y el acto de rezongar en la escuela habían dejado de presentarse y Julio cumplía con sus actividades en tiempo y forma.

Además, durante el proceso terapéutico, se destacan los actos de aceptación, afecto, apoyo y motivación brindados por parte de Fabiola hacia Julio, además de la disposición y reconocimiento de emociones propias por parte de ella. Esta combinación permitió modificar el vínculo afectivo entre Fabiola y Julio, restableciendo así la estabilidad dentro de la familia. En lo personal, Fabiola pudo cuestionar aspectos referentes a sus necesidades personales mismas que le permitieron enfocarse en lo que deseaba alcanzar como persona y los aspectos relevantes a obtener dentro de una relación de pareja.

Tal como se propuso al inicio del proceso terapéutico, el método de intervención narrativo fue eficiente; los resultados son coherentes con los propuestos por White y Epston (1993; 1999; 2002) permitiendo comprobar la efectividad de la terapia narrativa tanto en intervenciones con niños como para intervenciones familiares. Asimismo, la flexibilidad tanto de la familia Ballesteros como del modelo terapéutico, posibilitó un abordaje ecológico del duelo. Todos los cambios positivos fueron posibles gracias al trabajo con Fabiola: su disposición, actitud positiva, colaboración y apertura al cambio. Asimismo, las ganas de trabajar de Julio y la espontaneidad y creatividad con la que “narraba” su historia permitieron un progreso visible desde las primeras sesiones.

La técnica que tuvo mayor aceptación por parte de Julio fue la creación de documentos terapéuticos junto con él pues le gustaba dibujar y colorear los personajes que contaban su cuento. Por otro lado, las cartas terapéuticas fueron de gran utilidad en la intervención con Fabiola pues mediante ellas, fue posible ampliar el diálogo con los terapeutas y “re-narrar” su historia.

Una de las dificultades que se toman en cuenta es la falta de disponibilidad y participación de Andrés pues, aunque los objetivos fueron alcanzados, Andrés siempre será parte de la historia de vida de Julio y su resistencia al cambio y la búsqueda de otras maneras de interacción y comunicación pueden ser uno de los motivos por los que podría haber una recaída y Julio sea invadido de nuevo por “el fantasma David”.

CONCLUSIÓN

La intervención psicoterapéutica tiene un papel muy importante en el acompañamiento en procesos de duelo pues estos ofrecen la posibilidad de desarrollar herramientas que faciliten el equilibrio en la familia y también encontrar elementos resilientes en cada una de las personas involucradas en el proceso.

En el presente artículo, el hacer uso de las técnicas narrativas permitió que durante la duración del proceso terapéutico de la familia Ballesteros se viviera el proceso de duelo por separación y expulsar la tristeza y enojo de su discurso pues estos lo dominaban y saturaban impidiendo el reajuste y homeostasis familiar. Es decir, la familia, en relación al problema, conservaba las mismas maneras de convivencia y comunicación propiciando que la historia saturada del problema continuara vigente.

Por lo tanto, la intención era reconstruir y re-narrar, con base en las habilidades de cada uno, la narrativa de la familia Ballesteros y así poder contar una historia alternativa. Uno de los objetivos de la terapia narrativa es resaltar los acontecimientos y detalles insignificantes para la familia pero que sin duda alguna ayudarán a que las personas reestructuren y narren una historia diferente que les permita aprender a ver de nuevo su vida fuera del problema.

El llevar a cabo este artículo, permitió enriquecer nuestra experiencia tanto profesional como personal. Nuestro trabajo como terapeutas es crear un ambiente de respeto y afectivo en el que las personas puedan expresarse libremente y poder así fortalecer y estimular una nueva construcción y visión del mundo que favorezcan el ajuste individual y familiar.

Es necesario recordar que el modelo, a pesar de ser flexible, puede no ajustarse a los objetivos y necesidades de todos los clientes, pues tiene que tomarse en cuenta la realidad de estos y la manera en la que interactúan con relación a su problemática con el mundo. Asimismo, debe considerarse que, para este estilo de intervención, la habilidad terapéutica reside en el manejo de los discursos en torno a la pérdida y el duelo para poder deconstruir los significados que se tenían e integrar aquellos que surgieron en el proceso. Es a partir del análisis, la reflexión y

la escucha empática de las distintas historias contadas por los clientes donde surge la posibilidad del cambio.

La familia Ballesteros continuará enfrentando situaciones adversas y positivas, mismas que construirán y enriquecerán su historia de vida. Al finalizar la redacción de este artículo es evidente que para los miembros de la familia como para los autores y los lectores en general, la búsqueda de amor, aceptación y reconocimiento en las relaciones con otros significativos es una dimensión central para la felicidad, el bienestar y la salud (Foran, Beach, Slep, Heyman y Wamboldt, 2015), y que, aunque nuestra historia parezca caótica, siempre se podrá contar y vivir de una manera diferente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Androutsopoulou, A. (2001). Fictions as an aid to therapy: a narrative and family rationale for practice. *Journal of Family Therapy*, 23 (1), 278-295. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/1467-6427.00184>
- Asociación Psiquiátrica Americana (1995). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. España: Masson.
- Boss, P. (2001). *La pérdida ambigua. Cómo aprender a vivir con un duelo no terminado*. España: Gedisa.
- Buckley, E. & Dechter, P. (2006). From Isolation to Community: Collaborating with children and families in times of crisis. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work* (2). Recuperado de <http://dulwichcentre.com.au/from-isolation-to-community.pdf>
- Campillo, M. (2004). El cuento terapéutico: el método de la magia. *Revista SEFPSI* 7(1-2), 193-208. Recuperado de http://capaf.mx/PDF/pdf_art/cuento_terap.pdf
- Campillo, M. (2011). Aprendiendo terapia narrativa a través de escribir poemas terapéuticos. *Procesos psicológicos y sociales* 7, (1-2). Recuperado de <https://www.uv.mx/psicologia/files/2013/06/Aprendiendo-terapia-narrativa.pdf>

- Campillo, M. (2013) Terapia narrativa de juego. *Procesos psicológicos y sociales* 9 (1) 1-30. Recuperado de <https://www.uv.mx/psicologia/files/2013/09/Terapia-narrativa-de-juego.pdf>
- Denborough, D. & Ncazelو, C. (2007). The Team of Life (video). Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- García, R. y Mellado, A. (2013). Medios terapéuticos y psicopedagógicos en el trabajo de duelo por pérdida ambigua en los adolescentes *Alternativas en Psicología*, XVII (28), 58-72. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/alpsi/v17n28/n28a06.pdf>
- Epston, D. (1999). Co-research: the making of an alternative knowledge. In *Narrative Therapy and Community Work: A conference collection*. Australia: Dulwich Centre Publications. Recuperado de <http://dulwichcentre.com.au/articles-about-narrative-therapy/co-research-david-epston/>
- Fiorini, J. & Mullen, J. A. (2006). Understanding Grief and Loss in Children. *Vistas Online*, American Counseling Association: 31-33. Recuperado de <https://www.counseling.org/docs/default-source/vistas/understanding-grief-and-loss-in-children.pdf?sfvrsn=8>
- Foran, H., Beach, S., Smith, A., Heyman, R., & Wamboldt, M. (2015). *Family problems and family violence: reliable assessment and the ICD-11*. New York: Springer Publishing Company.
- Freeman, J., Epston, D., & Lobovits, D. (2001). *Terapia narrativa para niños*. España: Paidós.
- García, A. (2012). *El duelo. Un espacio intermedio de aprendizaje en la vida*. España: Bubok Publishing.
- Goldbeter-Merinfeld, E. (2003). *El duelo imposible*. España: Herder.
- Gómez Bengoechea, B. (2009) Infancia y Divorcio. *La Revue du REDIF* 2, 19-29. Recuperado de <https://vdocuments.mx/infancia-y-divorcio.html>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2017, febrero 10) Estadísticas a propósito del 14 de febrero, matrimonios y divorcios en México. *Instituto Nacional de Estadística y Geografía*, p.1-7. Recuperado de http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2017/matrimonios2017_Nal.pdf

- Jadue, G. (2002) Factores psicológicos que predisponen al bajo rendimiento, al fracaso y a la deserción escolar. *Estudios Pedagógicos*, (28), 193-204. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173513847012>
- Kroën, W. (2002). *Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido. Un manual para adultos*. España: Oniro.
- Kübler-Ross, E. (2011) *Sobre la muerte y los moribundos*. México: Random House
- Laitila, A., Aaltonen, J., Wahlstrom, J. & Angus, L. (2005). Narrative process modes as a bridging concept for the theory, research and clinical practice of systemic therapy. *Journal of Family Therapy*, 27 (1), 202-216. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/215705295_Narrative_Process_Modes_as_a_Bridging_Concept_for_the_Theory_Research_and_Clinical_Practice_of_Systemic_Therapy
- Linares, J., Pubill, M., y Ramos, R. (2005). *Las cartas terapéuticas*. España: Herder.
- Linares, J. (2005). *Identidad y narrativa: La terapia familiar en la práctica clínica*. España: Paidós.
- Moscoso Loaiza, L. F. y Díaz Heredia, L. P. (2018). Aspectos éticos de la investigación cualitativa con niños. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 18 (1), 51-67. Recuperado de: <https://revistas.unimilitar.edu.co/index.php/rb/article/view/2955/2816>
- Muñoz-Ortega, M., Gómez-Alaya, P., & Santamaría-Ogliastri, C. (2008) Pensamientos y sentimientos reportados por los niños ante la separación de sus padres. *Universitas Psychologica*, 7 (2), 347-356. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v7n2/v7n2a04.pdf>
- Payne M. (2002). *Terapia Narrativa: una introducción para profesionales*. España: Paidós.
- Pérez Testor, C. Castillo, J., Davins, M. (2006). El divorcio. En: Pérez Testor, C (comp.) *Parejas en conflicto*, 185-200. España: Paidós.
- Pérez Testor, C., Davins Pujol, M., Valls Vidal, C., & Aramburu Alegret, I. (2009) El divorcio: una aproximación psicológica. *La Revue du REDIF* 2, 39-46. Recuperado de https://www.academia.edu/17052010/El_divorcio_una_aproximaci%C3%A3%C3%A3n_psicol%C3%A3%C3%A3gica

- Rico, D. (2012). Terapia narrativa y cuentos terapéuticos. *Procesos psicológicos y sociales*, 8 (1 y 2) Recuperado de <https://www.uv.mx/psicologia/files/2016/10/terapiannerativa.pdf>
- Santamaría, C. (2010). *El duelo y los niños*. España: Sal Terrae.
- White, M. y Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. España: Paidós.
- White, M. (2002). *Reescribir la vida: entrevistas y ensayos*. España: Gedisa.