

Terapia narrativa: el poder de deconstruir sucesos de la historia personal

Narrative Therapy: The Power of Deconstructing Personal History Events

Autores:

Jorge Daniel Varela Brito

Judtih Morejón Salazar

Filiación:

Maestría en Psicología, mención Asesoría y Terapia Familiar Sistémica- PUCE

Resumen

Este capítulo es una guía completa sobre la terapia narrativa, una corriente terapéutica que se enfoca en deconstruir y reconstruir las historias personales de los individuos para transformar su presente y futuro. El documento comienza con una introducción a la terapia narrativa, explicando sus pilares epistémicos y cómo se diferencia de otras corrientes terapéuticas. Luego, se profundiza en los conceptos clave de la terapia narrativa, como la externalización, la re-autoría y la co-construcción de historias. El texto también incluye una revisión sistemática de la literatura científica relevante sobre la terapia narrativa, con un enfoque en su aplicación en el abordaje de diversos trastornos mentales. Se describen las técnicas y herramientas utilizadas en la terapia narrativa, como la carta terapéutica, la línea de vida y el árbol de re-asociación. Además, se presentan casos prácticos de aplicación de la terapia narrativa en diferentes contextos, como la terapia de pareja, la terapia familiar y la terapia individual. También se discuten las posibles limitaciones y críticas a la terapia narrativa. En resumen, este documento es una guía completa y detallada sobre la terapia narrativa, que ofrece una visión general de sus conceptos clave, técnicas y herramientas, así como su aplicación en diferentes contextos terapéuticos.

Abstract

This chapter is a comprehensive guide to narrative therapy, a therapeutic approach that focuses on deconstructing and reconstructing personal stories to transform one's present and future. The document begins with an introduction to narrative therapy, explaining its epistemic pillars and how it differs from other therapeutic approaches. It then delves into key concepts of narrative therapy, such as externalization, re-authoring, and co-construction of stories. The text also includes a systematic review of relevant scientific literature on narrative therapy, with a focus on its application in addressing various mental disorders. Techniques and tools used in narrative therapy, such as therapeutic letter, timeline, and re-association three, are described. In addition, practical cases of applying narrative therapy in different contexts, such as couples therapy, family therapy, and individual therapy, are presented. Possible limitations and criticisms of narrative therapy are

also discussed. In summary, this document is a comprehensive and detailed guide to narrative therapy, providing an overview of its key concepts, techniques and tools, as well as its application in different therapeutic contexts.

Palabras clave: Terapia narrativa, Identidad, Lenguaje, Técnicas.

Key words: Narrative therapy, Identity, Language, Techniques

1.- Introducción

A raíz del surgir de distintos enfoques terapéuticos, al servicio de las y los consultantes, a raíz de distintas corrientes de pensamiento en el campo de la comprensión de psique del ser humano y su entorno relacional. Emerge una idea de abordaje a finales del siglo XX, llamado modelo narrativo. Dicha idea, proviene de dos pensadores: Michael White y David Epston, ambos originarios del continente de Oceanía, pero de vertientes distintas de conocimiento. Al ser White trabajador social y Epston antropólogo, no obstante, con una visión dirigida a la terapia familiar e ideas particulares que sentaron los primeros aportes al modelo mencionado.

Desde que a White le apasionó la intervención terapéutica en casos como los temores infantiles, la anorexia nerviosa, la obesidad, la violencia familiar, la depresión, el consumo de alcohol y drogas, y la violencia física o los abusos sexuales (Cejás Leyva, 2021, p. 75), y Epston se preocupó por introducir aspectos innovadores como la analogía del relato para interpretar y comprender lo que sucede en los sistemas sociales, se construyeron los pilares epistémicos de la terapia narrativa. Entre los cuales, los más importantes a enunciar (junto a otros de menor relevancia), son: la lingüística, el construccionismo, el cognitivismo y el posestructuralismo. Estas influencias filosóficas y teóricas serán explicadas con mayor amplitud en secciones posteriores del presente escrito.

Con el trasfondo que se planteó con antelación, se brindará un panorama extenso de aquellos conceptos que componen el enriquecedor bagaje de conocimientos que componen la estructura del planteamiento narrativo. Como lo son: narrativas, relatos dominantes y alternativos, deconstrucción y reconstrucción, identidad, entre tantos aportes que forman parte del marco de comprensión del mundo, a través del potente paradigma del giro lingüístico y de construcción colectiva de la realidad. Por ende, este capítulo, es de gran importancia para la formación, estudio y aplicación de estos preceptos por parte de docentes, equipos multidisciplinarios y estudiantes, que busquen ampliar su visión profesional y política de acción frente aquellos sucesos que, acontezcan en espacios clínicos, grupales, comunitarios y terapéuticos.

Para comprender la presente contribución, se buscará profundizar en los pilares teóricos del modelo narrativo, sus técnicas y múltiples campos de aplicación. Con la finalidad de otorgar claridad en los orígenes lingüísticos y postestructuralistas de este enfoque, en el capítulo 4 del texto "Las Palabras y las Cosas" de Michel Foucault, titulado "Hablar". El autor examina el lenguaje como un sistema estructurado que se utiliza para comunicar significado. Foucault analiza cómo las palabras son utilizadas para construir significado a través de diferentes estructuras gramaticales y sintácticas. Explora la teoría del verbo y cómo se relaciona con la gramática general, así como la articulación, la designación y la derivación. Foucault también enuncia cómo el lenguaje es utilizado para construir significado en diferentes contextos culturales e históricos. Reconoce cómo este es utilizado para construir identidades y cómo esto puede llevar a la opresión y la discriminación.

Foucault argumenta que el lenguaje es fundamental para nuestra comprensión del mundo y que diferentes sistemas de lenguaje pueden llevar a diferentes formas de conocimiento. En última instancia, el capítulo explora cómo el lenguaje es utilizado para construir significado y cómo esto afecta nuestra comprensión de la realidad. Además, argumenta que el lenguaje es una forma de poder y que diferentes sistemas de lenguaje pueden ser utilizados para controlar y regular la sociedad.

Comprendiendo a su vez la influencia de la lingüística y la semiología, Eliseo Verón enuncia un concepto de suma importancia, la semiosis social que, refiere a la producción social de sentido y cómo los seres humanos producen y comparten significados a través de la comunicación y otros procesos sociales. En otras palabras, la semiosis social se enfoca en cómo los seres humanos crean y utilizan signos y símbolos para comunicarse y construir significados compartidos en la sociedad. El estudio de la semiosis social implica una comprensión profunda de cómo los signos y símbolos son utilizados en diferentes contextos sociales, culturales y políticos. Esto incluye el análisis de cómo los medios de comunicación y la tecnología influyen en la producción y circulación de significados en la sociedad. La semiosis social también se relaciona con la teoría de la comunicación y la teoría del discurso, ya que se enfoca en cómo los mensajes son producidos, transmitidos y recibidos en diferentes contextos sociales (Cingolani, 2019). Este argumento sostiene la formulación de aquello que posteriormente reconoceremos como, relatos dominantes, definición fundamental del enfoque.

En tanto al aporte del construccionismo social, la terapia narrativa se sujeta a aquellos preceptos que Gergen formula desde la perspectiva que sostiene que el

conocimiento y la realidad son construcciones sociales, es decir, que son creados y mantenidos por las interacciones sociales y los discursos compartidos. Según esta perspectiva, no hay una realidad objetiva o verdadera que exista independientemente de las personas que la construyen y mantienen. En cambio, la realidad es el resultado de las interacciones sociales y los discursos compartidos que se producen en un contexto cultural e histórico específico. El construccionismo social también, sostiene que las personas no son meros receptores pasivos de la realidad, sino que son agentes activos que participan en la construcción y mantenimiento de la realidad a través de sus interacciones sociales y discursos compartidos.

Por otra parte, lo que respecta al enfoque constructivista y su asociación con la terapia narrativa, se considera que, ambas perspectivas comparten la idea de que las personas construyen su realidad a través de la interpretación de sus experiencias. En este modelo terapéutico, se utiliza la narración de historias para ayudar a los clientes a comprender y reorganizar sus experiencias de una manera más positiva y funcional. La terapia narrativa se basa en la idea de que las personas construyen su identidad a través de las historias que cuentan sobre sí mismas y su vida, y que estas historias pueden ser reescritas para crear nuevas posibilidades y perspectivas. Por lo tanto, la terapia narrativa es una forma de terapia constructivista que se enfoca en la construcción de significado y la reorganización de la experiencia a través de la narración de historias (Figueras Vives, Grañó Solé, & García del Cid, 2010).

2.- La terapia narrativa en el contexto internacional y nacional

Según Moggia (2019) a nivel internacional o en la experiencia terapéutica en el continente australiano, se muestra que, la terapia narrativa es al menos tan efectiva como la terapia cognitivo-conductual en la disminución de sintomatología depresiva, al finalizar el proceso y se corrobora a los tres meses de seguimiento. Sin embargo, cabe destacar que la investigación en psicoterapia, sostiene que este enfoque dentro de la línea de investigación de procesos, puede variar en términos de efectividad, dependiendo de la metodología y el enfoque de cada estudio. Además, se menciona que la calidad de muchos de los estudios revisados no es la mejor, lo que dificulta la evaluación de la efectividad de la terapia narrativa (Moggia, 2019).

Asimismo, Moggia y col. (2021) sostienen en cambio que, la terapia narrativa en España en el contexto de la pandemia del coronavirus, de la mano de La Asociación Española de Terapia Narrativa (AETEN) ha llevado a cabo una serie de iniciativas y respuestas aplicando los principios de las prácticas narrativas para ayudar a sobrellevar la

crisis del coronavirus. Es así que se describe algunas de estas iniciativas, como documentos colectivos, intercambios de cartas entre terapeutas, consultantes y profesionales sanitarios, actividades llevadas a cabo por un grupo de supervisión y la presencia de las prácticas narrativas en servicios sociales. Puede ayudar a las personas a lidiar con el estrés y la ansiedad causados por la pandemia al proporcionar un espacio seguro para que los pacientes compartan sus experiencias y emociones relacionadas con la crisis. Al utilizar técnicas narrativas, los terapeutas pueden ayudar a los pacientes a construir una narrativa más positiva y esperanzadora sobre su situación actual, lo que puede mejorar su resiliencia y su capacidad para enfrentar los desafíos. Además, la terapia narrativa puede ayudar a las personas a encontrar significado y propósito en sus experiencias, lo que puede ser especialmente importante en tiempos de incertidumbre y cambio (Moggia y col, 2021).

Mientras tanto, en Argentina mediante un análisis teórico de revisión bibliográfica, se resalta la eficacia de la terapia narrativa como intervención en jóvenes víctimas de abuso sexual infantil (ASI). Aunque se menciona que la falta de suficientes estudios empíricos, impide afirmar que la terapia narrativa es empíricamente superior a otros enfoques clínicos en jóvenes víctimas de ASI. Se analizan resultados de diversas publicaciones que permiten una discusión más profunda sobre el abordaje narrativo de jóvenes víctimas de ASI (Losada y Faga 2022). No obstante, se sugiere que la terapia narrativa puede constituir una intervención efectiva para ayudar a las personas a resignificar su experiencia traumática y superarla.

En otro contexto, Rodríguez, Acevedo y López (2022), demuestran que a nivel de Latinoamérica y cercano a nuestro contexto, en Colombia el abordaje de la terapia narrativa se utilizó en de la mano con la reflexividad, para originar movilizaciones en un sistema que se encontraba cristalizado. Adicionalmente, se hace referencia a la variedad de significados que existen alrededor de una experiencia que se encuentra en desarrollo y en evolución, lo que faculta la transformación de la realidad desde una perspectiva múltiple y creativa del lenguaje.

Para continuar e ingresar en los detalles alrededor de la terapia narrativa y su aplicación a nivel nacional, según Jirón Jiménez (2019) en los resultados de su investigación, se evidencia que, el 87% de los profesionales en psicología evaluados en Ecuador no conocía ninguna técnica que la terapia narrativa utiliza para el abordaje y trabajo psicoterapéutico. Solo el 13% afirmó conocer alguna de las técnicas, siendo la externalización la más mencionada. Sin embargo, la investigación también destaca la

importancia de que los profesionales en psicología conozcan y utilicen la terapia narrativa en su práctica, ya que puede ser una herramienta valiosa para el abordaje de diversos trastornos mentales.

3.- Marco metodológico

El presente capítulo se recurrió a una revisión sistemática, metodología de investigación que consiste en una búsqueda exhaustiva de la literatura científica relevante para responder a una pregunta de investigación específica. Se minimizan los sesgos identificando, evaluando y resumiendo las erudiciones para extraer conclusiones sobre los datos acerca de la problemática analizada. Se lleva a cabo una síntesis rigurosa, valiéndose de técnicas estadísticas avanzadas como el Metaanálisis. Para dicha revisión se efectuó una revisión de alrededor de 100 fuentes bibliográficas incluidas en bases de datos indexadas, tales como: Scopus, Proquest, Google Académico, Dialnet y Scielo. Además de alrededor de 15 fuentes de literatura de corte sistémico y asociado a la terapia narrativa.

De la cifra enunciada, se filtraron en torno a los criterios de investigación “Terapia narrativa”, “técnicas de terapia narrativa”, “aplicación de terapia narrativa”. De ellos la cifra se redujo a 72 documentos, de los cuales se descartaron 25 más, considerando temáticas que puedan ser de carácter repetitivo o con temas ya mencionados. De igual manera, se redujo la cifra de fuentes, teniendo en cuenta la antigüedad, la cual estaba delimitada al período de 2018 a 2023, los documentos se limitaron a 30 documentos, mismos que serán utilizados para el presente texto.

4.- Asociación de la terapia narrativa con el enfoque sistémico de segunda cibernética

En este apartado, nos dedicaremos a responder a la interrogante de ¿Cómo se relaciona el concepto de cibernética de segundo orden con el enfoque narrativo? La cibernética de segundo orden y la terapia narrativa son dos enfoques que comparten una perspectiva constructivista y reflexiva sobre la realidad. Ambos enfoques se centran en cómo las personas construyen sus propias narrativas y significados a través de la interacción con su entorno y con los demás (Barrera Cortes, Agudelo Torres, & Burgos Días, 2018). A la par, esto nos lleva a pensar de nueva cuenta en los orígenes o nociones precedentes del enfoque narrativo, y comprender, tanto el discurso personal del consultante, pero desde una lógica en la cual no se visualiza como aquel que meramente es un objeto de estudio, sino que, durante el proceso construye un subsistema terapéutico con el especialista en el enfoque.

Con ello para estrategias de reescritura y auto narración, el terapeuta a su vez, observa e influye en la interacción del consultante, de igual manera, el consultante participa

constantemente no como observador de su dinámica personal, sino que, genera la resignificación de sus experiencias. Además, cabe destacar que las preguntas reflexivas pueden ayudar a los participantes a reflexionar sobre sus propias narrativas y generar nuevas posibilidades de acción. Del mismo modo, se presentan algunos estudios que exploran cómo la terapia narrativa aporta a las personas a construir nuevas narrativas de identidad y afrontamiento en torno a problemas de salud mental (Barrera Cortes, Agudelo Torres, & Burgos Días, 2018).

5.- Conceptos o definiciones fundamentales en terapia narrativa

A partir de la revisión bibliográfica nacen algunas definiciones sustanciales preliminares, para la comprensión, tanto de sus técnicas, como para sus aplicaciones. Por ende, se puede iniciar por aquello que se conoce como relatos dominantes: "(...) narrativa o historia que se considera la verdad o la versión oficial de una experiencia o situación. (...) El relato dominante a menudo está influenciado por el conocimiento y el poder que existen en nuestra sociedad y cultura" (White & Epston, 1993, p. 66). El relato dominante puede tener un impacto significativo en la forma en que las personas se ven a sí mismas y a sus experiencias. Si una persona se ve a sí misma a través del lente del relato dominante, puede sentirse atrapada en una narrativa que no refleja su experiencia real. Por lo tanto, la terapia narrativa se centra en la creación de nuevas historias que permitan a la persona encontrar nuevas formas de comprender su experiencia y su identidad, y desafiar el relato dominante (White & Epston, 1993).

Al mismo tiempo los autores aducen que, las historias que contamos sobre nosotros mismos y nuestras experiencias están influenciadas por el conocimiento y el poder que existen en nuestra sociedad y cultura. El conocimiento es una forma de poder, ya que aquellos que tienen acceso al conocimiento tienen más poder para definir la realidad y las experiencias de las personas. Por lo tanto, las historias que contamos sobre nosotros mismos y nuestras experiencias están influenciadas por el conocimiento y el poder que existen en nuestra sociedad. La terapia narrativa por ello, según sus autores, es una forma de resistencia a este poder y conocimiento dominantes. Al trabajar con las personas para crear nuevas historias y encontrar nuevas formas de comprender su experiencia, la terapia narrativa permite a las personas desafiar las narrativas dominantes y encontrar nuevas formas de definir su realidad. En resumen, White y Epston se refieren a la relación entre "Relato, conocimiento y poder" (White & Epston, 1993, p.17).

Otra definición sustancial se encuadra en aquello que conocemos en torno a relatos alternativos. Estos se comprenden como historias o narrativas alternativas que desafían la narrativa dominante o convencional de la vida o experiencia de una persona. En terapia, la creación de narrativas alternativas puede ayudar a las personas a reenmarcar sus experiencias e identidades de una manera más positiva o empoderadora. Dichas narrativas alternativas pueden generarse a través de diversas técnicas, como la externalización de problemas, la reescritura de historias y la exploración de resultados únicos. El objetivo es ayudar a las personas a desarrollar una comprensión más matizada y compleja de sus experiencias y crear nuevas posibilidades para sus vidas (White & Epston, 1993).

En cuanto al término narrativas, Linares (1996) define la narrativa como una “forma de construir significado a través de la creación de historias” (p. 12). Según este autor, estas son una parte fundamental de la construcción de la identidad individual y familiar, ya que las historias que contamos sobre nosotros mismos y sobre los demás influyen en nuestra forma de ver el mundo y en cómo nos relacionamos con los demás. Además, Linares discute que las narrativas pueden ser tanto positivas como negativas, y que las narrativas negativas pueden tener un impacto significativo en la salud mental y emocional de las personas. La terapia narrativa plantea a las personas una comprensión de cómo sus historias personales y familiares han influido en su identidad y en su forma de ver el mundo, y en crear nuevas narrativas que sean más útiles y positivas.

A continuación, se enuncia la noción de relato saturado del problema: “descripción saturada por el problema” (White & Epston, 1993, p. 26), que las personas y las familias a menudo presentan al buscar terapia. Esto se refiere a una forma de hablar sobre la vida de uno que está dominada por los problemas y desafíos que enfrentan, en lugar de una perspectiva más equilibrada o matizada. El autor sugiere que este tipo de descripción puede ser limitante e inútil en la terapia, y que las técnicas narrativas pueden ser utilizadas para ayudar a las personas a crear historias alternativas y más empoderadoras sobre sus vidas.

6.- Técnicas de la terapia narrativa

El enfoque narrativo se basa en la idea de que, las personas construyen su identidad a través de aquellas historias que relatan sobre sí mismas y sus experiencias (Linares, 1996). Asimismo, se centra en la noción de que las personas no son sus problemas, sino que experimentan problemas. En otras palabras, los problemas no definen la identidad de una persona, sino que son una parte de su experiencia. Por esta razón, se destaca la importancia de la cultura y el contexto social en la construcción de la identidad. Las historias

que las personas cuentan sobre sí mismas y sus experiencias están influenciadas por las normas y valores culturales de su entorno.

Entre las técnicas insignes de la terapia narrativa, encontramos a la externalización del problema: esta técnica implica ayudar a los clientes a separarse de sus problemas tratando el problema como una entidad externa con la que pueden observar e interactuar. Al externalizar el problema, los clientes pueden obtener una nueva perspectiva sobre él y comenzar a verlo como algo con lo que pueden trabajar, en lugar de algo que es una parte inherente de ellos mismos. Esta técnica se utiliza a menudo y se basa en la idea de que, el modo en que reflexionamos de nuestros problemas incide o genera un impacto poderoso en cómo los experimentamos (White & Epston, 1993).

Los pasos de la técnica de externalización del problema incluyen:

1. Identificar el problema y describirlo en detalle.
2. Separar el problema de la persona, tratándolo como una entidad externa.
3. Darle un nombre al problema, para ayudar a separarlo aún más de la persona.
4. Explorar la relación entre la persona y el problema, incluyendo cómo dicha situación que ha repercutido en su vida y relaciones.
5. Trabajar con el cliente para desarrollar estrategias para abordar el problema de manera efectiva.

Las preguntas de influencia relativa son una parte importante de la técnica de externalización del problema. Estas preguntas se dividen en dos conjuntos. El primer conjunto anima a las personas a mapear la afectación del problema en sus vidas y relaciones. El segundo conjunto les invita a describir su propia influencia en la vida del problema. Al incentivar a las personas a examinar los efectos que este tiene en su día a día. Es así que, estas preguntas brindan conciencia de la relación del consultante con su situación y da paso a describirla. Esto redescubre un mundo que parecería fijo y estático, donde las problemáticas son apreciadas como intrínsecas a las personas y su entorno relacional. En consecuencia, las introduce en la experiencia, con variaciones (White y Epston, 1993)

Es necesario añadir que, para White (1989) existen aparte de este tipo de pregunta, una diversidad de tipologías las cuales son detalladas de manera clara en la obra de Payne (2002). Estas preguntas se clasifican en tres grupos distintos: “preguntas para deconstruir la narrativa; preguntas para deconstruir las prácticas de poder, preguntas para deconstruir las prácticas discursivas (de conocimiento). Cada una de ellas, disponen distintos objetos de cuestionamiento y tipologías específicas” (p. 133).

A partir de la premisa planteada, las preguntas para deconstruir narrativa se subdividen en:

preguntas por el panorama de la acción (ej.: ¿Cómo te preparaste para dar ese paso? ¿Contribuyó alguien a que sucediera? Si es así ¿De qué manera?); preguntas por el panorama de la conciencia (ej.: ¿Qué te sugieren esos descubrimientos acerca de lo que deseas en la vida? ¿Qué deduces de estos cambios sobre lo que es adecuado para ti?); preguntas por la experiencia de la experiencia (lo que la persona cree que pueden pensar los demás) (ej.: De todas las personas que te conocen ¿Quién sería la menos sorprendida al saber que tuviste agallas de dar este paso y afrontar el problema que influía en tu vida?) (Payne, 2002, p. 136).

En contraste, las preguntas para deconstruir las prácticas de poder permiten al consultante externalizar aquellas ideas dominantes que le someten a un sistema de creencias específico, instaurado por medio de aquellos que detentan el poder e imponen distintos discursos sobre los sujetos (Payne, 2002). Algunos ejemplos de este tipo de preguntas son: “¿De dónde viene tu idea de que para ser un buen padre tienes que ser muy estricto con tus hijos? ¿Qué ejemplo sigues cuando te apropias de esa manera de la vida de tu familia y de tu esposa?” (Payne, 2002, p. 136).

En última instancia, en el rubro de preguntas que son parte del enfoque narrativo, encontramos aquellas que sirven para “deconstruir las prácticas discursivas (de conocimiento)” (Payne, 2002, p. 137). Estas preguntas, a través del discurso de White, aluden a cuestionar el estatus de experto del profesional, lo cual permite un examen crítico del proceso terapéutico que se está efectuando y mediante esto se desmiente la idea del conocimiento privilegiado del experto (Payne, 2002). De igual manera algunos de los ejemplos que proporciona Payne (2002) son los siguientes:

“Sólo para asegurarme ¿Va la sesión por buen camino? (...) ¿Puedo comprobar que he entendido lo que has dicho? (...) A veces me confundo. Te agradezco que dijeras que las ideas que discutimos la última vez, no sirvieron de nada. Cuento con afirmaciones honestas como esa”. (p. 138).

Por igual, una técnica que acompaña también el abordaje terapéutico se llama ampliación del relato White y Epston (1993), sugieren que: “cada vez que se cuenta o se vuelve a contar un relato, a través de su realización, surge un nuevo relato, que incluye al anterior y lo amplía” (p. 138). Por ende, significa que cada vez que una persona cuenta su historia, tiene la oportunidad de agregar nuevos detalles, perspectivas y significados a

medida que reflexiona sobre su experiencia. La ampliación del relato es un proceso continuo que puede ayudar a las personas a reescribir sus vidas y relaciones de maneras más positivas y empoderadoras.

Igualmente, la ampliación del relato se refiere a la creación de nuevas historias que permiten a las personas ver sus problemas desde una perspectiva diferente y encontrar soluciones creativas a sus problemas. A través de Linares (1996), esta perspectiva terapéutica se centra en instar a las personas a comprender cómo sus relatos o narrativas personales y familiares han influido en su identidad y en su forma de ver el mundo, y en crear nuevas narrativas que sean más útiles y positivas. La ampliación del relato implica explorar nuevas posibilidades y perspectivas, y encontrar formas de integrarlas en la historia personal o familiar de la persona.

El autor explica que los documentos narrativos son una técnica terapéutica que implica escribir una historia detallada de la vida de una persona, desde su nacimiento hasta el presente. Estas herramientas pueden ayudar a las personas a comprender mejor su propia historia y a identificar patrones y temas recurrentes que pueden estar afectando su bienestar emocional. Además, los documentos narrativos pueden ser una herramienta útil para los terapeutas, ya que les permiten obtener una visión más completa de la vida de sus pacientes y diseñar tratamientos más efectivos (White & Epston, 1993).

La técnica de los contradocumentos se explica según White y Epston (1993) de la siguiente manera: “en nuestra cultura, el lenguaje desempeña un papel central en las actividades que definen y moldean a las personas, y el lenguaje escrito realiza una contribución importante en este sentido” (p.187). En concreto, los contradocumentos son una técnica terapéutica que implica la creación de una versión alternativa de la historia de una persona, que contradice la versión dominante que ha estado influyendo en su vida. Estas herramientas contribuyen a las personas a cuestionar las narrativas limitantes que han estado guiando su comportamiento y a crear nuevas historias que les permitan vivir de manera más plena y auténtica. Por ejemplo, si una persona ha sido diagnosticada con depresión y se le ha dicho que su depresión es causada por un desequilibrio químico en su cerebro, los contradocumentos podrían utilizarse para documentar las experiencias y perspectivas de la persona de una manera que desafíe esta narrativa dominante. La persona podría documentar sus propias experiencias de vida y las circunstancias que han contribuido a su depresión, en lugar de aceptar la explicación médica dominante. De este modo, se reconoce que las historias que las personas cuentan sobre sí mismas y sus experiencias no son objetivas, sino construcciones subjetivas que pueden ser reescritas.

Otra técnica diferente es aquella que llamamos restauración de testimonios. Linares (1996) refiere que, es la destreza de ayudar a las personas a recuperar y reconstruir sus relatos personales, como también familiares. Muchas personas pueden haber perdido el contacto con sus raíces culturales o familiares, o pueden haber experimentado traumas que han afectado su capacidad para contar su propia historia. La restauración de testimonios implica ayudar a las personas a reconstruir su historia de una manera que les permita encontrar significado y propósito en su vida, y que les permita conectarse con su comunidad y su cultura. Esto puede implicar la recuperación de historias familiares, la exploración de la historia cultural o la creación de nuevas historias que reflejen la identidad y los valores de la persona.

Lo que respecta a la auto narración se refiere a la forma en que las personas construyen y cuentan historias sobre sí mismas y sus experiencias. Las auto narraciones son formas sociales de brindar explicaciones o discursos públicos, y son recursos conversacionales que se construyen y alteran continuamente a la par de que, la secuencia progresa. Las auto narraciones son implementos lingüísticos arraigados en secuencias convencionales de acción y empleados en las relaciones como forma de sostener, promover o impedir varios cursos de acción. En este sentido,

(...) las auto narraciones son recursos culturales que sirven a propósitos sociales como la autoidentificación, la autojustificación, el auto criticismo y la solidificación social. Gergen cuestiona los supuestos de las actividades en las ciencias y profesiones afines a la salud mental que han informado el tratamiento terapéutico de las narraciones de los clientes, y desarrolla algunas dimensiones de la orientación construccionista de la terapia. En el proceso, plantea el reto de trascender la reconstrucción o reemplazo del significado en la vida de los clientes como metáfora que guía la psicoterapia, y pone el énfasis en la generación de significado por la vía del diálogo. (Gergen, 2007, p. 157).

En otras palabras, Gergen sugiere que la terapia no debería centrarse en la reconstrucción o reemplazo del significado en la vida de los clientes, sino en la generación de significado a través del diálogo entre el terapeuta y el cliente (Gergen, 2007). De esta manera, la terapia se convierte en un proceso colaborativo en el que el terapeuta y el cliente co-construyen significados y narrativas que les permiten comprender y abordar los problemas que enfrentan. En este texto, Gergen sugiere que las relaciones entre las personas no solo influyen en la forma en que se comunican, sino que también generan

realidades. En otras palabras, las relaciones no solo reflejan la realidad, sino que también la crean. En el contexto de la terapia, esto significa que la comunicación terapéutica no solo refleja la realidad del cliente, sino que también contribuye a crearla. Por lo tanto, Gergen propone una nueva agenda para la labor terapéutica que tenga en cuenta la naturaleza constructivista de la comunicación y las relaciones humanas.

Consecuentemente, una técnica distinta de este enfoque es nombrada como “narrar y renarrar” (Payne, 2002, p. 179). Cuando la persona efectúa esta estrategia narrativa, el subargumento es confirmado y adquiere influencia sobre la vida y la identidad de la persona. Cabe destacar que Payne (2002), comprende como subargumento lo siguiente: “la gente suele contar relatos llenos de dolor, pesimismo, confusión, sufrimiento y fracaso. Con ayuda del terapeuta pueden empezar a contar un relato distinto (subargumento) que incluya elementos antes ignorados, olvidados o no valorados y adquirir así una mayor perspectiva” (Payne, 2002, p. 182).

Esta técnica utiliza algunos principios en los relatos que son convenientes para su aplicación, estos son detallados por Payne (2002) de este modo:

(...) contarlos a varias personas además del terapeuta; escuchar las respuestas que reflejan el interés, el respeto y el deseo de comprender de esas personas; volver a contar los relatos ante otras audiencias; escuchar las nuevas respuestas; seguir narrando y re-narrando, escuchando y volviendo a escuchar y así sucesivamente. (p. 184).

A raíz de este ejercicio detallado, el relato se convierte en una narrativa múltiple o multiargumental, que sigue fortaleciéndose, dentro y fuera de consulta. Narrar y re-narrar es una plataforma para generar nuevos relatos de cara hacia el futuro, y esto configura una visión alternativa de sus vidas. No está demás señalar que, para esta técnica el terapeuta puede convocar a un equipo de “testigos externos” a escuchar las conversaciones terapéuticas y comentarlas (Payne, 2002). De esta manera, se puede narrar y renarrar con mayor facilidad.

Un ejemplo de subargumento se plasma en el siguiente fragmento enunciado por Payne (2002):

Rose y Richard: Charlo con Rose y Richard, que son marido y mujer. Mientras tanto, mi colega Mary Wilkinson toma notas, sentada en una esquina. Un archivador, un ordenador y una mesa con la impresora ocupan la mayor parte del espacio restante. Estamos grabando la sesión, que ya va por el minuto 35. Invito a la pareja a mover sus sillas de modo que puedan

ver a Mary; les doy papel y lápiz por si quieren tomar notas y comienzo a comentar con Mary la conversación que acabamos de oír, mientras la pareja escucha. Mary no “interpreta” lo que ha oído, ni trata de explicarlo. Se limita a indicar lo que le parece más llamativo. Respondo a sus comentarios y añado otros de mi cosecha; la pareja sigue en silencio. Los invito a girarse de nuevo y comentar lo que acaban de escuchar, cosa que hacen hablando entre ellos y conmigo. Diez minutos después les pido que vuelvan a moverse y sugiero a todos que charlemos brevemente acerca de cómo hemos vivido la sesión. Como sé (por pasadas sesiones) que la grabadora no incomoda a la pareja, les pregunto si les ha parecido bien que Mary estuviese presente (como habíamos acordado la sesión anterior) ¿Se sintieron inhibidos o avergonzados ante la aparición de un tercero? Afirman que han estado cómodos, y que sus comentarios y los míos han sido interesantes y provocativos. Detengo la cinta y se la entregó a la pareja; la reunión ha durado una hora. (p. 180).

Cómo se evidencia en la aplicación de la técnica, aquellas personas invitadas como “testigos externos” pueden aportar con relatos o la visión de subargumentos, que expanden o amplían la narrativa de los consultantes, haciendo de esto un proceso cooperativo y de gran utilidad, para quienes necesitan distintas perspectivas el respecto de los temas que son llevados al espacio terapéutico.

7.- Campos de acción del enfoque narrativo

Tal cual se enunció de manera introductoria en el presente capítulo. En este apartado se retratarán algunos de los diversos campos en los que la terapia narrativa ha surtido efecto, o ha sido utilizada, para distintos campos, que no necesariamente se remiten en exclusiva a espacios de carácter terapéutico. Sino que, al contrario, este enfoque ofrece un abanico de opciones interesantes para su consecución en distintas áreas de las ciencias sociales.

Campillo Rodríguez (2021) en su artículo “Terapia Narrativa: respondiendo al duelo y la pérdida con el árbol de re-asociación” (Campillo Rodríguez, 2021, p. 181) presenta la técnica del árbol de la re-asociación, una herramienta poderosa de esta perspectiva terapéutica para favorecer a las familias en enfrentar tanto el dolor, como la pérdida. La intervención del árbol de la vida fue creada originalmente por David Denborough, Michael White y Ncazelo Ncube-Mlilo en África para el trabajo grupal con niños que habían sufrido atrocidades de guerra. La técnica se adapta para trabajar con familias que han perdido a

un ser querido (Campillo Rodríguez, 2021), ayudándoles a reconstruir su historia y encontrar un nuevo sentido de esperanza y conexión con sus seres queridos fallecidos.

La conversación de re-asociación hace una recuperación de las historias en las que las personas demostraron habilidades para enfrentar los problemas en situaciones dolorosas o difíciles y como esos conocimientos pueden ayudarlas ahora. La terapia narrativa se enfoca en la transformación de la historia, utilizando metáforas para generar un proceso de recuperación de la experiencia vivida más allá de la situación traumática. (Campillo Rodríguez, 2021, p. 186).

A fin de cuentas, la terapia narrativa y la técnica del árbol de la re-asociación pueden ser herramientas valiosas para ayudar a las personas a enfrentar el duelo y la pérdida, reconstruir su historia y encontrar un nuevo sentido de esperanza y conexión con sus seres queridos fallecidos.

Por su parte, Montesano & Ness (2019) presentan la técnica de la carta relacional, una herramienta surgida de la terapia narrativa para revitalizar la ética relacional de las parejas. La técnica consta de dos entrevistas y una tarea escrita, y busca reconstruir la ética relacional de la pareja, repescando valores y significados importantes en su historia para ganar un terreno común desde el que orientar el cambio relacional deseado. Se reflexiona sobre el potencial de la técnica para generar cambio relacional y los mecanismos de funcionamiento involucrados, y se presenta un estudio de caso en el que se analiza el impacto de la técnica en el bienestar de la pareja. (p. 107).

En efecto la carta relacional se enfoca en el contenido relacional que se produce entre los integrantes de la pareja, y busca favorecer el surgir de un relato o narrativa más satisfactoria con las intenciones de las personas con sus vidas. Es breve y específica, y se ha demostrado efectiva en la mejora de la calidad de vida de las parejas (Montesano & Ness, 2019).

Simultáneamente, la publicación “La terapia narrativa como intervención en jóvenes víctimas de abuso sexual infantil” (Lozada & Faga, 2022, p. 22) enmarca al abordaje narrativo como una posible herramienta para jóvenes víctimas de abuso sexual infantil, con quienes se busca resignificar su experiencia traumática y superarla. Para ello, se utilizan técnicas específicas, como la externalización del problema, la reautoría de la historia y la definición de nuevas identidades. De este modo, quienes hacen uso de recursos narrativos,

a la par se sirven de diversas estrategias “para proclamar, recordar y hacer tangible el nuevo conocimiento que aporta la terapia” (Lozada & Faga, 2022, p.25). En la misma medida, esta línea terapéutica se enfoca en el futuro y el pleno desarrollo de la persona. Cuando se considera que el relato de la persona es beneficioso y liberador para confrontar su futuro, se culmina el proceso terapéutico. El último espacio es contemplado como una celebración, donde la persona intenta hacer partícipe de su experiencia a sus familiares y personas de relevancia en su vida (Lozada & Faga, 2022).

Asimismo, el artículo destaca que la terapia narrativa puede ofrecer beneficios específicos a víctimas de abuso sexual infantil, como la factibilidad de reconstruir un fuerte sentido de sí mismo y la posibilidad de resignificar el fenómeno traumático. Pese a ello, también se mencionan algunas limitaciones y desventajas en el uso de la terapia narrativa en este contexto, como la necesidad de un terapeuta capacitado y la posible retraumatización de la persona durante el proceso terapéutico (Lozada & Faga, 2022).

En tanto que, Quintal Corzo, Álvarez Cuevas, & Ayora Talavera (2020) relatan la experiencia del uso de la lectura y la escritura terapéutica como estrategias coadyuvantes de una intervención psicoterapéutica, sustentada en la Terapia Narrativa. Para ello, proponen un estudio de caso clínico único en el que hizo uso de la Terapia Narrativa para ayudar a un paciente llamado “Luis” a superar la ruptura de su relación amorosa con “Martha”. Se presta especial atención al papel que tuvo la experiencia de la escritura terapéutica y la lectura de textos literarios como estrategias coadyuvantes en este proceso. Se conoce y describe entonces, cómo el enfoque narrativo se centra en la construcción de una nueva historia que permita al paciente redefinir su identidad y encontrar nuevas formas de afrontar sus problemas. La lectura y la escritura terapéutica se utilizan para ayudar al paciente a explorar sus pensamientos y emociones, y para construir una narrativa más positiva y esperanzadora.

Adicionalmente, Paricio del Castillo & Polo Usaola (2020) abordan el tema de la maternidad y la identidad materna, y cómo la terapia narrativa puede ser una herramienta útil para deconstruir las narrativas rígidas sobre la “buena madre” y validar las decisiones de las mujeres en cuanto a la crianza y la maternidad. Por ende, declaran que, la identidad es una noción compleja que se forma a lo largo de la vida y está influenciada por los procesos cognitivos, las relaciones interpersonales y los discursos sociales predominantes. Por ello la perspectiva narrativa se orienta, en la exploración y reformulación de los relatos o narrativas de vida de las mujeres, permitiendo la expresión de emociones positivas y negativas y la celebración de la diversidad de formas de maternidad. Basándose en el

criterio de que las personas configuran su identidad a través de las historias que cuentan sobre ellas mismas, y que estas historias pueden ser reescritas y transformadas para lograr una mayor coherencia y bienestar emocional. En última instancia, la terapia narrativa es una herramienta valiosa para ayudar a las mujeres a cuestionar los discursos sociales sobre la maternidad y a encontrar su propia voz y su propia forma de ser madres.

Entre otros aspectos, Gradilla Lizardo & Nuñez Fadda (2019) elaboran un estudio de caso sobre la intervención narrativa en el duelo infantil por separación de pareja. Por ende, se utilizó la técnica de cuentos terapéuticos para asistir a la familia Ballesteros a redefinir y re-narrar su narrativa, a fin de contar una historia alternativa que les permitiera ver su vida fuera del problema. La técnica de cuentos terapéuticos consiste en la creación de historias que reflejen la situación del paciente y que le permitan encontrar soluciones a sus problemas. Además, se utilizaron otras técnicas narrativas, como la confrontación de las narrativas y creencias, y el uso de documentos terapéuticos, como cartas y diplomas, para consolidar el progreso de la persona en el proceso terapéutico. En conclusión, la terapia narrativa y las técnicas narrativas utilizadas en este caso permitieron a la familia Ballesteros vivir el proceso de duelo por separación y expulsar la tristeza y enojo de su discurso, lo que les permitió reajustar y restablecer la homeostasis familiar.

Por su parte Rodríguez Castro, Acevedo Suárez, & López Rodríguez (2022) sostienen cómo la reflexividad y la línea narrativa pueden servir a las parejas a superar la violencia, con la finalidad de adaptarse a nuevas formas de relación. Igualmente, los autores argumentan que la violencia en pareja es un problema complejo que requiere un enfoque sistémico y que la terapia narrativa puede ser una herramienta efectiva para abordarla en la construcción de historias y narrativas que permiten a las parejas explorar sus experiencias y emociones de manera más profunda. Paralelamente, la reflexividad, por su parte, se enfoca en la reflexión crítica sobre las propias experiencias y la comprensión de cómo estas experiencias influyen en la relación de pareja. A su vez, los autores presentan varios casos de estudio en los que se utilizó la terapia narrativa y la reflexividad para abordar la violencia en pareja y lograr cambios positivos en la relación.

En otra instancia, Prieto Quezada (2022) exhibe una propuesta de intervención basada en la terapia narrativa para mejorar la convivencia y fomentar la paz en una escuela primaria de Guadalajara.

Para ello, esta perspectiva psicológica creada por White y Epston que se desarrolló originalmente en el trabajo de niños vulnerables en Sudáfrica que han experimentado pérdidas y viven situaciones de violencia, abuso físico y

emocional, abandono por parte de su familia y que han sido vulnerados en sus derechos. El mencionado enfoque se diseñó para grupos de niños afectados por VIH/SIDA, genocidios, guerras, etc. y es eficaz porque tiene implicaciones profundas con la humanidad, con la experiencia humana que compartimos por medio de las relaciones sociales, las percepciones sobre nosotros mismos, el lenguaje, la vida. (Prieto Quezada, 2022, p. 175).

Desde esta visión, estos niños y niñas moldean su experiencia y le dan forma a su vida por medio del relato, y formulan aspectos tomados de su experiencia, que finalmente construyen las vidas y las relaciones. La propuesta de intervención se basa en el modelo del "árbol de la vida", que facilitan a los niños y niñas establecer un referente de pertenencia al convivir en paz. La terapia narrativa es una metodología emergente que muestra cómo promover el concepto de educación para la paz en el nivel básico.

Por su parte, Ontiveros Torres (2022) expone a la Terapia Narrativa como:

(...) una alternativa metodológica para trabajar con el cuerpo-territorio de las mujeres desde la perspectiva del Feminismo decolonial. La Terapia Narrativa sugiere que el paciente rescate de las narrativas aquellos elementos que le han permitido avanzar en la problemática vivida. Las personas que acuden a terapia suelen sentirse incapaces de intervenir en una vida que se les aparece como inmutable; están bloqueadas en su búsqueda de nuevas posibilidades y significados alternativos. (p. 163).

La tradición escrita, en el grado en que permite reflejar la experiencia sobre la magnitud del tiempo, tiene mucho que otorgar en las acciones prescritas como terapia. La Terapia Narrativa se enfoca en la construcción de historias alternativas que permitan a las mujeres re-significar su experiencia y encontrar nuevas posibilidades de acción. A través de la externalización, que consiste en separar al problema de la persona para poder analizarlo de manera objetiva. La externalización permite a las mujeres tomar distancia de su problema y verlo desde una perspectiva diferente. La Terapia Narrativa también utiliza la re-autoría, que implica la creación de nuevas historias que permitan a las mujeres encontrar nuevas formas de entender su experiencia. La Terapia Narrativa es una herramienta poderosa para sanar y empoderar a las mujeres, permitiéndoles encontrar maneras distintas de entender su experiencia y encontrar métodos novedosos en nuestros procedimientos.

Por último, Rojas Madrigal (2020) explora este enfoque y su vínculo con la técnica de reautoría de la historia. La terapia narrativa se enfoca en la interpretación de la persona

que está en el proceso, en lugar de la postura del experto. La técnica de la reautoría de la historia permite a la persona hacerse cargo de la reautoría de su propia narrativa, lo que puede apuntalar a la construcción de su identidad. Es por ello que, el uso de documentos escritos, como cartas y certificados, es una característica de este abordaje que:

(...) desafía las estructuras dominantes y los discursos de poder. La técnica de la reautoría de la historia ha permitido a la terapia narrativa involucrarse en procesos colectivos que han trascendido las fronteras del abordaje familiar. Aunque la terapia narrativa no incorpora abiertamente referentes bibliográficos feministas, tiene premisas que viabilizan trabajar las desigualdades de género en la atención de familias. (Rojas Madrigal, 2020, p. 75).

La terapia narrativa es capaz de situar las experiencias de las personas en una dimensión temporal, mediante la cimentación de un escenario de aquellos eventos esenciales para definir la identidad y cómo esta puede cambiar cuando se aportan otras perspectivas.

8.- Conclusiones

1. La terapia narrativa es un enfoque terapéutico único que se enfoca en deconstruir y reconstruir historias personales para transformar el presente y el futuro de una persona. Se diferencia de otros enfoques terapéuticos en su énfasis en la co-construcción de historias y la externalización de problemas.

2. Se ha demostrado que la terapia narrativa es una opción efectiva para abordar diversos trastornos mentales, especialmente aquellos relacionados con traumas y experiencias negativas. Ofrece un enfoque centrado en la persona que empodera a los individuos para tomar el control de sus propias historias y encontrar nuevos significados y perspectivas.

3. La terapia narrativa utiliza una variedad de técnicas y herramientas, como la carta terapéutica, la línea de tiempo y el árbol de re-asociación, para ayudar a las personas a reconstruir sus historias personales. Estas técnicas pueden adaptarse a diferentes contextos y poblaciones, lo que hace que la terapia narrativa sea un enfoque versátil y flexible.

4. Se recomienda que profesionales de salud mental reciban capacitación en terapia narrativa para ofrecer a sus pacientes una opción terapéutica efectiva e individualizada. Se necesita más investigación para explorar la eficacia de la terapia narrativa en diferentes

contextos y poblaciones, así como para seguir desarrollando y refinando sus técnicas y herramientas.

5. Los estudios examinados evidencian que no hay probablemente en la investigación de habla hispana ningún artículo sobre limitaciones específicas del modelo en su variedad de aplicaciones. Mayormente se encontró indagaciones que intentan sostener dicha perspectiva, se afianzan en muestras pequeñas y poco representativas de población (Cáceres Rubio, 2019). Al mismo tiempo, cabe destacar las insuficientes investigaciones sobre este enfoque que develen las barreras que este puede disponer. De esta forma, se torna fundamental continuar aportando evidencia al respecto, que permita fortalecer los análisis planteados y colaborar desde la psicología y sus diversas vertientes o modelos de intervención a prevenir la repetición de sucesos que el abordaje narrativo asume, como por ejemplo: la repetición del trauma y temas de salud mental a nivel comunitario, desde una perspectiva con enfoque de género, entre otros temas de incipiente desarrollo académico asociado al modelo en cuestión (Díaz & Ihl, 2021).

9.-Recomendaciones

1. Si eres un investigador interesado en la terapia narrativa, considera realizar más estudios para explorar su eficacia en diferentes contextos y poblaciones. También puedes investigar nuevas técnicas y herramientas que puedan mejorar la aplicación y eficacia de la terapia narrativa.

2. Si eres un profesional de la salud mental, considera recibir capacitación en terapia narrativa para poder ofrecer a tus pacientes una opción terapéutica efectiva y centrada en la persona. La terapia narrativa puede ser especialmente útil para abordar trastornos mentales relacionados con traumas y experiencias negativas.

3. Si eres un académico, considera incluir la terapia narrativa en tus cursos y programas de estudio para que los estudiantes puedan conocer y explorar esta corriente terapéutica. También puedes investigar y publicar artículos sobre la terapia narrativa para contribuir al conocimiento y desarrollo de esta área.

4. Si eres un defensor de la salud mental, considera promover la terapia narrativa como una opción terapéutica efectiva y centrada en la persona. Puedes compartir

información sobre la terapia narrativa en conferencias, publicaciones y redes sociales para ayudar a difundir su uso y beneficios.

10. Referencias

- Barrera Cortes, Y., Agudelo Torres, D., & Burgos Días, J. (2018). Movilización de las narrativas y redes de apoyo en estudiantes con desempeño académico favorable: una revisión bibliográfica. *Revista Enfoques*, 107-127.
- Cáceres Rubio, M. (2019). La Terapia de Exposición Narrativa como alternativa terapéutica para el Trastorno de Estrés Postraumático Complejo. *REVISTA DE VICTIMOLOGÍA | JOURNAL OF VICTIMOLOGY*, 5-29. doi:10.12827/RVJV.9.01
- Campillo Rodríguez, M. (2021). Terapia narrativa: respondiendo al duelo y la pérdida con el árbol de re-asociación". *Revista de Psicoterapia*, 181-195. doi:https://doi.org/10.33898/rdp.v32i119.422
- Cejas Leyva, L. (2021). LA MIRADA DE MICHAEL WHITE A LA PRÁCTICA TERAPÉUTICA DE LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL EN LA TERAPIA FAMILIAR. *Estudios sobre los agentes educativos*, 74-80.
- Cingolani, G. (2019). La Semiosis Social en reconocimiento Mediatización e individuos en la última etapa de la obra de Eliseo Verón. *Instituto de Investigación y Experimentación en Arte y Crítica*, 49-61.
- Díaz, X., & Ihl, C. (2021). Terapia narrativa en el abordaje de la transmisión transgeneracional del trauma en víctimas de agresiones sexuales. *Revista Notas Criminológicas*, 8-20.
- Figueroa Vives, M., Grañó Solé, N., & García del Cid, L. B. (2010). INTERVENCIÓN CONSTRUCTIVISTA NARRATIVA EN UN ESTUDIO DE CASO ÚNICO: REELABORACIÓN DE LA HISTORIA DE MARIA. *RECURSOS ANALÓGICOS EN PSICOTERAPIA*, 107-143.
- Gergen, K. (2007). *Construccionismo Social- Aporte para el debate y la práctica*. Bogotá: Uniandes.
- Gradilla Lizardo, J. D., & Nuñez Fadda, S. M. (2019). Intervención narrativa en duelo infantil por separación de pareja: Estudio de caso. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 987-1004.

- Linares, J. L. (1996). *Identidad y Narrativa*. Barcelona: Paidós.
- Losada, A. V., & Faga, M. (2022). La terapia narrativa como intervención en jóvenes víctimas de abuso sexual infantil. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 22-52.
- Lozada, A. V., & Faga, M. (2022). La terapia narrativa como intervención en jóvenes víctimas de abuso sexual infantil. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 22-52.
- Martínez, L. A. (2021). La Complejidad y la Cibernética de Segundo Orden: Constructores del Modelo Pedagógico para la Enseñanza y Aprendizaje de las Ciencias . *Yura: Relaciones Internacionales*, 1-26.
- Moggia, D. (2019). ¿Cómo funciona la terapia narrativa? Una revisión de la investigación de procesos y procesos-resultados. *Revista de psicoterapi*, 31-55.
- Montesano , A., & Ness, O. (2019). La carta relacional en terapia de pareja: un recurso narrativo para la reconstrucción de la ética y el bienestar interpersonal. *Revista de Psicoterapia*, 107-128. doi:<https://doi.org/10.33898/rdp.v30i114.32>
- Ontiveros Torres. (2020). Terapia narrativa: una alternativa metodológica para el rescate del cuerpo-territorio. *Alternativas psicológicas*, 160-169.
- Paricio del Castillo, R., & Polo Usaola, C. (2020). Maternidad e identidad materna: deconstrucción terapéutica de narrativas. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq.*, 33-54. doi:10.4321/S0211-573520200020003
- Payne, M. (2002). *Terapia Narrativa. Una introducción para profesionales*. Barcelona: Paidós.
- Prieto Quezada, M. T. (2022). EDUCACIÓN PARA LA PAZ Y CONVIVENCIA SIN VIOLENCIA. UNA PROPUESTA EN EL NIVEL BÁSICO DESDE LA TERAPIA NARRATIVA. *Investigación y desarrollo*, 170-197. Obtenido de [HTTPS://DX.DOI.ORG/10.14482/INDES.30.1.370.114](https://dx.doi.org/10.14482/INDES.30.1.370.114)
- Quintal Corzo, J. A., Álvarez Cuevas, S., & Ayora Talavera, D. A. (2020). Leer y escribir en terapia narrativa, construyendo una nueva historia. *Revista de psicoterapia*, 227-245. doi:<https://doi.org/10.33898/rdp.v31i116.293>
- Rodríguez Castro, A. F., Acevedo Suárez, J. P., & López Rodríguez, C. (2022). Abordaje sistémico de la violencia en pareja: procesos de cambio y adaptación. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 133-156. doi:10.17151/rlef.2022.14.2.8

- Rodríguez Castro, A. F., Acevedo Suárez, J. P., & López Rodríguez, C. J. (2022). Abordaje sistémico de la violencia en pareja: procesos de cambio y adaptación. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 133-156. doi: 10.17151/rlef.2022.14.2.8
- Rojas Madrigal, C. (2020). Terapia narrativa y perspectiva feminista: acertado encuentro para la atención de familias. *Revista de Trabajo Social*, 73-93.
- White, M., & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Buenos Aires: Paidós.
- Wiener, N. (1988). *Cibernética y Sociedad*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana.