

La metáfora como faro en el naufragio: una herramienta psicoterapéutica para movilizar los
desafíos conversacionales dentro del espacio de la terapia sistémica

Investigadoras: María Juliana Bahamón López y María Alejandra Bolaños Argüello

Director: Daniel Fernando Jaramillo del Río

Pontificia Universidad Javeriana

Facultad de Psicología

Maestría Psicología Clínica – Enfoque Sistémico



Mayo 2024

“Las buenas metáforas hacen algo más que simplemente llamar nuestra atención hacia algunas similitudes ya existentes: ellas nos obligan a ver las cosas desde una perspectiva diferente y a reconceptualizarlas en ese sentido”.

(Cacciari, 1998, p.138, citado en Fajardo, 2006, p.53).

Agradecimientos

Queremos agradecer primero que todo a Dios, quien nos ha regalado el don de nuestra profesión y permitirnos lograr nuestros sueños. A nuestro tutor Daniel Jaramillo, por su acompañamiento y formación a lo largo de estos dos años y a los demás profesores que han aportado a esta investigación y a nuestro ejercicio como psicólogas clínicas sistémicas: Juanita, Mariana e Irene. Damos infinitas gracias a aquellos que nos abrieron sus vidas como participantes y nos permitieron amorosamente recoger sus voces y entretejerlas con las nuestras, así como a todas las otras voces que potenciarán los significados que se gestan en terapia mediante la metáfora.

Gracias a mi familia por creer en mí y acompañarme en cada paso, en las alegrías y en los momentos más difíciles. A mi esposo por su amor y apoyo en nuestro caminar juntos, a mis padres por abrazarme y enseñarme a perseverar, a mi hermano por recordarme que no hay límites para soñar nuestras pasiones. Ale, gracias por permitirnos vivir y aprender de esta experiencia enriquecedora e inolvidable.

María Juliana Bahamón López

A mis padres por el apoyo que siempre me han brindado, por permitirme seguir creciendo personal y profesionalmente. Hoy se marca el inicio de una nueva etapa de mi vida, y que sin sus esfuerzos este sueño no habría sido posible. Gracias a Juli por su paciencia, compañía y por animarse a subir al barco de este navegar juntas.

María Alejandra Bolaños Argüello

Resumen

Esta investigación buscó analizar el uso de la metáfora como herramienta de intervención en la terapia psicológica desde la perspectiva tanto de terapeutas como de consultantes, incluyendo la experiencia que viven como sistema terapéutico al utilizar esta herramienta discursiva. El objetivo fue explorar cómo ésta logra movilizar los desafíos conversacionales que se pueden presentar en la terapia sistémica. Para ello, se llevaron a cabo análisis de sesiones de terapia, entrevistas semiestructuradas con consultantes y un grupo focal con terapeutas. Este trabajo investigativo fue de tipo cualitativo, con método hermenéutico y enfoque socioconstruccionista. Los hallazgos reflejan el uso de la metáfora para expresar, comprender y abrir caminos a nuevas posibilidades, que a partir de la maniobrabilidad terapéutica puede convertirse en una herramienta con gran potencial para resolver desafíos conversacionales y favorecer el alcance de objetivos terapéuticos.

Palabras clave: metáfora, desafíos conversacionales, experiencias del sistema terapéutico, co-construcción, significados, relación terapéutica.

Abstract

This research aimed to analyze the use of metaphor as an intervention tool in psychological therapy from the perspective of both therapists and clients, including the experience they undergo as a therapeutic system when using this discursive tool. The objective was to explore how the metaphor addresses the conversational challenges that may arise in systemic therapy. To achieve this, therapy session analyses, semi-structured interviews with clients, and a focus group with therapists were conducted. This investigative work followed a qualitative approach, employing a hermeneutic method and a socio-constructionist framework. Findings reflect the use of metaphors to express, comprehend, and co-create pathways to new possibilities, which, through therapeutic maneuvering, can become a useful and potential tool to respond to conversational challenges and to facilitate the achievement of therapeutic goals.

Key words: metaphors, conversational challenges, therapeutic system experiences, co-creation, meanings, therapeutic relationship.

Tabla de Contenido

Las voces detrás de la investigación	9
Introducción	10
Planteamiento del problema	10
Justificación	15
Marco Conceptual	17
Estado del arte	17
Marco Teórico	22
Desafíos conversacionales.....	23
La metáfora y sus usos.	25
Experiencias del sistema terapéutico.....	28
Objetivos	31
Objetivo General.....	31
Objetivos específicos	32
Enfoque metodológico	32
Método	32
Población y muestra.....	33
Categorías de Análisis.....	34
Desafíos conversacionales.....	34
Usos terapéuticos de Metáforas.....	36
Experiencias del sistema terapéutico.....	37
Técnicas de recolección de información y datos (metodología)	38
Técnica 1. Grabación y transcripción de sesiones terapéuticas	38
Técnica 2. Grabación y transcripción de grupo focal.....	38

Técnica 3. Entrevistas semiestructuradas	39
Plan de análisis	41
Procedimiento	42
Fase 1. Revisión documental, elaboración marco teórico y diseño proyecto de investigación	42
Fase 2. Selección de participantes	42
Fase 3. Recolección, revisión y transcripción de sesiones.....	42
Fase 4. Codificación, análisis y discusión	43
Fase 5. Escritura del documento y presentación final.....	43
Consideraciones éticas	43
Resultados	46
Navegando en la <i>marea alta</i> de los desafíos conversacionales	47
Dificultades en la expresión y comprensión del mensaje	48
Dificultades para generar reflexividad.....	51
Dificultades para generar conexión emocional.....	53
Dificultades para distanciarse del lenguaje técnico	55
Estancamiento	57
Juicios socioculturales	58
El uso de metáforas: <i>faros</i> que se encienden en la marea.....	59
Expresar y comprender	60
Promover nuevas posibilidades.....	64
La experiencia del <i>navegar</i> en terapia	69
Amplificación y recuperación de la agencia personal	70

Alianza terapéutica.....	73
Discusión.....	78
Más allá de los datos: las investigadoras y sus procesos reflexivos	95
Conclusiones.....	100
Referencias.....	106

Lista de Tablas

Tabla 1. Fases de recolección de información	40
--	----

Lista de Anexos

Anexos	118
Anexo A. Formato genérico de consentimiento informado consultantes	118
Anexo B. Formato genérico de consentimiento informado terapeutas.....	121
Anexo C. Guía grupo focal.....	125
Anexo D. Guía entrevista semiestructurada.....	126
Anexo E. Matriz de referencias por categorías y subcategorías de análisis	128
Anexo F. Matriz de codificación de referencias	174
Anexo G. Transcripción entrevista semiestructurada C1	175
Anexo H. Transcripción entrevista semiestructurada C2	185
Anexo I. Transcripción entrevista semiestructurada C3.....	195
Anexo J. Transcripción entrevista semiestructurada C4.....	211
Anexo K. Transcripción grupo focal	223
Anexo L. Transcripción ejercicio reflexivo	259

Las voces detrás de la investigación

Desde el momento en el que empezamos a compartir los espacios de supervisión en nuestra formación de Psicología Clínica hace dos años, nuestro mayor descubrimiento fue una serendipia, pues sin haberlo planeado, nos dimos cuenta de que en nuestros casos clínicos hacíamos uso de la metáfora en terapia. Fuimos descubriendo de forma un tanto accidental, que los consultantes usaban otras formas de describir lo que les sucedía y nosotras también lo hacíamos con ellos, hasta que empezamos a hacerlo con más consciencia, pues veíamos cómo permitían poner elementos significativos de sus vidas y del proceso terapéutico de una forma creativa, literaria y única.

Pasamos juntas a alimentar nuestros espacios de supervisión y terapia con las voces de las metáforas que mutuamente construíamos para movilizar nuestros casos, dándonos cuenta de que no sólo estábamos conectando con nuestros consultantes y sus relatos, sino también con nosotras mismas. Somos amantes de la literatura y de la inmensidad del lenguaje que nos ha permitido pensarnos mundos posibles e infinitos, como estamos convencidas, que la metáfora también lo hace. Nuestra apuesta terapéutica implica también observarnos y por eso hemos decidido incluir un apartado para ello al final de este documento que reúne nuestras experiencias a lo largo del periodo de gestación, nacimiento y vida misma de esta investigación, a la cual agradecemos tanto.

Introducción

Planteamiento del problema

“Para los pacientes resulta más tranquilizante que se hable de los problemas de otros que hablar frontalmente de los propios. El efecto de la metáfora encierra asociación e identificación de los conceptos metafóricos que expresan lo que literalmente le sucede” (Ceberio, 2018, p.159).

El lenguaje, citando a Von Foerster (2002), es un modo más específico de interacción con una funcionalidad particularmente social y de intercambio, y también posee propiedades como la sintaxis, la gramática, la semántica, etc., para ser constituido lenguaje. Al espacio terapéutico llegan personas con lenguaje, y es a través de la conversación que nos dan a conocer aquellas “formas de ser y de pensar” que revelan implícitamente aquellos sistemas de significado que nos permiten acceder a la información de cómo se sienten, lo cual claramente puede entenderse dentro de dichos sistemas particulares de significado que construyen su perspectiva del mundo y de la problemática con la que han llegado a terapia, viendo la vida desde allí (Limón, 2012).

Siguiendo esta línea, acerca de la importancia del lenguaje, los actos e interacciones se relacionan con significados que se sitúan en un entorno específico con unas características históricas y culturales que permean la construcción de creencias, valores y en general a lo que Limón (2012) llama “formas de ser y de pensar”, que terminan siendo actos de palabra que transmiten mensajes ante los cuales las personas responden a través del lenguaje para poder dar sentido a su experiencia vivida. Así, el lenguaje se constituye como vehículo privilegiado para comunicarnos entre nosotros, es el medio por el cual conformamos ideas, conceptos, y en general: sistemas de significados (Limón, 2012).

En este sentido, la conversación se ha constituido como herramienta psicoterapéutica por excelencia (recibiendo especial atención el lenguaje hablado), siendo en ella donde tanto consultantes como terapeutas elaboran comprensiones y conexiones de significados que posibilitan procesos de cambio o transformación (Fernández *et al.*, 2012). Complementando esta línea, según Estupiñán *et al.* (2006), el acto de conversar se comprende como una de las principales unidades de análisis básica para las prácticas interventivas e investigativas en el marco de las ciencias sociales, al reconocer el lenguaje desde su capacidad recursiva que posibilita procesos de resignificación. Los escenarios conversacionales entonces, favorecen la comprensión de diferentes significados que se construyen de la realidad, puesto que el lenguaje en sí mismo se convierte en un instrumento de construcción y transformación de modos de ser humano y de experiencias, consolidándose como tejedor de relaciones, creador de contextos, organizador de realidades subjetivas y edificador de sentido (Estupiñán *et al.*, 2006; Ceberio, 2018).

Desde la visión sistémico-construccionista, los escenarios conversacionales emergen de los procesos interaccionales entre más de dos sujetos, es decir, una co-construcción entre interlocutores o co-narradores, a fin de poder comprender la forma en que se configuran los sentidos y la organización de la experiencia humana, siendo comprendidos como un “*dispositivo interaccional que viabiliza la configuración mental de los mundos posibles*” (Estupiñán *et al.*, 2006, p.24). De acuerdo con lo anterior, investigar acerca de los escenarios conversacionales, más aún en la psicoterapia, resulta pertinente ya que éstos permiten la aproximación a los significados que construyen los individuos en torno a los acontecimientos y experiencias vividas, lo cual implica a su vez un acercamiento a lo que construyen y experimentan mutuamente como sistema terapéutico, esto es, el terapeuta y sus consultantes, siendo así la terapia un espacio para

“observar-se, crecer, aprender, reflexionar-se para todos los que participan en ella”

(Rodríguez-Bustamante *et al.*, 2019, p.98).

Cabe considerar entonces que al ser la comunicación un elemento primordial de la terapia, en muchos casos se convierte en un desafío para las intervenciones del terapeuta (Ciro y Castaño, 2020). Esto pone de manifiesto la existencia de desafíos conversacionales tras los obstáculos que emergen de acuerdo con los estilos de conversación que se dan dentro del sistema terapéutico, de manera que lograr una interacción fluida en éste requiere de la adaptación a las necesidades del paciente, siendo esto fundamental para alcanzar los objetivos terapéuticos. Adicionalmente, determinadas poblaciones tornan más difícil la conversación terapéutica de acuerdo con su nivel evolutivo e intereses propios, que a su vez, puede obstaculizar la alianza terapéutica y la forma en la que se asimilan las intervenciones (Bunge *et al.*, 2007).

Los pacientes llegan al espacio terapéutico haciendo uso de la comunicación tanto digital como analógica. La comunicación digital se apoyará en fonemas, morfemas y dígitos estructurados bajo convenciones socioculturales y que, agrupados en gramática y articulación sintáctica, favorecen la emisión de un mensaje (Ceberio, 2018). Tomando a Haley (1976, citado en Ceberio, 2018), la comunicación digital posibilita la descripción de las conductas en relación con el ambiente desde un plano racional y lógico. Sin embargo, como es sabido, las situaciones y los diálogos humanos no acontecen exclusivamente en estos planos, ya que se ven permeados por las emociones e interpretaciones de los participantes, por lo tanto, hacer descripciones meramente digitales de una situación implica omitir la esencia y el sentido de ésta.

Por su parte, la comunicación analógica se aleja de reglas sintácticas, posee múltiples significados, no hay mensajes precisos y únicos en la medida en que posibilita numerosas interpretaciones que dependerán de cada interlocutor; su funcionalidad será expresar emociones

y los vínculos en las relaciones interpersonales (Ceberio, 2018). Bajo este marco, los psicoterapeutas en general suelen realizar abstracciones e interpretaciones de los actos con los que llegan los consultantes, haciendo uso de la comunicación analógica.

En este sentido, abordar las intervenciones psicoterapéuticas bajo métodos exclusivamente digitales, directos o literales puede obstaculizarlas (Vernon, 2009, citado en Ciro y Castaño, 2020), ya que “*entendemos y transmitimos nuestra visión del mundo por medio de lenguaje literal y no literal, y este último es un recurso complejo, ya que intenta verbalizar lo abstracto*” (Piñeros y Rubiano, 2018, p.1). En el marco del lenguaje no literal previamente mencionado, emergen las metáforas como un recurso espontáneo que facilita la comunicación cotidiana, siendo éstas, locuciones alejadas de su significado explícito (Piñeros y Rubiano, 2018). Es así como surge la necesidad de que los psicólogos puedan habituarse a hablar y escuchar de un modo metafórico, pues éste puede constituirse como un medio de comunicación con un individuo, una pareja o toda una familia (Gordón, 2007) y, además, brinda visiones nuevas sobre las situaciones dialogadas dentro del espacio psicoterapéutico.

Para Dufour (1998, citado en Centeno, 2003), la metáfora es ante todo una herramienta del lenguaje que permite expresar ideas en un sentido que no es literal, creando una nueva imagen que permite una mejor y mayor comprensión de aquello que se pretende expresar. Frente a esto, es preciso mencionar a Erickson, gran influyente de la terapia familiar, quien fue pionero en hacer uso de la metáfora como herramienta terapéutica, destacando esta técnica como un elemento valioso para conectar con el consultante desde una conversación más fluida y que permite ver la situación desde un lugar distinto (Gil *et al.*, 2016).

Desde el enfoque sistémico, se encuentran investigaciones en torno al uso de una o varias metáforas junto con otros recursos de comunicación por parte del terapeuta principalmente en

procesos de reencuadre o cambios de creencias (Timoneda y Baus, 2014). En población infantil es significativamente utilizada debido a las dificultades que pueden presentar los niños y niñas para expresar verbalmente lo que piensan, sienten o cómo se comportan acorde a su nivel evolutivo (Vernon, 2009, citado en Ciro y Castaño, 2020).

Es posible decir que la metáfora ha sido utilizada desde diversos enfoques de la psicología y para múltiples objetivos, encontrando importantes ventajas al implementarse en terapia, y por ello autores como Queraltó (2006) desde la postura cognitivo-conductual, promueven que sea cada vez más investigada e incluso enseñada como instrumento en los espacios de formación de psicoterapeutas y que su uso sea fomentado. Dentro del enfoque sistémico, White y Epston (1993) sitúan la metáfora como un importante objeto de análisis para la comunicación/pensamiento analógico y el lenguaje figurado. Bayebach (1995, citado en Cardona y Osorio, 2015) por su parte, cuestiona la poca utilización de este recurso y su estancamiento teórico.

En resumen, la metáfora se ha convertido en un elemento de valor conceptual dentro del enfoque sistémico y de la psicología en general que permite dar sentido al espacio terapéutico pero que ha sido poco potencializado y divulgado (Cardona y Osorio, 2015; Queraltó, 2006), de manera que cobra relevancia profundizar en la investigación sobre la utilidad de la metáfora como alternativa para expresar emociones, sentimientos, conceptos, interpretaciones y/o abstracciones que están en la mente del consultante y/o del terapeuta, que dan cuenta de una realidad, pero que el lenguaje literal está limitado para describir (Ceberio, 2018).

En este orden de ideas, la pregunta de investigación a la que se pretende dar respuesta en el presente trabajo es: ¿De qué manera la metáfora como herramienta psicoterapéutica es

utilizada para movilizar los desafíos conversacionales dentro del espacio de la terapia sistémica?

Justificación

Es de especial importancia para el ejercicio de la psicología clínica reconocer, explorar y abordar la alta tasa de deserción que se presenta en la terapia psicológica, donde en promedio los consultantes asisten a 11,17 sesiones, siendo la séptima sesión en la que el 50% de consultantes deja de asistir (Jaramillo *et al.*, 2018, citados en Espinosa-Duque *et al.*, 2020). También en países de habla hispana en Latinoamérica se refleja la dificultad en la atención de salud mental efectiva y atractiva para los consultantes, muestra de ello son las cifras de deserción en Venezuela de quienes reciben atención psicológica, que se han posicionado entre el 25% y el 50%, siendo superior a la de otros campos de la salud.

En México, los consultantes asisten en promedio a tres sesiones de tratamiento y, de acuerdo con estudios en Europa y Latinoamérica, la deserción de casos psicoterapéuticos iniciados alcanza el 63%, dentro de la cual el 33% alude a inconformidades frente al tratamiento recibido, estando esto relacionado significativamente con deficiencias en la comunicación y las elecciones inadecuadas de técnicas ajustadas a necesidades del paciente que llevan a que abandone la terapia (Rondón *et al.*, 2009, p.145).

Se ha encontrado que la deserción de consultantes a la terapia psicológica se da especialmente por inconformidad relacionada con deficiencias en la comunicación dentro del espacio psicoterapéutico, la sensación de estancamiento por no sentirse escuchado o por no encontrar sentido a las intervenciones terapéuticas, que terminan debilitando el vínculo terapéutico y llevando a su interrupción (Espinosa-Duque *et al.*, 2020). Estudios en Antioquia, Colombia, reflejan que dentro de los factores que más favorecen la permanencia en terapia se

encuentran el vínculo terapéutico con 90% y la satisfacción con el servicio de un 90% a 94% (Espinosa-Duque *et al.*, 2020).

Bajo este marco, surge el reconocimiento de la necesidad e investigación inminente de prácticas y herramientas empleadas por los terapeutas en las conversaciones, especialmente cuando se llegan a estancar o a dificultar los procesos de intervención. Se ha encontrado que ceñirse a un estilo terapéutico netamente literal puede tornar el proceso poco atractivo, perder de vista elementos esenciales de la problemática y, además, puede hacer que sea difícil para el consultante expresar su situación emocional de manera que termine desertando del proceso (Ceberio, 2018).

En este orden de ideas, emerge la metáfora como una herramienta psicoterapéutica útil para responder a lo planteado, debido a que se ha encontrado que ésta favorece el vínculo terapéutico, la expresión de conflictos y mitiga las resistencias por parte del consultante, al ofrecer una manera indirecta y menos amenazadora para el desarrollo de procesos psicoterapéuticos al usar refranes o expresiones populares como herramientas culturales con fines conversacionales que hacen que se sienta más tranquilo para hablar de sí mismo (Cardona y Osorio, 2015, p.19).

Es, por tanto, que la metáfora adquiere un lugar significativo como figura del lenguaje que compara dos cosas que no son literalmente iguales, abriendo la oportunidad de que esta comparación ayude a entender mejor aquello que el consultante pretende expresar (Centeno, 2003). En este sentido, siguiendo a Cardona y Osorio (2015), la metáfora como herramienta terapéutica cobra sentido al ser eficaz ya que permite al terapeuta tener una mejor comprensión del problema, creando así nuevas perspectivas y posibilidades en la conversación para adaptarse a las necesidades de cada caso.

De acuerdo con Centeno (2003), los resultados de estudios realizados dan cuenta de que la metáfora es una técnica clara para el encuentro en terapia ya que amplía las posibilidades terapéuticas al utilizar expresiones muy comunes las cuales son útiles para describir aspectos puntuales como lo son las relaciones (por ejemplo del sistema terapéutico: terapeuta-consultante) donde su utilidad es informar, educar, explicar, dar a entender, e impulsar un crecimiento interno el cual permite mandar mensajes de solución frente a la conversación.

De igual manera, se ha encontrado que las metáforas son un posibilitador de la conversación terapéutica cuando informan sobre el síntoma, cobrando relevancia especialmente en la interacción que se da de manera literal entre familias, consultantes y terapeutas sobre psicopatologías, ayudando a comunicar con mayor facilidad temas que podrían llegar a ser complejos, así como a fortalecer e ilustrar el lugar del paciente en la interacción relacional de la familia (Cardona y Osorio, 2015).

Lo anterior, teniendo en cuenta que las metáforas posibilitan al consultante visualizar su situación desde una posición distante, donde puede externalizarla y así ampliar su mirada más allá de la experiencia literal, dando lugar a nuevas formas de contemplar el problema (Queraltó, 2006). Así pues, *“La metáfora finalmente es un asunto que enriquece la narrativa, el lenguaje, la manera de ser y de estar en una consulta”* (Cardona y Osorio, 2015, p.23).

Marco Conceptual

Estado del arte

Dentro de los procesos terapéuticos, existen diversas estrategias y herramientas para la intervención oportuna de atención profesional ya sea individual, de pareja o familias. La metáfora como herramienta terapéutica ha desempeñado un papel significativo en la psicología a lo largo de la historia. Su origen se remonta a Aristóteles, quien la definió como *“poner ante los*

ojos", destacando su capacidad para simplificar conceptos complejos y facilitar la comprensión mutua a través del lenguaje figurativo. Según Aristóteles, las metáforas no solo son construidas por quien las crea, sino también por quienes las escuchan, lo que subraya su naturaleza interactiva (Gil *et al.*, 2016).

Ricoeur (2001, citado en Gil *et al.*, 2016), a su vez, considera que las metáforas son una parte integral del discurso y desempeñan un papel crucial en la forma en que nombramos la realidad, ya que buscan conectar el sentido de la persona y el contexto por medio del cual se está llevando a cabo la conversación terapéutica, lo que puede enriquecer la comunicación y comprensión mutua entre el terapeuta y el cliente.

Como recurso lingüístico creativo, las metáforas son útiles para generar resignificación de situaciones dolorosas (Hansen, 2018), así como para expresar la riqueza y complejidad de las experiencias vitales, siendo utilizadas por más de 20 años en investigaciones de diversos enfoques de las artes (Rogers, 2012), las ciencias sociales (Gutiérrez, 2019) y las humanidades (López de Silanes, 2017), coincidiendo en que los actos interpretativos de las personas dan significado a sus experiencias y así, a sus relaciones, por lo cual la metáfora genera intercambios semióticos con efectos de re-interpretación, re-descripción, revelación y transformación de las experiencias (Farquhar & Fitzpatrick, 2019). La metáfora dista de lo científico y se posiciona en el terreno de las artes, surge en sí misma como recurso creativo auto representado para generar nuevos significados (de la Rosa-Álzate, 2020) y aprendizajes (Valenciano-Canet, 2018).

La psicología ha adoptado este recurso de la comunicación indirecta con fundamentos neurobiológicos (Timoneda y Pérez, 2014), ya que puede fomentar cambios en creencias negativas o perjudiciales, favoreciendo procesos de aprendizaje (Serra y Timoneda, 2014).

Varios autores de diversos enfoques terapéuticos, como el cognitivo-conductual, el psicoanálisis

y el sistémico, han reconocido el valor de la metáfora como una herramienta terapéutica. En estos enfoques, la metáfora se ha utilizado como un "trampolín lingüístico" para permitir una apertura a las emociones y facilitar la resignificación de situaciones problemáticas siendo figuras del lenguaje que establecen similitudes entre imágenes y conceptos (Centeno, 2003) que de otra manera podrían ser difíciles de expresar, de manera que logran movilizar la comunicación y comprensión mutua (Gil *et al.*, 2016).

La metáfora es una herramienta clave en la psicoterapia que facilita la comunicación haciéndola fluida y permitiendo adaptar el proceso de intervención a las necesidades del consultante, con el objetivo de lograr sus metas terapéuticas (Bunge *et al.*, 2007). Esta interacción construida dentro de la conversación es fundamental para establecer un vínculo entre el consultante y el terapeuta permitiendo comprender mejor las experiencias, sentimientos y significados (Galíndez y Drewniak, 2021).

Estudios realizados desde diferentes enfoques de la psicología, como el humanista, sistémico, cognitivo-conductual y psicodinámico, coinciden en la importancia de la relación terapéutica para alcanzar los objetivos previamente establecidos con el consultante (Ciro y Castaño, 2020). La comunicación desempeña un papel crucial en este proceso, facilitando una relación terapéutica activa y favorable para lograr dichos objetivos. Siguiendo la perspectiva de Bateson y Ruesch (1965, citado en Giro y Castaño, 2020), es relevante destacar los aspectos del proceso de comunicación en la terapia, ya que esto permite comprender al sujeto desde sus experiencias en diversos contextos sociales de interacción cotidiana.

Tras una revisión de investigaciones se encontró que varios autores como Centeno (2003), Cardona y Osorio (2014), y Boxó *et al.* (2013), que han destacado el uso terapéutico de la metáfora en tanto permite organizar la información entre terapeuta y consultante, utilizando

diferentes tipos de metáforas, como "historias largas" o "anécdotas cortas", para enriquecer la idea que se quiere transmitir y la comprensión mutua en la conversación (Gil *et al.*, 2016).

Investigaciones del enfoque cognitivo-conductual, han encontrado que la creación de metáforas ha sido útil en procesos de externalización para el abordaje de trastornos, reflejando la importancia de adaptar el lenguaje a las necesidades, intereses y procesos evolutivos de los consultantes, especialmente niños, para construir un entorno terapéutico adecuado para su aprendizaje (March y Mulle, 1998, citados en Bunge *et al.*, 2007). Bajo esta misma línea, Bunge *et al.* (2007) han encontrado que las metáforas pueden facilitar: 1) la relación terapéutica; 2) el acceso a información necesaria para un determinado diagnóstico y conceptualización; 3) la explicación llamativa de estrategias de intervención y 4) la consolidación de técnicas y estrategias obtenidas por el consultante. Dichas investigaciones coinciden en la importancia de incluir el uso de esta herramienta para generar las posibilidades expresivas y comprensivas de pensamientos, emociones y conductas especialmente en entornos infantiles (Ciro y Castaño, 2020).

Galíndez y Drewniak (2021) se han enfocado en indagar frente al trabajo con metáforas en terapia cognitivo-conductual, su adaptación a las características de cada consultante y a diversos contextos, encontrando que no todos los consultantes se expresan de manera metafórica al no contar con los recursos lingüísticos y cognitivos pertinentes para el uso de la metáfora. Adicionalmente, han encontrado cómo ésta se convierte en una herramienta que alimenta la comprensión del manejo de técnicas terapéuticas para procesos con fines de autorregulación emocional, pues favorece las asociaciones propias frente a estados de ánimo como la frustración, ansiedad, descontrol, incertidumbre, etc., posibilitando el cumplimiento de objetivos terapéuticos (Galíndez y Drewniak, 2021).

Las investigaciones encontradas desde el enfoque sistémico han estado enfocadas en revisión documental de lo que se ha obtenido hasta el momento respecto al uso de la metáfora, con la claridad de una investigación donde se rescatan voces de terapeutas respecto a la comprensión y uso de la metáfora en el espacio terapéutico. La primera investigación que acoge diversa información respecto a la metáfora en terapia familiar es la de Gil *et al.* (2016), donde se mencionan los aportes teóricos hechos para la terapia familiar, encontrando que la metáfora resulta ser una estrategia útil en la comunicación y comprensión con los otros, asociando además los diversos usos, donde se permite indagar sobre los significados de los consultantes frente a sus experiencias vividas, ayudando a nombrar al consultante lo que dentro de palabras literales no le es posible.

En cuanto al uso de la metáfora desde el lugar del terapeuta, los testimonios retomados en Cardona y Osorio (2015) mencionan que la metáfora ha sido útil para comprender los sentimientos, temores, aspiraciones y emociones del consultante, además que retomar una metáfora permite tener mayor claridad de lo que se está hablando con el consultante, en este sentido, es preciso mencionar que el uso reflexivo de la metáfora hace que, desde la postura del terapeuta, el potencial de su uso para la interpretación de las acciones, discursos, no sólo se despliegue sobre el consultante sino sobre todo el sistema consultante (consultante-terapeuta) acogiendo así la relación terapéutica.

En resumen, tras el abordaje general de las investigaciones previamente realizadas en cuanto a la metáfora como herramienta de terapia, se identifican vacíos que reflejan la pertinencia de la presente investigación relacionados con la necesidad de mayor abordaje desde una mirada sistémica que rescate con mayor fuerza las voces de los consultantes y de los terapeutas, así como de lo que ocurre en su conversación cuando emerge la metáfora. De la mano

de esto, surge la inquietud frente a la manera en la que se pueda articular la conversación terapéutica con la emergencia de la metáfora facilitando movilizaciones que conlleven a reflexiones y resignificaciones de situaciones consideradas como problemáticas para el consultante (Gil *et al.*, 2016).

Marco Teórico

Con el fin de desarrollar la presente investigación y responder a la pregunta planteada, se abordan conceptos claves que la componen, por lo cual se busca iniciar desde una perspectiva epistemológica de la presente investigación, seguido de la conceptualización de los desafíos conversacionales que ocurren en el espacio de terapia psicológica, para luego conectarlo con lo que se entiende por la metáfora y sus usos dentro de dicho espacio y finalizar con la comprensión del sistema terapéutico y la importancia de las experiencias que acontecen en el mismo, privilegiando una mirada sistémica en el desarrollo de tales componentes.

Según Pacheco y Suárez (2008), desde el enfoque sistémico de la psicología, especialmente desde la terapia narrativa, la intervención terapéutica para dicha generación de recursos se enmarca bajo la epistemología del construccionismo social, la cual considera que la realidad se construye en la interacción dialógica entre las personas y/o participantes, incluyendo al observador/terapeuta, en dicha construcción. Dicha interacción se da entre personas que hacen parte de un contexto específico y es de esta forma que el lenguaje cobra especial relevancia, pues es mediante éste que se da lugar a la transmisión de mensajes, pero también a significados no sólo de las palabras, sino también a las acciones que también comunican (Agudelo y Estrada, 2012; Anderson y Goolishian, 1988).

El hito del giro lingüístico con Wittgenstein favorece el surgimiento de esta epistemología, alejándose de aquellos paradigmas representacionistas donde el lenguaje

simplemente era una caja de herramientas que servía para dar cuenta del mundo, y aparece como un hito al generar la pregunta por el papel que cumple el lenguaje a nivel social y su uso cuando el ser humano habla de él, del mundo y del lenguaje en sí mismo, concibiendo además que el lenguaje no puede hacer una descripción fiel de la realidad, sino que dista lo conceptual de lo empírico e introduce la idea de construcciones lingüísticas (Sotto, 2009).

Así, surge el construccionismo social como apuesta para abandonar la idea de una sola realidad o verdad absoluta, deja de lado la existencia de un punto de vista único y singular, y se suma a la idea de que la realidad o “el conocimiento de la realidad” es construido socialmente, en tal interacción donde se crean significados y acuerdos que determinan lo real, lo bueno y lo verdadero (Gergen y Warhus, 2001). Bajo esta postura sistémica-construccionista, se considera que sólo a través de la conversación dada desde la cercanía e intimidad, la persona construye su propia voz o sentimiento de identidad, lo cual enmarca la importancia de los procesos conversacionales en los espacios terapéuticos pues las ideas, conceptos, significados y recuerdos se dan en el intercambio social, pues todo conocimiento evoluciona en el espacio entre las personas (Castro y Díaz, 2004).

En línea con lo anterior, la terapia narrativa sustenta cómo en la interacción las personas crean significados en torno a las metáforas que utilizan, y con ello también a sus experiencias de vida, ya que, mediante éstas, construyen narrativas de sentido (White y Epston, 1993; Lieblich *et al.*, 1998; Payne, 2000).

Desafíos conversacionales.

Partiendo de una postura construccionista y posmoderna, en la intervención psicoterapéutica el desafío es ser cada vez más responsable de la forma en la que se usa el lenguaje, ya que lo fundamental de la terapia es el proceso reflexivo dado desde equipos,

preguntas o conversaciones reflexivas que dan cuenta de la influencia mutua en la terapia sistémica que dista de jerarquía o unidireccionalidad (Hoffman, 1996 citado en Castro y Díaz, 2004). Así, se resalta la postura activa del terapeuta con sus propias ideas, experiencia o construcciones privilegiadas que dan cuenta del desafío conversacional relacionado con “*la negociación y construcción de maneras de ser viables y sostenibles, que convengan al consultante, al terapeuta y a las formas de obrar culturalmente aceptadas*” (Castro y Díaz, 2004, p.4). La sistémica se pregunta por los desafíos conversacionales en terapia relacionados con la comprensión mutua y el diálogo “*¿Cómo dialogan entre sí estos saberes profesionales, técnicos, “ilustrados”? ¿Y cómo dialogan con los saberes de la gente?*” (Zapata, 2017, p.20).

Siguiendo esta línea, uno de los desafíos más recurrentes en el espacio terapéutico son los relacionados con las conversaciones. Se ha encontrado que se generan dificultades a nivel conversacional en el espacio terapéutico que están relacionadas con que las emociones en la sociedad actual se manejan especialmente desde una dimensión limitada a lo verbal (digital) a partir de una cultura emocional que pretende modular lo que sienten las personas bajo convenciones socioculturales, otorgando cualidades morales a su experiencia y relacionamiento con el contexto de forma estandarizada y “objetiva”, limitando al consultante bajo unas nociones sobre cómo debe gestionar y expresar los sentimientos, es decir, un cierto *deber ser* respecto a sus emociones (Zamora y Mantilla, 2017), lo cual deja de lado su comunicación analógica (más allá de lo literal) propia acerca de la situación que le genera malestar psicológico.

Finalmente, desde la terapia narrativa se reconocen los desafíos conversacionales dentro del espacio terapéutico, en tanto las personas están allí en constante transformación a través de la negociación de nuevos significados, logrando esto mediante el diálogo (Pacheco y Suárez, 2008).

La metáfora y sus usos.

En el presente trabajo se propone la metáfora como herramienta psicoterapéutica creativa, que otorga flexibilidad, múltiples visiones, mayor claridad respecto a la situación emocional del consultante y que, además, enriquece la conversación de manera que despierta interés en el espacio terapéutico.

Para ello, en primer lugar, resulta necesario reconocer que la metáfora antes de ser una herramienta terapéutica es una herramienta del discurso, ya que surge en las conversaciones como una forma de pensamiento que posibilita la expresión de perspectivas diversas, abriendo puertas para crear nuevas conexiones y significados que resultan influyendo en la forma de comprender el mundo y sus posibilidades (Lakoff y Johnson, 1980, citados en Fried, 2004).

La metáfora es definida por Fernández (2008, citado en Gil *et al.*, 2016) como un cambio del uso figurado del lenguaje, donde una parte alude propiamente a lo literal de la palabra o concepto que se entiende desde el plano de la figura literaria *per se*, y otro componente que se comprende desde el plano discursivo correspondiente a los significados sobre tal palabra, teniendo consigo un poder de transformar y resignificar (Cardona y Osorio, 2015).

Ahora bien, es importante precisar la diferenciación entre este recurso lingüístico y la analogía, ya que se encuentran estrechamente relacionadas al servir para ordenar y encontrar sentido a conocimientos nuevos (Sterland, 2005). No obstante, se diferencian en su origen, su finalidad y el nivel de creatividad que entra en juego al expresarlas, pues, la analogía es un mecanismo de asociación de primer orden, que lo que busca es generar comprensión de un elemento desconocido a partir de un elemento conocido, estableciendo paralelismos, aludiendo a una creatividad de tipo más cognitivo.

Por su parte, la metáfora implica un nivel de creatividad mayor ya que para formularla es clave la interacción entre dos dominios, foco-marco (Black, 1954, citado en Pérez, 2007) o tenor-vehículo (Richards, 1936, citado en Pérez, 2007), es decir entre aquello literal y el marco de significado que atribuye el hablante para llegar a un nuevo significado, llevando a que sea fundamental no limitarse a uno solo de estos dominios para comprenderla, pues esto llevaría a una mirada parcial de lo que el hablante quiere expresar al poner en interacción ambos dominios, siendo entonces un recurso sobrecargado de significado que implica una creatividad expresiva (Pérez, 2007).

Con respecto a sus usos, Gordon (2007) sustenta que la metáfora es un medio eficiente para poder comprender información que en algunas ocasiones se torna difícil de conseguir y comprender por otras vías como lo literal. Así, la metáfora es una herramienta que es usada no sólo en el sentido de lo que manifiesta en una variedad lingüística de expresión, sino que acoge una estructura constructiva central por medio de la cual podemos proyectar, conectar y movilizar relaciones, dando lugar a sus significados, y así permite hacer uso de conocimientos y habilidades en contextos diferentes, creando de esta manera nuevas posibilidades (Fried, 2004).

Dentro de la terapia narrativa especialmente, se encuentra que varios autores concuerdan con que la metáfora es una estrategia facilitadora que puede hacer las veces de “puente” o “trampolín” para dar lugar a saltos de resignificación en los sujetos, considerándola un recurso potencial para generar semejanzas que facilitan el diálogo terapéutico, y puede llevar a asimilar los discursos de manera distinta, produciendo cambios en el mismo (Gil *et al.*, 2016).

Es importante mencionar que tanto el terapeuta como los consultantes pueden hacer uso de las metáforas con el fin de generar procesos de co-construcción, pues durante las sesiones es posible que ésta sea una manera de expresar los recursos, emociones, percepciones,

conocimientos, pensamientos, experiencias vividas, entre otros (Gil *et al.*, 2016). Asimismo, es preciso reconocer como menciona Centeno (2003), que puede ser utilizada terapéuticamente con cualquier persona, sin especificidad alguna de edad, género o cultura y, dentro de cualquier enfoque terapéutico, pues lo primordial es poder hacer conexión de las metáforas con las experiencias concretas de las personas y, con aquello que sienten, piensan y significan.

Complementando esto, Cardona y Osorio (2015) sustentan que la metáfora en la terapia implica pensarla de manera similar a como se hace en la literatura, ya que para comprenderla es fundamental realizar acciones interpretativas y justamente su potencial se da al lograr conectar lo que sucede en el espacio de sesión con las acciones cotidianas que vive la persona de manera trascendental, flexible, cálida y cercana; así pues, *“las metáforas empleadas en la terapia familiar son metáforas vivas que alcanzan el lugar de la construcción de innovaciones semánticas”* (Ricoeur, 2001, citado en Cardona y Osorio, 2015, p.27).

Abordar desafíos o situaciones difíciles en el espacio terapéutico, ayudándose de la metáfora narrativa, permite la transformación de sentimientos percibidos como porosos o dolorosos, a positivos y bellos, frente a algo que ha ocurrido, dando consigo lugar a lo que Ricoeur (2001, citado en Cardona y Osorio, 2015) denomina configurar y reconfigurar, siendo estos procesos donde se asignan nuevas historias alternas alrededor del acontecimiento que favorecen el reconocimiento propio y mutuo. La metáfora facilita el proceso de comprensión de los desafíos del consultante y su familia de una manera distinta y con más elementos de manera genuina, flexible y simbólica (Zuluaga *et al.*, 2019).

Es, por tanto, que una de las principales ventajas de la metáfora como herramienta terapéutica, es la flexibilidad, puesto que permite ser moldeada de acuerdo a la situación con la que llega el consultante, siguiendo lo mencionado por Thompson (1994, en Centeno, 2003) hay

algunas metáforas que pueden llegar a usarse en diversas situaciones, aquí el punto central es saberlas adaptar a las necesidades del evento. Ya que, la finalidad del uso de la metáfora es poder dar un sentido y visibilizar aquello que le afecta al consultante o que tiene un aspecto relevante particular en la vida de la persona.

Los consultantes se dan la posibilidad de construir metáforas las cuales surgen de sus propios recursos y experiencias vividas, siendo un medio comunicativo creativo, expresivo, además de retador y poderoso, con el que cuenta el consultante para poder poner en la conversación las situaciones que lo confrontan y le generan malestar (Burns, 2007, citado en Gil *et al.*, 2016). Es por medio de este proceso donde el consultante tramita sus experiencias, y así la metáfora se convierte en el proceso que alimenta la imaginación y el pensamiento figurativo, adquiriendo, por tanto, un sentido distinto que ayuda al consultante a encontrar una construcción distinta de la situación (Centeno, 2003; Gil *et al.*, 2016).

Experiencias del sistema terapéutico.

A la hora de teorizar el concepto de sistema, resulta pertinente precisar que la sistémica es una forma de pensar, de producir comprensión, preguntar e investigar desde el *estar conectado* (Von Foerster, 2002). Este concepto de conexión surge desde la concepción de un sistema como conjunto de partes interconectadas e interrelacionadas, donde las relaciones son aquellas que sostienen el mismo sistema, el cual no puede entenderse sin interacción y un contexto específico (Johansen, 1990).

Así, los sistemas están cargados de signos y símbolos que se convierten en vehículos de significado que juegan un papel importante en la interacción social, en el contexto y en la cultura en la que emergen (Geertz, 1993). Lo anterior en tanto los sistemas son “abiertos”, pues tomando como base la Teoría General de los Sistemas, intercambian energía e información con el entorno,

que además le permite estar en equilibrio y así favorecer procesos adaptativos y de cambio (Johansen, 1990), dando lugar a la ciencia de la cibernética como punto clave dentro de la sistémica que aporta un pensamiento de causalidad circular, ya que, sin ella, podría entenderse de manera lineal (Von Foerster, 2002).

En este devenir de pensamiento circular, Von Foerster (1982, citado en Boscolo y Bertrando, 2011) propone el concepto de cibernética de segundo orden, también conocida como cibernética de los sistemas observantes, donde el observador se incorpora en la descripción de lo que está siendo observado. Por lo tanto, el observador y lo observado se vuelven inseparables en este enfoque. La cibernética de segundo orden se transforma en epistemología al ser una forma de conocer de modo autorreferencial y una meta-mirada dada desde la perspectiva de quien está inmerso en el sistema, pues al ser consciente de ello también involucra una meta-mirada, reconociendo así múltiples perspectivas, miradas, voces y construcciones (Garcíandía, 2005).

Por lo tanto, de acuerdo con Wainstein (2000, citado en Moreno, 2005) se entiende por sistema terapéutico al sistema que es compuesto por consultante y consultor (terapeuta), entendiendo desde la clínica sistémica a la sesión de consulta, en la que está presente tanto consultante como terapeuta, como un sistema en el que este último tiene la función de orientar la exploración para la resolución de situaciones que pueden llegar a ser problemáticas para el consultante, el cual es visto como un experto en su propia vida.

Así, en la intervención psicoterapéutica, tanto el observador como el observado, es decir, tanto el terapeuta como el consultante, se ven mutuamente influenciados por lo que acontece en su interacción como sistema terapéutico, la cual debe basarse bajo principios de humanidad, sensibilidad, escucha y empatía para enriquecer el vínculo terapéutico, pues desde la perspectiva sistémica, el éxito de la terapia no se atribuye sólo a la experiencia técnica del terapeuta, sino a la

capacidad de construir mediante este vínculo, una alianza que favorezca desde ambas partes la generación de cambio que se espera con los objetivos terapéuticos (Cuervo *et al.*, 2023).

En este orden de ideas, en el sistema terapéutico, el rol del terapeuta está enfocado en ser motivador del cambio para así construir al sistema consultante en un sistema consultante-terapeuta (Sánchez, 2000, citado en UNAM, 2012), es decir, en el sistema construido con el consultante a través de movimientos que posibilitan la reestructuración y encuadre por medio de estrategias de coparticipación, de manera que se pueda movilizar la visión que tiene el consultante sobre su situación (Desatnik, 2004, citado en UNAM, 2012).

Los métodos del terapeuta para crear alianza en este sistema terapéutico de acuerdo con Moreno (2005), se enfocan en dos aspectos relevantes, por un lado, se habla de la unión, donde el foco está puesto en las acciones del terapeuta para relacionarse directamente con el/los consultantes; y el acomodamiento, que se enfoca en las adaptaciones por parte del terapeuta orientadas a mantener la alianza en el sistema terapéutico.

En el entrenamiento de psicólogos clínicos desde el enfoque sistémico, la observación ocupa un papel fundamental, en tanto el sistema terapéutico puede observarse para reconocer dicha alianza terapéutica, así como aquellas pautas interaccionales redundantes, repetitivas y frecuentes que generan estancamiento y bloqueos para el cambio, fortaleciendo con ello la importancia de espacios de supervisión y colegaje entre terapeutas que alimenten y enriquezcan la mirada del sistema sobre sí mismo (Castillo, 2007).

Desde este enfoque, Watson y Greenberg (1994, citados en Clavijo *et al.*, 2021) sustentan que al interior de la relación terapéutica se establecen aspectos afectivos y vinculantes principales que inciden en la dinámica que se desarrolla al interior del espacio terapéutica a la luz de la seguridad y la conexión emocional (Pandya y Herlihy, 2009, citados en Clavijo *et al.*,

2021). Y, en este sentido, es fundamental diferenciar entre un trabajo colaborativo y la llamada alianza terapéutica, ya que esta última se refiere al vínculo generado en el sistema terapéutico cuyo componente afectivo resulta de la percepción de un terapeuta empático y acogedor, debido a la experiencia en la relación terapéutica (Clavijo *et al.*, 2021).

Siguiendo esta línea, la relación terapéutica es concebida como un todo en el que tanto las acciones del terapeuta, como las del consultante, se influyen de manera recíproca respecto a sus propias creencias, sentimientos, emociones, pensamientos, etc. (Ceberio y Linares, 2005; Feixas *et al.*, 2016). Por consiguiente, emerge una suerte de recursividad en la que cada intervención, ya sea del terapeuta o del consultante, influye en la dinámica de las interacciones que a su vez, surgen como resultado de las interacciones previas.

Las experiencias que se dan en el sistema terapéutico tras el uso de metáforas, surgen de aquel proceso de co-construcción entre terapeuta y consultante de manera colaborativa, esto es, sin considerar al primero como un experto, sino que por el contrario, busca que el consultante pueda empoderarse de su propio proceso, siendo para ello fundamental que el terapeuta tenga presente la manera en la que utiliza el lenguaje, ya que puede distorsionar o potencializar la experiencia del consultante al contar su situación mediante una metáfora, teniendo así esta herramienta la capacidad de convertirse en una ayuda terapéutica (White y Epston, 1993, citados en Paternina *et al.*, 2017).

Objetivos

Objetivo General

Explorar la manera en la que la metáfora utilizada como herramienta psicoterapéutica moviliza los desafíos conversacionales dentro del espacio de la terapia sistémica.

Objetivos específicos

1. Identificar los desafíos conversacionales que pueden surgir en el contexto de la terapia sistémica.
2. Entender los usos terapéuticos de la metáfora en la resolución de los desafíos conversacionales.
3. Conocer la experiencia de terapeutas y consultantes en relación con el uso de la metáfora.

Enfoque metodológico

Método

Esta investigación fue de tipo cualitativo ya que se centró en aspectos relacionados con la comunicación, específicamente en aquellos fragmentos verbales, obtenidos a partir de entrevistas y sesiones terapéuticas, que permitieron dar cuenta de los desafíos conversacionales, el uso de las metáforas y la experiencia del sistema terapéutico, sobre los cuales las investigadoras realizaron interpretaciones (Creswell, 2009), e identificaron significados, tal y como lo hacen las investigaciones de este tipo, al enfocarse en las interacciones humanas, de las cuales se cree, emerge la realidad social, reconociendo la subjetividad como una herramienta para entender las realidades humanas (Sandoval, 2002). Los participantes fueron considerados agentes activos en la construcción del conocimiento, influidos por un contexto histórico, social y cultural en constante cambio, que también abarca el espacio de investigación (González, 2000).

La investigación se abordó desde el método hermenéutico, cuyo objetivo es descubrir aquellos significados, especialmente relacionados con las metáforas utilizadas en el espacio terapéutico. Esto implica interpretar palabras, escritos, textos y acciones de los sujetos, respetando su singularidad en su contexto (Martínez, 2004; Arráez *et al.*, 2006). Además, este

método resalta la observación y la interpretación como elementos cruciales para comprender los significados que surgen a través del lenguaje en diferentes contextos culturales y sociales (Martínez, 2004). Es importante destacar que este método hermenéutico no se limita a analizar el significado literal de las metáforas, sino tiene como foco descubrir aquellos significados para así poder interpretar lo mejor posible las palabras del consultante o terapeuta puestas en las metáforas (Martínez, 2004, p.102, citado en Amórtegui *et al.*, 2018), lo cual fue fundamental en la revisión y análisis de las sesiones psicoterapéuticas donde se interpretaron los desafíos y las metáforas emergentes.

La investigación se dio bajo el marco epistemológico del construccionismo social, desde el cual menciona Gergen (2014) que no hay una manera de comprender la realidad de forma “neutral” sino que estas construcciones de la realidad vienen cargadas de la interacción dialógica entre las personas, dada en un contexto específico y donde el papel del lenguaje es crucial en la transmisión de mensajes y significados a través de palabras y acciones (Agudelo y Estrada, 2012; Anderson y Goolishian, 1988). Desde esta perspectiva, se reconoce que el conocimiento tiene múltiples realidades para un mismo fenómeno, y las construcciones individuales contribuyen a la formación de la realidad (Gergen, 1996).

Población y muestra

En términos de población se identificaron dos grupos clave con la finalidad de responder a la pregunta de investigación desde los diferentes puntos de vista presentes en un espacio psicoterapéutico, considerando las voces de los consultantes y de los terapeutas.

El grupo 1, correspondió al grupo de consultantes adultos (mayores de 18 años y ubicados en Bogotá), el cual fue conformado por dos de los consultantes asignados para cada una de las investigadoras en el Centro de Atención Psicológica de la Pontificia Universidad

Javeriana, para un total de cuatro consultantes. No se especificaron restricciones de género, estrato social o motivo de consulta. Cada uno de estos participantes se enuncian en el presente documento con la letra C (que representa su carácter de consultante) y el número que los representa para guardar su confidencialidad del 1 al 4.

El grupo 2 correspondió a los terapeutas participantes, compuesto por 6 psicoterapeutas en formación de maestría en Psicología clínica de la Pontificia Universidad Javeriana con un enfoque sistémico, a partir del segundo semestre de estudios, sin restricciones de género, edad o estrato. Se precisa que se recogieron sus puntos de vista sobre el uso de la metáfora en el espacio terapéutico sin mencionar datos específicos de sus consultantes. Cada uno de estos participantes se enuncian en el presente documento con la letra T (que representa su carácter de terapeuta) y una letra aleatoria que los representa para guardar su confidencialidad.

Categorías de Análisis

La información recolectada en las fases descritas a partir de las técnicas de recolección fue transcrita, codificada y analizada bajo las siguientes tres categorías predeterminadas: los desafíos conversacionales, el uso de las metáforas y las experiencias del sistema terapéutico, las cuales se definen a continuación:

Desafíos conversacionales

Esta categoría da cuenta de los retos o dificultades que surgen en el proceso de conversación psicoterapéutica frente a la comprensión mutua entre consultante y terapeuta. Esta contiene las siguientes subcategorías predefinidas:

Estancamiento.

Los retos o dificultades que surgen por la sensación de no ser escuchado o por no encontrar sentido a las intervenciones terapéuticas que terminan debilitando el vínculo terapéutico (Espinosa-Duque *et al.*, 2020).

Juicios socioculturales.

Los retos o dificultades que surgen en el proceso de conversación psicoterapéutica debido a convenciones socioculturales que otorgan cualidades morales de forma estandarizada según el contexto, limitando al consultante bajo unas nociones sobre cómo debe gestionar y expresar los sentimientos, es decir, un cierto deber ser respecto a sus emociones (Zamora y Mantilla, 2017).

Dificultades para generar reflexividad.

Los retos o dificultades que surgen en el proceso de conversación psicoterapéutica para generar preguntas o conversaciones reflexivas que den lugar a la negociación y construyan nuevas maneras de ser viables y sostenibles (Hoffman, 1996 citado en Castro y Díaz, 2004).

Dificultades para distanciarse del lenguaje técnico.

Los retos o dificultades que surgen en el proceso de conversación psicoterapéutica relacionados con la comprensión mutua y el diálogo entre los saberes profesionales y los saberes de los consultantes (Zapata, 2017, p.20).

Es importante mencionar que se dio la posibilidad a que durante el proceso investigativo surgieran además dos subcategorías emergentes, las cuales se describen a continuación:

Dificultades para generar conexión emocional.

Los retos o dificultades que surgen ante la falta de apertura para conectar con las emociones que hacen parte de toda conversación y que representan dinámicas corporales que

conlleven a la acción, priorizando prácticas meramente racionales en el uso de la palabra o del lenguaje (Maturana, 2001, citado en Álvarez *et al.*, 2016).

Dificultades en la expresión y comprensión del mensaje.

Los retos o dificultades que surgen en el intercambio conversacional entre terapeuta y consultante, para transmitir y entender relatos propios y del otro que representan construcciones de la realidad (Carr, 1998). Si la dificultad implica un desafío relacionado con el lenguaje técnico o un posible riesgo en el vínculo terapéutico, deberá ser categorizada en estas subcategorías predefinidas.

Usos terapéuticos de Metáforas

Maneras en las que es usada la metáfora como herramienta creativa auto representada para generar nuevos significados (de la Rosa-Álzate, 2020) y aprendizajes (Valenciano-Canet, 2018) dentro de la conversación, estableciendo similitudes entre imágenes y conceptos, e interactuando entre dos dominios, el foco y el marco (Pérez, 2007) dentro del espacio psicoterapéutico.

Si bien, la literatura menciona algunos de los usos de la metáfora, en esta investigación se decidió no definir previamente las subcategorías de estos usos, en tanto se buscó mantener una posición más abierta ante un tema poco explorado frente a los desafíos conversacionales en la terapia sistémica, de manera que no se tuvieran sesgos o focalizaciones previas en las investigadoras (Echeverría, 2005). Así entonces, se definen a continuación las dos subcategorías que resultaron emergentes para la categoría de usos terapéuticos de la metáfora:

Expresar y comprender.

Uso de la metáfora para facilitar la transmisión de mensajes, emociones, pensamientos, etc., que en algunas ocasiones se torna difícil de conseguir por otras vías como la literal (Gordon,

2007), posibilitando entendimientos y claridades dentro del espacio terapéutico (Cardona y Osorio, 2015).

Promover nuevas posibilidades.

Uso de la metáfora con el fin de promover la observación del sistema, llevando a asimilar los discursos de manera distinta y creando perspectivas novedosas, alternativas de acción, nuevas síntesis y cambios del proceso terapéutico (Fried, 1995, 1999, citada en Fried, 2004; Gil *et al.*, 2016).

Experiencias del sistema terapéutico

Esta categoría alude a las vivencias, creencias, significados, sentimientos y sensaciones construidas sobre la interacción y los acontecimientos vividos entre consultantes y terapeutas a la luz del uso de la metáfora en la conversación (Ramírez, 2011 citado en Gómez y Valencia, 2020).

Esta categoría no tuvo una definición previa de subcategorías, pues de manera similar a la categoría anterior, al ser las experiencias del sistema terapéutico un terreno poco explorado con referencia al uso de metáforas se decidió establecer las subcategorías posteriores a la información recolectada, de modo que permitiera organizarla y contrastarla con la teoría consultada previamente. Las subcategorías emergentes fueron:

Amplificación o recuperación de agencia personal.

Se acrecienta o visibiliza la posibilidad en el consultante de tomar su propio proceso y las decisiones que lo llevan a reconocerse como conductor y experto de su propia vida que le permite acercarse a lo que quiere lograr, lo que prefiere hacer y cómo le gustaría ser (White y Epston, 1989, citados en Sáez, 2006).

Alianza terapéutica.

Se experimenta un vínculo fundamentado en una conexión emocional entre terapeuta y consultante, cuyo componente afectivo principal resulta de la percepción de un terapeuta empático y acogedor, con quien se co-construyen sentidos y significados propios del sistema terapéutico (Watson y Greenberg, 1994, citados en Clavijo *et al.*, 2021; Cuervo *et al.*, 2023).

Luego de la recolección de información y el cumplimiento con cada momento de las fases expuestas, se procedió con la transcripción, codificación y análisis de la información obtenida a través del programa Nvivo, el cual permitió organizar la información obtenida respecto a cada categoría y subcategorías expuestas. En el caso de las subcategorías emergentes, estas resultaron luego del proceso de codificación y análisis de información.

Técnicas de recolección de información y datos (metodología)

Las técnicas de recolección de la información que se utilizaron en la presente investigación fueron:

Técnica 1. Grabación y transcripción de sesiones terapéuticas

A lo largo del proceso terapéutico llevado en Consultores con cada uno de los consultantes participantes del grupo 1, se realizaron grabaciones de audio contando con su previa autorización. Luego de ello, se seleccionaron por cada consultante 10 sesiones terapéuticas en las que se hizo uso de la metáfora, para ser transcritas y así tomar de ellas fragmentos relacionados con las categorías y subcategorías definidas para su correspondiente análisis.

Técnica 2. Grabación y transcripción de grupo focal

Esta técnica se utilizó en la medida en que permite dentro de investigaciones cualitativas recolectar respuestas colectivas y pluralistas significativas, ideas nuevas e incluso puntos diversos de opinión frente a actitudes, experiencias y creencias de los participantes sobre el tema

en cuestión, en un tiempo de entrevista relativamente corto (Hamui-Sutton y Varela-Ruiz, 2013) por parte de diversos participantes simultáneamente, permitiendo que la proximidad entre ellos facilitara las respuestas y el ejercicio reflexivo en la discusión (Silveira *et al.*, 2015). En este caso, se reunió al Grupo 2, y se realizó la conducción del grupo focal a partir de las preguntas orientadoras (ver Anexo C).

Técnica 3. Entrevistas semiestructuradas

Estuvieron dirigidas a los consultantes participantes seleccionados de cada una de las investigadoras y permitió recopilar datos esenciales a través de preguntas orientadoras. Estas preguntas ayudaron a obtener información necesaria para comprender el uso de la metáfora ante los desafíos conversacionales dentro del espacio terapéutico desde la perspectiva de los consultantes. Las investigadoras utilizaron un guion preparado previamente, que abordó temas relacionados con los objetivos investigativos y que estuvo alimentado por las contribuciones resultantes del grupo focal, tal y como se especifica en el Anexo D. A lo largo de la entrevista, las investigadoras estuvieron abiertas a la posibilidad de que surgieran nuevas preguntas (Tejero, 2021).

El primer objetivo de la investigación tiene como unidad de análisis los desafíos conversacionales; el segundo objetivo por su parte se alcanzó a la luz de la unidad de análisis de los usos terapéuticos de la metáfora, encontrando a partir de ellos la manera en la que ésta responde a los desafíos conversacionales; y, finalmente, el tercer objetivo tiene como unidad de análisis las experiencias del sistema terapéutico. Se llevaron a cabo las siguientes fases de recolección de información correspondientes a cada uno de los objetivos, que se encuentran precisadas en la siguiente Tabla 1, donde además se muestra cómo se procedió para obtener la información necesaria en cada uno de ellos para su análisis y cumplimiento correspondiente:

Tabla 1*Fases de recolección de información*

Fase	Objetivo investigativo correspondiente	Participantes	Técnica de recolección	Resultados esperados	Técnica de análisis
Fase 1. Exploración de desafíos conversacionales y uso terapéutico de metáforas en sesiones de consultantes	Objetivo 1: Identificar los desafíos conversacionales que pueden surgir en el contexto de la terapia sistémica.	Grupo 1: Consultantes adultos en proceso de psicoterapia con las investigadoras del proyecto	Técnica 1. Grabación y transcripción de sesiones terapéuticas	Revisión de sesiones terapéuticas con consultantes que contienen metáforas	Análisis hermenéutico
Fase 2. Exploración de desafíos conversacionales en grupo focal con terapeutas e indagación de usos terapéuticos de las metáforas utilizadas en sesiones de psicoterapia por parte de terapeutas y su experiencia cuando la utilizan	Objetivo 1: Identificar los desafíos conversacionales que pueden surgir en el contexto de la terapia sistémica. Objetivo 2: Entender los usos terapéuticos de la metáfora en la resolución de los desafíos conversacionales. Objetivo 3: Conocer la experiencia de terapeutas y consultantes en relación con el uso de la metáfora.	Grupo 2: Terapeutas participantes	Técnica 2. Grabación y transcripción de grupo focal	Referencias identificadas dentro de las categorías de análisis de desafíos conversacionales y del uso terapéutico de las metáforas y de la categoría de experiencias del sistema terapéutico, siguiendo las preguntas orientadoras del Anexo C (para resultados ver Anexo E).	Análisis de contenido
Fase 3. Indagación del uso de metáforas utilizadas en el proceso terapéutico desde la perspectiva de los consultantes a	Objetivo 2: Entender los usos terapéuticos de la metáfora en la resolución de los desafíos conversacionales. Objetivo 3:	Grupo 1: Consultantes adultos en proceso de psicoterapia con las investigadoras del proyecto	Técnica 3. Entrevistas semiestructuradas	Referencias identificadas dentro de las categorías de usos terapéuticos de las metáforas y de experiencias	Análisis de contenido

través de una entrevista semiestructurada individual.	Conocer la experiencia de terapeutas y consultantes en relación con el uso de la metáfora.	del sistema terapéutico, siguiendo preguntas orientadoras del Anexo D (para resultados ver Anexo E).
--	--	--

Plan de análisis

A partir de lo planteado en el diseño de este estudio y las fases previamente descritas, una vez organizada la información referente a cada uno de los objetivos en el programa de Nvivo, se realizó la correspondiente codificación y análisis de ésta. El análisis se llevó a cabo bajo la técnica de análisis de contenido alrededor de las categorías y subcategorías predefinidas y las emergentes previamente descritas, favoreciendo el cuestionamiento sobre los hallazgos de la investigación y las múltiples perspectivas del fenómeno estudiado. Esta técnica de análisis desde el plano cualitativo es pertinente en tanto permite estudiar, describir e interpretar las comunicaciones (Bardin, 1996, citado en Cáceres, 2008) de una manera sistemática, realizando inferencias sobre el contenido a partir de la fundamentación teórica (Silveira *et al.*, 2015; Cáceres, 2008).

En este orden de ideas, el análisis de contenido se realizó sobre la información recolectada por cada uno de los objetivos investigativos como se enuncia en la Tabla 1. Así pues, el tratamiento de la información consistió en la identificación de referencias por cada una de las categorías de análisis, se procedió con el análisis de contenido específico y diferenciado según cada uno de los objetivos, esto es, para responder al objetivo 1 se identificaron las referencias correspondientes a la categoría de desafíos conversacionales, para el objetivo 2, las referencias correspondientes a la categoría de análisis de metáforas, y para el objetivo 3, las referencias

seleccionadas correspondientes a la categoría de experiencias del sistema terapéutico. Así, sobre dichas referencias, se buscaron patrones bajo el marco de un análisis cualitativo y hermenéutico, que tomó como fundamento la indagación del estado del arte y marco teórico de la investigación para lograr interpretar el contenido de cada referencia a la luz de la teoría.

Procedimiento

Fase 1. Revisión documental, elaboración marco teórico y diseño proyecto de investigación

Se realizó la exploración de fuentes teóricas e investigaciones que abordaran la metáfora como herramienta para favorecer los desafíos conversacionales del espacio terapéutico de manera que enriquecieran el proceso de investigación. Se construyó la presente propuesta a la luz de la pregunta de investigación y se presentó ante el comité de ética para su correspondiente aprobación.

Fase 2. Selección de participantes

Se le pidió a cada uno de los participantes la firma libre y voluntaria del consentimiento informado ajustado a cada uno de los grupos poblacionales, según fuesen consultantes (ver Anexo A) o terapeutas (ver Anexo B). Estos consentimientos proporcionaron información sobre los objetivos de la investigación, el tratamiento de la información y su derecho a retirarse en cualquier momento. En el caso del grupo poblacional de los consultantes, se priorizó de manera contundente su proceso terapéutico sobre la investigación, lo cual fue reiterado en el consentimiento.

Fase 3. Recolección, revisión y transcripción de sesiones

Para lograr los objetivos de la investigación, se grabaron en audio los espacios con los dos grupos de participantes: sesiones terapéuticas y entrevistas semiestructuradas en el caso de los consultantes, y el espacio de grupo focal. Estas grabaciones se revisaron posteriormente a la

luz de la pregunta y los objetivos de investigación, y se llevó a cabo la transcripción del material recolectado.

Fase 4. Codificación, análisis y discusión

A partir de la transcripción de la fase anterior, se llevó a cabo un análisis de contenido utilizando el método hermenéutico. Los datos se organizaron en una matriz de análisis que incluye codificación, categorías, subcategorías y categorías emergentes. Posteriormente, se realizó una discusión sobre los hallazgos a la luz de la indagación teórica y empírica consignada en los apartados de estado de arte y marco teórico de la investigación.

Fase 5. Escritura del documento y presentación final

Esta fase se enfocó en redactar el documento y la preparación de los hallazgos. Se realizó con el fin de comunicar eficazmente los resultados y conclusiones de la investigación en relación con la pregunta central. Esto permite compartir el conocimiento adquirido sobre cómo la metáfora como herramienta psicoterapéutica moviliza los desafíos conversacionales en la terapia sistémica. La meta final fue contribuir al avance del conocimiento en este campo desde las perspectivas de consultantes, terapeutas e investigadores.

Consideraciones éticas

La presente investigación fue realizada bajo el marco de la formación de maestría en Psicología Clínica y de acuerdo con los principios establecidos en la Resolución 008430 del 4 de octubre de 1993, la Ley 1090 del 2006, la Ley 1164 de 2007 y el código deontológico y ético del psicólogo colombiano, la presente investigación se consideró sin riesgo para el consultante, llevando a cabo el cumplimiento de los aspectos mencionados en el Artículo 6 de la Resolución 008430 y prevaleciendo cada uno de los criterios de respeto, dignidad y protección de sus

derechos y de su bienestar, en donde siempre se protegerá la privacidad del individuo (Ley 1090 de 2006, 6 de septiembre).

Las investigadoras tuvieron la posibilidad de optar por suspender la investigación de inmediato, en caso de experimentar algún malestar e incomodidad por parte de los participantes de la investigación. Asimismo, esta posibilidad de suspensión inmediata también fue dada a los participantes al manifestar algún tipo de malestar. No obstante, no se presentó ninguna suspensión de ninguna de las partes involucradas en la investigación, dando cuenta de que no se presentó ningún tipo de malestar o incomodidad que diera lugar a dicha decisión.

La psicología dentro del campo investigativo busca desarrollar conocimientos que sean confiables y válidos. En este sentido los psicólogos aplican los conocimientos que han ido adquiriendo al comportamiento humano en los diversos contextos, donde la meta del psicólogo es lograr adquirir mayor conocimiento científico y aplicarlo de manera adecuada con el objetivo de mejorar las condiciones de los participantes y de la sociedad, y así lograr obtener un mayor bienestar para todos a través del ejercicio profesional del psicólogo investigador en diversos roles como educador, psicoterapeuta, evaluador, etc.

El psicólogo clínico sistémico en su praxis se enfoca en poner la mirada desde la interacción del sujeto a través de los diversos entornos, ya sea social, laboral y/o académico, considerando los diversos procesos emocionales, cognoscitivos y sociales de cada individuo y, reconociendo que estos procesos son transversalizados por una comunidad, cultura, creencias, etc. Esta postura tiene el objetivo de poder tener una mirada integradora de estos contextos con sus aprendizajes experienciales para permitir así un adecuado desarrollo de recursos y estrategias que se ponen en práctica para el participante en su cotidianidad (Ley 1090 de 2006, 6 de septiembre).

Lo anterior, se encuentra además estipulado por la Ley 1090 del 6 de septiembre del año 2006 en donde se rige el ejercicio de la profesión de la Psicología y en el Código Deontológico y Ético del Psicólogo, el cual se encarga de hacer cumplir como reglamento la conducta del profesional quién proporciona sus servicios y que permiten una mayor visibilidad frente a momentos en los que se requiera tomar una decisión frente a determinada situación donde se encuentren fundamentados principios tales como beneficencia, justicia, autonomía lealtad, entre otras., que ejerce el profesional independientemente del área de aplicación (Ley 1090 de 2006, 6 de septiembre).

Siguiendo el Código Ético del Psicólogo, el objetivo del psicólogo dentro de la práctica profesional es la protección y el bienestar del sujeto y de los grupos con quienes se pretende trabajar, en el presente documento con los consultantes y compañeros profesionales de la psicología clínica. Por tanto, el psicólogo debe respetar la integridad física y moral del consultante y/o cualquier otro participantes de la investigación, velando por el bienestar mutuo (Ley 1090 de 2006, 6 de septiembre). Por tal razón es importante presentar a cada consultante y terapeuta que se considere para la investigación, el Consentimiento Informado (ver Anexo A en el caso de consultantes y ver Anexo B en el caso de terapeutas), por medio del cual el participante autoriza su colaboración en la investigación, con conocimiento claro y preciso de la información que brindará el terapeuta investigador frente a los beneficios, el proceso, los riesgos y la capacidad del sujeto para una decisión voluntaria de acompañar la investigación.

Siguiendo lo anterior, de acuerdo con lo mencionado por González (2002) dentro del espacio de investigación las preocupaciones que pueden llegar a emerger son diversas, esto varía con base en el ángulo del que se visualice la situación, ya que la ciencia y la tecnología buscan explicar y por tanto debatir cada una de las formas y métodos que han sido implementados para

la búsqueda de la comprensión del sujeto antes mencionada. Así pues, la ética dentro de la praxis permite darle un lugar exclusivo de importancia puesto que se enfoca en movilizar las maneras en las que los sujetos comprenden, significan y viven el mundo que los rodea.

Resultados

Los resultados que se obtuvieron en la presente investigación se analizaron de acuerdo con las categorías de análisis predefinidas a la luz de la teoría, así como ante las categorías emergentes que resultaron durante el proceso de sistematización de la información. Como ya se mencionó en el apartado del enfoque metodológico, esta información fue recolectada de diversas maneras (transcripción de las sesiones psicoterapéuticas y entrevistas semiestructuradas con consultantes y, el grupo focal con terapeutas). A partir de la información recolectada en dichas transcripciones, se realizaron los respectivos procesos de revisión, análisis y discusión que permitieron dar respuesta a la pregunta y a los objetivos de investigación.

Los participantes que brindaron la información para dar respuesta y enriquecer este estudio se categorizaron dentro de los grupos poblacionales descritos en el enfoque metodológico. Estos fueron: en el primer grupo poblacional participaron cuatro consultantes asistentes al Centro de Atención Psicológica de la Pontificia Universidad Javeriana – “Consultores de Psicología”, tres de estas mujeres (a quienes nos referiremos como C1, C3 y C4), de 26, 27 y 45 años respectivamente, y un hombre (C2) de 24 años, residentes de la ciudad de Bogotá; en el segundo grupo poblacional, se contó con la participación de seis terapeutas estudiantes de cuarto semestre de maestría en Psicología Clínica desde el enfoque sistémico, tres mujeres (TB, TC y TD) y tres hombres (TE, TG y TH), de edad promedio entre los 25 y los 30 años.

A continuación, se describirán los resultados obtenidos bajo el marco de las unidades de análisis de los respectivos objetivos de investigación que además pueden detallarse en: **Anexo E. Matriz de referencias por categorías y subcategorías de análisis**, así como en el **Anexo F. Matriz de codificación de referencias**, que presenta además los correspondientes porcentajes de frecuencia:

Navegando en la *maree alta* de los desafíos conversacionales

En este apartado, se exponen los resultados encontrados acerca de los desafíos conversacionales que tanto consultantes como terapeutas perciben en los espacios de terapia. Con respecto a los hallazgos en consultantes, se encontró un acuerdo significativo en cuanto a los desafíos conversacionales que pueden darse en el espacio psicoterapéutico. En los resultados obtenidos en las 4 entrevistas semiestructuradas, todos los consultantes mencionaron el desafío de expresión y comprensión del mensaje, coincidiendo con los datos recolectados en el grupo focal de terapeutas, en el que ésta fue una de las subcategorías que más se presentó. Sólo un consultante agregó el desafío relacionado con las dificultades para conectar con sus emociones, mientras que los terapeutas la identificaron como uno de los desafíos que más se presenta. Los desafíos conversacionales de dificultades para distanciarse de lenguaje técnico y estancamiento también son de los que más se presentan desde el punto de vista de los terapeutas, pero llama la atención que ninguno de ellos fue mencionado por los consultantes.

Adicionalmente, en las sesiones psicoterapéuticas individuales, se encontraron desafíos relacionados en su mayoría con la dificultad de expresión y comprensión del mensaje, la generación de reflexividad, conexión emocional y el distanciamiento del lenguaje técnico. Con esto en mente, se exponen a continuación los resultados obtenidos tanto por consultantes como

por terapeutas, desde las subcategorías que más mencionaron a las que menos estuvieron presentes en los hallazgos:

Dificultades en la expresión y comprensión del mensaje

Según los hallazgos, esta subcategoría fue reconocida por todos los participantes de esta investigación, tanto terapeutas como consultantes, teniendo una frecuencia de 49% sobre el total de referencias que aludieron a desafíos conversacionales. Los resultados muestran cómo la terapia psicológica, donde la conversación se convierte en un elemento primordial, emergen naturalmente desafíos que pueden entenderse como una marea alta, ya que el fluir de la conversación puede obstaculizarse y surgen retos tanto para terapeutas como para consultantes, que incluso pueden dar lugar a un naufragio o estancamiento que dé fin al proceso terapéutico, de manera que hacer terapia implica también aprender a navegar en la marea alta que se convierte en una posibilidad por el simple hecho de adentrarse al mar, es decir, de estar en psicoterapia. Siguiendo esta idea, se exponen a continuación los resultados que dieron cuenta algunos desafíos conversacionales que pueden emerger en la terapia.

Los resultados de los consultantes reflejaron que uno de los desafíos que más se presenta en el espacio de la terapia como se mencionó anteriormente, es la manera en la que logran transmitir, hacerse entender o incluso comprender el mensaje del terapeuta, dando lugar como se mencionó a la subcategoría emergente de Dificultades para la expresión y comprensión del mensaje, ya que expresaron verbalizaciones como *“hay emociones, hay situaciones, que son muy difíciles de nombrar, que en tu cabeza es clara, pero a la hora de expresarlo hay mucha carga personal para poderlo hacer entender al terapeuta”*, expresada por C1, y *“de pronto hay emociones o situaciones que son difíciles de expresar”* por C2, que dan cuenta de la dificultad que encuentran para poner en palabras aquello que sienten y quieren expresar a su terapeuta.

Asimismo, C3 manifestó: *“ha sido un reto muy grande decidir qué es lo importante para mí, qué quiero compartir y cómo lo quiero compartir”*, entrando en consonancia con los otros consultantes al experimentar de manera común un desafío para explicar o nombrar la forma en la que se sienten de manera que su terapeuta pueda comprenderlos, como expresa C1 *“te estaba tratando de explicar una situación y no terminabas de armar el rompecabezas en la cabeza para comprender la situación que te compartía”*, o C4: *“yo trataba como de explicar mis sentimientos pero pues no sabía si de la misma forma me iban a entender”*, demostrando así, cierta complejidad al momento de expresar una situación de manera que la otra persona, en este caso la terapeuta, lograra captar el mensaje o la situación de una forma lo suficientemente clara como lo requiere la terapia.

Se resaltó que la dificultad para transmitir el mensaje, o favorecer la comprensión del terapeuta frente al mismo, aumenta cuando los aspectos emocionales que suelen ser temas de conversación en la terapia no son fácilmente descriptibles mediante las palabras como, por ejemplo, aquellas situaciones de profundo dolor o carga emocional con la que conectan, pero que no encuentran cómo comunicar. Como muestra de ello, C2 mencionó el desafío *“de ver como uno no encuentra las palabras, y aun así, sí uno las tuviera, es difícil expresar”*, reconociendo que en el mensaje que se pretende comunicar: uno, es difícil encontrar las palabras, y dos, así las encuentre, al ser un tema emocionalmente complejo, es difícil expresarlo o verbalizarlo. En este sentido, se encontró que hay emociones que hacen más difícil mencionar en palabras la situación o mensaje que se quiere transmitir, C1 expresó *“es muy difícil ponerle nombre a cosas que no he terminado de procesar, o que son cosas que son difíciles de nombrar porque son abrumadoras”*.

Asimismo, la comprensión del mensaje fue en las sesiones psicoterapéuticas la subcategoría más predominante, pues por ejemplo en las sesiones de C3, se encontró gran

cantidad de mensajes desordenados, con poco hilo conductor o saliéndose de los temas de conversación, saltándose de un tema a otro, de manera que se dificultaba la comprensión por parte del terapeuta, mostrando una conversación en muchos momentos confusa y enredada.

Los terapeutas también identificaron este desafío de manera importante, especialmente en lo relacionado a la manera en la que los consultantes expresan sus ideas, emociones, experiencias, etc., que les da la sensación de estar perdidos o confundidos con respecto a lo que el consultante les está comunicando. Si bien, cuando esto se presenta no se encuentran en un riesgo inminente de ruptura del vínculo terapéutico, sí los lleva a cuestionarse sobre las maneras de responder ante esa falta de comprensión que se da ya sea por la falta de claridad en la organización del mensaje, las palabras que utiliza, la velocidad con la que las expone o las contradicciones que se identifican en el relato del consultante. Por ejemplo, TC manifestó *“era paradójica, entonces yo me perdía mucho en la conversación y lo que me sirvió fue ponerlo, y decir ¿te das cuenta de que hace 5 minutos me dijiste una cosa y ahora te estas contradiciendo?”*, además de TB, quien comparte su experiencia mencionando que con *“un consultante que iba con una velocidad muy rápida, muy ansioso, traía muchos temas en 30 segundos y a veces era difícil agarrarle el hilo, entonces tenía que estar muy pendiente todo el tiempo”* y TG, que expresó *“este consultante, se iba mucho por estas elucubraciones, entonces, yo no lograba ver”*.

A partir de estos hallazgos, se encontró que la dificultad en la forma en la que se transmite y por tanto, se comprende el mensaje, no ocurre únicamente en la vía de consultante-terapeuta, pues también los terapeutas identifican dificultades a la hora de expresar lo que piensan, no necesariamente tratándose de un lenguaje técnico, sino a la hora de transmitir sus ideas al consultante de una manera que éste pueda comprenderlos, como cuando le manifiestan o

“ponen sobre la mesa” aquello que están experimentando del consultante o de la relación terapéutica, como aquella “*frustración de ‘quiero decir algo’*”, “*me está pasando esto*” a la hora de comunicarse en terapia y abordar el caso.

Dificultades para generar reflexividad

Por su parte, esta subcategoría fue reconocida únicamente por el 50% de los terapeutas, quienes hicieron mención sobre este desafío un 9% sobre el total de referencias que aludieron a desafíos conversacionales. A pesar de que en las entrevistas semiestructuradas los consultantes no mencionaron la dificultad frente a la generación de reflexividad, en el momento en el que las investigadoras analizaron las sesiones terapéuticas, sí la encontraron frecuentemente, ya que las terapeutas buscaban mediante preguntas, especialmente confrontativas, generar reflexiones en los consultantes que los llevaran a cuestionar sus puntos de vista frente a las situaciones, creencias, sentimientos, etc., para así encontrar otras perspectivas, profundizar en ciertos temas relacionados con los objetivos terapéuticos o temas que los convocaban en la conversación. Por ejemplo, en el caso de C4, se encontró que el equipo terapéutico (en el cual participaron las dos investigadoras de este trabajo, una de ellas como su terapeuta principal) buscó a lo largo del proceso que la consultante se preguntara por las implicaciones de sus acciones evitativas en su presente y en su futuro, las cuales no estaba reconociendo.

Los terapeutas por su parte reportaron desafíos relacionados con la generación de reflexividad en sus consultantes, mostrando dificultades ante la apertura a posibles movilizaciones terapéuticas que dieran lugar al cambio como mencionó TD: “*los consultantes que se quedan mucho en lo anecdótico y vuelven una y otra vez sobre las anécdotas, pues claro que para la intervención una necesita ayudarse de la anécdota, pero coger esa anécdota y volverla algo reflexivo*”, con lo cual se hace visible la dificultad que eventualmente puede llevar

a un estancamiento, pero que en un primer momento se presenta como una dificultad que tiene el consultante de observar aquello que le sucede y pensar sobre ello de manera reflexiva, obstaculizando así vías de sensibilización y concientización que abran nuevos caminos de comprensión y actuación frente a la problemática por la cual consulta.

Asimismo, este desafío puede implicar la dificultad para hacer reflexionar al consultante sobre algo que el terapeuta está viendo de la situación y él o ella no, como narra TG:

Me di cuenta de que parecía que el problema era más cómo se llenaba de todo esto y de todas sus preocupaciones, pero él estaba tratando de resolver llegar a una respuesta desde ahí, y yo lo que estaba viendo es que a lo mejor buscar una respuesta ahí era lo que justamente le estaba rompiendo la cabeza. Entonces, para darle textura y que él lo pudiera ver, le pregunté.

Dando así cuenta del desafío del terapeuta para hacer ver al consultante algo que él no ve ni se pregunta de su propia situación y que termina estando relacionado con la solución/mantenimiento de su problema. Lograr que el consultante vea lo que no estaba viendo hace parte del desafío de generar reflexividad y esto puede implicar momentos de confrontación que se convierten en un reto para el terapeuta, quien debe pensar en cómo expresar y poner esto en la conversación ya que puede suscitar emociones de malestar en el consultante, por lo cual decirlo requiere además de cuidar al consultante, cuidar la relación terapéutica. Lo anterior, se hace evidente en fragmentos de los terapeutas como “en ningún momento le dije como ¿tú por qué ves a tus hijas así o porque tienes esta percepción de ellas?, entonces ese era un reto ¿Cómo hago para confrontarlo sin que me muela a palo?”.

Finalmente, a la luz de los resultados de esta subcategoría, es posible decir que es identificada en la conversación por quien ejerce o guía la intervención terapéutica, pues los consultantes no la reportaron. Esto da cuenta de la diferenciación de roles e intereses que cada

uno de los hablantes tiene en la conversación, por lo que el desafío de generar reflexividad es de carácter claramente interventivo y terapéutico.

Dificultades para generar conexión emocional

Con base en los resultados, esta subcategoría fue reconocida por el 67% de los terapeutas, quienes reconocieron este desafío en un 15% sobre el total de referencias que aludieron a desafíos conversacionales. Partiendo de las percepciones de los consultantes, en la entrevista semiestructurada sólo uno de ellos reportó la dificultad que ha experimentado en terapia frente a la conexión emocional, expresando: “*¿cómo le explico (al terapeuta) que estoy evitando mis emociones, que las estoy escondiendo?*”, siendo un fragmento que si bien, alude a cómo explicar a su terapeuta lo que siente, similar a la subcategoría de Dificultades en la expresión y comprensión del mensaje, se clasifica en esta subcategoría emergente de conexión emocional en tanto su dificultad al manifestar lo que siente está ligada a la sensación de evitar sus emociones y además, mostrarle al terapeuta la dificultad que tiene para conectar con ellas. La presente subcategoría emergente, únicamente fue mencionada por uno de los cuatro consultantes, reflejando un punto de vista que no es posible definir como común en los resultados, ya que los demás consultantes no dieron cuenta de la dificultad para conectar con lo que sienten, sino que la encuentran más en el mensaje, es decir, en cómo nombrarlo y transmitirlo, de manera que se hagan entender por su terapeuta.

En las sesiones terapéuticas de tres de los cuatro consultantes, se evidenciaron fragmentos en los que había una clara intención terapéutica de generar conexión emocional en ellos mediante la conversación que por momentos presentaba largos silencios y respuestas dubitativas o renuentes, que llevaban al terapeuta a continuar insistiendo en preguntar sobre la emoción, y en los consultantes a intentar conectar con lo que sentían o desviar la conversación en

torno a lo emocional que no querían considerar. Por ejemplo, en cuanto a la capacidad de conectar con las emociones, en el caso de C2 se encontró a lo largo de varias sesiones, cómo le costaba conectar con aquello que sentía, expresando frases como “*no sé si es incomodidad, malestar, rabia, culpa...*”, que llevaba a que la conversación fuera desafiante para realizar el abordaje emocional por la falta de claridad que manifestaba tras diversas preguntas exploratorias por parte de la terapeuta. Y, en cuanto a la apertura para conectar con lo emocional, el caso de C3 es un claro ejemplo, ya que durante algunas sesiones manifestó su dificultad para conectar con emociones diferentes a la tristeza y al enojo a través de frases que expresan cómo se experimentaba un desafío en la conversación cuando la terapeuta buscaba conectar con emociones como la alegría, la tranquilidad u otras maneras de sentir:

Siento que si estoy en un viaje en la playa, o en un lugar que se esperaría que diera paz o tranquilidad, me siento culpable porque yo no merezco sentir esas emociones, así que me niego a vivirlo desde ahí pues siento que no puedo habitar ninguna emoción distinta a la tristeza.

Frente a los hallazgos en terapeutas, algunos de sus fragmentos como “*a él le costaba mucho también conectar con emociones*”, “*Yo sentí que algo estaba doliéndole mucho y ella ‘no, yo bien, muchas gracias’ (...) usualmente la precedía un ‘no sé, no sé cómo me siento’*”, resaltan la coincidencia entre terapeutas frente a este desafío conversacional en cuanto a: 1) el terapeuta ve algo que el consultante no está viendo de su área emocional y que es importante hacérselo ver y que pueda conectar con ello, 2) la propia dificultad o resistencia que los consultantes manifiestan para conectar con su área emocional y, 3) la necesidad terapéutica de conectar o integrar lo emocional con las vivencias o experiencias cotidianas que el consultante trae a consulta para su abordaje en

la intervención. Sobre este tercer punto, TH narra la dificultad específicamente en un caso en el que *“el desafío conversacional era invitarla a que ella observara o conectara sus dificultades dentro de su vida personal y su experiencia, como una angustia que no identificaba, con la experiencia familiar, a veces las separaba”*, evidenciando que en muchos momentos aquello reportado como motivo de consulta puede ser descrito como una angustia sin explicación, que implica conectar con ella y relacionarla con las vivencias, lo cual no resulta sencillo y se convierte en muchos casos en un desafío conversacional que parte de la renuencia frente a la conexión emocional.

Dificultades para distanciarse del lenguaje técnico

De acuerdo con la información recolectada, esta subcategoría únicamente fue reconocida por el 67% de los terapeutas, quienes hicieron mención sobre este desafío un 13% sobre el total de referencias que aludieron a desafíos conversacionales. Con respecto a la perspectiva de los consultantes sobre éste desafío, no se encontraron referencias alusivas en las entrevistas semiestructuradas, más en las sesiones terapéuticas de los consultantes, sí se encontraron fragmentos que daban cuenta del distanciamiento que las terapeutas buscaban realizar del lenguaje técnico propio de la psicología clínica, pretendiendo transmitir de diversas formas la información relacionada con conceptos que pueden ser técnicos, como por ejemplo, la activación o reconocimiento de red de apoyo en C4, que fue conversado mediante otros recursos y no fue mencionado explícitamente por la terapeuta, o, en el caso C1 donde la terapeuta que buscaba explicar la pauta de interacción dentro de la dinámica familiar de manera que pudiera llegar a ser más evidente y clara para la consultante.

Si bien se menciona previamente el desafío que pueden experimentar los terapeutas para expresar sus ideas y que sean comprendidas por el consultante, en esta subcategoría se precisa un

desafío que se relaciona con la transmisión del mensaje sobre aspectos técnicos de la Psicología Clínica, tales como conceptos o teorías, que los lleva a ajustar su manera de comunicarse. Esto lo mencionaron frecuentemente los terapeutas en el grupo focal, especialmente frente a retos alusivos al cómo comunicarse según la edad de los consultantes como mencionó TB *“con adolescentes, que a veces es más difícil, como tener un lenguaje que haga sentido, ¿no? Que le haga sentido, que yo pueda entender y ella también, entonces sí he tenido adolescentes que puede ser más retador dialogar”*, de manera similar, TE menciona cómo con niños ha experimentado el desafío a la hora de ajustar su modo de comunicación según el consultante, su contexto y estadio de desarrollo:

El caso en el que yo no obtenía respuesta era puntualmente en un caso de atención a un niño de 10 años, y bueno, pues por el contexto del niño, porque yo entendía muy bien porque no estaba en disposición de sostener una conversación articulada conmigo.

Asimismo, llega a ser un reto dentro de la conversación como mencionó TG *“cuando uno ve algo que hay que tocar. incluso puede ser una postura violenta del consultante. y uno no quiere ser muy confrontativo, uno no quiere ser muy directo porque sabe que eso echaría al consultante”*, distanciarse del lenguaje técnico cuando se evidencian elementos propios de un fenómeno estudiado desde la psicología, como la violencia, pero transmitirlo de una manera que no sea meramente técnica, sino de una forma que pueda ser entendida y considerada por el terapeuta sin abrumarlo por el nivel de complejidad o directividad con el que se aborde, que lleva a que deba ser puesto en la conversación por deberes éticos, pero a su vez, deben ser transmitidos contemplando las implicaciones que tendrían los distintos abordajes conversacionales del mismo.

También dentro de este distanciamiento del lenguaje técnico, se resaltó la importancia de considerar la dificultad ante el distanciamiento de aquello que los consultantes creen del ejercicio del psicólogo que los lleva a depositar en este profesional una confianza absoluta que lo vuelve

un asistente pasivo, por ejemplo, TH expresa, *“cuando ella me empezaba a ofrecer ella qué esperaba de la terapia, yo quería ser confrontativo frente a esa perspectiva porque la veía problemática”*, y sobre ello TG menciona un caso en el que una consultante le dijo:

Ven te expongo todo, casi que trato de hacer lo que sólo podría hacer con rayos X, con mis huesos, pero con la palabra, voy a contarte todo para que tu como psicólogo rastrees dónde está la cosa, me diagnostiques, todo, como que trato de darte todo, todo, todo muy rápido.

Reflejando el pedido que puede emerger por parte de los consultantes para obtener un diagnóstico o una lectura técnica de su situación, aquellos que van “detrás de un diagnóstico”, lo cual genera poco involucramiento y agencia por parte del paciente.

Es importante mencionar que esta subcategoría fue percibida únicamente por los terapeutas y las investigadoras al analizar fragmentos de las sesiones terapéuticas, en tanto son ellos quienes experimentan este desafío a la hora de conversar con los consultantes donde se hace necesario transformar los aspectos netamente teóricos a una forma más coloquial y comprensible en tanto es probable que los que no sean parte de este campo disciplinar no comprendan sus tecnicismos.

Estancamiento

Dentro del grupo de los desafíos conversacionales que se presentaron únicamente en el grupo de terapeutas, se encontró el desafío de estancamiento, subcategoría que fue predefinida y contó con mayor frecuencia en este grupo poblacional con un 13% sobre el total de fragmentos que aludieron a los desafíos conversacionales. Lo anterior se vio reflejado en comentarios como *“no le gustaba hablar, o sea, literalmente ella decía ‘Es que no me gusta explicar tanto todo, no me gusta hablar’ y ahí es donde tuve que buscar recursos diferentes (...) para poder comunicarme con ella y que ella pudiera explicarme qué era lo que sentía y demás”* expresada por TC; *“esas historias que son patrones, entonces suelen volverse similares y sacar de ahí a las*

personas a veces es el reto” por TD; *“los desafíos tienen que ver con instancias en las que yo propongo un elemento para la conversación, y no obtengo respuesta, y a la inversa, instancias en las que el consultante me ofrece algo y yo no sé responder o no me veo en capacidad de responder”* por TE, los cuales muestran conjuntamente la posibilidad del debilitamiento del vínculo terapéutico como parte del desafío conversacional en torno a las intervenciones que realizan como terapeutas que pueden no estar respondiendo a las expectativas o necesidades del consultante, del terapeuta y/o del proceso para continuar la terapia o avanzar hacia el logro de objetivos de intervención.

Desde una mirada similar frente al desafío de estancamiento, TG menciona: *“muchas veces es difícil, porque yo notaba cuando yo le hacía una pregunta para volver sobre eso, él se iba por las elucubraciones. Entonces dije, no, aquí hay que cambiar el modo de lenguaje, porque si no, no vamos a conectar”*, reconociendo el reto terapéutico relacionado con la necesidad de cambio en la manera de conversar, puesto que mantener la misma forma ya utilizada podría implicar riesgos en el vínculo, en la adherencia al tratamiento o en el logro de movilizaciones dentro del espacio psicoterapéutico.

Juicios socioculturales

Finalmente, el desafío conversacional que únicamente fue mencionado por un terapeuta, representando así solamente el 2% del total de las referencias sobre desafíos conversacionales, alude a las dificultades que emergen por juicios socioculturales sobre lo que se quiere decir en la conversación, haciendo referencia a casos en los que según creencias socioculturales hay un *debería* que limita la comunicación indudablemente. Por ejemplo, se encontró el caso de una consultante a quien el terapeuta le cuestionó valores de lealtad cuando se mostraba resistente a frases como *“no está mal lo que estás haciendo, es importante que pienses en ti”*, y pese a que se

mostró abierta y distinta luego diciéndole “*estuve pensando lo que dijiste*”, el terapeuta más adelante percibía con sus actos y decisiones que no era así, que habían creencias arraigadas a cómo debía actuar, en este caso, “*sin pensar en ella*”, pero consideraba que no podía manifestárselo al terapeuta porque él cuestionaría sus creencias, limitando entonces la conversación.

El uso de metáforas: faros que se encienden en la marea

A mí esta conversación me ha recordado una metáfora, de hecho que tiene Heidegger sobre el lenguaje, él dice “el lenguaje es la casa del ser”, y yo a partir de lo que hemos conversado, estoy imaginándome la metáfora como una de las habitaciones de esa casa del ser que es el lenguaje, y no como una habitación cualquiera sino una habitación en la que da gusto estar, me la imagino como una sala de juegos, como una biblioteca chévere, con pinceles, con mapas, con libros bonitos, con microscopios... no sé... pues creo que las movilizaciones que suscita la metáfora en el espacio terapéutico tienen que ver con esto: alimentar nuestra curiosidad, con permitirnos comprender más, con permitirnos conectar con los otros, en fin...

Fragmento tomado de las intervenciones de TE en el grupo focal

La subcategoría anterior representaba los resultados de los desafíos conversacionales, entendidos como una marea alta que hace parte de la terapia. La presente subcategoría por su parte expondrá los hallazgos frente a la exploración del uso de la metáfora en el espacio terapéutico, encontrando que puede ser un faro en medio de la marea alta, a la cual acuden tanto terapeutas como consultantes. Así pues, las subcategorías referentes al uso de las metáforas en la resolución de los desafíos conversacionales fueron en su totalidad emergentes. La manera en la que se codificaron respondió al *para qué* fue utilizada la metáfora en el espacio terapéutico, poniendo el foco en el uso predominante por el cual emergió esta herramienta como una manera de responder al desafío conversacional que se estaba presentando en la conversación terapéutica. Ahora bien, a continuación se realiza la descripción de los resultados obtenidos a la luz de las subcategorías emergentes:

Expresar y comprender

Teniendo en cuenta los resultados, esta subcategoría fue reconocida por todos los participantes de esta investigación, tanto terapeutas como consultantes, teniendo una frecuencia del 65% sobre el total de referencias que aludieron al uso de metáforas en la terapia. En esta subcategoría se exponen los resultados encontrados acerca del uso terapéutico de la metáfora relacionado con la expresión y la comprensión de la información, el cual fue percibido tanto por consultantes como terapeutas. Con respecto a los hallazgos en consultantes, se encontró que la metáfora favorece la expresión y comprensión de sus propios mensajes, por ejemplo, C1 manifiesta: *“nacen a partir de algo que no sé explicar, que no sé ponerle nombre y que a partir de esta metáfora ya lo entiendo mejor”*, lo cual refleja específicamente al decir *“no sé ponerle nombre”* el uso que se da en el lenguaje de esta herramienta para poner en palabras aquello que desde lo literal está siendo difícil expresar y que al hacerlo, permite que el consultante tenga mayor claridad de aquello que no sabía cómo explicar; coincidiendo con C2, quien mencionó: *“la metáfora ayuda a expresar mejor cosas que de pronto con palabras no hubiera podido decirlo, la metáfora le ayuda a uno a comprender mejor las cosas”*. La voz de C3 permite identificar este uso de la metáfora en el espacio terapéutico, mencionando:

Es un puente para una expresión real, como que si yo te digo que algo se siente como ‘un huracán’ y pues no estamos en un huracán, y las dos sabemos que no estamos en un huracán, es una forma de enunciar algo que apela a una realidad en mí, y que sí, sea como sea que tú tengas la imagen del huracán, te puedes relacionar, habla mucho más de la situación para mí, en mi proceso, que si yo me sentara a describirte los síntomas.

Los fragmentos anteriores reflejan cómo para los consultantes expresarse por medio de la metáfora les permite comprenderse a ellos mismos, y a su vez, comprenderse mutuamente con su terapeuta. Ampliando esta idea, fragmentos como el de C4 al mencionar: *“sentí como que me*

estabas entendiendo más fácil, y pienso para mí que también era para ti fácil explicarme otras cosas”, y el de C1 al decir:

Te estaba tratando de explicar una situación y no terminabas de armar el rompecabezas en la cabeza, entonces una vez se usa la metáfora es como okay, la pieza que faltaba para poder dar un punto de partida, qué podemos hacer o cómo lo manejamos esa es la metáfora, eso completa la imagen de lo que te quiero transmitir.

Permiten dar cuenta de la utilidad de la metáfora en el ejercicio dialógico en el espacio terapéutico, pues tanto el consultante como el terapeuta logran expresarse y por lo tanto, comprenderse mutuamente. Algunos de los hallazgos sobre el uso de la metáfora para la expresión tanto de consultantes como de terapeutas, reflejan que, para crear y alimentar las metáforas, los hablantes se apalancan en sus propios recursos, intereses y estilos. En voces de los consultantes, C4, quien es fotógrafa y se desenvuelve en el mundo de las artes, conecta sus conocimientos profesionales con la utilidad de la metáfora en el espacio terapéutico, resaltando:

Lo simbólico de las imágenes o de las palabras crea puentes en temas que no necesariamente manejamos la una con la otra, entonces para mí es muy difícil no describir o no hablar de cosas desde términos o desde la comprensión artística de las imágenes.

De la misma manera, los terapeutas reconocen cómo los consultantes se apoyan en sus rasgos particulares a la hora de comunicarse a través de metáforas. A continuación, se mencionan algunos fragmentos que aluden a lo anterior: *“ella era diseñadora gráfica, entonces dibujaba más que todo los sentimientos, los plasmaba en imágenes”*; *“recuerdo una de un proceso con un chico que estudiaba licenciatura en física, y decía que la vida es compleja como una ecuación multivariable”*; *“a mi paciente le gusta el teatro, entonces una vez fue como utilizar la metáfora del teatro para saber cómo quería sus relaciones de pareja”*.

Asimismo, los terapeutas también identificaron que usan la metáfora desde sus propios recursos para expresar sus mensajes y comprender al consultante, además de que les permite

reconocer su estilo terapéutico: *“lo veo (el uso de la metáfora) desde mi estilo terapéutico como una herramienta que sé que la utilizo y que quizás tengo habilidades para ponerla”*; *lo veo como en esa construcción de mi estilo, como yo tengo esa llavecita, esa metáfora que de pronto no la tengo ya pero que la puedo traer”* y:

He logrado encontrar mucho el estilo y que me gusta también diversificar las maneras como la persona puede comunicarse, en mi caso, me he cogido de las metáforas pero yo también las he traído para ver si le hace sentido y cuando las he traído, sí son como formas muy diversas ¿no?, las canciones, el baile, los videos, entonces creo que eso también ha descrito mucho mi estilo y me ha permitido encontrarme también a mí como terapeuta.

Sin embargo, al cruzar con los recursos y el estilo propio del terapeuta, también se encontraron posturas de aquellos que no hacen uso recurrente de la metáfora o que prefieren que sea el consultante quien la use como medio de expresión y ellos amplificarla y comprenderlos desde allí. Por ejemplo, TE reconoció: *“deseo de ser más prolífico en esa construcción de imágenes”*, coincidiendo con TB quien resaltó:

Trato de amplificarlo, lo que dice la persona, la metáfora, o traerla cada tanto, pero si yo la pongo, ser súper cuidadosa de asegurarme que no sólo es ponerla por ponerla, porque a mí me hizo sentido, sino porque sí le funciona a la persona.

También es evidente cómo la metáfora le permite al terapeuta expresar algunas de sus ideas desde la intención terapéutica que considera pertinente para la intervención del caso. Muestra de ello es cuando TH valora la metáfora como una manera de establecer mayor directividad en la transmisión de su mensaje y abordaje de la sesión: *“me pone alerta de cómo en la construcción puedo en mi estilo terapéutico, y en mi momento de vida, y en mi momento de la consulta, ser un poco también directivo, sobreponer mi voz en el ofrecimiento de esa metáfora”*. De igual modo, los terapeutas trajeron a colación numerosas metáforas que han utilizado para manifestar su intención terapéutica que fundamentalmente gira en torno al proceso terapéutico,

ya sea para comprender mejor las dimensiones emocionales que son difíciles de manifestar en palabras y que son parte clave en la terapia, o ampliar sus comprensiones sobre la problemática en general.

Estos fueron algunos de los fragmentos recolectados que logran vislumbrar las intenciones terapéuticas que han sido manifestadas en terapia a partir de la metáfora: *“fue la manera literal que pues encontramos para que ella pudiera hablar”* y *“permite que uno se conecte con eso no dicho o muy difícil de poner en palabras”* reflejan la intención del terapeuta para alcanzar un diálogo con el consultante que enriquezca la obtención y aclaración de información relevante para el proceso; *“la posibilidad de que la metáfora sea un vehículo para poder trabajar lo emocional”* muestra la necesidad a la cual responde la metáfora para favorecer la conexión y expresión emocional en el espacio terapéutico; *“yo le comuniqué la imagen, no sé ni porqué te voy a decir esto, pero estoy sintiendo esto. ¿Eso te viene a ti de algo?, ¿eso a ti te suena de algo? y le conectó con unas experiencias”* muestra la intención de expresar un mensaje acerca de lo que percibe el terapeuta que genera una invitación para conversar al respecto; y el siguiente fragmento que da cuenta de cómo la intención terapéutica se transmite a partir de una metáfora de cuentos infantiles para abordar problemáticas difíciles, movilizando así la expresión sobre la misma:

He usado muchos cuentos infantiles que funcionan un montón, por ejemplo, uno que me gusta mucho en el contexto de migración que se llama Eloísa y los bichos (...) servía mucho con los niños migrantes, que venían migrando también, para entender cómo se sentían de diferentes y todo el dolor que había detrás de todo esto.

Al tratarse esta subcategoría de la expresión y comprensión, es pertinente mencionar que en los resultados obtenidos se hace mención del mensaje corporal que se emite en el espacio terapéutico por medio de la metáfora y la manera en la que quien la usa conecta con su cuerpo al hacerlo. Lo anterior se evidencia en el plano no verbal con conductas observables como:

Están sentados y de repente muestran más interés con el cuerpo, abren los ojos, el tono de voz también cambia, si es chistoso hay risas, o si es triste, hay llanto, es muy importante”, siendo recalcado por los terapeutas en tanto “a veces el cuerpo nos está hablando” y “las metáforas también están en el cuerpo y acá que quede registrado, nos estamos moviendo un montón.

En resumen, esta subcategoría fue la que más se presentó en los hallazgos, siendo mencionada por la totalidad de los terapeutas y de los consultantes, lo cual además se evidenció en las sesiones terapéuticas analizadas.

Promover nuevas posibilidades

A la luz de la información recolectada, llama la atención que esta subcategoría fue referenciada por la totalidad de los participantes. No obstante, fue significativamente menor a la subcategoría de usos anterior, ya que obtuvo una frecuencia del 35% sobre el total de referencias de esta categoría. A continuación se exponen los resultados encontrados acerca del uso de la metáfora para la promoción de nuevas posibilidades mediante la observación sobre los relatos que favorece perspectivas distintas y novedosas, llevando consigo a la creación de alternativas de acción, nuevas síntesis y cambios del proceso terapéutico (Fried, 1995, 1999, citada en Fried, 2004; Gil *et al.*, 2016). Una frase que se encuentra en los resultados y que logra manifestar ampliamente este uso desde el enfoque sistémico es: *“una metáfora nos invita a ver el mundo de una manera u otra dentro de las muchas maneras que la podemos ver desde lo sistémico, pienso también que nos ofrece posibilidades, observaciones, conexiones distintas a como la veríamos desde lo lineal”*.

Los hallazgos muestran que esta observación promovida mediante la metáfora puede darse en tres niveles: hacia sí mismo, hacia los otros y hacia el proceso terapéutico propio y los cambios que en éste logran vislumbrarse. Es una subcategoría mayoritariamente mencionada por

parte de los terapeutas, y en el caso de los consultantes, apareció con mayor frecuencia en el análisis de las sesiones terapéuticas, más que en las entrevistas semiestructuradas.

A modo de ejemplificar cómo la metáfora se usa en el espacio terapéutico para promover la observación del consultante a sí mismo, y su apertura a nuevas posibilidades, se expone la siguiente viñeta que emergió en una de las sesiones con C3:

*II: ¿Qué vamos a hacer? Y por eso mi pregunta va muy en torno a ¿cómo te vas a hacer cargo de esto?, porque lo que decías de la familia y las frustraciones es como las imágenes de collage, que tú creo que hiciste un curso de collage, es como “ejercicio: lo tomo de otra imagen y lo pongo acá”, no sé, “estar bien espiritualmente: lo corto y lo pongo acá”, como que es muy distinto un collage a una imagen real. Cuando hay ‘ejercicio’ en la propia imagen y no tienes que acudir a otras para hacer un recorte y mostrar que estás okay, cuando en realidad eso no es tan así
(...)*

C3: Si. Eh, usé las tijeras y un tarro de pegante, no sólo porque hago collage ahora, sino porque parte de mi trabajo en general siempre ha sido cortar y pegar. Cuando uno hace fotos, cuando uno escoge qué imagen poner, uno escoge qué cortar, a menos que uno haga una fotografía 360°, siempre estoy escogiendo para dónde ver. Entonces el collage igual es un montón de imágenes como cualquier relato, un conjunto de cosas descontextualizadas y recontextualizadas para cualquier cosa. Y lo que pensé cuando lo hice fue una especie de recontextualización, siento que yo soy en este momento una pieza de otra cosa, que descontextualizamos juntas y ahora tengo que recontextualizarla.

Esta viñeta logra dar cuenta de cómo a través de la metáfora puesta en la conversación entre terapeuta y consultante en torno a una técnica artística conocida por C3 como el collage (recursos propios), se abren caminos para entenderse a sí misma en sus frustraciones y asuntos familiares de manera alternativa, mencionando aquel proceso que considera necesario para su bienestar en ese momento, como dicha recontextualización, tal y como ella lo hace con imágenes y recortes en su vida profesional.

Siguiendo esta línea, TB expone en el grupo focal cómo han sucedido situaciones similares en sus consultas terapéuticas:

En un momento estábamos hablando sobre su sentido de vida y ella se sentía muy perdida, se estaba apenas volviendo a descubrir y decía que sentía algo acá (señala a su cuerpo), y la invité como a regalar una imagen y habló de una bola de cristal que está borrosa, entonces ¿Cómo empezar a limpiarla? cuidarla, que no se caiga, que no se te rompa, es algo muy importante y delicado, pero también le permite ver, o sea, conectarse con ella le permite ver hacia dónde quiere ir, que quiere para ella, que es que está dentro de ella

Coincidiendo con otras 7 referencias por parte de los terapeutas en donde expresan cómo los consultantes logran identificar nuevas posibilidades que se abren para sí mismos a la luz de lo que reflexionan en el proceso terapéutico al usar esta herramienta que les permite entonces “proponer u observar otros elementos o, elementos que igualmente podíamos ver, pero que no veíamos desde ese mismo ángulo”. No obstante, tal y como se menciona al inicio de este apartado, no sólo ocurre la autoobservación, sino que también se facilitan miradas hacia los otros y/o en relación con ellos. Un ejemplo claro de esto se evidencia en un fragmento de sesión de C1, al abordar una situación que involucraba tensiones en las relaciones familiares por la manera de comunicarse de la consultante desde la hostilidad y la predisposición, que le estaba siendo difícil reconocer y modificar al apoyarse en que eran otros quienes le detonaban estas actitudes:

C1: Hablé con mi hermana, y ella me dijo, cómo “no, es que lo que pasa es que usted siempre le responde feo a mi mamá” (...) y yo no lo hago con intención. Sin embargo, pues como que voy a mirar sí si es así (...) y siento como que hay actitudes de ella que detonan como eso de hablar como tosco un poco (...) y puede que haya ocasiones, como que le respondo de manera muy tajante y muy cortante

I2: Ahí hay algo que mencionas y resuena mucho en mi cabeza y es como cuando una persona va al banco y dice “esa gente es toda mala carosa, toda odiosa, no sé qué, agh y es que, si uno les llega a preguntar algo, le responden a uno todo feo”, entonces pues “yo tampoco voy a responderles bonito” y entonces la persona llega (...) por ejemplo, “bueno, me da un cheque para una transferencia” (lanza el papel como sinónimo del cheque) y ya viene con esa predisposición, ¿qué va a pasar? Que la otra persona (el

cajero) sin saber qué es lo que sucede, también va a responder igual y entonces quien llega al banco, sale convencido de que es porque “si ve que los cajeros son así, son todos mala carosos, son todos odiosos”, y es lo mismo que pasa en otros espacios, si yo llego con una predisposición de “me toca responderle así”, o hago esto porque el otro responde o hace estas caras, probablemente ya estoy llegando con una actitud que va a fomentar discusión. ¿Como lo ves? ¿Esto te resuena en algo a lo que estamos hablando? CI: Creo que tiene mucha conexión, creo que no había considerado mucho el tono en el que yo hablaba, o como le respondía a ellas (...) entonces voy a tratar al máximo de evitarlo o de negociar para que no sea tan incómodo, y cómo puede estar mi forma de ser o mis actitudes, cómo los está leyendo ella (...) también en parte de tener una mejor relación, pues es ¿qué puedo yo hacer para eso?

La anterior viñeta trata de un caso en el que estaba siendo un desafío personal para la consultante darse cuenta de la forma en la que estaba relacionándose con su familia y que incluso, tras varios intentos, no estaba logrando identificar. Al escuchar esto, la terapeuta acude a la metáfora tomando un dominio como el banco que implica relaciones transaccionales entre cajeros y clientes, para conectarlo con el dominio relacional de la consultante. A partir de ello, de una manera creativa, no limita la metáfora a un solo dominio como el banco, sino que logra integrarlo con la predisposición y hostilidad de la consultante, y lo que esto genera en otros, tal y como ocurre en las transacciones bancarias. De fondo, este resultado de sesión lo que muestra es que la terapeuta promovió un ejercicio de autoobservación en la consultante, para crear nuevos significados sobre su comportamiento de manera novedosa, a la hora de interactuar con su familia, llevando a que se abrieran nuevas posibilidades frente a la manera de resolver este conflicto relacional que por otras vías no estaba logrando movilizar.

Este uso de la metáfora en la observación de los vínculos fue expresado también por los terapeutas, quienes manifestaron hacer uso de dibujos, muñecos, esculturas, cuentos, historietas, teatro, entre otros recursos para usarlos como metáforas sobre lo que estaban experimentando sus consultantes en sus relaciones interpersonales. Adicionalmente, un caso que permite además comprender cómo los terapeutas usan las metáforas para este fin con cualquier consultante,

independientemente de su edad, es el que expuso TE: *“La del chiquito, pues que comenzó a fabular que él era un lobito solo en un bosque, pero después el lobito comenzaba a hacer amigos y se daba cuenta que podía estar acompañado”*.

Otra de las utilidades de la metáfora en la promoción de nuevas posibilidades en el sistema consultante es cuando ésta invita a visibilizar y fortalecer las diversas formas de acción que han emergido en el proceso, por tanto, esto hace que sea frecuentemente utilizada en sesiones de cierre de procesos terapéuticos. Las metáforas logran representar simbólicamente una síntesis del proceso y de las movilizaciones que se observan como avances. Fragmentos que dan cuenta de esto tanto de terapeutas como de consultantes son: *“antes cuando llegué hace dos años, mi vida era como un cuarto oscuro, húmedo con moho (...) donde no le pasaba el aire, y ahora siento que estoy en un cuarto iluminado con las ventanas abiertas que pasa el aire”*.

Asimismo, es posible crear perspectivas alternas frente al propio proceso terapéutico mediante esta herramienta. Frente a ello, se resaltan expresiones de C4 respecto a la forma en la que ha logrado cambiar la manera de entender y posicionarse en su proceso de duelo y los momentos de “retroceso” que éste implica. C4 percibía que estaba viviendo su divorcio como unas escaleras, reportando una sensación de estancamiento que luego pudo ver distinto gracias a la metáfora del oleaje sobre la cual construyó significados con su terapeuta, respecto a esto expresa:

Yo veía la escalera desde el primer escalón hasta arriba. En cambio, un oleaje es plano, o sea, no tengo que llegar hasta allá. No, simplemente es como irme devolviendo y lo vi como más suave, la escalera me generaba como más peso, o sea, subir una escalera, como generar, dar ese paso, así estuviera rendida, tenía que darlo, en cambio el oleaje no, o sea, es algo suave, es un proceso como con calma, no tan pesado, ni tan... que me genera tanto esfuerzo, como la diferencia de subir las escaleras.

Finalmente, los hallazgos reflejan que esta subcategoría es bastante frecuente y significativa para la terapia, dado que posiciona a la metáfora como una herramienta útil para los terapeutas que buscan responder a los intereses de los consultantes para encontrar nuevas maneras de ser, actuar y relacionarse en sus vidas. Si bien, no fue la subcategoría que más referencias presentó como la de expresar y comprender, sí aparece de manera relevante y transformadora en el espacio.

La experiencia del *navegar* en terapia

En esta subcategoría se pretenden exponer las experiencias de los terapeutas y consultantes (sistema terapéutico) al momento de hacer uso de la metáfora en el espacio terapéutico, es decir, los resultados de la exploración sobre aquellas vivencias, creencias, significados, sentimientos y sensaciones construidas acerca del *navegar* dentro de aquel mar que podría ser entendido como la terapia. Ni el consultante, ni el terapeuta, se encuentran solos en terapia, sino que están *navegando* como sistema y por ello se buscó explorar las voces de ambos roles en esta investigación.

Evidentemente, los resultados reflejan una predominancia de la alianza terapéutica en la indagación de las experiencias del sistema terapéutico, la cual ha sido definida de manera emergente como una subcategoría. Adicionalmente, los resultados dieron lugar a una segunda subcategoría relacionada con la agencia personal, que a pesar de que no reporta la misma o cercana cantidad de referencias como la primera, sí resulta pertinente al dar cuenta de información fundamentada en lo que ocurre a nivel relacional dentro del sistema terapéutico. En este sentido, se ha decidido presentar primero los resultados de la amplificación y recuperación de la agencia personal, seguido de los hallazgos en la subcategoría de alianza terapéutica, en tanto pone la pauta de horizontalidad en la relación, para seguir con la alianza como aquella

consolidación de la unión entre terapeuta y consultante como sistema terapéutico, sin perder de vista que ambas subcategorías poseen un carácter relacional.

Amplificación y recuperación de la agencia personal

Según los hallazgos, esta subcategoría fue mencionada por el 50% del total de los participantes, tanto terapeutas como consultantes, representando una frecuencia del 15% sobre el total de referencias que aludieron a las experiencias dentro del sistema terapéutico al usar la metáfora. Esta subcategoría incluye aquellas manifestaciones del consultante por saberse dueño de su propio proceso, del alcance de objetivos y del mantenimiento de aprendizajes obtenidos, permitiéndole crear un lugar de apropiación de los acontecimientos que experimenta como únicos y diferentes a los de otros, resaltando su responsabilidad y agencia sobre su propia vida. C2 y C3 concuerdan con el sentido de pertenencia que les transmite la metáfora, haciéndolos experimentar que sus emociones, creencias, ideas, etc., les pertenecen, expresando *“como que me apropio de ella (de la metáfora), es como que la vuelvo parte de mí”* y *“así yo haya aprendido a estar triste viendo a mi papá estar triste, esta es como mi tristeza, creo que también tiene que ver un poco con la propiedad, de cómo es mi manera de ver”*, estando conectado con la percepción de los terapeutas sobre los consultantes, quienes logran notar cómo al usar la metáfora *“ellos se dan cuenta que ellos pueden describir lo que están sintiendo, muchas veces sin ayuda de nosotros (los terapeutas) y también encontrar las propias soluciones solamente con su metáfora. O, bueno, no soluciones pero entendimiento, claridad”*, restando peso a aquellas creencias sobre la terapia que tienen que ver con un lugar de experto técnico del psicólogo que lo distancian y deshumanizan, percepción del terapeuta sobre la cual se profundizará en el apartado de la subcategoría de alianza terapéutica.

Se encontró que esta sensación de pertenencia en los consultantes equilibra la relación terapéutica, pues se aleja de la idea de depositar en la experticia del terapeuta el abordaje de la problemática, y pasa a resaltar el lugar de los recursos y saberes del consultante para participar de ello, en palabras de TE, la metáfora resulta ser *“útil para la relación terapéutica, y pasa que eso me da cuenta también de la lucidez de los consultantes y de cómo juntos podemos darle sentido a una situación que a veces no es tan fácil de aprehender, de agarrar”*.

Por otro lado, al usar la metáfora en el espacio terapéutico para una suerte de propósitos tanto de terapeutas como de consultantes, pueden emerger experiencias que no representaron inicialmente el propósito por el cual se usó la metáfora, pero al final terminan ocurriendo. Ejemplo de ello, es lo que menciona C2 al exponer diversas metáforas que le permitieron observarse de manera distinta a sí mismo, dando lugar a la creación de nuevas posibilidades, en su caso: herramientas y mecanismos de afrontamiento, que a su vez le permitieron darse cuenta de su agencia en la situación:

La metáfora del velo negro, el carro, el lago, como todo eso, como que a uno le va dando herramientas para ir siguiendo y reconocer como baches, huecos que me dice como bueno, por ahí no es el camino y si caigo, pues ya sé cómo identificarlo después (...) es que esta situación yo la controlo hasta acá.

En este orden de ideas, se encontró que hacer uso de la metáfora ya sea para expresar y comprender, o para promover nuevas posibilidades, puede facilitarle al consultante asumir una postura de agencia, en tanto él mismo puede constituirse como creador legítimo de metáforas en el espacio terapéutico, amplificarlas y jugar con ellas, generando conexiones entre éstas y su propia vida, en la cual es experto, siendo así:

La constatación de que en ellos mismos están las posibilidades para restaurar sus vidas y para bueno, resolver lo que quieren contar. En fin, eso es lo que a mí me deslumbra de la metáfora (...) esta constatación de la creatividad y de la capacidad de poder observarse para restaurarse, la he visto total.

Experimentar agenciamiento en el sistema terapéutico implica encontrar, reconocer y ejercer la capacidad del consultante para crear un lugar de acción bajo el marco de una postura como conductor y experto de su propia vida, de manera que pueda definir aquello que quiere ser, hacer y lograr. Por ejemplo, esto fue evidente en las sesiones terapéuticas de C3, quien a través de ejercicios de autoobservación de sí misma mediante metáforas que han representado sus diferentes versiones, y otras metáforas como la del “volcán”, que simbolizan sus desafíos emocionales, ha podido definir aquello en lo que se quiere convertir y las acciones que quiere emprender, y lo ha significado a partir de la metáfora de “*calibrar mis límites*”, como una expresión que ha utilizado para reflejar su responsabilidad frente al control de sí misma, que emergió a la luz de la interacción con su terapeuta, las preguntas reflexivas y algunas de las confrontaciones existentes en la conversación, que posiblemente, sin esa relación terapéutica, no se le hubiera dado lugar.

Con el fin de recoger lo expuesto anteriormente con las experiencias del sistema terapéutico al hacer uso de la metáfora, es posible decir que la agencia personal es una emergencia dentro de la terapia, ya que a partir de la conversación única y particular que ocurre entre consultante y terapeuta mediante esta herramienta del lenguaje, es que puede suscitarse el sentido de agencia en el consultante y por eso las palabras de TG cobran relevancia, pues es allí, en el lenguaje, que al generar diversas conexiones, se engendra la esencia y amplifica el papel como agentes de cambio en relación:

Entre las borrosidades del lenguaje que igual permiten entenderlo y captarlo, tenerlo presente como que ‘este es un asunto y está conectado de estas maneras’, creo que permite mucha más agencia sobre lo que nos pasa o sobre lo que les pasa a los consultantes, sobre lo que viven, sobre lo que les dice de lo que hay alrededor.

Alianza terapéutica

Con base en la información recolectada, resultó llamativo que esta subcategoría fue referenciada por 9 de los 10 participantes de la investigación, representando un 85% sobre el total de referencias de esta categoría. Esta subcategoría es de carácter relacional al dar cuenta de aquello que sucede en el sistema terapéutico a nivel de las experiencias que emergen en la interacción de quienes lo componen al hacer uso de la metáfora y fundamentarse en la relación que acontece en el espacio de terapia. En primera instancia, resulta pertinente mencionar que tanto consultantes como terapeutas hicieron alusión a lo que perciben que sucede a nivel experiencial, estando claramente relacionado con el concepto de alianza terapéutica desde el enfoque sistémico. Los participantes arrojaron resultados que dieron cuenta de que hay *algo* que se produce entre ellos y que favorece su relación al hacer uso de la metáfora, facilitando con ello la construcción de una alianza terapéutica.

Se encontró de manera frecuente que cuando los participantes hablan de la experiencia que perciben en el sistema terapéutico, acuden a expresiones acerca del rol que es atribuido al terapeuta bajo estereotipos sobre el ejercicio del psicólogo clínico, que lo sitúan desde un lugar jerárquico como un experto técnico. Estas creencias sustentan que, a través de sus conocimientos, el terapeuta se limita a diagnosticar, no indaga con profundidad sobre las historias de los consultantes y se muestra distante, todo esto bajo la idea de un modelo médico tradicional. Lo anterior se vio reflejado en los relatos de los participantes, quienes mencionaron que el uso de la metáfora contrarresta estas percepciones. Por ejemplo, C3 manifiesta que se trata de *“no fingir que somos máquinas (...) Creo que eso pasa en muchos aspectos como de la relación “paciente-médico” en muchos contextos de la medicina”*, siendo esto complementado

por C4 quien menciona cómo el uso de la metáfora le permite distanciarse de una conversación técnica y poco cercana con su terapeuta:

Yo lo veo como una charla más tranquila porque me estoy pudiendo expresar y no lo estoy viendo como tan terapéutico, como tan técnico, sino es una charla más amena, más dinámica, más amigable, algo diferente (...) si fuera una terapia normal, yo sé que eso generaría como más estrés. Entonces, eso genera como una charla más tranquila, más amigable porque veo que me entienden, con diferencia en hacerlo como más técnico.

En esta misma línea, TG recuerda casos particulares donde el uso de la metáfora le permitió distanciarse de aquellas ideas preconcebidas que traían sus consultantes sobre el espacio de terapia que partía de dichas creencias estereotipadas encaminadas al diagnóstico y al rol del terapeuta como único experto:

La metáfora al generar esa complicidad, pasa algo muy bacano y es que cambia la concepción de lo que venimos a hacer a terapia, entonces a mí me pasó (...) que antes era como 'ven te expongo todo, casi que trato de hacer lo que sólo podría hacer con rayos X, con mis huesos, pero con la palabra, voy a contarte todo para que tu como psicólogo rastrees dónde está la cosa, me diagnostiques, todo, como que trato de darte todo, todo, todo muy rápido'

lo cual es cuestionado por el terapeuta, quien desde su intención terapéutica y principios sistémicos, busca romper con este lugar que le es atribuido por su consultante, resultando la metáfora una herramienta útil para relacionarse distinto, y por eso continúa diciendo:

Pero cuando aparece la metáfora, ya es como un pensar juntos la vida, ya es como un 'ahhh, ok, ya entiendo yo a qué vine acá, no vine a que diagnostiquemos, sino que vine a hacerme entender, a escucharme a mí mismo, a ver qué hacemos con esto, a ver yo cómo lo sentiría, a probar cosas', entonces eso me parece chévere porque sí, o sea comprender lo que venimos a hacer en un espacio de terapia, no, no es tan sencillo.

Mostrando con ello que según la manera en la que se configura la relación en el sistema terapéutico, se logra una conexión más humana y de *construir juntos*, tomando como pilar fundamental para ello, el lenguaje, tal y como se puede reconocer en la siguiente expresión:

“entonces dije, no, aquí hay que cambiar el modo de lenguaje, porque si no, no vamos a conectar”.

Esta apuesta por parte del terapeuta para equilibrar la relación implica una postura particular en la interacción, la cual resaltan los participantes frente a la disposición de escucha y atención cuando se dialoga en torno a una metáfora dentro del espacio terapéutico, percibiendo que allí surge un compromiso que a su vez *“es un acuerdo entre las dos partes de atender al otro, indistintamente de si estamos entendiendo, de si estamos empatizando, de si estamos enojados. Es sentarse y tomarse el momento de atender a lo que el otro me está diciendo”*, dicho acuerdo se refleja mediante la postura que asume el terapeuta al momento de entregar o alimentar una metáfora, influyendo así en cómo se siente el consultante, como dice TH *“yo creo que ellos se sienten entendidos, escuchados también ¿no?, porque uno se coge de eso, lo resalta, entonces no pasa desapercibido”*, corroborado con expresiones de C1, y en general de todos los consultantes con frases como: *“la principal (utilidad de la metáfora) es sentir que me estas entendiendo”*, y la manera en la que esto se hace evidente con el uso de las metáforas, es cuando la conversación se enfoca sobre ellas, se validan y se entra a entenderlas, explorarlas y conectarlas con las vivencias del consultante, y con ello se experimenta este *ser escuchado y sentirse comprendido*, por ejemplo, sobre esto C4 destaca: *“si yo te dijera eso lo del bus, y tu ‘bueno, sigamos’, yo diría no, no me estás entendiendo (...) como que avalas mi idea”*, teniendo consigo efectos relacionales como la complicidad: *“me parece que se genera una sensación de complicidad muy bella entre los consultantes y uno”*.

Adicionalmente, los resultados muestran que, al usar la metáfora bajo una dinámica de escucha, exploración, indagación y conexión, se da lugar a un marco de referencia común que

emerge de la conversación y que contiene los significados que co-construyen terapeuta y consultante en su interacción. En palabras de C1, empiezan a hablar el mismo lenguaje:

Da esa apertura para poder hablar mucho más porque es como un clic, como ¡ahhh! ya estamos hablando el mismo lenguaje, entonces ya que me entendiste te puedo contar (...) para hacerlo mucho más sencillo y sea un punto de encuentro de ambas. Estamos entendiendo de qué estamos hablando.

Otros fragmentos que resultaron de las entrevistas semiestructuradas con consultantes y que muestran la experiencia de construcción de significados comunes, son: “Como una conexión, que los dos estemos hablando como en una misma frecuencia (...), ya es algo que entendemos los dos” y:

Si no las hubiera utilizado, no sé cómo expresarme que fuera algo literal, con diferencia de utilizar las metáforas, digamos cuando me decías lo de las porristas y yo te decía ‘tengo muchas porristas’ y tú me decías ‘¡ay eso es buena idea!’ (...) eso me gustó mucho cuando me dijiste, y todavía veo, hasta hoy me lo recuerdas, lo de las porristas y me decías ‘me acuerdo de lo de las porristas’, entonces cada metáfora que yo he utilizado tú la recuerdas totalmente o sea no la has dejado pasar.

Coincidiendo con los aportes de los terapeutas, quienes consideran que el marco de referencia común que emerge entre ellos y los consultantes al usar metáforas, favorece la conexión a partir de expresiones y palabras que únicamente el sistema terapéutico entendería: “me parece también que estas metáforas como que comienzan a configurar un lenguaje compartido que es propio de este espacio tan íntimo de la terapia”; “ayuda a aterrizar también, ayuda a conectar, como a crear otros tipos de conexiones, a construir otros lenguajes, porque pues así a veces también hace más sentido.”; “siempre ella misma lo trae de regreso es como ‘hoy estoy como el elefantito encadenado’ entonces eso es súper útil”.

En este orden de ideas, según C3, al hacer uso de la metáfora, el sistema terapéutico logra conectarse mutuamente mediante la “*experiencia del reconocimiento del otro, hay también un*

momento de conexión muy profunda, de sentirme comprendido por el terapeuta que me está escuchando (...) como un recurso para mí". Los consultantes reconocieron frente a la pregunta de qué perciben en el espacio terapéutico al hacer uso de la metáfora, elementos que aluden a la alianza terapéutica e incluso resaltaron la influencia que tiene la postura del terapeuta para establecerla. A continuación, se presentan algunos fragmentos que dan cuenta de ello: *"pienso mucho el tema de la confianza, como que permite que se den conversaciones que incluso no estaba pensando dar en ese momento, entonces como explorar más abiertamente otros espacios porque hay esa conexión de poderlo entender"; "interesarse por las palabras del otro es bien importante (...) y la razón por la que llevamos ya casi dos años de terapia, es porque hay un compromiso sobre... o yo he percibido, un compromiso sobre el uso del lenguaje"*.

Tanto terapeutas como consultantes experimentan dentro del sistema terapéutico que las metáforas vuelven la conversación *"divertida", "emocionante", "generan jovialidad", "es emocionante (...) como encontrar ese momento, esa chispa, es alegre, y (...) motiva a seguir, como que la invita a fluir", "es algo más dinámico"* y fomentan *"la comodidad o la soltura para indagarse, para la introspección"*.

Así, a modo de conclusión, la alianza terapéutica es experimentada por el sistema terapéutico al usar la metáfora, fundamentalmente por la postura que asumen ambos al momento de conversar sobre ellas y conectarlo con el caso, dando lugar a significados únicos que se gestan en la relación. A continuación se muestra el siguiente fragmento de uno de los terapeutas que logra sintetizarlo:

Yo creo que ahí el rol que he procurado adoptar es el de ser un recipiente de esas metáforas para legitimarlas, un resonador, porque yo creo que si no hay alguien que las escuche, se pueden perder o se pueden difuminar, entonces yo creo que lo que me gusta hacer, es como prestarles mi oído, reforzarlas, legitimarlas, validarlas, ramificarlas para que se enraícen más y esa es la manera en la que me gusta estar presente para ellos en la

construcción de las metáforas que ellos me regalan, porque es casi que un obsequio de ellos al encuentro.

Discusión

En el presente apartado se dará respuesta a la pregunta de investigación: *¿de qué manera la metáfora como herramienta psicoterapéutica es utilizada para movilizar los desafíos conversacionales dentro del espacio de la terapia sistémica?* Esto abordando los hallazgos que aluden a cada uno de los objetivos presentados a la luz de las unidades de análisis correspondientes y considerando la respectiva revisión teórica. Un aspecto de crucial importancia a la hora de encontrar, analizar e interpretar los resultados para dar respuesta a esta pregunta, fue el de realizar la distinción entre el uso de analogías y el uso de metáforas en la terapia, para lo cual el sustento teórico de Sterland (2005) y Pérez (2007) cobró relevancia, ya que ambas herramientas pueden emerger en dicho espacio con el propósito de ordenar y promover aprendizajes, estableciendo comparaciones y paralelismos, por lo cual resultan ser útiles y usadas frecuentemente en conversaciones cotidianas y terapéuticas. La diferencia que está presente entre estas herramientas tiene que ver con: 1) la interacción que se establece entre los dos dominios de la comparación, pues la metáfora no se limita a un solo dominio, como lo hace la analogía al ser de primer orden, sino que en ella interactúan los dos dominios comparativos y, 2) en la metáfora, el significado es atribuido por el hablante o creador, lo que genera una rica carga de significados al emplearla en terapia. Esto puede fomentar la creación de múltiples significados dentro del contexto terapéutico, demandando así un mayor nivel de creatividad.

Con el fin de responder a la pregunta planteada, es preciso decir que la teoría consultada previamente, relacionada con la postura construccionista y posmoderna, en la que el lenguaje se ubica como elemento primordial de las conversaciones psicoterapéuticas, fue corroborada en los espacios de investigación tanto con terapeutas

como consultantes, quienes resonaron ante las preguntas sobre cómo se da la conversación y cuáles son los desafíos en ellas, manifestando de manera común que la conversación hace parte de la terapia y ocupa un lugar muy importante, tal y como lo sustenta Limón (2012), al ser a través de ella que se dan a conocer “formas de ser y de pensar”.

Siguiendo los postulados de Ibáñez (2003, citado en Santander, 2011) y Limón (2012) frente al lenguaje, éste no es sólo un vehículo para expresar ideas, conceptos, significados, etc., sino que es el medio por el cual éstos se conforman y la realidad se representa y construye, por lo que en la conversación incluir los planos literal y no literal resulta pertinente, pues a partir de ambos es que entendemos y transmitimos nuestra visión del mundo (Piñeros y Rubiano, 2018). Siendo así, la comunicación cotidiana de manera general y natural incluye recursos lingüísticos para favorecer la representación del *ser y habitar* en el mundo, dentro de los cuales aparece la metáfora como un recurso espontáneo para expresarse desde un plano no literal con locuciones alejadas de su significado explícito (Piñeros y Rubiano, 2018). En este sentido, no considerar elementos conversacionales que acojan lo literal y no literal en las intervenciones psicoterapéuticas puede obstaculizarlas (Vernon, 2009, citado en Ciro y Castaño, 2020), lo cual explica la necesidad de hacer uso de la metáfora dentro de este espacio, tal y como lo muestran las verbalizaciones de terapeutas y consultantes en la presente investigación.

Partir de la idea de que la conversación está esencialmente presente en la psicoterapia (Limón, 2012), implica afrontar desafíos conversacionales que en la terapia sistémica se entienden bajo un componente relacional importante, al basarse en la manera en la que se da la interacción terapeuta-consultante, reconociendo el lugar que cada uno de ellos tiene en la conversación y su influencia en el otro, identificando además los efectos de la postura que asumen a la hora de comunicarse, estando en sintonía con los principios de la terapia sistémica

en la que se pretende la comprensión mutua y los ejercicios dialógicos transversales que ocurren al configurarse como sistema terapéutico (Moreno, 2005).

En este sentido, los desafíos conversacionales bajo una lectura sistémica incluyen la influencia que el terapeuta ejerce como parte activa del sistema, y con ello sus propias ideas, emociones, percepciones, sensaciones, comprensiones y construcciones (Castro y Díaz, 2004), pues además de pensarlas, desde este enfoque también busca la manera de poderlas transmitir en la conversación con fines terapéuticos. Así pues, el terapeuta como parte del sistema tiene la función de orientar la exploración, intervención, reflexión y comprensión de aquello problemático que trae el consultante a la terapia para lograr su resolución (Castro y Díaz, 2004). Lo anterior sustenta el motivo por el cual los desafíos conversacionales de estancamiento, dificultades para distanciarse del lenguaje técnico y generar reflexividad, se presentaron únicamente en el grupo focal con terapeutas y no en las entrevistas semiestructuradas con consultantes, pues las dificultades que afrontan los terapeutas tienen total relación con el rol que ejercen en el espacio terapéutico. Esto mismo se presentó en los resultados de las subcategorías del uso de la metáfora para promover nuevas posibilidades y, la identificación de la amplificación y recuperación de la agencia personal como experiencia del sistema terapéutico, las cuales fueron más frecuentes en los terapeutas que en los consultantes al tener evidente relación con la función del psicólogo clínico en la terapia de acuerdo con los postulados de Castro y Díaz (2004).

Retomando la pregunta de Zapata (2017) sobre “¿cómo dialogan entre sí los saberes profesionales con los saberes de la gente?” (p.20), se encuentra relevante mencionar el desafío conversacional más frecuente en los resultados de consultantes y terapeutas, referente a la dificultad en la expresión y comprensión del mensaje, ya que

este ejercicio de dialogar entre saberes implica fundamentalmente expresarse y comprenderse mutuamente, lo cual, bajo los postulados del Manejo Coordinado del Significado (CMM) puede entenderse como la producción de los actos de habla (Demicheli, 1995).

Al tratarse este desafío de una subcategoría emergente, es posible decir que los referentes teóricos consultados para esta investigación abordan niveles de contexto jerárquicamente superiores a los actos de habla, como son la relación y los patrones culturales (Demicheli, 1995). Los resultados indican que en muchas ocasiones no es probable alcanzar un análisis tan profundo de los niveles de contexto, ya que para entender o abordar el desafío presente en la conversación, es necesario que el consultante y el terapeuta sean capaces de llevar a cabo actos de habla que les permitan expresarse y entenderse mutuamente en el contexto terapéutico, el cual puede constituir el propio desafío.

Como respuesta a este desafío, surge la subcategoría del uso de la metáfora para expresar y comprender, la cual resulta ser altamente pertinente. De la misma forma que el desafío correspondiente, esta subcategoría fue emergente y presentó la mayor proporción en los resultados de usos de la metáfora. Lo anterior puede conectarse con la teoría y los hallazgos previamente mencionados con respecto a la dificultad de poner en palabras literales la información alrededor de fenómenos psicológicos (Gordon, 2007).

En este orden de ideas, se posiciona la metáfora como una herramienta que es utilizada en el sentido de lo que el hablante pretende manifestar, favoreciendo consigo una variedad lingüística de expresión (Fried, 2004) que resulta eficiente para comprender información, especialmente en las situaciones en las que esto es difícil de alcanzar si se limita a la vía literal (Gordon, 2007). Lo anterior da cuenta de esta herramienta como estrategia facilitadora, siendo definida por consultantes como *“un puente para una expresión real”*, sustentado también por Gil

et al. (2016) al decir que ésta hace las veces de “puente” o “trampolín” para expresar y comprender, y es un recurso potencial que se convierte en un camino entre el consultante y el terapeuta para generar semejanzas y facilitar el diálogo terapéutico (Gil *et al.*, 2016).

Los resultados obtenidos sitúan a la metáfora como una herramienta que logra facilitar la comprensión de información dentro del espacio terapéutico en doble vía, tanto el consultante logra expresar y comprender mejor lo que quiere transmitir el terapeuta, así como este último logra expresar y comprender aquellos mensajes que reflejan los sentimientos, temores, aspiraciones y emociones del consultante (Cardona y Osorio, 2015), siendo esto un acto fundamental para la consecución de los objetivos terapéuticos.

Mediante el análisis realizado, se evidencia la importancia de esta herramienta como facilitadora de expresión y comprensión mutua, que además permite realizar procesos de co-construcción entre consultante y terapeuta sobre los recursos, emociones, percepciones, conocimientos, pensamientos, experiencias vividas, etc., que se transmiten en el espacio de terapia (Gil *et al.*, 2016). En lo que respecta a la manera en la que se usa la metáfora, se encontró la importancia de que los terapeutas logren “*conectar los detalles de la metáfora con los detalles de la experiencia de la persona*”. En palabras de Centeno (2003), es primordial que cuando el terapeuta exprese una metáfora y/o co-construya sobre ella, enlace las experiencias concretas del consultante con lo que éstos sienten, piensan y significan (Centeno, 2003), lo cual marca un foco en la postura que asume el terapeuta en terapia y cómo se expresa con su consultante.

Relacionado con esto, la investigación arrojó resultados sobre el *Desafío del distanciamiento del lenguaje técnico*, que también se enmarca en un cuestionamiento por la forma en la que se expresan y comprenden los consultantes y los terapeutas. Para ello, resulta pertinente retomar la pregunta planteada por Zapata (2017) acerca de la manera en la que

dialogan los diferentes saberes técnicos con los saberes de la gente, y sobre esto, los hallazgos reflejan cómo los terapeutas constantemente se preguntan por cómo transmitir sus saberes “ilustrados” en la conversación, no sólo desde los tecnicismos sino también desde el enfoque sistémico, cabe la pregunta por cómo no convertirse en el “poseedor de conocimiento técnico” en el espacio terapéutico, y cómo velar por una relación horizontal y de co-construcción, más que bajo un rol que lo posicione como único experto, rompiendo con ideas de jerarquías y dando lugar al otro como legítimo otro.

En la terapia, el consultante debe ser visualizado desde su contexto, estadio de desarrollo, creencias, etc., y los terapeutas realizan ajustes para conversar con cada consultante en particular. Los resultados obtenidos reflejan las adaptaciones en la forma del lenguaje con niños por ejemplo, cuya utilidad se puede comprender desde la postura de Milton Erickson (s.f., citado en Camacho, 1981), quien considera que la psicoterapia debe estar orientada al paciente, entendiendo que cada persona tiene su propio lenguaje y que por tanto en cada terapia, el terapeuta debe conversar a sabiendas de que el consultante lo hace desde un lenguaje ajeno, por lo que no debe intentar comprenderlo desde su propio lenguaje, sino buscar hablar el lenguaje del consultante y comprenderlo desde allí.

Lo anterior, no sólo es un cuestionamiento que respecta a los terapeutas, pues los resultados de la investigación también muestran cómo los consultantes destacan la importancia de una postura cercana, cálida y que los comprenda en el espacio terapéutico, haciendo alusiones al distanciamiento que perciben de los psicólogos clínicos que se mueven bajo un modelo médico o tradicional de áreas como la medicina, donde se limita la conversación al uso de tecnicismos y abordajes literales de sus experiencias. Estos hallazgos posicionan la metáfora como una herramienta útil para responder a este desafío del *Distanciamiento del lenguaje*

técnico, por los siguientes aspectos: en primer lugar, permite experimentar una relación horizontal bajo un ambiente cercano, cálido, confiable, empático, humano, etc., pues mediante el uso de metáforas el psicólogo deja de ser percibido como una “máquina” que genera diagnósticos y, el consultante deja de ser visto como un contenedor de información emitida por la “máquina”, transformándose en dos expertos que conjugan sus conocimientos y saberes en función del bienestar psicológico, afianzando la conexión y facilitando ejercicios de co-construcción en el proceso terapéutico.

En segunda medida, el uso de la metáfora puede ser aplicado sin especificidad alguna de edad, género o cultura y, dentro de cualquier enfoque terapéutico (Centeno, 2003). Lo cual coincide con el consenso general en los participantes al expresar que han usado la metáfora en el espacio terapéutico al menos una vez en la vida, lo cual permite inferir que ha sido utilizada por una amplia variedad de población. Los resultados muestran que la metáfora se ha usado en terapia para facilitar la expresión y comprensión de diversas poblaciones etarias, como niños, niñas, adolescentes, mujeres, hombres, adultos mayores y familias; así como con poblaciones con psicopatologías y con diversas capacidades creativas y comunicativas.

Y, en tercer lugar, porque la metáfora da lugar a la co-construcción de sentidos y significados propios del sistema terapéutico (Watson y Greenberg, 1994, citados en Clavijo *et al.*, 2021; Cuervo *et al.*, 2023), que les permite comprenderse mutuamente creando un mismo lenguaje (p. 24) a partir del lenguaje del consultante, que se diferencia del lenguaje técnico y le facilita al terapeuta comprenderlo desde allí (Cardona y Osorio, 2015).

Acerca de hablar el lenguaje del consultante, los resultados arrojaron que la construcción de metáforas se da a partir de los recursos de los consultantes y su propio lenguaje, como por ejemplo en los casos de la diseñadora gráfica, el licenciado en física,

la fotografía, entre otros, en los cuales surgieron metáforas que incluían sus conocimientos, gustos, intereses y significados particulares, que permitieron que el consultante se conectara en mayor medida con la herramienta y lograra enriquecerlas con fines terapéuticos (Luján *et al.*, 2016).

Los aportes de la metáfora que respondieron al desafío de *Distanciarse del lenguaje técnico* también pueden ser útiles para responder a otros desafíos. Por su parte, la subcategoría emergente de las Dificultades para generar conexión emocional se evidencio en resultados relacionados con la capacidad y/o apertura para entrar en esta dimensión psicológica, siendo un desafío que, según los hallazgos, obstaculiza la conversación terapéutica. Es importante tener en cuenta que se refiere al plano conversacional que puede darse por la falta de apertura del consultante para conectar con lo que siente, manteniéndose en un plano racional de la conversación (Maturana, 1988 citado en Álvarez *et al.*, 2016), lo cual puede hacer que dicha conexión que se pretende lograr sea establecida como parte de los objetivos terapéuticos de esta índole.

Lo anterior, debido a que según Maturana (1988 citado en Álvarez *et al.*, 2016), las conversaciones tienen un flujo entre lo racional y emocional, por lo que resulta imposible desligar ambas nociones de la condición del ser humano desde una mirada objetiva. Y, si bien, a nivel social se ha desdibujado el concepto del emocional priorizando lo racional, resulta pertinente actualmente retomarlo en las conversaciones terapéuticas, pues “*cuando negamos nuestras emociones generamos un sufrimiento en nosotros o los demás que ninguna razón puede disolver*” (Maturana, 1988, p. 3, citado en Álvarez *et al.*, 2016, p. 27).

Es fundamental partir de la idea de que la emoción y el lenguaje están conectados. No obstante, transmitir en palabras la emoción es desafiante *per se* en tanto existe una “*dificultad*

que implica verter en palabras los sentimientos, sensaciones, emociones, percepciones que se desean transmitir. Dada la racionalidad humana, parece más sencillo expresar pensamientos o descripciones de carácter técnico o intelectual” (Ceberio, 2006, p.103). Para lo cual, tal y como mostraron los resultados recolectados tanto con terapeutas como con consultantes, la metáfora resulta útil para abordar la dimensión emocional en terapia, ya que el consultante puede representar sus emociones (dominio que es difícil de expresar) a través de algo material o literal (dominio que ejerce como marco para expresarlo) (Luján *et al.*, 2016), siendo así un recurso que resulta creativo, retador y poderoso, para poder poner en la conversación las situaciones que lo confrontan y le generan malestar (Burns, 2007, citado en Gil *et al.*, 2016). Tal expresión de sentimientos por medio de esta herramienta no solamente es útil para el consultante, sino que también tal y como muestran los resultados, puede ser útil para que el terapeuta manifieste cómo se siente y cuáles son aquellas percepciones o sensaciones, desde su intención terapéutica.

Con esto en mente, es posible decir que en la investigación se encuentran resultados que están alineados a la idea de que la metáfora facilita el proceso de comprensión de las emociones que experimentan los consultantes enriqueciendo la conversación en torno a ellas con más elementos de manera genuina, flexible y simbólica, siendo una herramienta de fácil moldeamiento para cualquier situación (Centeno, 2003; Zuluaga *et al.*, 2019) que facilita la comprensión mutua dentro del espacio terapéutico, así como la comprensión del consultante sobre su propia problemática, permitiéndole visibilizar aquello que le afecta.

La segunda subcategoría de usos de la metáfora de la presente investigación, relacionada con promover nuevas posibilidades, resulta igualmente útil en el abordaje de los desafíos para *generar conexión emocional*, pues según las voces de los terapeutas y consultantes, esta herramienta lingüística les permitió la observación de la situación emocional desde una posición

distante, específicamente en los procesos de externalización, permitiendo ampliar su mirada sobre la misma, posibilitando con ello, la creación de nuevas formas de contemplar el problema (Queraltó, 2006).

Por otra parte, frente a la Dificultad para generar reflexividad, Hoffman (1996 citado en Castro y Díaz, 2004) sustenta que lo fundamental de la terapia sistémica es el proceso reflexivo considerando la influencia mutua entre terapeuta y consultante. Sobre esto, los hallazgos muestran la importancia de *generar reflexividad* como factor esencial en la intención terapéutica que se encuadra bajo roles definidos dentro del espacio terapéutico, en los cuales el terapeuta es quien promueve la reflexión y busca aperturas a nuevas posibilidades con el fin de movilizar el proceso y sus objetivos. Sin embargo, los terapeutas también dieron cuenta de lo desafiante que es producirla, pues algunos consultantes pueden mostrar mayor resistencia a preguntarse o mirarse a sí mismos y existe una tendencia a quedarse en descripciones de primer orden, es decir, que no integran la cibernética de segundo orden donde el ejercicio implica una meta-comunicación de conversar sobre lo que se está conversando, y una meta-mirada para observar sobre lo que se está observando (Von Foerster, 1982, citado en Boscolo y Bertrando, 2011).

De acuerdo con los resultados de la investigación, la manera en la que los terapeutas usan la metáfora para responder a este desafío es promoviendo nuevas posibilidades, ya que a partir de ésta se fomentan procesos de observación que llevan a meta-miradas y meta-comunicaciones, las cuales permiten que el consultante acompañado por su terapeuta se pregunte sobre lo que sucede consigo mismo, con sus relaciones y/o con su proceso terapéutico. Llama la atención que este uso de posibilitar nuevas miradas fue identificado en gran medida por parte de los terapeutas, ya que tiene una relación directa con su rol interventivo. Por el contrario, los consultantes se enfocaron más en reconocer las vivencias que les generó encontrar nuevas perspectivas y

mencionaron cómo a su vez, esto propició experiencias significativas para ellos en relación con su terapeuta. Muestra de ello, es lo que se encuentra de manera transversal en el análisis y exposición de los resultados de C4, quien gracias a diversas metáforas como la de “el oleaje”, logró comprender y generar nuevos significados acerca de su proceso de duelo de manera distinta y novedosa, fortaleciendo así su alianza con la terapeuta, con quien co-construyó dicha movilización, y la hizo sentir comprendida y escuchada.

El desafío conversacional de *generar reflexividad* pretende negociar y construir nuevas maneras de ser viables y sostenibles (Hoffman, 1996 citado en Castro y Díaz, 2004), lo cual está conectado con el uso de la metáfora previamente expuesto, ya que ésta genera intercambios de significados que abren caminos para la re-interpretación, re-descripción, revelación y transformación de las experiencias (Farquhar y Fitzpatrick, 2019). Lo anterior, a la luz del enfoque narrativo de la terapia sistémica, cobra especial relevancia, ya que favorece mediante la co-construcción, nuevas visiones sobre la persona y el problema, pues desde esta postura, el problema reside en la descripción que se hace del mismo, es decir, en la manera de narrarlo (Montesano, 2012). Así pues, el cambio consistirá en describir los problemas de manera diferente, que resulte en la generación de diversos acuerdos y consecuencias (Sluzki, 1996, citado en Montesano, 2012), de manera que a nivel interventivo, se busca promover nuevas maneras de ver el problema desde la cibernética de segundo orden, para que, mediante la observación del sistema, el foco esté puesto en las historias o narrativas, y no en el individuo o familia. En este sentido, la externalización que se posibilita mediante el uso de herramientas como la metáfora, más que comprenderse como una técnica terapéutica, pasa a ser concebido como un procedimiento que engloba todo el proceso terapéutico y es en sí misma una

cosmovisión, es decir, una forma particular de entender la terapia, las relaciones y el mundo (Montesano, 2012, p.15).

La metáfora como herramienta terapéutica tiene el poder de transformar y resignificar (Cardona y Osorio, 2015). De acuerdo con Fried (2004) antes de ser entendida como una herramienta terapéutica, debe ser entendida como una herramienta del discurso, que posibilita la expresión de perspectivas diversas, lo cual abre la puerta para la creación de nuevas conexiones y significados. Estas transformaciones influyen en la manera en que se percibe el mundo y sus posibilidades (Lakoff y Johnson, 1980, citados en Fried, 2004).

Al momento de utilizar la metáfora para generar nuevas posibilidades para describir el problema, también emergen nuevas descripciones sobre el sí mismo, lo cual bajo los postulados de White y Epston (1989, citados en Boscolo y Bertrando, 1987), la convierte en facilitadora de narrativas alternativas sobre el consultante y su identidad, recobrando a nivel de experiencias del sistema terapéutico aquello descrito en los resultados sobre la amplificación y recuperación de la agencia personal, ya que el proceso terapéutico se transforma con ello en un proceso de re-narración de historias en donde los consultantes recobran su posibilidad y capacidad de ser autores de su propia vida a través de la interacción con el terapeuta, tal y como lo sustentaron los hallazgos de la investigación acerca de los efectos que tiene la metáfora para recobrar la apropiación del consultante sobre su propia vida, emociones, situaciones, etc., que termina además de ello, favoreciendo el vínculo terapéutico al posicionarse ambos en una relación horizontal y corresponsable del proceso.

Por otra parte, los fragmentos que mencionan el desafío conversacional de estancamiento, reflejan momentos donde no sólo hay un desafío en la conversación, sino en general un desafío por el riesgo existente de la terminación del vínculo terapéutico, lo cual se puede entender como

el camino a un posible naufragio en medio de la marea alta, pues si no se genera una movilización desde las intervenciones terapéuticas que no están siendo útiles, puede darse por terminado el proceso ya sea porque el consultante desierte al no sentirse escuchado o por no encontrar sentido a las intervenciones terapéuticas, exigiendo entonces este desafío un ejercicio creativo que responda con un rápido movimiento en el terapeuta para buscar la efectividad en el tratamiento, tal y como lo mencionan los fragmentos obtenidos de los terapeutas sobre esta subcategoría. Dicho desafío se relaciona con aquello denominado maniobrabilidad terapéutica por Fisch *et al.* (1984), que se refiere a la capacidad del terapeuta para saber cuál es la mejor manera de actuar en un tratamiento y desde su libertad emprender acciones dotadas de propósito sobre lo que considera que es más adecuado, estando abierto a realizar modificaciones en el curso de la terapia a pesar de las dificultades que se presenten.

Un ejemplo claro que refleja cómo el estancamiento exige la maniobrabilidad del terapeuta y su carácter conversacional es el siguiente fragmento: *“no le gustaba hablar y ahí es donde tuve que buscar recursos diferentes, para poder comunicarme con ella sobre qué significaba la tristeza en su vida y qué le estaba diciendo, así como la alegría o la frustración”*, que aunque pareciera que se trata de un desafío para generar conexión emocional, el desafío principal era que el terapeuta no percibía que sus intervenciones terapéuticas estuvieran teniendo sentido y esto podría conllevar a un debilitamiento del vínculo si la consultante a pesar de las intervenciones, no hubiera logrado hablar, requiriendo entonces un movimiento interventivo rápidamente para lograr la comunicación terapeuta-consultante.

Los resultados destacan la posibilidad de llegar a un estancamiento al darse desafíos en la conversación que no son atendidos, y que de no resolverse, el consultante pueda percibir que no es escuchado (Espinosa-Duque *et al.*, 2020), no sólo por la percepción de que el terapeuta

literalmente no lo escucha, sino también por no lograr conversar efectivamente o tener la percepción de que lo que está diciéndole el terapeuta no tiene sentido frente a la problemática o situación que se está abordando, lo que claramente sitúa al estancamiento como un desafío que se da en el plano relacional y aquello que se transmite sobre la decisión de las intervenciones y el vínculo terapéutico. Frente a esto, los resultados reflejan que tanto el uso de expresar y comprender, como el uso de promover nuevas posibilidades, posicionan a la metáfora como un recurso útil para responder al desafío del estancamiento, ya que incluir esta herramienta en el espacio terapéutico hace que como sistema se tengan experiencias que favorecen el vínculo terapéutico que resulta en riesgo cuando se presenta este desafío.

Al momento de hacer uso de la metáfora en el espacio terapéutico, el terapeuta entra a cumplir un rol de posibilitador de este recurso, configurando una forma de comunicación que no se limita únicamente a la consecución del cambio a la luz de los objetivos, sino que busca además de ello, afianzar el vínculo terapéutico, logrando que el lenguaje del terapeuta y el del consultante se encuentren, entendiendo que a través de la metáfora, *“al utilizar y encauzar el lenguaje de los consultantes, nuestra intención es aumentar la relación terapéutica y colaborar mejor con ellos”* (Bayebach, 2006, p. 193, citado en Luján *et al.*, 2016, p.154).

Adicionalmente, el uso de la metáfora para promover nuevas posibilidades puede favorecer la respuesta a este desafío de estancamiento, ya que encaminar la conversación hacia la búsqueda de recursos y apertura de posibilidades desde dicha maniobra del terapeuta al relacionarse con su consultante, crea lugares de acción personal y conjunta con espacios y dispositivos, como por ejemplo la metáfora, que *“incrementan los recursos del terapeuta para ayudar a las personas a salir del estancamiento, aliviar su sufrimiento y su confusión, y mejorar su capacidad de afrontamiento”* (Fried, 2004).

Por último, con respecto a los desafíos de los *juicios socioculturales*, si bien, con C3 según las sesiones transcritas, se abordó la metáfora de los mandatos infundidos socioculturalmente como “*escritos en piedra*” frente a los cuales podía posicionarse, cuestionarlos y romperlos, los resultados de la investigación no reflejan contundentemente que estos desafíos sean resueltos mediante el uso de la metáfora. Esto puede explicarse desde las nociones del *deber ser* que han sido naturalizadas a nivel social, que terminan dificultando el reconocimiento y abordaje de juicios socioculturales. Las conversaciones terapéuticas ocurren entre personas que habitan en contextos particulares, haciendo que estén influenciadas por aquellos discursos que circulan en la sociedad y que se convierten en una forma de acción que re-producen prejuicios, estereotipos, representaciones negativas, etc., alimentando la opacidad natural que acompaña los procesos discursivos (Santander, 2011). Adicionalmente, es posible que factores como la deseabilidad social del consultante con ante su terapeuta, lo lleve a ocultar la presencia de juicios socioculturales, dificultando aún más su identificación., esto será claro únicamente en la medida en que se dé una exploración por parte del terapeuta o una explicación por parte del consultante, que permita clasificar puntualmente la dificultad de expresión de mensajes, emociones, pensamientos, ideas, etc., por la presencia de dichos juicios.

Es posible que el terapeuta en su exploración llegue a evidenciar que la conversación está siendo permeada por juicios socioculturales. No obstante, dicha exploración o cuestionamiento del terapeuta frente a las creencias arraigadas puede tener un posible riesgo de hacer que el consultante se sienta juzgado, dificultando a su vez la construcción de maneras diversas y sostenibles de ver la problemática o tomar decisiones

frente a conductas culturalmente aceptadas (Castro y Díaz, 2004), tal y como le sucedió a TG, por lo que resulta pertinente ahondar más en cómo los juicios socioculturales permean la conversación psicoterapéutica y las herramientas interventivas que podrían contribuir para responder a este desafío.

Finalmente, según los hallazgos de esta investigación, los desafíos conversacionales previamente expuestos, pueden ser resueltos en terapia de diversas maneras como lo evidenciaron los terapeutas, quienes mencionaron que han acudido a diversos recursos para movilizar dichas dificultades que emergen en el diálogo terapéutico, como por ejemplo: *“reenmarcajes de manera muy directa (...) y juegos de roles”*, *“ponerlo y decir ¿te das cuenta que hace 5 minutos me dijiste una cosa y ahora te estás contradiciendo?”*, bajar el ritmo de la conversación mediante un estilo más calmado del terapeuta, entre otros, coincidiendo con postulados de Boscolo y Bertrando (1987), quienes sustentan que *“la sesión no está sólo hecha de preguntas circulares: el terapeuta usa el silencio, los sonidos o las palabras de duda y de disenso, las afirmaciones, las metáforas, las anécdotas, las preguntas lineales, las preguntas diádicas (p.236)*, en favor de la terapia y de la maniobrabilidad del terapeuta para movilizar estratégicamente los retos que surgen en la misma.

No obstante, la presente indagación se enfocó en la manera en la que la metáfora pudo responder a dichos desafíos, siendo este el foco sobre las demás alternativas de solución que pueden ser empleadas para movilizar la conversación cuando presenta dificultades. Así, en respuesta a la pregunta de investigación, se encontró que la metáfora logró responder a los desafíos conversacionales identificados dentro de la terapia sistémica, a excepción del desafío de los juicios socioculturales, que no presentó suficiente evidencia.

Los 10 participantes (consultantes y terapeutas) reportaron haber usado la metáfora como una herramienta útil para diversos momentos de la terapia, estando alineados con las ideas de Bunge *et al.* (2007) frente a cómo ésta les ha facilitado la comunicación y les ha permitido frecuentemente conectar el proceso de intervención con las necesidades del proceso para el logro de metas terapéuticas. De igual modo, los resultados concuerdan con características esenciales de la metáfora, pues la información recolectada frente a su uso sustenta su carácter creativo, los aportes que realiza otorgando flexibilidad, múltiples visiones, mayor claridad respecto a la situación del consultante y, el enriquecimiento que produce en la conversación.

La creatividad que constituye un elemento diferencial en la metáfora se reflejó en los hallazgos sobre las diversas maneras en las que la metáfora es introducida al espacio terapéutico desde el estilo de cada consultante y terapeuta. Los terapeutas mencionaron que lo han hecho por medio de videos, películas, canciones, danzas, dibujos, juegos, entre otros., permitiendo representar el problema mediante objetos, movimientos, sonidos, etc., que implica la activación y nutrición de la imaginación y del pensamiento figurativo, saliéndose de lo lineal, lógico y cognitivo (Montesano, 2012).

La conexión con el cuerpo resulta relevante a la hora de introducir creativamente metáforas en el espacio terapéutico, como lo fue en estrategias metafóricas a través del baile y la actuación, enunciadas por los participantes y también en la revisión teórica. Siguiendo a Ceberio (2018), *“la vía dramática a través de teatralizaciones, rol playing, la silla llena y el uso de esculturas hacen que el cuerpo y su puesta en acto metaforicen el problema y su solución”* (p. 169), convirtiendo el escenario y la acción del consultorio,

en personajes y situaciones que representan las ideas del sistema terapéutico (Luján *et al.*, 2016).

En resumen, la metáfora es una herramienta de alta utilidad para el espacio terapéutico, que puede ser usada tanto por consultantes como por terapeutas, para responder a los desafíos conversacionales que emergen en la terapia sistémica. A la hora de ser incluida en la terapia, se encontró que debe mantener un balance entre el *para qué* se usa, que en términos del rol del terapeuta se relaciona con su intención terapéutica a la luz de los objetivos del proceso, el *ser* de quien la propone (recursos y estilo) y la adaptación a la particularidad del consultante (sus características y lenguaje propio) (Luján *et al.*, 2016), reconociendo a éste último como agente y experto de propia vida, con quien resulta una prioridad el afianzamiento de una alianza terapéutica.

Más allá de los datos: las investigadoras y sus procesos reflexivos

A lo largo de este proceso de investigación, pudimos ver cómo ejercían un papel crucial los principios paradigmáticos desde los cuales nos movimos y que configuraron nuestro ser investigadoras sistémicas y construccionistas, como por ejemplo la cibernética de segundo orden que nos llevó a explorar y promover metamiradas en los participantes y en nosotras mismas.

Siguiendo esta línea, según Haarakangas *et al.* (2016), la conversación terapéutica es un proceso continuo reflexivo donde se da una constante interacción entre el diálogo interno y el externo, sustentando con ello que un terapeuta “*debería mantener el diálogo interno con su propia mente y cuerpo durante el proceso, verificándolo con preguntas a sí mismo, por ejemplo: ¿Por qué pienso y siento que esto es correcto en este momento?*” (p.18), de manera que se pueda poner dicho diálogo en conversación con otros, incluyendo su experiencia emocional durante las sesiones de terapia. Como investigadoras quisimos escuchar las voces de los terapeutas reflexionando sobre sí mismos y explorar sus puntos de encuentro y desencuentro frente al uso

de la metáfora, además de incluir sus experiencias a la hora de hacerlo, ocupando un papel importante para nosotras la reflexividad del terapeuta en el proceso investigativo.

Esta manera en la que promovimos el “mirarse a sí mismo” y observar la dinámica del sistema terapéutico estuvo presente en preguntas como: “*¿las metáforas han influido en la manera en la que se han dado las conversaciones dentro del espacio de terapia?*”. Este tipo de preguntas sobre el espacio terapéutico nos llevaron a descubrir elementos novedosos, por ejemplo con respecto a nuestro espacio investigativo con consultantes, quizás si no nos hubiéramos acercado como investigadoras con este tipo de preguntas, no habríamos conocido información valiosa sobre el proceso y sobre nuestro estilo terapéutico, muestra de esto es la frase de C3 al decir: “*y la razón por la que llevamos ya casi dos años de terapia, es porque hay un compromiso sobre... o yo he percibido, un compromiso sobre el uso del lenguaje*”, lo cual nos reafirmó que la relación cambia según como nos acerquemos al Otro en esa relación.

Esta apuesta por mirarnos a nosotras mismas como investigadoras, y la manera en la que invitamos a que tanto terapeutas como consultantes también lo hicieran, tiene que ver con la forma en la que estuvimos convencidas de que se revelaría la utilidad de la metáfora como herramienta terapéutica, pues quedarnos solamente en la mirada del terapeuta, sin realizar metamiradas del sistema terapéutico en su totalidad, o sin incluir las voces de los consultantes como parte del sistema, podría limitar las observaciones y la respuesta misma a la pregunta de investigación.

De acuerdo con las ideas de Morín (1994/2003), quien justifica los abordajes no-lineales de la realidad de los sistemas, nos propusimos incluir la mirada de consultantes y terapeutas, ya que son un sistema terapéutico y por ende, se da una interrelación entre

ellos y sus acciones que resulta preciso considerar desde su interacción como elementos que componen el sistema, así como desde la unidad global que entran a constituir.

Lo anterior, lo quisimos conectar con el principio de neutralidad que siguiendo a Cecchin (1989), orienta al terapeuta sistémico para evitar una posición que sea concebida como más correcta que otra. La curiosidad es entonces clave en la postura del terapeuta al permitirle explorar puntos de vista y movimientos alternativos que gestan a su vez mas curiosidad (Cecchin, 1989), lo cual consideramos que no es exclusivo de la psicoterapia, sino que podríamos incluir esta misma curiosidad en los espacios investigativos y en la pregunta como tal, siendo coherentes con la epistemología sistémica. Un ejemplo que refleja nuestra intención de incluir ambos lugares del sistema fue la manera en la que nos acercamos a los participantes con las preguntas:

- *¿Crees que tú como terapeuta has colaborado en la construcción o ampliación de las metáforas que se han incluido en el espacio terapéutico? Si ha sido así, ¿cómo se ha logrado?*
- *¿Qué logras ver en tus consultantes cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica?*
- *¿Crees que tu terapeuta ha colaborado en la construcción o ampliación de las metáforas que se han incluido en el espacio terapéutico? Si ha sido así, ¿cómo lo ha logrado?*
- *¿Qué logras ver en tu terapeuta cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica?*

A partir de preguntas como estas encontramos aportes valiosos que dieron cuenta de las capacidades del terapeuta para guiar la conversación dentro del espacio terapéutico, lo cual cruza con el proceso de formación en el que se encontraban los terapeutas, reflejando como postula Fried (2004) la manera en la que sus aprendizajes y habilidades son centrales en su ejercicio psicoterapéutico. Siguiendo a esta autora, el terapeuta desarrolla también de manera generativa, creativa e innovadora sus destrezas que utiliza como instrumentos para reconocer oportunidades,

incrementar alternativas y favorecer procesos que permitan avanzar y abrir senderos entre imposibilidades (Fried, 2004).

Lo anterior llamó nuestra atención como investigadoras y compañeras de los terapeutas en formación, ya que nos permitió vislumbrar y dar sentido a aquellas habilidades que el programa de Maestría en Psicología Clínica pretende que desarrollemos. Nuestros profesores del enfoque sistémico nos invitan a reflexionar constantemente frente a cómo formulamos comprensiones sistémicas de los casos, tomando como referencia los elementos teóricos que son útiles para la comprensión de los mismos y que son afines a nuestro estilo terapéutico, estando este último conectado con la reflexión de este trabajo de grado que ha cruzado desde el primer momento con el estilo propio del terapeuta para incluir diferentes modos de conversación en la terapia. Algo que llamó la atención en el grupo focal de terapeutas fue lo que TE expresó: *“a mi lo que me ha generado (participar en el grupo focal) es una consciencia de mi pobreza en la relación terapéutica y en consecuencia un deseo de ser más prolífico en esa construcción de imágenes”*, que no sólo pone de manifiesto la importancia de haber realizado la recolección de información a través de un grupo focal, sino que nos puso a nosotras en un lugar reflexivo como investigadoras frente a cómo ésta cruza con aspectos propios de cada terapeuta, su estilo y los recursos que identifica en sí mismo. Muestra de esto es el siguiente fragmento del ejercicio reflexivo que realizamos como investigadoras luego de llevar a cabo el grupo focal (ver Anexo L):

I2: Fue un espacio bastante enriquecedor, el ver también como la puesta en escena de los otros compañeros nos ayuda a enriquecer nuestra tesis a la luz de ¿Qué está pasando también para ellos en la terapia? ¿Cómo son estas estrategias que permiten poner en palabras o hacer otras alternativas a los espacios terapéuticos? y llevar un proceso mucho más favorable para el consultante (...) no solamente al espacio de la tesis, sino cómo otros colegas que están en formación, que están aprendiendo, que están viendo y

creando estrategias para un estilo terapéutico que también es una puesta en escena de la de la maestría.

Como investigadoras, terapeutas y en general como personas, fuimos alimentadas por lo que los participantes expresaron, pues además de reflexiones sobre el estilo terapéutico, pudimos escuchar sobre nuestras fortalezas a través de las voces de los consultantes, escuchamos metáforas creativas e innovadoras que podríamos llegar a usar también con algunos de nuestros casos o incluso nos ayudarían a comprender desde un lugar autorreferencial nuestra propia vida, lo cual claramente se relaciona con la experimentación de emociones a lo largo del proceso de investigación que sería interesante incluirlas posiblemente a modo de diario de campo en futuras investigaciones que mantengan este mismo foco de exploración, ya que las emociones y la experiencia propia del investigador puede ser analizado como recurso reflexivo. Frente a esto, *“una postura reflexiva significa reconocer y estar abierto a las emociones experimentadas implícita o explícitamente por los participantes de la investigación (incluida la propia investigadora)”* (Sabogal, 2022, p. 153).

Realizando entonces una mirada sobre nuestra investigación, consideramos que ésta invita a pensar sobre las herramientas puestas en el espacio terapéutico y que pueden ser utilizadas para responder a desafíos conversacionales con coherencia epistemológica. Bajo este marco, abrir caminos disruptivos que se inspiren en el arte para este fin resulta pertinente, puesto que la terapia aborda problemáticas realmente difíciles de expresar por vías tradicionales, formales y literales como se encontró en los resultados y se ha mencionado previamente, dando cabida a la creatividad y recursividad en la construcción del estilo terapéutico y al trabajo sistémico con otras disciplinas como el teatro, la danza, la fotografía, etc., así como con las propias disciplinas de los consultantes que enriquecen de metáforas la terapia.

Creemos que metodológicamente hicimos un adecuado acercamiento inicial a lo amplio que puede resultar este tema del uso de la metáfora en la terapia sistémica. No obstante, consideramos que hubiera sido valioso realizar un proceso de zigzag con los participantes para recoger más información sobre cada una de las categorías y sobre lo que acontece una vez se reflexiona sobre las preguntas del grupo focal o de las entrevistas semiestructuradas. De igual modo, sería interesante tomar esta investigación como base para indagar desde otras metodologías de investigación como la narrativa, análisis del discurso o CMM, sobre cómo se transforman narrativas y logran objetivos terapéuticos a partir de la metáfora, cómo influyen los juicios socioculturales en el conversar terapéutico o cómo la metáfora puede responder con mayor precisión a desafíos que se presentan en los diferentes niveles lógicos de contexto.

Conclusiones

La metáfora moviliza los desafíos conversacionales dentro del espacio de la terapia sistémica, favoreciendo la expresión y comprensión, y, promoviendo nuevas posibilidades. Ambos usos resultan útiles para *generar conexión emocional*, al permitir representar emociones difíciles mediante algo material o literal, facilitando la comprensión mutua y el abordaje de la problemática emocional explorando nuevas perspectivas sobre la situación, fundamentadas en el carácter transformador de la metáfora y, para atender las probabilidades de estancamiento en el espacio terapéutico, ya que puede favorecer la comunicación y el fortalecimiento del vínculo terapéutico. Adicionalmente, de acuerdo con los resultados de la presente investigación, el uso de la metáfora para la expresión y comprensión responde a los desafíos conversacionales que aluden a dificultades en la expresión y comprensión del mensaje, frente a aquello que se

torna difícil de transmitir de manera literal, sirviendo como un puente entre el consultante y el terapeuta y, las dificultades para distanciarse del lenguaje técnico, al propiciar una relación más cercana, cálida y de co-construcción, permitiendo que tanto el terapeuta como el consultante se vean como expertos que contribuyen mutuamente al proceso terapéutico.

En el caso del uso de la metáfora para promover nuevas posibilidades, se encontró que éste también responde a los desafíos que aluden a las dificultades para generar reflexividad, en tanto fomenta la observación de la situación desde una perspectiva distinta, lo que permite la generación de nuevas miradas y la re-interpretación de vivencias. La metáfora facilita la re-narración de historias y la creación de narrativas alternativas sobre el consultante, lo cual fortalece el vínculo terapéutico y recupera la agencia personal frente a su propia vida.

Es esencial aclarar la diferencia entre el uso de analogías y el uso de metáforas en la terapia, ya que estas últimas implican una interacción entre dos dominios comparativos y una atribución de significado por parte del hablante, distinto a las comparaciones y paralelismos de primer orden que se presentan en la analogía. En este orden de ideas, la metáfora está cargada de representaciones, por lo cual se facilita la co-construcción de significados entre el consultante y el terapeuta, permitiendo procesos de expresión y comprensión mutua que resultan en la construcción de un marco de referencia común que contribuye a sus modos específicos de comunicarse y a la alianza terapéutica que establecen entre ellos como sistema terapéutico.

Con respecto a la identificación de los desafíos conversacionales que pueden surgir en el contexto de la terapia sistémica, los hallazgos mostraron que los terapeutas arrojaron mayor información sobre los desafíos, mientras que los consultantes los notaron más en la experiencia del sistema terapéutico en relación con las expectativas que tienen sobre el proceso y la postura del terapeuta. Los consultantes no hacen una mención específica que permita clasificar sus

apreciaciones frente a los desafíos conversacionales predefinidos a la luz de la teoría. Por el contrario, resaltan maneras de conversar que connotan como positivas a nivel de la experiencia y enmarcan lo que esperan frente a la relación y al espacio de terapia, sin aludir a que éstas surjan por tratarse de desafíos conversacionales específicos, arrojando así mayor información en los terapeutas sobre los desafíos y en consultantes, sobre la experiencia.

Asimismo, que las referencias dadas por los consultantes no fueran posibles de codificar dentro de las categorías predefinidas en la investigación, puede explicarse desde la distancia que guarda la teoría o las maneras de ordenar el conocimiento, con aquellas verbalizaciones que emergen en el espacio terapéutico desde los saberes de quienes consultan, lo cual muestra la pertinencia de este tipo de investigaciones que se centran en la mirada de los consultantes rescatando sus propias maneras de nombrar, y no sólo en las referencias teóricas que en su mayoría se centran en los terapeutas y en el lenguaje teórico o técnico para la comprensión de los desafíos conversacionales. Además, se evidenció un reto importante al momento de identificar cuál era la dificultad que se estaba presentando en la conversación, ya que hay líneas muy delgadas entre cada uno de los desafíos. Conectado con lo anterior, la categorización de los resultados de investigación fue en sí misma, desafiante, por lo que resultó aún más pertinente el ejercicio sistémico colaborativo entre co-investigadoras para la categorización de la información.

Por otro lado, el uso de la metáfora como herramienta terapéutica se fundamenta en que la comunicación dentro de la terapia debe incorporar tanto elementos literales como no literales, siendo ésta un recurso espontáneo para expresarse desde un plano no literal. Más aún, considerando que, desde el enfoque sistémico, la conversación terapéutica es un intercambio de relatos que representan y co-construyen múltiples realidades cargadas de significados que se manifiestan por diversas vías y no sólo la literal, se evidencia que el lenguaje juega un papel

fundamental en la psicoterapia, más allá de expresar ideas. Es importante que, para ello, se adapte la metáfora a las características y necesidades de cada consultante desde la creatividad y flexibilidad que caracterizan a esta herramienta interventiva, manteniendo un equilibrio entre los objetivos del proceso y el estilo terapéutico.

Finalmente, con respecto a la experiencia de terapeutas y consultantes en relación con el uso de la metáfora en el espacio terapéutico, es posible concluir que la metáfora emerge como una herramienta poderosa, facilitando la comunicación, la comprensión mutua y la co-construcción de significados, que a su vez contribuye al proceso terapéutico y abre caminos para el cambio. A partir de la cibernética de segundo orden que enmarca la presente investigación, se reconoce la influencia del terapeuta en las vivencias del sistema terapéutico, de manera que su postura se convierte en un objeto de estudio para el fortalecimiento del vínculo y la consolidación de una alianza terapéutica. La metáfora fomenta una relación de horizontalidad entre terapeuta y consultante, en la que ambos se conciben como expertos que interactúan colaborativamente para un mismo fin terapéutico.

Tras los hallazgos de la investigación, es importante tener en cuenta que la terapia sistémica y en general, la psicoterapia, enfrentan desafíos de manera regular, así que es pertinente la existencia de investigaciones como esta que nutran de herramientas el ejercicio terapéutico. De manera más precisa, dentro de cada enfoque de la psicología, es crucial contar con recursos que presenten un fundamento teórico ante el manejo de los desafíos a los que se enfrenta quien ejerce la práctica clínica. Ahora bien, desde una mirada como investigadoras y psicólogas clínicas formadas desde el enfoque sistémico, resulta pertinente resaltar cómo el uso de la metáfora en el espacio terapéutico representa la apuesta de muchos conceptos que tienen un abordaje específico desde la epistemología socioconstruccionista y la terapia sistémica en

general, como lo son: significados, sistema terapéutico, lenguaje del consultante, recursos, co-construcción, múltiples realidades y perspectivas, cosmovisión, externalización, la generación de relatos alternativos desde la terapia narrativa, la relación terapéutica horizontal, agencia personal, alianza terapéutica, entre otros, lo cual refleja la pertinencia de continuar estudiando este tipo de herramientas de gran contribución al *ejercer sistémico*, idealmente abordando como se hizo en la presente investigación, la perspectiva tanto de consultantes como de terapeutas, incluyendo una mirada relacional y dinámica del objeto de estudio, sin quedarse únicamente en las voces de una de las partes del sistema terapéutico.

Es importante mencionar que se encontró que los desafíos conversacionales no fueron resueltos únicamente por el uso de la metáfora, ya que los terapeutas también buscaron otras maneras de movilizar desafíos conversacionales, por ejemplo, mediante la confrontación, la generación de preguntas reflexivas, el cambio en el lenguaje no verbal como el tono de voz del terapeuta, entre otros. Lo cual da cuenta de la presencia inevitable de desafíos en la terapia, pero además de las múltiples maneras de resolverlos desde la maniobrabilidad del terapeuta, y no siempre desde la metáfora.

Hay un reto clave en cuanto al cómo conversar en terapia y la búsqueda de recursos creativos que favorezcan el simple acto de conversar, como lo reflejan los hallazgos frente a los desafíos conversacionales de expresión y comprensión del mensaje, pues a nivel investigativo, se encuentra una necesidad de continuar explorando vías que favorezcan lo que puede darse por sentado, como por ejemplo, el simple hecho de entablar una conversación sobre aspectos en los que el lenguaje parece agotarse para describirlos. Por ello, la metáfora se convierte en un recurso útil en este tipo de situaciones, al ser una herramienta que facilita la conversación mediante la expresión y comprensión tanto de mensajes, como de emociones y de la problemática en general.

Así, por medio de ella se pueden resolver este y otros desafíos conversacionales identificados en la investigación. No obstante, teniendo en cuenta la poca información recolectada con respecto a cómo la metáfora es utilizada para responder a desafíos conversacionales suscitados por juicios socioculturales, se sugieren futuras investigaciones que logren ahondar en esto, incluso desde otras metodologías más apropiadas como lo es el análisis del discurso.

En conclusión, los hallazgos tanto en terapeutas como en consultantes reflejan la presencia indiscutible de los desafíos en las conversaciones psicoterapéuticas, ya que para ningún participante representó una dificultad identificarlos, por más de que algunos expresaran tener una excelente relación terapéutica y adherencia al tratamiento. En este orden de ideas, los desafíos conversacionales están indudablemente presentes en las conversaciones del espacio terapéutico, tal y como la marea alta es sin duda, una posibilidad a la hora de adentrarse a navegar el mar. Por lo tanto, el ejercicio del psicólogo clínico requiere un conjunto de herramientas interventivas que le permitan navegar en el mar de la terapia sorteando los desafíos que se presentan en la esencia conversacional de la misma. Así, el uso de la metáfora se presenta en esta investigación como faros que se encienden en la marea alta y que resultan ser de gran aporte para la resolución de desafíos conversacionales. Sin pretensiones de ser definida como la única manera de responder a ellos, la investigación destaca el potencial de esta herramienta expresiva, discursiva y terapéutica. Usarla apoyándose en los recursos y en el lenguaje del consultante, entretejiendo los detalles de la metáfora con los detalles de su experiencia, hace que resulte pertinente y conecte con los intereses del sistema terapéutico a la hora de ponerla en la conversación, contribuyendo a un *algo* especial que transforma un vínculo terapéutico en una alianza que hace que el *arte* de navegar la terapia sea una experiencia que desde la complicidad se torna única y *bella*.

Referencias

Agudelo, M. y Estrada, P. (2012). Constructivismo y construccionismo social: Algunos puntos comunes y algunas divergencias de estas corrientes teóricas. *Prospectiva*, (17), 353-378.

Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/5742/574261387015.pdf>

Álvarez, A., Arboleda, D. M., y Echeverry, A. (2016). Red de conversaciones y Emociones: Entretejiendo sentidos entre la Terapia familiar sistémica y el pensamiento de Humberto Maturana.

<http://repository.ucatolicaluisamigo.edu.co/server/api/core/bitstreams/a983265e-0832-4ec7-98df-f794856e9b6b/content>

Amórtegui, K., Fajardo, L., y Pérez, M. (2018). *Construcción narrativa de las faltas/situaciones que se abordan en el comité de convivencia: una mirada desde la teoría general de los sistemas*. Universidad Santo Tomás. Facultad de Psicología.

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/15540/2019karenamortegui.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

Anderson, H., y Goolishian, H. (1988). Los sistemas humanos como sistemas lingüísticos: implicaciones para la teoría clínica y la terapia familiar. *Revista de psicoterapia*, 2(6-7), 41-69.

Arráez, M., Calles, J., y Moreno de Tovar, L. (2006). La Hermenéutica: una actividad interpretativa. *Sapiens*, 7(2), 171-181.

https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1317-58152006000200012

Blu Radio. (2021). Cifra de colombianos que buscaron ayuda por problemas de salud mental se disparó en 2021. *Blu Radio*. <https://www.bluradio.com/salud/cifra-de-colombianos-que-buscaron-ayuda-por-problemas-de-salud-mental-se-disparo-en-2021>

- Boscolo, L., y Bertrando, P. (2011). La terapia sistémica de Milán. *A. Roizblatt, Terapia familiar y de pareja*, 224-243. https://www.ucipfg.com/Repositorio/MSCG/MSCG-14/BLOQUE_INICIAL/Bibliograf%C3%ADa_General/LATERAPIASISTEMICADEMI LAN.pdf
- Boxó, J. R., Aragón, J., Ruiz, L., Benito, O., y Rubio González, M. Á. (2013). Teoría del reconocimiento: aportaciones a la psicoterapia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 33(117), 67-79. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0211-57352013000100005&script=sci_arttext&tlng=en
- Bunge, E., Gomar, M., y Mandil, J. (2007). Implementación de metáforas en la terapia cognitiva con niños. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 16(3), 239-249. <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281921790010.pdf>
- Cáceres, P. (2008). Análisis cualitativo de contenido: una alternativa metodológica alcanzable. *Psicoperspectivas. Individuo y sociedad*, 2(1), 53-82. <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/3/1003>
- Camacho, J. (1981). *Mi voz irá contigo: los cuentos didácticos de Milton H. Erickson*. Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Cardona, I. y Osorio, Y. (2015). Uso de la metáfora en terapia familiar. Aportes al enfoque narrativo. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 44, 15-35. <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/613/1148>
- Carr, A. (1998). La terapia narrativa de Michael White. *Contemporary Family Therapy*, 20(4), 485-503. <https://n9.cl/15s20>

Castillo, A. D. (2007). La supervisión en terapia familiar sistémica: mirar y ver y verse y volver a mirar. *Revista Trabajo Social*, (6), 124-149.

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/revistraso/article/view/20669/17361>

Castro, L. y Díaz, C. (2004). *La terapia familiar centrada en las narrativas*. Instituto Chileno terapia familiar. https://datospdf.com/download/narrativas-castro-diaz-_5a4bb2e2b7d7bcab67e7e830_pdf.

Ceberio, M. (2006). *La buena comunicación: las posibilidades que nos brinda la interacción humana*. Paidós.

Ceberio, M. y Linares, J. (2005). *Ser y hacer en terapia sistémica. La construcción del estilo terapéutico*. Paidós.

Ceberio, M. (2018). *Te cuento un cuento. Uso de narraciones y metáforas en psicoterapia*. Herder.

Cecchin, G. (1989). Nueva visita a la hipotetización, la circularidad y la neutralidad: una invitación a la curiosidad. *Revista Sistemas Familiares y Otros Sistemas Humanos*, (5), 9-17.

Centeno, L. (2003). El uso de la metáfora en el trabajo de psicoterapia breve. *Revista de la Universidad Autónoma de Yucatán*, 226, 12-21.

<https://www.revistauniversitaria.uady.mx/pdf/226/ru2263.pdf>

Ciro, Y. y Castaño, D. C. (2020). *La metáfora como una herramienta facilitadora de la comunicación dentro de la relación terapéutica con niños y niñas de 7 a 10 años, en el marco de la terapia relacional emotiva de la conducta*. Universidad Católica de Pereira.

<https://repositorio.ucp.edu.co/handle/10785/6892>

- Clavijo, K. A., Arango, H. F., y Ahumada, Y. (2021). Una mirada sistémica a la relación terapéutica: ¿Influye la historia de vida familiar del terapeuta en la construcción del vínculo relacional terapeuta-consultante?.
- <https://repositorio.ucp.edu.co/server/api/core/bitstreams/c029ac62-d293-4ce9-85a0-a9e3a4914477/content>
- Creswell, J. (2009). *Research Design. Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. University of Nebraska, Lincoln, USA.
- Cuervo, M., García, D. M., Luna, K. C., y Quintero, A. M. (2023). Recursos que surgen a partir de la Autorreferencia y la transformación del terapeuta en la alianza terapéutica.
- <https://repositorio.ucp.edu.co/server/api/core/bitstreams/bac65349-3dff-4e16-841a-b5333fce7b53/content>
- De la Rosa-Álzate, E. (2020). La Metáfora Verbal: Entre La Comparación Y La Creación. *Lingüística y Literatura*, (77),411-432. ISSN: 0120-5587.
- <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476569498018>
- Demicheli, G. (1995). Coordinated Management of Meaning (cmm): una teoría acerca de la reflexividad en comunicación. *Comunicación en terapia familiar sistémica*. Universidad de Valparaíso-Editorial.
- Echeverría, G. (2005). Análisis cualitativo por categorías. *Santiago, Chile: Universidad Academia de Humanismo Cristiano*.
- <https://www.studocu.com/latam/document/universidad-nacional-experimental-simon-rodriguez/metodologia-i/analisis-cualitativo-g-echeverria-1/11939772>

- Espinosa-Duque, D., Ibarra, D., Lopera, D., Montoya, L., Hoyos-Pérez, A., Medina, L., Tamayo, S. y Restrepo, J. (2020). Terminación de la psicoterapia desde la perspectiva de los pacientes. *CES Psicología*, 13(3), 201-221. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.3.12>.
- Estupiñán, J., González, O. y Serna, A. (2006). *Dossier No. 2 proyecto: Historias y narrativas familiares en diversidad de contextos*. Bogotá: Universidad Santo Tomás.
- Fajardo, L. A. (2006). La metáfora como proceso cognitivo. *Forma y función*, (19), 47-56. <http://www.scielo.org.co/pdf/fyf/n19/n19a03.pdf>
- Farquhar, S., & Fitzpatrick, E. (2019). *Innovations in narrative and metaphor: Methodologies and practices*. Springer.
- Feixas, G., Muñoz, D., Compañ, V., y Montesano, A. (2016). El modelo sistémico en la intervención familiar. https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/31584/6/Modelo_Sistemico_Enero2016.pdf
- Fernández, O., Herrera, P., Krause, M., Pérez, J. C., Valdés, N., Vilches, O., y Tomicic, A. (2012). Episodios de cambio y estancamiento en psicoterapia: características de la comunicación verbal entre pacientes y terapeutas. *Terapia psicológica*, 30(2), 5-22. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v30n2/art01.pdf>
- Fisch, R., Weakland, J. H., y Segal, L. (1984). *La táctica del cambio: como abreviar la terapia*. Herder.
- Fried, D. (2004). Perspectivas e instrumentos generativos en psicoterapia. *Sistemas Familiares*, 20 (3), 67-85. <http://www.fundacioninterfas.org/capacitacion/wp-content/uploads/2013/10/8-PerspIntrGenePsicoter.pdf>

- Galíndez, C. y Drewniak, F. (2021). *Un método para utilizar la metáfora como recurso terapéutico*. XXII Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental. <https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-8-2021-20-PON24.pdf>
- Garciandía, J. A. (2011). *Pensar sistémico: una introducción al pensamiento sistémico*. Editorial Pontificia Universidad Javeriana.
- Gergen, K. (1996). *Realidades y relaciones: aproximaciones a la construcción social*. España: Paidós Ibérica. <https://goo.gl/HzkJXA>
- Gergen, K., y Warhus, L. (2001). La terapia como una construcción social: dimensiones, deliberaciones y divergencias. *Sistemas Familiares*, 17(1), 11-27.
https://www.researchgate.net/publication/255645388_La_terapia_como_una_construccion_social_dimensiones_deliberaciones_y_divergencias
- Gergen, K. [Chico Carlos]. (2014). *Gergen hablando de construccionismo social*.
<https://goo.gl/YZDt7W>
- Gil, K., Montoya, L., Ocampo, L., Orozco, L., y Pineda, P. (2016). La metáfora en terapia familiar: autores de referencia, uso y aportes a la práctica terapéutica. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 49, 146-163.
<http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/802/1322>
- Gómez, K. y Valencia, D. (2020). *Experiencia terapéutica en adolescentes*. Universidad CES.
<https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/5276/Experiencia%20Terap%20E9utica%20en%20Adolescentes.pdf;jsessionid=132E62911F27BE810F6EEBCCEDD3E3D3?sequence=1>
- González, F. (2000). *Investigación cualitativa en Psicología. Rumbos y desafíos*. Thomson.

- González, M. (2002). Aspectos éticos de la Investigación Cualitativa. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 85-103. <https://goo.gl/55Dhmb>
- Gordón, A. S. (2007). *Metáfora como recurso terapéutico en la terapia* [Tesis para obtener grado Psicología Clínica]. Universidad del Azuay.
<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1058/1/06246.pdf>
- Gutiérrez, A. (2019). Metáfora y Construcción Social. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social*, 19(1),2049. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53765110024>
- Haarakangas, K., Seikkula, J., Alakare, B., y Aaltonen, J. (2016). Diálogo Abierto: Una Aproximación Al Tratamiento Psicoterapéutico de La Psicosis en Finlandia del Norte.
- Hamui-Sutton, A, y Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en educación médica*, 2(5), 55-60.
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000100009&lng=es&tlng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000100009&lng=es&tlng=es)
- Hansen, P. (2018). Illness and heroics: On counter-narrative and counter metaphor in the discourse on cancer". *Frontiers of Narrative Studies*,4(1), 213-228.
<https://doi.org/10.1515/fns-2018-0039>
- Johansen, B. O. (1990). *Introducción a la teoría general de sistemas*. Limusa.
https://www.academia.edu/8345344/1_Introduccion_a_la_Teoria_General_de_Sistemas_Oscar_Johansen
- Ley 1090 de 2006. (2006, 6 de septiembre). Congreso de la República. Diario oficial No 46.383.
http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., & Zilber, T. (1998). *Narrative research: Reading, analysis, and interpretation*. Sage.

- Limón, G. (2012). *La terapia como diálogo hermenéutico y constructorista. Márgenes de libertad y deco-construcción en los juegos relacionales, de lenguaje y de significado*. Taos Institute.
- López de Silanes, C. (2017). *La metáfora de hablar: inscripciones de la mente silenciosa*. Universidad Complutense de Madrid.
<https://docta.ucm.es/rest/api/core/bitstreams/68347da7-13fe-44f9-8fa7-204909232bd6/content>
- Luján, K., Velilla, L., Mejía, L., Orozco, L., y González, P. (2016). La metáfora en terapia familiar: autores de referencia, uso y aportes a la práctica terapéutica. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (49), 146-163.
<https://www.redalyc.org/pdf/1942/194247574009.pdf>
- Martínez, M. (2004). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. Trillas.
<https://goo.gl/8aqCva>
- Montesano, A. (2012). La perspectiva narrativa en terapia familiar sistémica. *Revista de Psicoterapia*, 23(89), 5–50. <https://doi.org/10.33898/rdp.v23i89.638>
- Moreno, F. (2005). *La formación del sistema terapéutico en la terapia sistémica*. Universidad de Azuay. Cuenca. <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/986/1/05449.pdf>
- Morin, E. (1994). *Introducción al pensamiento complejo*. (M. Pakman, Trad.) Gedisa. (Trabajo original publicado en 2003).
- Pacheco, A., y Suárez, M. (2008). Co-construyendo historias: a la búsqueda de hechos luminosos en los relatos familiares sobre el consumo de drogas. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 42(3), 537-548.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28442314>

- Paternina, D., Hernández, L., González, M., y Sánchez, R. (2017). *La aplicación de la metáfora en la terapia familiar sistémica narrativas* [Tesis de posgrado, Universidad Católica Luis Amigo]. Archivo digital.
<http://repository.ucatolicaluisamigo.edu.co/server/api/core/bitstreams/55dd988c-15d8-471d-8037-e4e8409b98a6/content>
- Payne, M. (2000). *Terapia Narrativa: Una introducción para profesionales*. Paidós
- Pérez, M. (2007). Metáfora frente a analogía: del pudín de pasas al fuego diabólico. *Creatividad expresiva frente a creatividad cognitiva. Thémata*, (38), 201 – 211.
<https://institucional.us.es/revistas/themata/38/art12.pdf>
- Piñeros, L., y Rubiano, N. (2018). *Un pequeño espacio en la inmensidad de la metáfora. Desarrollo de la competencia metafórica en la enseñanza de ELE en niveles intermedio-bajo* [Tesis para optar a grado de Maestría]. Pontificia Universidad Javeriana Facultad de Comunicación y Lenguaje. <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/35980>
- Queraltó, M. (2006). Las metáforas en la psicología Cognitivo-conductual. *Papeles del Psicólogo*, 27(2), 116-122. <https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1343.pdf>
- Rodríguez-Bustamante, A., Pérez-Arango, D., Bedoya-Cardona, L., y Herrera-Rivera, O. (2019). Terapia familiar sistémica. Sobre el self del terapeuta. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 11(1), 89-108.
[http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef11\(1\)_6.pdf](http://vip.ucaldas.edu.co/revlatinofamilia/downloads/Rlef11(1)_6.pdf)
- Rogers, M. (2012). *Contextualizing Theories and Practices of Bricolage Research. The Qualitative Report*, 17(48), 1-17. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2012.1704>

- Rondón, A., Otálora, I., y Salamanca, Y. (2009). Factores que influyen en la deserción terapéutica de los consultantes de un centro universitario de atención psicológica. *International Journal of Psychological Research*, 2(2), 137-147.
- Sabogal, P. (2022). Co-construcción de una práctica nutricional relacional con/para cuerpos gordos. <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/63006>.
- Sáez, M. T. (2006). Las terapias posmodernas: una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología conductual*, 14(3), 511-532. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/10.Tarragona_14-3oa.pdf
- Sandoval, C. (2002). *Investigación cualitativa. Programa de especialización en teoría, métodos y técnicas de investigación social*. <https://goo.gl/hWxdr4>
- Santander, P. (2011). Por qué y cómo hacer Análisis de Discurso. *Cinta Moebio* 41: 207-224 www.moebio.uchile.cl/41/santander.html
- Secretaria Distrital de Salud (2023). *Resumen ejecutivo estudio de salud mental en Bogotá D.C. 2023*. <https://saludata.saludcapital.gov.co/osb/wp-content/uploads/2023/12/Infografia-Resumen-ejecutivo-Estudio-de-salud-mental-en-Bogota-D.C.-2023.pdf>.
- Serra, M., y Timoneda, C. (2014). Las Metáforas En Las Dificultades De Aprendizaje. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 7(1),17-23.
Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851791002>
- Silveira, D., Colomé, C., Heck, T., Nunes da Silva, M., & Viero, V. (2015). Focal group and content analysis in qualitative research. *Index de Enfermería*, 24(1-2), 71-75. <https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962015000100016>

- Sotto, N. (2009). Wittgenstein y el Giro Lingüístico. Hacia un nuevo paradigma anti-representacionista en filosofía. [Trabajo de grado para optar a título en Filosofía]. Universidad del Rosario.
<https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/6845b2fe-4cae-41b6-beba-e3edafdcef28/content>
- Sterland, B. (2005). Metáfora y Analogía Creando el Significado y Entendiendo la Complejidad. *INTRAC*, (9), 1-15. <https://www.intrac.org/wpcms/wp-content/uploads/2016/09/Praxis-Note-9-Spanish-Metafora-y-analogia-Bill-Sterland.pdf>
- Tejero, J. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario* (pp.1-180). <https://ruidera.uclm.es/server/api/core/bitstreams/fce7592f-03c4-4c13-9f2f-ccee2180a70b/content>
- Timoneda, C. y Baus, J. (2014). Las Metáforas En La Intervención Con Padres: Su Eficacia En La Mejora De Las Relaciones Familiares. *International Journal Of Developmental And Educational Psychology*, 7(1),25-33.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851791003>
- Timoneda, C., y Pérez, F. (2014). El Poder De La Metáfora En La Comunicación Humana: ¿Qué Hay De Cierto? La Metáfora En La Teoría y La Práctica Perspectiva En Neurociencia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 6(1),493-500.
ISSN: 0214-9877. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851790056>
- UNAM. (2012). Modelo Terapéutico Estructural. Salvador Minuchin. Maestría Terapia Familiar. Weebly.
https://maestriaterapiafamiliarunam.weebly.com/uploads/6/1/1/9/6119077/modelo_estructural_monografia.pdf

- Valenciano-Canet, G. (2018). La metáfora como alternativa metodológica para investigar y reflexionar acerca de la práctica pedagógica en la enseñanza de la lectoescritura. Universidad de Costa Rica. Escuela de Orientación y Educación Especial. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.23-1.9>.
- Von Foerster, H. (2002). *Sistémica elemental: desde un punto de vista superior*. Universidad Eafit.
- White., M., y Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Buenos Aires: Paidós.
- Zamora, R. L., y Mantilla, L. (2017). Desde la sociología de las emociones a la crítica de la Biopolítica. *Revista Latinoamericana de estudios sobre cuerpos, emociones y sociedad*, (25), 24-33. <http://relaces.com.ar/index.php/relaces/article/view/139/136>
- Zapata, B. (2017). *Panel: “Investigación e intervención con familias desde los enfoques sistémico y psicoanalítico: “Las familias contemporáneas una realidad compleja y dinámica”*. V Encuentro de Investigación de Programas Universitarios en Familia, 8. https://www.humanas.unal.edu.co/2017/unidades-academicas/departamentos/trabajo-social/application/files/6715/4215/5212/V_Encuentros_de_Investigacion-Familia2017_1.pdf#page=24.
- Zuluaga, M. C., Mesa, S. P. E., Valencia, J. A. G., y Bustamante, A. R. (2019). La metáfora en terapia familiar: fundamentos para la intervención. *Revista de la Facultad de Trabajo Social*, 35(35), 80-105.

Anexos

Anexo A. Formato genérico de consentimiento informado consultantes

INTRODUCCIÓN
<p>Fecha:</p> <p>Usted está siendo invitado a participar en el proyecto de investigación “La metáfora como faro en el naufragio: una herramienta psicoterapéutica para movilizar los desafíos conversacionales dentro del espacio de la terapia sistémica”. Este documento le proporciona la información necesaria para que usted participe voluntaria y libremente. Antes de dar su consentimiento, usted necesita entender plenamente el propósito de su decisión. Este proceso se denomina consentimiento informado. Una vez que haya leído este documento y resuelto con su psicoterapeuta o la investigadora las dudas, se le pedirá que firme este formato en señal de aceptación de participar.</p> <p><i>Los responsables en su totalidad de las implicaciones y riesgos a los que usted pueda verse sometido(a) son María Juliana Bahamón López, CC: 1019087775, María Alejandra Bolaños Argüello, CC: 1030665291, investigadoras principales y Daniel Jaramillo, CC: 80871153, director de tesis.</i></p>
INFORMACIÓN GENERAL
<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Por qué se debe realizar este estudio? Debido a recurrentes hallazgos sobre la deserción de consultantes y la relación de esto con la conversación psicoterapéutica, surge la necesidad de preguntarse por herramientas que respondan a dichos desafíos conversacionales, emergiendo la metáfora como facilitadora de la comunicación y con gran potencial en el uso psicoterapéutico. 2. Los desafíos conversacionales son dificultades comunes en el espacio terapéutico, especialmente relacionadas con la comunicación de experiencias que no se pueden expresar fácilmente de manera verbal y literal. La metáfora se presenta como una herramienta valiosa para superar estos desafíos, ya que puede ser utilizada por personas de diferentes edades, culturas y géneros para conectar con sus experiencias y dar lugar a una conversación más fluida, de manera que tanto los terapeutas como los consultantes pueden emplear la metáfora como una forma de salir de los obstáculos conversacionales y conectarse mejor con sus recursos emocionales y cognitivos. No obstante, se identifican vacíos que reflejan la pertinencia de la presente investigación relacionados con la necesidad de mayor abordaje de esta herramienta ante los desafíos conversacionales dentro del espacio sistémico. 3. ¿Cuál es el objetivo de este estudio? El presente estudio tiene como objetivo explorar la manera en la que la metáfora puede ser utilizada como herramienta de terapia psicológica para movilizar los desafíos que ocurren en las conversaciones de la terapia sistémica. 4. ¿En qué consiste el estudio? Este estudio explorará aquellos desafíos que suceden en las conversaciones entre terapeutas y consultantes a los que se da respuesta por medio de la metáfora, para indagar de qué manera lo hacen y la experiencia de quienes la utilizan en

el espacio de terapia. Para esto se realizará un análisis de las sesiones en las que emerjan metáforas en la conversación. Únicamente habrá un espacio adicional a la terapia, que tendrá por objetivo obtener información necesaria para comprender el uso de la metáfora ante los desafíos conversacionales dentro del espacio terapéutico desde su perspectiva como consultante. Se espera que con este estudio se logre contribuir al conocimiento de herramientas que resultan útiles para responder a los desafíos que se presentan en las conversaciones de los espacios de terapia psicológica y que tanto consultantes como terapeutas, puedan hacer uso de diferentes alternativas de comunicación en terapia.

5. Participación voluntaria: Su participación en este estudio es completamente voluntaria, si usted se negara a participar o decidiera retirarse, esto no le generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico. Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento.
6. ¿Cuáles son las molestias o los riesgos esperados? De acuerdo con los principios establecidos en la Resolución 008430 del 4 de octubre de 1993, la Ley 1090 del 2006, la Ley 1164 de 2007 y el código deontológico y ético del psicólogo colombiano, la presente investigación se consideró sin riesgo para los participantes, llevando a cabo el cumplimiento de los aspectos mencionados en el Artículo 6 de la Resolución 008430 y prevaleciendo cada uno de los criterios de respeto, dignidad y protección de sus derechos y de su bienestar, en donde siempre se protegerá la privacidad del individuo.
7. ¿Cuáles son los beneficios que puedo obtener por participar? Participar en este estudio no tiene ningún costo económico adicional al pago de las consultas regulares por psicología que usted ha solicitado. Se espera que este estudio les permita a los participantes conocer aspectos de su propia conducta que les ayude a su interacción en el contexto, y que de información relevante para establecer lineamientos que les sean útiles para el manejo interpersonal y la satisfacción personal. Además, en caso de requerir ayuda al respecto se les informará directamente y se informará a personas idóneas que le ayuden a manejar tales situaciones.
8. ¿Existe confidencialidad en el manejo de mis datos? Este proyecto se acoge a la ley 1581 de 2012 (Hábeas Data) que aplica para el tratamiento de datos personales. Toda la información que se obtenga en el estudio será confidencial y sólo será usada con fines académicos. Para garantizar la confidencialidad nos aseguramos de que su identidad permanezca anónima, mantendremos los registros y grabaciones de audio de las sesiones y de la entrevista en un sitio seguro dentro de Consultores en Psicología. Usted como participante será identificado(a) con un código, de manera que las transcripciones y grabaciones no se asociarán con sus nombres sino con los códigos asignados. Así, se guardará el secreto profesional de acuerdo con la Ley 1090 que rige la profesión de psicología. La confidencialidad y el anonimato también serán preservados en cualquier publicación o presentación que se realice para dar a conocer a la comunidad científica los resultados de esta investigación.

9. ¿Existe alguna obligación financiera? Participar en este estudio no tiene ningún costo económico para usted.
10. ¿Cuánto tiempo durará mi participación en el estudio? Su participación en este estudio durará hasta junio de 2024, mes en el que finaliza el semestre académico y se pretende sustentar el presente estudio ante un jurado experto y el director de este trabajo de grado. Con la firma del presente documento usted autoriza el uso de las grabaciones de audio de las sesiones que han sido recolectadas con su consentimiento a lo largo de su proceso con su terapeuta actual.
11. ¿Qué sucede si no deseo participar o me retiro del estudio? Usted puede decidir no participar o retirarse en cualquier momento del estudio, sin que esto afecte de manera alguna el tratamiento psicoterapéutico que necesita.

AUTORIZACIÓN

He comprendido las explicaciones que, en un lenguaje claro y sencillo, se me han brindado. La investigadora me ha permitido expresar todas mis observaciones y ha aclarado todas las dudas y preguntas que he planteado respecto a los fines, métodos, ventajas, inconvenientes y pronóstico de participar en el estudio. Se me ha proporcionado una copia de este documento.

Al firmar este documento doy mi consentimiento voluntario para participar en el estudio **“La metáfora como faro en el naufragio: una herramienta psicoterapéutica para movilizar los desafíos conversacionales dentro del espacio de la terapia sistémica”**.

Su firma a este documento indica que usted ha leído y comprendido los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios de participar en este estudio y confirma que usted:

1. Ha recibido la información de parte de María Juliana Bahamón López o María Alejandra Bolaños Argüello y se le ha informado acerca de los riesgos y beneficios de participar.
2. Que la decisión de retirarse no tendrá ninguna consecuencia en su permanencia en la institución, ni a nivel académico.
3. Que usted entiende sus derechos y participa de forma voluntaria en este estudio.

Firmas

Participante: ¹

Nombre

Firma _____

<p>Documento de identidad Teléfono</p> <p>Investigadora Nombre Firma _____</p> <p>Documento de identidad Teléfono</p> <p>Si usted tiene dudas acerca de su participación en este estudio puede comunicarse con las investigadoras principales: María Juliana Bahamón López, maria-bahamon@javeriana.edu.co y María Alejandra Bolaños Argüello, mabolanos@javeriana.edu.co. Presidente del Comité de Ética e Investigación de la Facultad de Psicología: Johanna Burbano Valente: jburbano@javeriana.edu.co Teléfono: 3208320 Ext. 5718</p>
--

Anexo B. Formato genérico de consentimiento informado terapeutas

Bogotá D.C.

Fecha:

Usted, _____, identificado(a) con C.C.

No. _____ de _____, estudiante de _____ semestre de la

Maestría en Psicología Clínica de la Pontificia Universidad Javeriana, quien ejerce como

terapeuta en formación en Consultores dentro del enfoque sistémico, ha sido invitado(a) a

participar por voluntad propia en el proyecto **“La metáfora como faro en el naufragio: una**

herramienta psicoterapéutica para movilizar los desafíos conversacionales dentro del

espacio de la terapia sistémica”, por lo cual se le invita a leer la información consignada en el

presente documento para así brindar su consentimiento. Recuerde que una vez lo lea, podrá

resolver sus dudas con las estudiantes e investigadoras del proyecto: **María Juliana Bahamón**

López identificada con C.C. 1.019.087.775 de Bogotá y/o **María Alejandra Bolaños Argüello** identificada con C.C. 1.030.665.291 de Bogotá.

Este proyecto se realiza bajo el marco de trabajo de grado de Maestría en Psicología Clínica de la Pontificia Universidad Javeriana y tiene como objetivo general explorar la manera en la que la metáfora puede ser utilizada como herramienta de terapia psicológica para movilizar los desafíos que ocurren en las conversaciones de la terapia sistémica. Esto se realizará explorando aquellos desafíos que suceden en las conversaciones entre terapeutas y consultantes a los que se da respuesta por medio de la metáfora, para indagar de qué manera lo hacen y la experiencia de quienes la utilizan en el espacio de terapia. Se espera que con esta investigación se logre contribuir al conocimiento de herramientas que resultan útiles para responder a los desafíos que se presentan en las conversaciones de los espacios de terapia psicológica y, que tanto consultantes como terapeutas, puedan hacer uso de diferentes alternativas de comunicación en terapia.

Su participación en este proyecto se dará en un grupo focal dirigido a estudiantes (terapeutas en formación) de la Maestría en Psicología Clínica de la Pontificia Universidad Javeriana dentro del enfoque sistémico, cuyos datos serán recolectados mediante grabación de audio en caso de ser presencial o en videollamada en modalidad virtual, según acuerdo con asistentes, con fines académicos y manteniendo su respectiva confidencialidad. Allí, usted podrá compartir experiencias relacionadas con el uso de la metáfora dentro del espacio terapéutico en respuesta a desafíos conversacionales, manteniendo la confidencialidad de los consultantes involucrados en los casos sobre los cuales haga mención.

Este proyecto se acoge a la ley 1581 de 2012 (Habeas Data) que aplica para el tratamiento y protección de datos personales. Toda la información que se obtenga en el estudio será

confidencial y sólo será usada con fines académicos. Para garantizar la confidencialidad se asegurará que su identidad permanezca de manera anónima, mantendremos la grabación de esta sesión en un sitio seguro, será también guardada su confidencialidad en cualquier publicación o presentación que se realice para dar a conocer a la comunidad científica los resultados de esta investigación. Los participantes serán identificados por un código de manera que los resultados de registros no se asociarán con sus nombres sino con los códigos asignados. Así, se guardará el secreto profesional de acuerdo con la Ley 1090 que rige la profesión de Psicología.

Adicionalmente, de acuerdo con los principios establecidos en la Resolución 008430 del 4 de octubre de 1993, la Ley 1090 del 2006, la Ley 1164 de 2007 y el código deontológico y ético del psicólogo colombiano, la presente investigación se consideró sin riesgo para el participante, llevando a cabo el cumplimiento de los aspectos mencionados en el Artículo 6 de la Resolución 008430 y prevaleciendo cada uno de los criterios de respeto, dignidad y protección de sus derechos y de su bienestar, en donde siempre se protegerá la privacidad del individuo.

Es importante resaltar que su participación en este estudio es completamente voluntaria, si decide en algún momento del proceso desertar, retirarse o negarse a participar está en todo su derecho, por ende, esto no le generará ningún problema y no tendrá consecuencias a nivel institucional, ni personal. Adicionalmente, es necesario mencionar que participar en este estudio no tiene ningún costo económico y el beneficio que obtendrá será el acceso a los resultados de investigación que le podrán ser útiles para su práctica psicoterapéutica en caso de estar interesado.

Si usted tiene alguna pregunta acerca de este estudio o desea conocer información adicional, puede informarlo a las investigadoras, o contactar al docente, tutor de la presente investigación

Daniel Fernando Jaramillo del Rio (daniel-jaramillo@javeriana.edu.co).

Al firmar este documento indica que usted ha leído y comprendido los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios de participar en este estudio y confirma que ha recibido la información relacionada con dicha participación por parte de las investigadoras, se le ha permitido expresar sus observaciones, apreciaciones, y aclarar sus dudas del proyecto, afirma que su participación es voluntaria, conoce la posibilidad de retirarse y entiende sus derechos al participar.

Firma del terapeuta participante:

Nombre _____

C.C. _____

Celular: _____

Firma de la investigadora 1:

Nombre: _____

C.C. _____

Celular: _____

Firma de la investigadora 2:

Nombre: _____

C.C. _____

Celular: _____

Si usted lo solicita, recibirá copia de este documento.

Si usted tiene dudas acerca de su participación en este estudio puede comunicarse con las investigadoras principales: María Juliana Bahamón López al correo maría-bahamon@javeriana.edu.co o María Alejandra Bolaños Argüello al correo mabolanos@javeriana.edu.co.

Anexo C. Guía grupo focal

Guía para grupo focal a terapeutas

Espacio guiado por investigadoras a terapeutas – “Avivando los recuerdos”

Objetivo 1: Identificar los desafíos conversacionales comunes que pueden surgir en el contexto de la terapia sistémica:

- ¿Cuáles desafíos conversacionales has encontrado en el espacio de terapia?
- ¿Frente a cuáles de estos desafíos conversacionales que identificas en el espacio de terapia, la metáfora ha permitido responder?, ¿Cuáles?, ¿De qué manera?

Objetivo 2: Entender la influencia del uso de la metáfora en la resolución de los desafíos conversacionales dentro de la terapia sistémica:

- ¿Qué metáforas se han usado en el espacio terapéutico que puedas recordar y que hayan sido relevantes para movilizar la conversación con el consultante?
- ¿Cuáles de esas metáforas han influido en la manera en la que se han dado las conversaciones dentro del espacio de terapia?
- ¿Cómo el uso de estas metáforas ha facilitado la conversación con tu consultante?

Objetivo 3: Conocer la experiencia en relación con el uso de la metáfora en el contexto de la terapia:

- ¿Crees que tú como terapeuta has colaborado en la construcción o ampliación de las metáforas que se han incluido en el espacio terapéutico? Si ha sido así, ¿cómo se ha logrado?
- ¿Cuáles crees que son las movilizaciones que genera la metáfora en el espacio terapéutico?
- ¿La metáfora ha traído beneficios o ha sido útil para tu estilo terapéutico en el espacio de terapia sistémica?
- ¿Qué logras ver en tus consultantes cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica?

Anexo D. Guía entrevista semiestructurada

Formato entrevista semiestructurada para consultantes

Espacio guiado por investigadoras con cada consultante – “Avivando los recuerdos”

Al inicio del espacio, cuéntale a tu consultante que este espacio se llama “Avivando los recuerdos” y tiene como objetivo hacerle ciertas preguntas que ayudarán a resolver los objetivos de investigación. Puedes iniciar leyendo el objetivo que enmarca la siguiente ronda de preguntas e ir ampliando la información a la luz de la información brindada por tu consultante.

Objetivo 2: Entender la influencia del uso de la metáfora en la resolución de los desafíos conversacionales dentro de la terapia sistémica:

- ¿Cuáles son las dificultades que has notado al conversar con tu terapeuta que han podido ser resueltas a partir de la metáfora?

- ¿Cómo el uso de metáforas ha facilitado la conversación con tu terapeuta?
- ¿Cuáles de esas metáforas han influido en la manera en la que se han dado las conversaciones dentro del espacio de terapia?

Objetivo 3: Conocer la experiencia en relación con el uso de la metáfora en el contexto de la terapia:

- ¿Qué metáforas se han usado en el espacio terapéutico que puedas recordar y que hayan sido relevantes para ti y tu proceso?
- ¿Crees que tu terapeuta ha colaborado en la construcción o ampliación de las metáforas que se han incluido en el espacio terapéutico? Si ha sido así, ¿cómo lo ha logrado?
- ¿Qué crees que genera el uso de la metáfora en el espacio terapéutico?
- ¿La metáfora ha traído beneficios o ha sido útil para ti o para tu terapeuta en el espacio de terapia sistémica?
- ¿Qué logras ver en ti cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica?
- ¿Qué logras ver en tu terapeuta cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica?

Anexo E. Matriz de referencias por categorías y subcategorías de análisis

Categoría	Subcategoría	Referencias
Desafíos conversacionales	Dificultades para distanciarse de lenguaje técnico	<p>Referencia 1 - Cobertura 0.33%</p> <p>con adolescentes, que a veces es más difícil, como tener un lenguaje que haga sentido, ¿no? Que le haga sentido, que yo pueda entender y ella también, entonces sí he tenido adolescentes que puede hacer más retador dialogar.</p> <p>Referencia 2 - Cobertura 0.37%</p> <p>el caso en el que yo no obtenía respuesta, era puntualmente en un caso de atención a un niño de 10 años, y bueno, pues por el contexto del niño, porque yo entendía muy bien porque no estaba en disposición de sostener una conversación articulada conmigo</p> <p>Referencia 3 - Cobertura 0.40%</p> <p>Hay un desafío que de pronto no hemos comentado a veces que es cuando uno ve algo que hay que tocar incluso puede ser una postura violenta del consultante y uno no quiere ser muy confrontativo, uno no quiere ser muy directo porque sabe que eso echaría al consultante,</p> <p>Referencias 4-5 - Cobertura 0.22%</p> <p>cuando ella me empezaba a ofrecer ella qué esperaba de la terapia, yo quería ser confrontativo frente a esa perspectiva porque la veía problemática.</p> <p>Referencia 6 - Cobertura 0.40%</p> <p>ven te expongo todo, casi que trato de hacer lo que sólo podría hacer con rayos X, con mis huesos, pero con la palabra, voy a contarte todo para que tu como psicólogo rastrees dónde está la cosa, me diagnostiques, todo, como que trato de darte todo, todo, todo muy rápido...</p>
	Dificultades para generar reflexividad	<p>Referencia 1 - Cobertura 0.40%</p> <p>los consultantes que se quedan mucho en la en lo anecdótico, como en las anécdotas, y vuelven una y otra vez sobre las anécdotas y pues para la intervención, una necesita digamos como, claro ayudarse de la anécdota, pero coger esa anécdota y volverla en algo reflexivo,</p> <p>Referencia 2 - Cobertura 0.38%</p>

el segundo desafío conversacional, era invitarla a que ella observara o conectara sus dificultades dentro de su vida personal, como su experiencia en su lugar, como una angustia que no identificaba, con la experiencia familiar como que a veces las separaba.

Referencia 3 - Cobertura 0.51%

me di cuenta de que parecía que el problema era más como se llenaba todo esto y todas estas preocupaciones, pero él estaba tratando de resolver llegar una respuesta ahí y yo lo que estaba viendo es que a lo mejor buscar una respuesta ahí era lo que le estaba rompiendo la cabeza. Entonces, para darle textura y que él la pudiera ver, le pregunté,

Referencia 4 - Cobertura 0.12%

Entonces ese era un reto como ¿Cómo hago para confrontarlos sin que me muela a palo?

Estancamiento

Referencia 1 - Cobertura 0.41%

no le gustaba hablar, o sea, literalmente ella decía “Es que no me gusta explicar tanto todo, no me gusta hablar” y ahí es donde tuve que buscar recursos diferentes como dibujos, pues para poder comunicarme con ella y que ella pudiera explicarme que era lo que sentía y demás.

Referencia 2 - Cobertura 0.29%

fue la manera literal que pues encontramos para que ella pudiera hablar, que significaba la tristeza de su vida, que le estaba diciendo la tristeza en su vida, ehh o la alegría o la frustración.

Referencia 3 - Cobertura 0.19%

esas historias que son patrones, entonces suelen volverse similares, pero pues sacar de ahí a las personas a veces es como el reto

Referencia 4 - Cobertura 0.54%

tienen que ver con instancias en las que yo propongo un elemento para la conversación, y no obtengo respuesta, y a la inversa, instancias en las que el consultante me ofrece algo y yo no sé responder o no me veo en capacidad de responder, entonces creo que esos son para mí los momentos que ilustran desafíos conversacionales que me han interpelado en formación.

Referencia 5 - Cobertura 0.33%

muchas veces es difícil, porque yo notaba cuando yo le hacia una pregunta para volver sobre eso, él se iba por las elucubraciones. Entonces dije, no, aquí hay que cambiar el modo de lenguaje, porque si no, no vamos a conectar.

Referencia 6 - Cobertura 0.08%

Un poquito de frustración al principio por el no saber,

Juicios
socioculturales

Referencia 1 - Cobertura 0.83%

no está mal lo que estás haciendo, es importante que pienses en ti, primera sesión, y yo me fui, como lanza en ristre a cuestionar estos valores de lealtad y a la sesión ella llegó plena. Llegó, “no, que más doctor, que me cuenta” y yo como oye pero te veo muy distinta, “si no es que estuve pensando lo que dijiste” todo bien pero cuando íbamos hablando, yo sentía que igual algo no estaba bien. Mucho tiempo después aparece la pauta en la que ya tiene que estar bien ya, entonces pues el doctor me dice que no me preocupe, pues yo no me puedo mostrar preocupada.

Emergente -
Dificultades en
la expresión y
comprensión
del mensaje

Referencia 1 - Cobertura 0.89%

hay emociones, hay situaciones, que son muy difíciles de nombrar, que en tu cabeza es clara, pero a la hora de expresarlo hay mucha carga personal para poderlo hacer entender

Referencia 2 - Cobertura 0.91%

a eso a lo que me quiero referir cuando es muy difícil ponerle nombre a cosas que no he terminado de procesar o que son cosas que son difíciles de nombrar porque son abrumadoras

Referencia 3 - Cobertura 0.50%

te estaba tratando de explicar una situación y no terminabas de armar el rompecabezas en la cabeza

Referencia 1 - Cobertura 0.33%

hay emociones o situaciones que son difíciles de expresar

Referencia 2 - Cobertura 0.54%

De ver como uno no encuentra como las palabras, y, así como que si uno las tuviera es difícil,

Referencia 1 - Cobertura 0.60%

Como ha sido ampliamente documentado jaja... en el proceso de la terapia, a mí a veces me cuesta describir de manera reducida o de manera como clara las cosas que siento o que me pasan

Referencia 2 - Cobertura 0.38%

era muy difícil, estaba en un espacio en mi cuerpo y en mi mente que no encontraba como una manera de expresarme.

Referencia 3 - Cobertura 0.58%

me imagino que habré llegado muchas veces acá súper revuelta con una dificultad muy grande para decir lo que yo creo que necesito decir o tal vez no tan concentrado lo que sea

Referencia 4 - Cobertura 0.12%

a veces yo no sé cómo hilar una idea

Referencia 5 - Cobertura 0.90%

para mí también ha sido un reto muy grande como decidir qué es lo importante para mí, qué quiero compartir y cómo lo quiero compartir. y yo difiero mucho de esa experiencia estéril de la terapia, pero tampoco creo que yo tenga que relatarlo todo con detalle todo el tiempo

Referencia 1 - Cobertura 0.23%

expresarme de una forma normal no ha sido tan fácil

Referencia 2 - Cobertura 0.41%

lo veo mucho más difícil porque siento que es como más difícil de expresar lo que siento,

Referencia 3 - Cobertura 0.34%

no sabía cómo explicar cómo me sentía por dentro, cómo me siento por dentro

Referencia 4 - Cobertura 0.66%

, si fuera una terapia normal, bueno, no, no, yo sé que eso generaría como más estrés, más, como más, ¿y ahorita qué voy a decir en mis palabras?

Referencia 5 - Cobertura 0.47%

yo trataba como de explicar mis sentimientos pero pues no sabía si de la misma forma me iban a entender

Referencia 6 - Cobertura 0.46%

¿cómo le explico?, y era así, que estoy evitando mis emociones, que estoy, que las estoy escondiendo

Referencia 7 - Cobertura 0.39%

yo decía “ay ojalá me entiendan, y no ésta está más chiflada, quién sabe qué le pasó”

Referencia 1 - Cobertura 0.30%

era paradójica, entonces yo me he perdía mucho en la conversación y lo que me sirvió fue ponerlo, y decir ¿te das cuenta de que hace 5 minutos me dijiste una cosa y ahora te estas como contradiciendo?

Referencia 2 - Cobertura 0.31%

un consultante que iba con una velocidad muy rápida, muy ansioso, traía muchos temas de 30 segundos y a veces era difícil como agarrarle el hilo, entonces como qué tenía que estar muy pendiente todo el tiempo

Referencia 3 - Cobertura 0.13%

este consultante, se iba mucho por estas elucubraciones. Entonces, yo no lograba ver,

Referencia 4 - Cobertura 0.20%

cosas que son muy difíciles de... que no son explicables, o sea que no hay manera de decirte “mira, lo que a mí me pasa es ABCD, entonces F”

Referencia 5 - Cobertura 0.12%

lo percibo como ésta frustración de “quiero decir algo”, “me está pasando esto”

Referencia 6 - Cobertura 0.12%

decir lo que tal vez no es capaz de verbalizar en palabras o no quiere o no puede

Emergente -
Dificultad para
generar
conexión
emocional

Referencia 1 - Cobertura 0.48%

pero ¿cómo le explico?, y era así, que estoy evitando mis emociones, que estoy, que las estoy escondiendo

Referencia 1 - Cobertura 0.27%

a él le costaba mucho también conectar con emociones. También por qué a mil, entonces también bajarle fue como no espera, entremos ahí, en eso que te está doliendo, no lo ignoremos,

Referencia 2 - Cobertura 0.38%

el segundo desafío conversacional, era invitarla a que ella observara o conectara sus dificultades dentro de su vida personal, como su experiencia en su lugar, como una angustia que no identificaba, con la experiencia familiar como que a veces las separaba.

Referencia 3 - Cobertura 0.12%

Yo sentí que algo estaba doliéndole mucho y ella "no, yo bien, muchas gracias",

Referencia 4 - Cobertura 0.24%

la necesidad era que hasta que ella no verbalizara o nombrara como lo que ella estaba sintiendo como que no iba a poder estar bien y el dolor en la barriga crecía

Referencia 5 - Cobertura 0.11%

eso no dicho o muy difícil de poner en palabras desde el lugar emocional

Referencia 6 - Cobertura 0.20%

con la consultante que es la que más ha puesto estas metáforas, usualmente la precedía un "no sé, no sé cómo me siento, no sé cómo sería"

Uso terapéutico de metáforas	Emergente - Expresar y comprender	<p>Referencia 1 - Cobertura 1.39%</p> <p>se convierte la metáfora en un código que permite transmitir información de manera más clara, entonces se vuelve un mensaje mucho más claro en términos de que se está retroalimentando todo el tiempo, y que se puede volver a ella y es entendible del porque la estoy usando</p> <p>Referencia 2 - Cobertura 0.63%</p> <p>el tema de la voz y del radio, creo que fue punto central trabajamos mucho como mi voz en esos espacios donde yo tránsito</p> <p>Referencia 3 - Cobertura 1.32%</p> <p>hay una como que esta si describe esa emoción, ese sentimiento, ese tipo de cosas, entonces como que se siente eso, que están alimentándola, entonces como un poco en la búsqueda de esa mejor manera de explicar ese sentimiento, eso que quiero que me entiendas</p> <p>Referencia 4 - Cobertura 0.90%</p> <p>puede pasar que pones la metáfora mira es como esto, no, no es como eso, pero tiene este elemento que puede que si este respondiendo a eso que quiero transmitir, o que describo</p>
------------------------------	-----------------------------------	---

Referencia 5 - Cobertura 0.67%

el estanque describe mucho mejor ese tipo de sentimiento que quiero expresar o ese sentir que tengo alrededor de mi autopercepción,

Referencia 6 - Cobertura 3.26%

la del hoyo y que seguía haciendo ahí, bueno creo que estas como últimas se dieron después de un espacio de un ejercicio más de concentración, respiración y demás que si o si se volvía muy visual y creo que tiene que ver mucho con esa semiótica que hay detrás de verlo, entonces el hoyo era como algo que siempre había tenido presente, como oye siento como que a veces me quedo en este espacio y se vuelve como circular pero está esta pared que no me deja ver más allá, entonces como ese tipo de.. Esa es muy significativa porque recogía mucho como me sentía y fue como ya puedo verla con una imagen mucho más clara y poderla transmitir.

Referencia 7 - Cobertura 1.72%

todo ha sido alrededor de objetos pero terminan siendo paisajes completos, ¿no? porque empiezan a intervenir otros factores dentro de eso, por ejemplo lo del estanque, pero que pasa si cae una hoja, que pasa si el agua esta turbia ese día, entonces como que comienzan a agregársele elementos que son muy característicos de esa metáfora

Referencia 8 - Cobertura 1.21%

Siento mucho como no es único, es entendible, creo que eso tiene la metáfora que te da la posibilidad de entenderlo como puedo transmitir este mensaje y que sea claro y eso de sentirte validado en términos de no soy la única que le pasa,

Referencia 9 - Cobertura 1.34%

a partir de ella estamos trabajando otras cosas que no habíamos explorado, se dan gracias a la metáfora y que incluso no solamente se vuelven cosas de herramientas que se usan solamente en el espacio de terapia, sino que terminan pues siendo parte del día a día.

Referencia 10 - Cobertura 0.24%

la principal es sentir que me estas entendiendo

Referencia 11 - Cobertura 1.22%

nacen a partir de algo que no sé explicar, que no sé ponerle nombre y que a partir de esta metáfora es como ahh ya lo entiendo mejor y empiezo a alimntarla como entendiendo la metafora que hay alrededor de esa figura que estamos poniendo

Referencia 12 - Cobertura 1.67%

te estaba tratando de explicar una situación y no terminabas de armar el rompecabezas en la cabeza, entonces como que una vez se usa la metáfora es como okey, la pieza que faltaba para poder dar un punto de partida que podemos hacer o como lo manejamos esa es la metáfora, eso completa la imagen de lo que te quiero transmitir

Referencia 13 - Cobertura 1.00%

Creo que es favorable porque permite centrar mucho más la atención en eso que se quiere explorar por ejemplo, algo que se me dificulte comunicar pues la metáfora ayuda a que sea más claro para mí,

Referencia 14 - Cobertura 1.69%

permite que haya un intercambio de información mucho más sencilla, y que explicar las cosas sea más sencillas, como bueno no sé cómo nombrar esto, incluso cuando hay preguntas no sé nombrar esto, quizá si lo pongo en una imagen va a ser mucho más sencillo de transmitir y que sea comprensible y de porque esto es relevante para mi

Referencia 1 - Cobertura 1.52%

la experiencia de mi pasado cuando era niño, digamos que me decías como los ejercicios de meditación y metáfora, y ahí me trasladaba al árbol y al lago y al bosque, entonces eso hacía que yo pudiera expresar eso más fácilmente eso que verbalizarlo es muy complicado.

Referencia 2 - Cobertura 0.64%

hay situaciones difíciles y esas metáforas ayudan como a expresar mejor lo que uno está viviendo en ese momento.

Referencia 3 - Cobertura 0.95%

si me siento frustrado, si siento que no estoy avanzando como que la metáfora ayuda como a expresarme mejor, cosas que de pronto con palabras no hubiera podido decirlo

Referencia 4 - Cobertura 0.30%

la metáfora ayuda a uno a comprender mejor las cosas

Referencia 5 - Cobertura 0.39%

es como si para aclarar más las problemáticas que uno está viviendo.

Referencia 6 - Cobertura 0.28%

la metáfora como que enfoca, centraliza las cosas

Referencia 7 - Cobertura 2.10%

también que muchas veces como que uno va hablando de muchas cosas. Es como que va anotando, pero no me alcanza a llevar el hilo de la historia, es como, como tal cosa.

Entonces es como si, es así, entonces es como que va a ayudar a llevar un hilo de lo que yo voy narrando, si como que recoge todo lo que se ha hablado en la sesión y la meta para lograr canalizar eso.

Referencia 8 - Cobertura 1.27%

yo era como no pues qué pasa esto, y estoy viviendo por esto, y si hago esto, o otra cosa y le digo como, se está poniendo el palito ahí en la bicicleta, y yo como. Si, no tenía nombre al sabotaje, entonces sí es verdad.

Referencia 1 - Cobertura 0.05%

C3: La síntesis.

Referencia 2 - Cobertura 1.46%

la metáfora no solamente como en el proceso de la terapia sino para mí, ha sido muy útil para cómo tratar de encaminar lo que pienso o lo que quiero describir. Cuando decidí conscientemente usar metáforas en mi vida, porque me gusta la literatura y me gusta la música, ehmm, lo hice conscientemente en la universidad, en mi proceso académico, porque entendí que es imposible que una persona se relacione de la misma manera con una situación

Referencia 3 - Cobertura 2.44%

abordé mis proyectos personales pensando que todo el mundo iba a entender lo que yo estaba describiendo, porque la separación de mis papás me parecía que era una situación supremamente común, porque además en Latinoamérica el índice de separación y de divorcios es gigante. Entonces dije, claro, esto le pasa a todo el mundo, obviamente. Pero en el proceso de investigación, también con mi director de tesis, asumimos la postura de que realmente nadie tiene por qué entender y nadie realmente entiende lo que yo estoy diciendo, y que las palabras no las entendemos igual y no las escuchamos igual tampoco. Entonces me di cuenta como que la metáfora y también por mi trabajo como creadora de imágenes, es muy útil para encaminar una idea,

Referencia 4 - Cobertura 2.79%

la relación con el contexto para ambas y es, en muchas situaciones durante la terapia, como tú me has dicho, tú desde el mundo artístico “x” cosa, y me parece muy curioso porque hay muchas opciones sobre ambos campos, yo puedo asumir muchas cosas sobre la psicología y tú puedes asumir muchas cosas sobre el mundo del arte desde la academia y hemos... Nos hemos dado cuenta juntas que ambas cosas tienen como muchas más ramas de las que preveíamos del desarrollo de la otra. Y el uso de la metáfora ha sido chévere porque creo que nos ha ayudado a conectar con otras cosas como que lo simbólico de las imágenes o de las palabras como que crea puentes en temas que no necesariamente manejamos, la una con la otra, entonces pues para mi es muy difícil no describir o no hablar de cosas desde términos o desde la comprensión artística de las imágenes

Referencia 5 - Cobertura 2.77%

Creo que es un puente también como para una expresión real, como que si yo te digo que algo se siente como “un huracán” y pues no estamos en un huracán, y las dos sabemos que no estamos en un huracán, es una forma de enunciar algo que apela a una realidad en mí, y que sí, sea como sea que tú tengas la imagen del huracán, te puedes relacionar y puede ser divertido y puede ser entretenido de ver, pero creo que habla mucho más de la situación para mí, en mi proceso, que si yo me sentara a describirte como los síntomas, sí como... “y, siento que un dolor estomacal que me lleva a... y entonces tuve dolor de cabeza todo el día”, y si yo me siento y te digo “no tuve, sino que me sentía como en un huracán y sentía el cuerpo flojito y toda la cuestión”, estoy siendo más honesta que simplemente como haciendo un listado seco de mis síntomas.

Referencia 6 - Cobertura 1.23%

yo traje como el tema de las cajas, hablamos mucho sobre el pasado y sobre la nostalgia y la creación de imágenes, como desde la fotografía pero también desde el collage, como armar... No sé si esa palabra se ha utilizado, pero yo varias veces me he ido con la palabra como con “desbaratar” en la cabeza, como desarmar, no destruir, no quemar ni nada, sino como desbaratar.

Referencia 7 - Cobertura 0.46%

siempre hay como un detonante, hay una palabra, hay una imagen que se crea de la que se puede partir, entonces todo parte como del interés.

Referencia 8 - Cobertura 1.06%

ha sido un recurso muy interesante, como que a veces yo no sé cómo hilar una idea y entonces creamos una imagen y de esa imagen partimos, que eso me parece muy chévere porque creo que en el espacio terapéutico no solamente me siento escuchada sino que me genera interés a mí indagar sobre lo que yo misma estoy diciendo.

Referencia 9 - Cobertura 1.10%

la metáfora para mí en este espacio surge como una necesidad de acercar mi mundo acá, como que en la limitación también del tiempo que tenemos para conversar, que igual el límite de tiempo es necesario, aunque también conflictúa un montón porque como uno tiene muchas cosas, ¿cómo rayos en 45 minutos voy a resumirlo todo?, ahí está.

Referencia 10 - Cobertura 0.69%

el uso de figuras poéticas y de imágenes construidas conjuntamente acá, me ayuda a resolver esa necesidad de traerte mi mundo, de traerte mi contexto y la manera en la que yo veo la vida y cómo la experimento.

Referencia 11 - Cobertura 0.33%

darle lugar a ese tren de pensamiento se siente muy bien y muchas veces se siente como una descarga

Referencia 12 - Cobertura 1.09%

creo que es muy liberador poder hilar como me siento y no tener que relacionar mi tristeza con la tristeza de mi papá, sino decir “mi tristeza es así” y así yo haya aprendido a estar triste viendo a mi papá estar triste, esta es como mi tristeza, creo que también tiene que ver un poco con la propiedad, de cómo es mi manera de ver

Referencia 1 - Cobertura 1.97%

al hablarlo normal sin tener como esos ejemplos utilizando como estas metáforas, lo veo mucho más difícil porque siento que es como más difícil de expresar lo que siento, a diferencia de expresarlo como con una metáfora. Digamos lo del “vaso”, no sé cómo expresarlo en otras palabras, no sé cómo decirlo en... “bueno, me rompí” no sé cómo expresarlo diferente al utilizar el ejemplo del vaso, porque yo decía tal cual así me sentí,

Referencia 2 - Cobertura 1.21%

lo del bus, o sea, siendo la conductora de ese bus, no sé cómo expresarlo de otra forma, o sea, utilizándolo como en un lenguaje ya real, no... Y siento que así ha sido más fácil como expresarme y que me entiendan, que entiendan como mis emociones y lo que yo siento.

Referencia 3 - Cobertura 1.29%

Yo creo que en todas las sesiones ha tenido que salir algo en lo que yo tenga que expresarme a través de la metáfora porque no encuentro otro lenguaje. Entonces veo que haciéndolo me dicen, ah claro, es ahí, es así, así es como se siente. Pero de una forma literal no entendería cómo.

Referencia 4 - Cobertura 1.56%

yo lo veía, ya llegando ya a la cima, estoy cansada, y tengo que, digamos, para eso están los pasamanos, tomarme de algo para ya poder llegar al último. Y pues no significa eso, si no lo hice desde el primero al último, yo ya voy a estar rendida. En cambio, en el oleaje no, además, veo como que se disfruta, o sea, como que se va aprendiendo.

Referencia 5 - Cobertura 1.46%

pienso que lo del vaso fue muy significativo porque me entendiste totalmente cuando yo te decía “el vaso estaba quieto y de un momento a otro se cayó y se rompió”, y ahora ¿qué toca hacer?, volverlo a reencontrar. Lo otro fue que sé que todavía lo sigo haciendo es que mis emociones o las cosas van debajo del tapete, sí.

Referencia 6 - Cobertura 1.09%

porque lo sentía así. Yo decía, “ay, hoy tengo que hacer esto, ay no guardémoslo”, o me siento triste, “ay, no, metámoslo debajo del tapete”, cuando yo decía “no, no, cuando me toque levantar ese tapete” o sea, de una va a ser muy doloroso,

Referencia 7 - Cobertura 0.99%

yo vi que me entendiste cien por ciento cuando me dijiste “pues levantémoslo despacio, no hay afán para levantarlo todo, vayamos sacando las cosas despacio, pero pues obviamente es necesario hacerlo en algún momento”

Referencia 8 - Cobertura 0.69%

cuando tú me preguntabas “¿de qué material está hecho el vaso?”, yo dije “ahhh, bueno, sí, dije, totalmente de cristal, porque fue una fractura total”

Referencia 9 - Cobertura 2.01%

Yo creo que totalmente, yo creo que si no hubiera esas metáforas yo creo que la comunicación hubiera sido más difícil, yo trataba como de explicar mis sentimientos pero pues no sabía si de la misma forma me iban a entender, entonces utilizando como estas metáforas me siento así es que ya todas se me han pasado porque se me ocurren de un momento a otro hubiera sido más difícil lograr que como que entendieran como ¿Cómo me estaba sintiendo?

Referencia 10 - Cobertura 2.70%

C4: yo me empiezo como a... Trato de poner como mi idea, cuando me preguntas cómo te sientes, soy yo a ver cómo me siento. Entonces empiezo a ver ejemplos de la vida y me siento muchísimo mejor expresándolos, digamos, con lo del bus, cuando yo te decía, me estrellé y bajé a ver a quién había herido y Santiago ya se había bajado hace mucho tiempo que no me di cuenta cuándo, ahí me sentí bien porque sentí como que me entendiste, entonces cada terapia igual yo salgo ya como satisfecha porque digo bueno me entendieron, sé cómo expresé mis sentimientos, ellos vieron cómo me siento de verdad.

Referencia 11 - Cobertura 3.22%

es una forma de expresarme, con diferencia a que me digan, “¿de qué material estaba hecho el vaso? “, yo, ajá, perfecto, entonces sí, sí, sí veo que es como una técnica muy importante para cada sesión, porque de ahí como que yo pongo el punto, bueno, “me siento triste”, bueno, pero en términos como de metáfora, digamos, “el vaso se rompió, ¿Qué vamos a hacer con los pedazos?”, digamos, ese día tú me dijiste, yo te dije, “es cómo guardar debajo del tapete”, y tú me dijiste, “bueno, pero toca destapar el tapete”. Exacto, entonces, se que me estás entendiendo lo que te estoy diciendo, a diferencia de que yo te dijera, “estoy guardando debajo del tapete”, “ah, bueno, entonces, sigamos a lo siguiente”...

Referencia 12 - Cobertura 0.86%

así me llegaste a entender, cuando me dijiste “bueno, toca de alguna forma empezar a mirar ese tapete”. Entonces, ahí me di cuenta, bueno, no es que esté ... para mí, yo estaba evitando cosas.

Referencia 13 - Cobertura 1.56%

la idea en la forma en la que sale a la luz por medio de ella, digamos lo del bus, o sea, yo trataba de explicar, me estrellé, o sea, llegó un momento en que ya no más, tuve que parar, entonces, ahí fue cuando me entendiste y como que esa idea no se perdió, o sea, ese sentimiento que yo quería expresar no se perdió y salió como más a la luz

Referencia 14 - Cobertura 0.55%

y me entendiste pues también por eso, porque me empezaste a preguntar “quién más iba en el bus, qué vamos a hacer con eso”

Referencia 15 - Cobertura 0.30%

¿te dan más información?.

C4: Sí, como para seguirme expresando

Referencia 16 - Cobertura 1.88%

yo te veía que me entendías y veía digamos esa cara como de “ah listo, es así, esto le está pasando”, entonces yo desde ahí dije “ah bueno, es válido” y es mucho más fácil para mí expresarme de esa forma, entonces vi como que como que te agradaba que yo te hablara de esa forma, porque también sentí como que me estabas entendiendo más fácil, y pienso para mí que también era para ti fácil explicarme otras cosas.

Referencia 17 - Cobertura 1.55%

C4: Es que lo del oleaje sí me quedó totalmente grabado, o cuando yo te decía “bueno es como tener unos zapatos nuevos me van a doler, me van a... van a ser incómodos pero pues toca usarlos, que al principio siento que me van a bailar en eso como los zapatos, los zapatos” y que al final tú me decías “pero igual toca aprender a manejarlos”

Referencia 1 - Cobertura 0.22%

tuve que buscar recursos diferentes como dibujos, pues para poder comunicarme con ella y que ella pudiera explicarme que era lo que sentía y demás.

Referencia 2 - Cobertura 0.27%

ella era diseñadora gráfica, entonces ella los dibujaba y lo que dibujaba, ella dejaba más que todo los sentimientos entonces los plasmaba en imágenes y se dibujaba también mucho a ella

Referencia 3 - Cobertura 0.36%

fue la manera literal que pues encontramos para que ella pudiera hablar, que significaba la tristeza de su vida, que le estaba diciendo la tristeza en su vida, ehh o la alegría o la frustración. Entonces fue literal la forma que ella hablaba.

Referencia 4 - Cobertura 0.45%

las esculturas se volvieron literal una metáfora porque ella, o sea nosotros estábamos simbolizando su familia y lo que sentía su familia y las cargas y demás, entonces además de ser una metáfora para ella, pues para nosotros también lo fue, porque también sentíamos un poco lo que cada miembro sentía,

Referencia 5 - Cobertura 0.13%

yo quería ofrecerle una metáfora que representara lo que ella estaba experimentando,

Referencia 6 - Cobertura 0.64%

Le funcionó la metáfora, y en otro momento, cuando ya estábamos hablando de cómo se estructuraba su familia y en qué lugar se estaba posicionando, planteábamos si dentro del carro de su familia, ella estaba situada adelante o atrás como poniendo esta metáfora de bueno si estás en la jerarquía arriba o abajo, adelante o atrás, y si ella estaba a veces de copiloto o ella estaba manejando y su mamá estaba de copiloto o incluso atrás

Referencia 7 - Cobertura 0.94%

con esa metáfora ella también se preguntaba que angustia tendría ella de manejar eso ahí, que se siente manejar ese carro, y si le está facilitando manejar su carro porque estaba próxima a casarse y quería como ya hacer su vida de alguna u otra forma, y como era manejar también 2 carros a la vez, y ella como que cuando jugábamos con la metáfora también se le facilitaba expresar como la situación emotiva que estaba teniendo en ese momento la angustia de manejar tus carros, porque ella también quiere expresar porque no quería estar manejando ese carro, pero que le dolía y le daba miedo no manejarlo también porque sentía que no tenía

Referencia 8 - Cobertura 0.10%

creo que es una metáfora que le ayudo como a exponer esa vivencia

Referencia 9 - Cobertura 0.09%

se la ofrecí para hacerla sentir comprendida dentro de su relato

Referencia 10 - Cobertura 0.57%

era invitarla a que ella observara o conectara sus dificultades dentro de su vida personal, como su experiencia en su lugar, como una angustia que no identificaba, con la experiencia familiar como que a veces las separaba. Entonces, como yo en una metáfora le puedo invitar a conectar estos dos elementos que ella creo que no está viendo y que la metáfora me ayudo a poder conectar.

Referencia 11 - Cobertura 0.12%

las metáforas a ratos me ayudan como para poder darle textura a la experiencia,

Referencia 12 - Cobertura 1.10%

Llegó, “no, que más doctor, que me cuenta” y yo como oye pero te veo muy distinta, “si no es que estuve pensando lo que dijiste” todo bien pero cuando íbamos hablando, yo sentía que igual algo no estaba bien. Mucho tiempo después aparece la pauta en la que ya tiene que estar bien ya, entonces pues el doctor me dice que no me preocupe, pues yo no me puedo mostrar preocupada. Pero al día de hoy todavía el haberse bajado del carro ahora que ve cómo está chocando el carro pues le conflictuaba, pero yo sí sentía estática. Siento que, si está muy triste y era algo que solo yo, o sea, y no encontraba cómo decirle yo no, porque tampoco quería invalidarla en sus cambios como ¿Qué importante que estás reflexionando sobre toda la autonomía?

Referencia 13 - Cobertura 0.53%

yo le comuniqué la imagen, mira yo no sé ni porque te voy a decir esto, pero estoy con esta imagen estoy sintiendo eso. Eso te viene a ti de algo, eso a ti te suena de algo y le conectó con unas experiencias muy dolorosas en las que la familia había sido muy invalidante alrededor de un aborto que tuvo, y lo tuvo el año pasado, lo había tenido el año pasado

Referencia 14 - Cobertura 0.28%

Yo dije, no, aquí sí hay un lugar de culpa y de autoflagelación que no considero que está resuelta y que le aquejan el día a día, entonces esa fue la única vez que yo le puse una metáfora

Referencia 15 - Cobertura 0.66%

optamos por jugar en vez de conversar de forma habitual y en el juego el mismo chiquito iba mirando unas metáforas que me terminaron salvando a mí el espacio (Risas), y era perfectamente elocuente, entonces él hablaba de un bosque oscuro donde había un lobo muy solo, me hablaba de un castillo que estaba bajo ataque de unos monstruos, entonces pues ahí comenzamos de a poquitos, a integrar esto, pero pues lo lindo de todo esto que brotó de él,

Referencia 16 - Cobertura 0.42%

entendimos que la necesidad era que hasta que ella no verbalizara o nombrara como lo que ella estaba sintiendo como que no iba a poder estar bien y el dolor en la barriga crecía y eso de hecho nos dimos cuenta porque usamos un libro que TB me presentó y que hemos usado para todo.

Referencia 17 - Cobertura 0.74%

TC: La de la bola de agua, entonces la bola de agua es una bola que está dentro del estómago y de hecho la persona se llama María en el libro y empieza a crecer la bola de agua y para esta paciente significo mucho, porque cuando creces, cuando no, como que no habla de eso que le está importando, así que ese se me vino, un cuento junto con la somatización, y fue una metáfora la que nos ayudó a identificar que ella necesitaba expresar lo que estaba sintiendo para disminuir ese dolor en la barriga.

Referencia 18 - Cobertura 0.45%

cuando uno ve algo que hay que tocar incluso puede ser una postura violenta del consultante y uno no quiere ser muy confrontativo, uno no quiere ser muy directo porque sabe que eso echaría al consultante, entonces, como un empieza a decir hummm esto como que esta denso, ahí la metáfora, puede ayudar mucho.

Referencia 19 - Cobertura 0.70%

es una mamá, que tiene sus 3 hijas y bueno, como que ahí estamos hablando también de los lugares de libertad, tanto de sus hijas como de ella, y una metáfora que le sonó mucho por el tema de abrir sus alas, entonces ella siempre usa, vuelve a lo de las alas, entonces dice es que mis alitas hoy estás muy magulladas, o siento que todavía no saben volar, o claro que quiero volar muy alto, o sea, como que siempre trae un poco la idea de la metáfora de las alas y es bonito

Referencia 20 - Cobertura 0.46%

con ella misma también algún día le compartimos un cuento de un elefante encadenado, que claro que siempre creció encadenado y no podía conocer más que eso y no sabe, no como el tema de la libertad y siempre ella misma lo trae de regreso es como hoy estoy como el elefantito encadenado entonces eso es súper útil,

Referencia 21 - Cobertura 0.82%

he usado bueno si muchos cuentos infantiles que funcionan un montón, por ejemplo, uno que me gusta mucho el contexto de migración que se llama Eloísa y los bichos, por ejemplo, entonces, esto es una niña que llega al país de los bichos después de haber migrado, entonces pues ella se siente como un bicho raro, entonces esto servía mucho con los niños migrantes, que venían migrando también de entender pues como se sentían de diferentes y todo el dolor que había detrás y todo esto. Entonces sí, creo que los cuentos han sido super útiles y con adultos

Referencia 22 - Cobertura 0.70%

recuerdo una de un proceso con un chico que estudiaba licenciatura en física, y decía que la vida es compleja como una ecuación multivariable, pero entonces lo que uno hace para resolver estas ecuaciones es paso a paso. Él mismo también recurrió a la de las ballenas orcas te encantaban eran como su animal espiritual, porque andaban siempre en manada, recorrían grandes distancias, y a él le gustaba mucho viajar y eran majestuosas, podían superar los obstáculos saltando

Referencia 23 - Cobertura 0.69%

Otra de cierre de proceso con una consultante que entendía la vida como viaje y se entendía específicamente a ella recorriendo ese viaje en una chiva, entonces sí, porque yo he estaba pensando en la canoa, y ella no en una chiva porque es algo muy local, porque es algo caótico y ruidoso, hay animales, hay gente, se sube la gente, se baja la gente. Las chivas suelen ir medio destartadas, pero pues son también como un símbolo de alegría, entonces pues está bien

Referencia 24 - Cobertura 0.12%

Ella también sacó una metáfora de un dragón, en una ocasión hablando sobre la rabia

Referencia 25 - Cobertura 0.60%

¿Qué relación quieres con el dragón?, y pues abrazó el dragón, super bonito como ese lugar de comprensión de porque estaba ahí, y que rol había tenido en protegerla, como Fiona y el dragón de Shrek, como de cuidarla de mala gente, ehh también la metáfora del jardín, como cuando tener una buena relación con el dragón implica que como no está por incendiarse, pues puede haber un jardín con flores bonitas

Referencia 26 - Cobertura 0.10%

fue muy fuerte esa sesión. Lloramos mucho, ja, yo por dentro, pero si...

Referencia 27 - Cobertura 0.23%

cuando las personas usan metáforas, uno, o sea, como que nota ahí la emergencia de algo de lo que uno se puede agarrar y que uno entiende con una facilidad

Referencia 28 - Cobertura 0.36%

TC: Ah, entonces yo creo que guía. A veces si y a veces no, porque a veces cuando es uno el que quiere incluir la metáfora pueda que el paciente te diga “no, por ahí no es”, de hecho cuando mostré lo del Panda, fue como “si, chévere, pero...”

Referencia 29 - Cobertura 0.06%

TC: y yo como “ah bueno, no pasa nada”...

Referencia 30 - Cobertura 0.27%

la metáfora permite poner en conversación cosas que son muy difíciles de... que no son explicables, o sea que no hay manera de decirte “mira, lo que a mí me pasa es ABCD, entonces F”

Referencia 31 - Cobertura 0.54%

“El dragón”, el dragón dice muchas cosas, es gigante, escupe fuego y el fuego puede salirse de control, el man tiene garras pero ya está tratando de aprisionarlo, ¿sí?, como que ahí empiezan a verse muchas cosas... ¿Qué habrá hecho crecer al dragón? ¿Para qué aprisionarlo? Ehhh, hay mucha información ahí que en muy pocas palabras, entre comillas, transmite montón

Referencia 32 - Cobertura 0.21%

lo que hablaba de la textura también permite que uno se conecte con eso no dicho o muy difícil de poner en palabras desde el lugar emocional,

Referencia 33 - Cobertura 0.45%

venga y nombramos...” entonces también permite esa flexibilidad y esa cercanía “bueno, parece que si es muy breve, o parece que esto es muy sensible, muy de cuidado, de tacto”, sin tener como, no somos un robot que dice “nivel de sensibilidad de este tema”, no, pero la metáfora te permite tantear eso.

Referencia 34 - Cobertura 0.05%

TB: Como que ayuda a desenredar

Referencia 35 - Cobertura 0.03%

TG: ¡A desenredar!

Referencia 36 - Cobertura 0.23%

siento que es como habitar la escena y preguntarla, ser curioso en la escena. No tanto para añadir imágenes, sino para encontrar detalles lo he visto yo.

Referencia 37 - Cobertura 0.15%

las metáforas también están en el cuerpo y acá que quede registrado, nos estamos moviendo un montón

Referencia 38 - Cobertura 0.07%

Como que a veces el cuerpo nos está hablando

Referencia 39 - Cobertura 0.81%

y tenía que hacer un cuento y relató la experiencia de una persona que tenía una enfermedad mental y que el hermano tenía esquizofrenia y le desorganizaba el cuarto y que era un desorden total, y que esta persona que era amigo de él, se ponía muy bravo, pero que finalmente otra personaje que tenía otro trastorno podía vivir con su trastorno muy tranquilamente y el esquizofrénico también y podían ser felices y después otra compañera le añadía o le completaba el cuento. Yo le dije “uy eso me acuerda un poco la historia de alguien que conozco...”

Referencia 40 - Cobertura 0.44%

las preguntas, pues, engrosar la metáfora así como uno engruesa la narrativa, procurar conectar los detalles de la metáfora con los detalles de la experiencia de la persona, ehhh, traerla recurrentemente a colación cuando es a lugar, ehhh pues quizás eso. Darle como un lugar de genuina importancia

Referencia 41 - Cobertura 0.43%

He logrado encontrar mucho el estilo y que me gusta también diversificar las maneras como la persona puede comunicarse y yo creo que en mi caso, tanto me he cogido de las metáforas pero yo también he como traído para ver si le hace sentido y cuando he traído sí son como formas muy diversas

Referencia 42 - Cobertura 0.22%

las canciones, el baile, los videos, entonces creo que eso también ha descrito mucho mi estilo y me ha permitido encontrarme también a mí como terapeuta

Referencia 43 - Cobertura 0.33%

también me pone alerta de cómo en la construcción puedo en mi estilo terapéutico, y en mi momento de vida, y en mi momento de la consulta, ser un poco también directivo, sobreponer mi voz en el ofrecimiento de esa metáfora.

Referencia 44 - Cobertura 0.14%

se dan el chance de sentir y percibirlo, tienen mucha claridad sobre lo que están sintiendo.

Referencia 45 - Cobertura 0.58%

la metáfora sobre todo en esta confirmación de cómo se siente el otro, lo percibo como una experiencia de descarga, “¡sí!”, de identificación también. La metáfora emerge como una respuesta a un desconcierto del lenguaje en la coordinación, de un “te comprendo, no te comprendo, comprendamos esto”, y cuando llega la metáfora es como un recurso que sirve para “ok, desde acá se puede ver mejor”

Referencia 46 - Cobertura 0.43%

se nota en su lenguaje no verbal, o sea como están sentados y de repente ¿no? como que muestran mucho más interés con el cuerpo, abren los ojos, el tono de voz también cambia, ehhh, pues si es chistoso hay risas, o si es triste, hay llanto también que muchas veces es muy importante, eso.

Referencia 47 - Cobertura 0.12%

la posibilidad de que la metáfora sea un vehículo para poder trabajar lo emocional

Referencia 48 - Cobertura 0.37%

Un marco de referencia para proponer u observar otros elementos o elementos que igualmente podíamos ver, pero que no veíamos desde ese mismo ángulo. Es un marco de referencia para observar ese fenómeno, es aparte, esa historia, eso que nos está pasando

Referencia 49 - Cobertura 0.24%

el paciente trae o usa una metáfora para decir lo que tal vez no es capaz de verbalizar en palabras o no quiere o no puede, o simplemente le sale de esta manera

Referencia 50 - Cobertura 0.16%

permite tener, pues, un conocimiento, como sí, ampliar el conocimiento sobre, sobre eso. Eso es lo que pienso.

Emergente -
Promover
nuevas
posibilidades

Referencia 1 - Cobertura 1.01%

El del estanque, como que fue parte de uno de los objetivos de poderme ver a mi misma y el estanque ha sido significativo en entenderlo como un espacio que se transforma y que tiene transformaciones

Referencia 2 - Cobertura 1.04%

el tema de la maleta ¿no? Como esos elementos que hacen parte y que yo considero que a veces cargo y en este momento más pensarlo como que hacen parte de mí y que hay unos que se han transformado y demás

Referencia 3 - Cobertura 1.35%

La del banco creo que fue muy significativa en ese momento de no puedo esperar que todo el mundo reaccione como yo quiero que reaccione y que hay cosas que puedo poner, pero no significativamente es lo mismo para los demás, y que se vuelve en el dialogo con otros

Referencia 1 - Cobertura 0.47%

Si desde otra perspectiva, es raro, pero es ver la situación, pero desde otro punto

Referencia 2 - Cobertura 0.70%

Yo vengo acá porque tengo un problema, una situación que no sé cómo manejarla, y la metáfora me da como muchas herramientas

Referencia 3 - Cobertura 0.37%

la metáfora como que ayuda a anclar todo lo que se ha trabajado.

Referencia 4 - Cobertura 3.54%

Bueno aparte experimentar situaciones. También como de reflexión. Con el espacio de reflexión de. El hecho de pensarse o que traigas una metáfora es como, yo ponerme en ese papel o en esa situación o en ese ámbito o imaginar eso. Y es bacano porque, pues de pronto uno en el día a día de los problemas como muy o es blanco o es negro, o esto tiene solución o no la tiene entonces, de pronto la metáfora no le da a uno solución en su momento, pero después sí va a ser como. Por ejemplo, las que no puedo cambiar o hay cosas que si, entonces, ayuda, ayuda bastante como tanto expresar, como a solucionar, como escucharme.

Referencia 5 - Cobertura 1.57%

La mermelada en un principio fue, o sea, yo me imaginaba eso, y yo, no, esa vaina no se está moviendo es pero nada, eso parece miel cayendo.

Y ya después como que te entendí que, que habían procesos que se tardaban bastante. Y, que era como de tiempo y de tener paciencia.

Referencia 1 - Cobertura 0.36%

además de la ayuda, creo que abre una cantidad de puertas de interpretación que a mí me han sido muy útiles.

Referencia 2 - Cobertura 2.96%

también creo que tiene un poco que ver como con mi personalidad. Pero con respecto como a las puertas y a las posibilidades que la metáfora da... Sí, creo que más... No, me voy a quedar con él además. Además de ayudar como a generar un puente entre las dos, me proporciona a mí como un montón de puertas que de pronto de una instrucción más... como de una sola instrucción me podrían haber ayudado, como que cuando me hablaste de abrir el diafragma que yo te expliqué a grandes rasgos cómo funcionaba el diafragma y la cantidad de luz que se entraba, mientras que yo estaba explicándote concentrada en el tema de la terapia, mi cabeza estaba abriendo otros temas y estaba generando conexiones y relaciones que de pronto si hubiéramos dicho simplemente como no, pues “sal y mira la luz del día una vez y documéntalo”, claro, eso es un ejercicio que pudo haber sido y me parece también interesante

Referencia 3 - Cobertura 4.69%

la única y no creo que sea la más importante pero es la que más me suena porque ha sido la de la controversia, creo que ha sido la del ancla. Como que... Además que me gusta que la primera metáfora que es la que me acuerdo haya sido controvertida, porque eso también me parece interesante, como no solamente... Yo tengo un problema con los dichos porque aunque los dichos y las canciones, los pregones, son cosas que significan una cosa y que al repetir las generan como una identidad, también pierden un poco de significado. A veces uno dice un dicho y termina no diciendo nada, sólo como que repite algo que uno cree que significa algo universal y realmente no, no dice nada. Entonces como que me pareció interesante que se haya controvertido esa metáfora porque abrió la puerta para repensar lo que significaba para las dos anclarse en el espacio de la terapia y no creo que haya sido la metáfora más importante hasta el momento pero creo que es la acción frente a la metáfora más importante, porque como que puso un tono en la conversación, como que tenemos estas ideas preconcebidas las dos de lo que significan estas imágenes que estamos describiendo, pero las podemos subvertir y eso a mí también me ayudó mucho, como poder cuestionar y decir “no sé si eso me gusta pero no lo quiero omitir, no quiero decir como esto es una bobada, no hablemos así de estas cosas y ya, no, es que yo creo que significa otra cosa”.

Referencia 4 - Cobertura 1.61%

yo le había huido mucho a esa imagen de la maternidad jaja. No me acuerdo, yo tengo pésima memoria para estas cosas, lo siento, pero... las metáforas que usamos en relación a los mandatos y las cosas, o sea me acuerdo como de la situación, me acuerdo de las ideas que me llevaba de conversar acerca de todas las imágenes y todas las cosas que se crearon a partir de destruir un poco como “la puerta”, la pared gigante de mandatos que tenía yo al frente y que tengo aún en muchos sentidos

Referencia 1 - Cobertura 3.27%

la forma en que me explicabas lo del oleaje. Entonces, yo te decía “es que siento como si estuviera en unas escaleras al retroceder” y tú me decías, “no, es como un oleaje”, y yo decía, “sí, claro”. Entonces, cada vez que yo siento, “otra vez pasa esto”, no, la ola va y viene pero no empieza desde el punto cero sino ya va empezando a avanzar un poquito más y claro el dolor se sentía diferente ahí cuando yo quedaba estancada, digamos cuando el oleaje se devolvía, yo decía bueno pero no se devolvió hasta allá se devolvió un poquito hacia la mitad y hoy me duele de una forma diferente, como que el dolor ha madurado, como que ya no es tan duro, sino que es algo que ya puedo avanzar. Y esa metáfora me ayudó mucho..

Referencia 2 - Cobertura 2.27%

yo veía la escalera desde el primer escalón hasta arriba. En cambio, un oleaje es plano, o sea, no tengo que llegar hasta allá. No, simplemente es como irme devolviendo y lo vi como más suave, la escalera me generaba como más peso, o sea, subir una escalera, como generar, dar ese paso, así estuviera rendida, tenía que darlo, en cambio el oleaje no, o sea, es algo suave, es un proceso como con calma, no tan pesado, ni tan... que me genera tanto esfuerzo, como la diferencia de subir las escaleras.

Referencia 3 - Cobertura 0.30%

y cuando me decías, “bueno, ¿qué vamos a hacer con los pedazos?”

Referencia 4 - Cobertura 0.18%

yo digo bueno voy avanzando un paso más.

Referencia 5 - Cobertura 1.21%

En cambio, con las metáforas, yo veo que sí, o sea, sí me entiendes y me sacas como otras ideas, o sea, como que yo pongo como la ideíta ahí y tú, “bueno, pero mira esto”, digamos, lo del vaso, digamos, lo del bus, que tú me digas, “bueno, ¿quién más va en el bus?”

Referencia 6 - Cobertura 0.71%

C4: Pero pues en ese momento me hiciste caer en cuenta, bueno, es válido de pronto, pero va a llegar un momento pues que ese tapete ya no va a soportar más.

Referencia 7 - Cobertura 0.78%

C4: Exactamente, y más que también me daban como más ideas. Digamos, yo decía, “ah bueno, igual yo soy la conductora, pues no lo puedo dejar ahí botado, tengo que seguir”.

Referencia 8 - Cobertura 0.94%

C4: Sí, como para seguirme expresando y al mismo tiempo como también como abrir los ojos y ver, “bueno, coja ese bus y arranque otra vez”, o “coja ese vaso y toca recoger los pedazos y volverlo a organizar”.

Referencia 1 - Cobertura 0.71%

vi muy útil para empezar a usar en ese tipo de conversaciones fue como recursos que produjeran imágenes, más que o sea que fueran más allá de la conversación, imágenes tipo hacer esculturas, simbolizar la respuesta a esta pregunta por medio de un dibujo o por medio de... de gráficos, algo como que aterrizara todo eso que está ocurriendo en algo como tangible que sí... o como algo material, sobre lo que se podía detener y ahí sí, como reflexionar para ir más allá de la anécdota.

Referencia 2 - Cobertura 0.46%

hicimos escultura con el equipo y fueron sesiones super movilizadoras entonces como que sí como que esas imágenes impactan de una forma distinta a quedarse en el relato, pues de esas historias que son patrones, entonces suelen volverse similares, pero pues sacar de ahí a las personas a veces es como el reto.

Referencia 3 - Cobertura 0.66%

usamos muñequitos que también le permitió a la consultante cómo ubicar cómo estaba su familia frente a las relaciones y demás, y ella misma se dio cuenta como con esa metáfora, porque cada muñequito simbolizaba una persona de su familia lo que estaba pasando y ella no había logrado entenderlo y ya llevabamos como un año trabajando, pues sí, casi 1 año trabajando con ella y solo cuando ella lo vio en esa metáfora fue que realmente entendió.

Referencia 4 - Cobertura 0.57%

era invitarla a que ella observara o conectara sus dificultades dentro de su vida personal, como su experiencia en su lugar, como una angustia que no identificaba, con la experiencia familiar como que a veces las separaba. Entonces, como yo en una metáfora le puedo invitar a conectar estos dos elementos que ella creo que no está viendo y que la metáfora me ayudo a poder conectar.

Referencia 5 - Cobertura 1.72%

para darle textura y que él la pudiera ver, le pregunté, haz de cuenta que esta habitación es tu vida, ¿Cuánto de tu vida ocupa estas preocupaciones? Y él se hizo en una esquina... ¿Se acuerdan? (Mira a sus compañeros de supervisión directa), él se hizo en una esquina y él tenía la esquinita, y el resto de la habitación eran las preocupaciones y eran los demás y lo que los demás esperaban de él, y eso ya puso la conversación en otro lugar ya no era, ¿Será que yo soy egoísta o soy altruista? O será que sí, ya no era eso, sino ya es que las expectativas de los demás están muy presentes, yo siento que tengo poco lugar, me siento ahogado y eso ya permite comprender mejor qué es lo que está pasando, ya sé lo que estás pensando sobre lo que sucede, pero con quienes pasa, entonces empezamos a dividir. ¿Cuánto de esto es la expectativa de tu pareja? Tanto, ¿Cuánto de esto es la expectativa de tu trabajo? tanto, pero es del trabajo, es de tu jefe, es de tu compañero, no a mi compañero, de mi jefe, sobre todo. ¿Y que hay ahí donde tú estás? también buscando recursos ¿Y dónde tú estás, qué hay para ti? No muy poco espacio y al final del día la hora de dormir

Referencia 6 - Cobertura 0.25%

mucha culpa por haberse diferenciado de su familia, mucha culpa de haberse bajado del carro, porque se dio cuenta que no podía seguir manejando y me contó la situación,

Referencia 7 - Cobertura 0.14%

le conectó con unas experiencias muy dolorosas en las que la familia había sido muy invalidante

Referencia 8 - Cobertura 1.33%

ella llevo de vacaciones, y siempre, como la pregunta, que las vacaciones de diciembre son como ese momento en que uno dice o salió muy bien o salió muy mal, y ella llevo contando pues todos los cambios que habían, cómo se había sentido en vacaciones, que está muy tranquila, muy en paz y una vez empecé a recoger todo esto en la conversación, ella misma sacó esta imagen muy clara como de es que antes cuando yo llegue hace dos años mi vida era como un cuarto oscuro, húmedo con moho, y hacia cara como de asco y como denso pesado, donde no le pasaba el aire, y ahora siento que estoy en un cuarto iluminado con las ventanas abiertas que le pasa el aire, y eso es como una imagen muy clara, sobre todo como la del moho, lo húmedo y luego ya donde se puede respirar, en donde es un espacio agradable, y ella decía como que las cortinas vuelan, entonces como un cuarto más ameno donde se quiere estar.

Referencia 9 - Cobertura 0.48%

utilizar la metáfora del teatro para saber cómo quería sus relaciones de pareja, entonces si tu pudieras definir en una obra de teatro la relación de pareja que hoy en día tienes como seria y la describió como un drama, melodramático y como quisiera él que era como una comedia romántica, entonces a partir de ahí trabajamos.

Referencia 10 - Cobertura 0.59%

con un consultante, estamos hablando sobre sus relaciones familiares y el chico estudia arte entonces como que conecta mucho con otros lenguajes y bueno como tarea como que él quería sí pensarse sobre sus relaciones y luego él empezó a construir como una historieta y a cada familiar era un personaje entonces ya como que los puso en perspectiva, y luego él mismo, también un exnovio del suicidio

Referencia 11 - Cobertura 0.69%

Otra de cierre de proceso con una consultante que entendía la vida como viaje y se entendía específicamente a ella recorriendo ese viaje en una chiva, entonces sí, porque yo he estaba pensando en la canoa, y ella no en una chiva porque es algo muy local, porque es algo caótico y ruidoso, hay animales, hay gente, se sube la gente, se baja la gente. Las chivas suelen ir medio destartadas, pero pues son también como un símbolo de alegría, entonces pues está bien

Referencia 12 - Cobertura 0.26%

La del chiquito, pues que comenzó a fabular que él que era un lobito solo en un bosque, pero después el lobito comenzaba a hacer amigos y se daba cuenta que podía estar acompañado

Referencia 13 - Cobertura 0.32%

una señora mayor que era creyente, tenía una relación muy problemática con uno de sus hijos, y termino resignificando a partir de la parábola del hijo prodigo entonces también uso su relato para sanar ese vínculo.

Referencia 14 - Cobertura 0.46%

la metáfora del contrato para hablar sobre las relaciones de pareja de esta persona, que permitía representar como había como una serie de cosas esperadas y también de simbolizar que él podía firmar o romper el contrato y además, y poder empezar a hablar sobre cuáles son esos mandatos que hay en el contrato

Referencia 15 - Cobertura 0.77%

en un momento estábamos hablando sobre su sentido de vida y ella se sentía muy perdida, estaba apenas volviendo a descubrir y decía que sentía algo acá (señala a su cuerpo), y la invité como a regalar una imagen y habló de una bola de cristal que está borrosa, entonces ¿Cómo empezar a limpiarla? cuidarla, que no se caiga, que no te rompa, es algo muy importante y delicado, pero también le permite ver, o sea, conectarse con ella le permite ver hacia dónde quiere ir, que quiere para ella, que es que está dentro de ella

Referencia 16 - Cobertura 0.19%

en el momento hicimos como esculturas sobre cómo el dragón salía a veces en relaciones, entonces pusimos las esculturas en relación

Referencia 17 - Cobertura 0.53%

Para hablar de pareja, también la metáfora de un cuarto, donde el que pinta cuánto espacio te deja para tu poder pintar en el cuarto lo que quieres ver o si el otro pinta contigo o si no pinta contigo, si cuarto está oscuro, si no ves luz o si el otro es tu luz. ¿Pero como pero dónde está tu propia luz? Como estas metáforas de autonomía en las relaciones.

Referencia 18 - Cobertura 1.12%

cuando ella me empezaba a ofrecer ella qué esperaba de la terapia, yo quería ser confrontativo frente a esa perspectiva porque la veía problemática. Entonces ella describió que su objetivo era que a su hija no le pasara, que aunque tuviera un contexto difícil en donde ella percibió que todos la atacaron, que a ella no le importara o no se dejara afectar por lo que le dijeran. Entonces le propuse la metáfora de ¿Quieres que tu hija a pesar de que está en un contexto difícil tenga una burbuja y que nada le afecte?, y ahí ella desde esa metáfora se replanteó si quería crear una burbuja alrededor de su hija, o qué esperaba que hiciera su hija dentro de esa burbuja e hicimos una conversación sobre la burbuja, entonces fue una conversación interesante.

Referencia 19 - Cobertura 0.38%

otra, muy relacionada a duelo, mi tesis, como de las huellas que ha dejado ese otro y la pregunta relacionada ¿Qué semillas dejó en ti esa persona? Y, ¿cuáles han sido sus frutos en lo que te pasa hoy?, preguntando por esas voces internas a través de semillas.

Referencia 20 - Cobertura 0.89%

en una sesión de cierre. Le propuse a esta persona que dirigiera la sesión, porque era como un ritual que había pedido que preparara para recobrar sus aprendizajes. Y ella no había traído nada preparado, entonces yo le dije, te voy a esperar durante 15 minutos y llegas con él, ¿no? Y si no, pues nada, vemos qué hacemos. Y llegó con “quiero explorarme adentro, en este espacio, pero no sé cómo hacerlo”, entonces yo le pregunté ¿Cómo lo ves?...¿como si fuéramos un espacio abierto?, “no, es como un laberinto”, Ok, entonces vamos a ir construyéndolo juntos, salimos los 2, vamos a entrar al laberinto

Referencia 21 - Cobertura 1.01%

Y, fue muy curioso, porque en cada parada ella iba recobrando algo de lo que había aprendido. Entonces, cómo puede ser muy doloroso eh... afrontar lo que han sido momentos dolorosos, pero como al atravesarlos, que era lo de la de las espinas, pues podías llegar al otro lado, podía abrazar a esa niña, podía... eh... Cómo es, cómo ella de alguna manera había construido un puente encima de ese hueco para no caerse ahí, eh... cómo ella había dejado unas escaleras, pero no podía ser quién cargara por esas escaleras a todos los que están adentro, y cómo ella igual deja una luz ahí para ellos, pero pues tampoco es su responsabilidad quedarse ahí para ayudarles, ya están las escaleras

Referencia 22 - Cobertura 0.54%

Y es como, como o sea, son palabras extrañas, de pronto no tan académicas pero es como un destello, un segundo en la conversación en donde uno puede seguir, como literal, o sea, para eso se usan los momentos de referencia común, para seguir caminando en relación, para seguir estando en esa relación, estando de una forma que nos permita llegar, como ir a otro lugar.

Referencia 23 - Cobertura 0.41%

“ahora los espacios del carro, nos permiten conversar como el lugar que ocupo”, ¿no?, no, no tanto desde lo que hablo, sino la meta conversación del “lugar que ocupo en la familia” y ese momento común tiene ese generativo de “puedo jugar con él, me salgo del carro, tiro la...”

Referencia 24 - Cobertura 0.03%

yo creo que guía.

Referencia 25 - Cobertura 0.37%

varias de las que les comenté fueron importantes en los momentos en los que me tocó despedirme de los consultantes o hacer cierres, entonces legitimarlas como símbolos muy importantes de lo que pasó a mí me parece que es otra (estrategia) disponible.

Referencia 26 - Cobertura 0.34%

cuando integramos la metáfora al proceso pues lo que ya todos hemos mencionado es que de allí emergen unas direcciones y unas posibilidades tan maravillosas que pues eso termina siendo la confirmación de esa pregunta que tienen.

Referencia 27 - Cobertura 0.57%

cuando llega la metáfora es como un recurso que sirve para “ok, desde acá se puede ver mejor” como cuando uno se pone unas gafas en donde ya puede ver cosas, y después se pone unas gafas donde ve otras cosas, como de los colorcitos y el 3D y el azul y el rojo, como “¡ah! ¡ah!” y entonces ya con esas gafas dicen “ya con estas gafas puedo mirar esto, y lo puedo poner acá o plantear acá”

Referencia 28 - Cobertura 0.59%

Constato la curiosidad que emerge en ellos también, ¿no?, para explorar esa situación que quizás ya habían contado, desde una perspectiva... pero como así clínicamente lo que quiero es como “¡ah!” como “encontré un lugar que me permite moverme desde otro lugar” y después una curiosidad de poder decir “uy, desde esta mirada entonces lo puedo ver así, estoy sentada aquí, abajo no tengo casi oxígeno”

Referencia 29 - Cobertura 0.49%

lo que él trajo de la metáfora no fue tanto en la lista de mandatos, sino la idea de “es un contrato, o sea, puedo decidir sobre este contrato, si seguirlo cumpliendo o no”, entonces como que me da cuenta de, de la reflexividad, ¿no? tanto de uno va aportando de lo que uno puede aportar y el otro lo va agarrando a sus tiempos,

Referencia 30 - Cobertura 0.05%

buscar también opciones y soluciones

Referencia 31 - Cobertura 0.72%

el cambio del marco de referencia de cómo vemos aquello que estamos viendo, nos situamos desde un lugar, nos cambiamos las gafas o los ojos, se movilizan, se observan otros segmentos, quizás se ven otros grises, se ven otras conexiones. Un marco de referencia para proponer u observar otros elementos o elementos que igualmente podíamos ver, pero que no veíamos desde ese mismo ángulo. Es un marco de referencia para observar ese fenómeno, es aparte, esa historia, eso que nos está pasando

Referencia 32 - Cobertura 0.37%

es una metáfora que nos invita a ver el mundo de una manera u otra dentro de las muchas maneras que la podemos ver desde lo sistémico, pienso también que nos ofrece posibilidades, observaciones, conexiones distintas a como la veríamos desde lo lineal.

Referencia 33 - Cobertura 0.18%

Entonces eso es un elemento que ya estaba, pero al ponerlo en esa metáfora se puede visibilizar mejor desde otro ángulo

Experiencias del sistema terapéutico

Emergente - Amplificación y recuperación de la agencia personal

Referencia 1 - Cobertura 1.45%

la metáfora del velo negro, el carro, el lago, como todo eso, como que a uno le va dando herramientas para ir siguiendo y a reconocer como baches, huecos que me dice como bueno, por ahí no es el camino y si caigo, pues ya hace como identificarlo después,

Referencia 2 - Cobertura 0.34%

Bueno, pues, es que esta situación yo la controlo hasta acá

Referencia 3 - Cobertura 0.46%

una metáfora es como me apropió de ella, es como que la vuelvo como parte de mi.

Referencia 1 - Cobertura 0.59%

así yo haya aprendido a estar triste viendo a mi papá estar triste, esta es como mi tristeza, creo que también tiene que ver un poco con la propiedad, de cómo es mi manera de ver

Referencia 1 - Cobertura 0.18%

vine a hacerme entender, a escucharme a mí mismo, a ver qué hacemos con esto, a ver yo cómo lo sentiría, a probar cosas”

Referencias 2-3 - Cobertura 0.09%

yo veo en ellos la comprobación de su infinita creatividad

Referencias 4-5 - Cobertura 0.29%

Y, la constatación de que en ellos mismos están las posibilidades para restaurar sus vidas y para bueno, resolver lo que quieren contar. En fin, eso es lo que a mí me deslumbra de la metáfora.

Referencia 6 - Cobertura 0.37%

la metáfora termina siendo un recurso útil para la relación terapéutica, y pasa que eso me da cuenta también de la lucidez de los consultantes y de cómo juntos podemos darle sentido a una situación que a veces no es tan fácil de aprehender, de agarrar;

Referencias 7-8 - Cobertura 0.16%

esta constatación de la creatividad y de la capacidad de poder observarse para restaurarse, la he visto total...

Referencia 9 - Cobertura 0.59%

Constato la curiosidad que emerge en ellos también, ¿no?, para explorar esa situación que quizás ya habían contado, desde una perspectiva... pero como así clínicamente lo que quiero es como “¡ah!” como “encontré un lugar que me permite moverme desde otro lugar” y después una curiosidad de poder decir “uy, desde esta mirada entonces lo puedo ver así, estoy sentada aquí, abajo no tengo casi oxígeno”

Referencia 10 - Cobertura 0.34%

ellos se dan cuenta que ellos pueden describir lo que están sintiendo, muchas veces sin ayuda de nosotros y también encontrar las propias soluciones solamente con su metáfora. O, bueno, no soluciones pero entendimiento, claridad,

Referencias 11-12 - Cobertura 0.48%

entre las borrosidades del lenguaje que igual permiten entenderlo y captarlo, tenerlo presente como que “este es un asunto y está conectado de estas maneras”, creo que permite mucha más agencia sobre lo que nos pasa o sobre lo que les pasa a los consultantes, sobre lo que viven, sobre lo que les dice de lo que hay alrededor.

Emergente -
Alianza
terapéutica

Referencia 1 - Cobertura 1.78%

la metáfora ha dado ese punto de relacionarlo con algo que puede ser del común para que lo puedas comprender como lo sentí, como lo vi y como lo veo reflejado en ese lugar, entonces esa metáfora permite movilizar esos sentimientos y ponerle nombre a esas cosas que son muy difíciles de nombrar a partir de algo que puede ser de común entendimiento.

Referencia 2 - Cobertura 0.55%

Creo que al ponerle un punto de referencia hace que tú empieces a hilar a partir de ese punto de referencia

Referencia 3 - Cobertura 0.39%

da un punto de partida para que estemos entendiendo de que estamos hablando.

Referencia 4 - Cobertura 1.13%

es una metáfora que se va alimentando constantemente y que incluso nos ha pasado que retomamos nuevamente porque ya es un punto de acuerdo que ya manejamos, entonces eso permite que se siga reutilizando y se complemente.

Referencia 5 - Cobertura 1.98%

siento que el tema de alimentarlas ha sido un constante por ambas partes, entonces como que lo del radio, recuerdo que fue tuya, bueno como este radio y bueno yo le agrego el tema de que hay otras emisoras, entonces ha sido como un dialogo y un intercambio que se va construyendo y que hay unas que son propuestas y otras que no, no mira no es tanto como eso sino es como esta otra cosa

Referencia 6 - Cobertura 1.75%

pienso mucho el tema de confianza, como que permite que se den conversaciones que incluso no estaba pensando dar en ese momento, entonces como explorar más abiertamente otros espacios, porque hay esa conexión de poderlo entender, entonces creo que da esas posibilidades de explorar más temas, de ser mucho más abierto en el espacio de terapia

Referencia 7 - Cobertura 2.21%

Creo que es como un clic, de ahh listo es esto entonces vamos a empezar y da esa apertura para poder hablar mucho más porque es como un clic, como ahh ya estamos hablando el mismo lenguaje entonces ya que me entendiste te puedo contar que esto y esto esta alrededor de esta situación que tratamos de ponerlo en metáfora para hacerlo mucho más sencillo y sea un punto de encuentro de ambas estamos entendiendo de que estamos hablando

Referencia 8 - Cobertura 1.58%

estoy pensando en las preguntas, entonces es bueno entonces esto como alimenta la metáfora sin que sea necesariamente ese el objetivo, sino que la pregunta fue tal y entonces quiero que me entienda entonces la voy a asociar con esta metáfora que hemos ido trabajando porque nos permite hablar el mismo idioma

Referencia 9 - Cobertura 1.40%

principalmente, esa comprensión, como ese clic, vuelvo al tema del clic, esa comprensión de lo que esta alrededor de esa situación que es difícil nombrar entonces es como que

permite también que empieces a darme herramientas o que nos permitamos explorar otras herramientas

Referencia 10 - Cobertura 0.47%

la metáfora ha sido esa pieza que ha dado espacio a comprender y a manejar un mismo lenguaje

Referencia 1 - Cobertura 0.44%

Como una conexión, que los dos estemos hablando como en una misma frecuencia.

Referencia 2 - Cobertura 2.29%

yo puedo decir, no lo de la bicicleta con el palo, entonces ya entiendes que me estoy autosaboteando y que están haciendo cosas que no van conmigo, pero es que vuelve otra vez y digamos en el del carro, no se si hay llanta de repuesto que es como estar ahí como salvavidas de la persona, entonces es como sin mencionar la situación que puede doler o puede incomodar, ya sabemos de que es la situación.

Referencia 3 - Cobertura 0.24%

Me hace como conectarme más con el proceso

Referencia 4 - Cobertura 0.11%

Es algo más dinámico

Referencia 5 - Cobertura 1.80%

esa metáfora digamos, hizo, fluir más el tema de conversación de los estudios porque pues para mí era difícil.

Entonces era como, bueno, entonces cómo va la mermelada en esa situación, entonces como que retoma todos los problemas que habían detrás de todo eso sino que, ya había un punto de partida preestablecido.

Referencia 6 - Cobertura 0.12%

Que fuera más fluida.

Referencia 7 - Cobertura 0.19%

Ya es algo que entendemos los dos.

Referencia 1 - Cobertura 0.75%

para mí se extendió, yo lo pude relacionar con muchas otras cosas del proceso y además también es bonito, o sea como que yo creo que yo le puedo dar un valor estético a lo que estamos hablando, entonces me genera mucho interés

Referencia 2 - Cobertura 0.38%

el uso de las metáforas ha facilitado la conversación con tu terapeuta?

C3: ¡ah! porque es muy entretenido jajaja

Referencia 3 - Cobertura 1.65%

creo que el reírse más que la burla, más que el uso del humor como satírico, creo que también la comedia es un género muy difícil, en las artes la comedia es uno de los géneros más difíciles de hacer porque indaga profundamente sobre los comportamientos humanos y sobre el pensamiento y necesita ser muy honesto, la comedia necesita ser muy real y entonces creo que es divertido y es entretenido usar la metáfora aun cuando a veces no nos hace reír a las dos sino cuando se vuelve un poco más pesada

Referencia 4 - Cobertura 2.31%

el espacio si ha cambiado mucho para mí y contigo se ha vuelto progresivamente más fácil usar la metáfora, como que al principio también por lo que yo venía de otro espacio en el que no se usaba tanto, para mí fue más difícil incorporarla acá, como que me resistía mucho porque creo que yo también entendía la terapia de otra manera, pero cuando la incorporé también se volvió más natural porque es más orgánico, creo que aun cuando yo sé que hay personas que no tienen como la misma relación desde la literatura y conozco personas que no escuchan música y para mí es extraño, eh, todos estamos rodeados de imágenes y de cosas que significan, entonces se vuelve más fluida para mí la conversación.

Referencia 5 - Cobertura 0.32%

la construcción de significados comunes?

C3: Ajá, ajá. Y el espacio para negociarlos también

Referencia 6 - Cobertura 1.61%

creo que parte de estar abierto a ser curioso sobre las imágenes que te describe otra persona, contribuye mucho, digamos que así no haya una relación directa con las imágenes o con el oficio, eh, interesarse por las palabras del otro es bien importante. A mí me interesan mucho las palabras, el uso del lenguaje me interesa mucho y la razón por la que llevamos ya casi dos años de terapia, es porque hay un compromiso sobre... o yo he percibido, un compromiso sobre el uso del lenguaje

Referencia 7 - Cobertura 0.23%

C3: Yo creo que es como la sensación, como la necesidad de cercanía.

Referencia 8 - Cobertura 2.58%

no me parece tan chévere un espacio que no sea entretenido, no necesariamente desde la diversión, o sea como que no creo que un terapeuta tenga la obligación o la responsabilidad de divertir a su paciente, jaja, pero creo que sí es un espacio que se va a volver cotidiano y como que la persona lo propicia y a mí me gusta... parte de como la comodidad o la soltura para indagarse, para la introspección, es no fingir que somos máquinas jaja, que no conectamos imágenes. Creo que eso pasa en muchos aspectos como de la relación “paciente-médico” en muchos contextos de la medicina Y, nosotros hablamos de muchas maneras, puede que haya muchas personas que no se comuniquen a través de metáforas, pero sí tienen su forma de hablar y todos pues usamos el lenguaje de maneras distintas.

Referencia 9 - Cobertura 2.40%

C3: ¡Ah!, es muy satisfactorio, jaja. Pero es satisfactorio porque tengo el espacio para ampliar las cosas que pienso. No creo que sea como una cosa necesariamente a celebrar, o sea no creo que yo tenga la necesidad de generar o articular ideas o imágenes que sean importantes, o sea, no me siento en la obligación de... Pero sí, si se siente bien porque indistintamente sí la metáfora logra comunicar lo que yo quiero o me esfuerzo por comunicar, estoy hablándote, estoy utilizando algo y por alguna razón llegué a esa imagen, por alguna razón llegué a esa palabra y así sea una cosa que... sea de descartar o sea de profundizar, es un ejercicio estimulante y yo creo que eso tiene muchísimo valor sobre todo por el tiempo.

Referencia 10 - Cobertura 0.87%

creo que para mí también es satisfactorio, o sea, de nuevo, vuelvo a la responsabilidad, no es mi responsabilidad hacer que mi terapia sea divertida para ti, pero es chévere cuando como que hay una percepción de que la conversación está siendo útil para las dos.

Referencia 11 - Cobertura 2.61%

es satisfactorio que algo de esto no se sienta rutinario, que no se sienta como “voy a leerte la historia médica y te voy a mandar un Dólex”, porque no es el lugar para eso, entre otras cosas, como que bueno ningún lugar debería ser pero este en especial. Yo creo que debe ser recíproco, en alguna medida, entonces, claro, la metáfora nos genera un puente en el que tú no tienes que decirme “claro, no, yo te entiendo porque yo también tengo un roomie súper desordenado” y no sé lo que sea “y también la boca le huele a cebolla” jajaja, pero yo puedo poner una metáfora alrededor de cómo me siento y así sea un roomie desordenado, o alguien que hayas conocido u otro paciente, hay un puente que genera aprendizaje para las dos. Entonces eso es satisfactorio pero también creo que es útil.

Referencia 12 - Cobertura 0.78%

yo no siento que sea posible una terapia sin involucrarlas... pero bueno, no sé, ya estoy generalizando un montón. Yo no veo viable una terapia sin un compromiso mutuo con la palabra del otro, porque lo que estamos haciendo es conversar,

Referencia 13 - Cobertura 3.13%

como este compromiso es un acuerdo entre las dos partes de atender al otro, indistintamente de si estamos entendiendo, de si estamos empatizando, de si estamos enojados o si algo. Es sentarse y tomarse el momento de atender a lo que el otro me está diciendo y es un acuerdo, es un acuerdo mutuo, o sea, yo atiando tus palabras, tú atiendes a las mías y por eso yo digo como que yo siento que no es viable una terapia de otra manera, porque si yo me siento a contarte muchas cosas con metáforas o no, y no estás atendiendo a mis palabras, no es posible que yo pase de lo que estoy diciendo, o sea, para mí no... Por eso la burocracia no funciona, porque no hay una atención real a lo que se está haciendo, sino simplemente es como una acumulación de palabras en automático que podríamos llevar dos años y yo te podría estar diciendo exactamente lo mismo y podríamos seguir ahí toda la vida. Pero hay un avance y hay un progreso porque hay atención.

Referencia 1 - Cobertura 2.59%

Yo lo veo como una charla como más tranquila porque me estoy pudiendo expresar y no lo estoy viendo como tan terapéutico, como tan, cómo decirlo, como tan técnico, sino no, es como una charla como más amena es algo como más dinámico, algo como diferente. Yo me ponía a pensar, o sea, si fuera una terapia normal, bueno, no, no, yo sé que eso generaría como más estrés, más, como más, ¿y ahorita qué voy a decir en mis palabras? Entonces, eso genera como una charla más tranquila, como más amigable porque veo que me entienden, con diferencia en hacerlo como más técnico.

Referencia 2 - Cobertura 1.74%

¿cómo sería ese espacio cuando no incluimos metáforas? ¿Cómo te lo imaginas?

C4: Como bueno, sentarme frente a una terapia, pero totalmente diferente, como con digámoslo así, como con protocolos. Bueno, “dígame cómo se siente hoy”, “no, me siento triste”, “ah, bueno, entonces hagamos esto”, Sí, pero entonces “me siento triste”, sería como diferente con... No sé cómo explicarlo

Referencia 3 - Cobertura 1.01%

C4: Digamos como cuando yo canalizo, eh, una vena. Entonces... Bueno, señor, le cojo la venita y ya, eso es como un procedimiento, como algo técnico, como algo ya escrito, como algo que se debe hacer de esta y esta forma.

Referencia 4 - Cobertura 1.90%

C4: Exacto. Digamos como que está escrito tal cual, entonces no me generaría como ese ambiente tranquilo, es que estoy expresando como mis sentimientos. Un día me dijiste “este es tu lugar seguro”, cuando yo trataba de, “bueno, hoy voy a estar bien, hoy voy a estar bien”, cuando tú me dijiste “Este es tu lugar seguro”, yo dije claro, o sea, si no me puedo expresar aquí, entonces dónde, no tengo ningún otro espacio.

Referencia 5 - Cobertura 0.19%

me voy más tranquila, me voy más relajada,

Referencia 6 - Cobertura 0.72%

Yo pienso que si las terapias fueran así, literal, yo ya no volvería jaja, porque no me entenderían, entonces yo diría, no, pero no entienden lo que yo siento.

Referencia 7 - Cobertura 0.56%

si yo te dijera eso lo del bus, y tu “bueno sigamos”, yo diría no, no me estás entendiendo porque... como que avalas mi idea

Referencia 8 - Cobertura 2.95%

cuando te empecé a decir “estoy guardando como mi tristeza debajo del tapete”, me gustó mucho fue eso, como que empezaras como a indagar, “bueno que más hay ahí, que más estás guardando ahí”, entonces yo te decía, estoy guardando el dolor, estoy guardando la ira, estoy guardando toda la rabia que siento por esta situación, mi cambio de vida, todo eso lo estoy guardando, entonces pienso que no se perdió la idea por todo lo que me indagabas y me decías, “bueno, ¿qué más estás guardando?” y yo te decía “el dolor”, entonces eso que me empezaste a preguntar pienso que fue muy importante que no se perdiera mi idea, ni lo que yo trataba de decirte

Referencia 9 - Cobertura 3.86%

C4: Yo creo que a medida de todo este proceso ha sido muy, muy, muy importante la forma en que yo me he expresado a través de las metáforas, porque no lo podría hacer de otra manera. Digamos, si no las hubiera utilizado, no sé cómo expresarme, que fuera algo literal, con diferencia de utilizar las metáforas, digamos cuando me decías lo de las porristas y yo te decía “tengo muchas porristas” y tú me decías “¡ay eso es buena idea!”. Entonces yo iba viendo y yo dije “bueno es válido expresarme de esa forma” y que no me tildan como “no, ésta, ¿quién sabe en qué mundo vivirá para hablar de esa forma?”, eso me gustó mucho cuando me dijiste, y todavía veo, hasta hoy me lo recuerdas, lo de las porristas y me decías me acuerdo lo de las porristas, entonces cada metáfora que yo he utilizado tú la recuerdas totalmente o sea no la has dejado pasar

Referencia 10 - Cobertura 0.42%

veo que así ha sido más fácil expresarme porque a ti te han quedado como grabadas esas cosas

Referencia 1 - Cobertura 0.14%

Entonces dije, no, aquí hay que cambiar el modo de lenguaje, porque si no, no vamos a conectar

Referencia 2 - Cobertura 0.19%

darle posibilidad que ella conecte y, pero también poner lo que estoy sintiendo ahí y sin yo ser el que dirige la conversación

Referencia 3 - Cobertura 0.57%

es una mamá, que tiene sus 3 hijas y bueno, como que ahí estamos hablando también de los lugares de libertad, tanto de sus hijas como de ella, y una metáfora que le sonó mucho por el tema de abrir sus alas, entonces ella siempre usa, vuelve a lo de las alas, entonces dice es que mis alitas hoy estás muy magulladas, o siento que todavía no saben volar, o claro que quiero volar muy alto

Referencia 4 - Cobertura 0.46%

con ella misma también algún día le compartimos un cuento de un elefante encadenado, que claro que siempre creció encadenado y no podía conocer más que eso y no sabe, no como el tema de la libertad y siempre ella misma lo trae de regreso es como hoy estoy como el elefantito encadenado entonces eso es súper útil,

Referencia 5 - Cobertura 0.36%

hicimos también la metáfora del proceso de terapia, como, así como tú estás boceteando y puedes borrar y volver y se va construyendo, pues la terapia también es un proceso. Entonces estamos boceteando y vamos a seguir construyendo esa historia

Referencias 6-7 - Cobertura 0.26%

Yo pienso en un ehheh, en un concepto que me gusta, que propone como un autor que se llama momentos de referencia común, en donde uno como que se encuentra, sí, con la otra persona

Referencias 8-9 - Cobertura 0.28%

para eso se usan los momentos de referencia común, para seguir caminando en relación, para seguir estando en esa relación, estando de una forma que nos permita llegar, como ir a otro lugar.

Referencia 10 - Cobertura 0.03%

la vuelven divertida

Referencia 11 - Cobertura 0.31%

es emocionante ese uso de la metáfora, ehheh, no sé si siempre divertida, pero pues ehheh, como encontrar ese momento, esa chispa, es, es alegre, y entonces como que, motiva a seguir, como que la invita a fluir

Referencias 12-13 - Cobertura 0.14%

me parece que se genera una sensación de complicidad muy bella entre los consultantes y uno,

Referencia 14 - Cobertura 0.22%

me parece también que estas metáforas como que comienzan a configurar un lenguaje compartido que es propio de este espacio tan íntimo de la terapia

Referencia 15 - Cobertura 0.25%

siento que me conecto mucho con ese momento común, donde a través de esa figura nos encontramos los dos con esa imagen común y la utilizamos en beneficio de la conversación

Referencia 16 - Cobertura 0.44%

poner el marco de referencia o cambiarlo con la metáfora desde lo más técnico y desde la metáfora desde este aspecto es como que los dos estamos escuchando o proponemos en un momento una misma canción para ver qué, qué podemos bailar ahí con ese momento, esa canción común, que es como ese momento

Referencias 17-18 - Cobertura 0.19%

La metáfora al generar esa complicidad pasa algo muy bacano y es que cambia la concepción de lo que venimos a hacer a terapia

Referencia 19 - Cobertura 0.42%

cuando aparece la metáfora, ya es como un pensar juntos la vida, ya es como un “ahhh, ok, ya entiendo yo a qué vine acá, no vine a que diagnostiquemos, sino que vine a hacerme entender, a escucharme a mí mismo, a ver qué hacemos con esto, a ver yo cómo lo sentiría, a probar cosas”

Referencias 20-21 - Cobertura 0.04%

permite que uno se conecte

Referencia 22 - Cobertura 0.24%

ayuda a aterrizar también, ayuda a conectar, como a crear otros tipos de conexiones, a construir otros lenguajes, porque pues así a veces también hace más sentido.

Referencia 23 - Cobertura 0.70%

la construcción trato que sea desde el lenguaje y que haga sentido a la persona y no por ahí algo que a mí se me ocurrió de la nada, sino que pronto ella lo trae y entonces yo luego lo puedo amplificar o si yo lo traigo, sí que trato mucho decir “¿esto sí te hace sentido?” como... y hay veces que es como “no es más bien otra cosa” o muchas veces, u otras veces es como “claro, es ahí”, entonces ahí podemos entrar. Pero sí trato como de amplificarlo, lo que dice la persona

Referencias 24-25 - Cobertura 0.30%

la metáfora, o traerla cada tanto, eh, pero si yo la pongo, sí ser súper cuidadosa de asegurarme que no sólo ponerla por ponerla, porque a mí me hizo sentido, sino porque sí le funciona a la persona.

Referencia 26 - Cobertura 0.05%

hay unas que me generan jovialidad

Referencia 27 - Cobertura 0.13%

y empezamos con una complicidad porque ella sabía que había autorreferencia en el cuento,

Referencia 28 - Cobertura 0.97%

las metáforas que yo he atestiguado en el espacio terapéutico provienen es de los consultantes, entonces yo creo que ahí el rol que he procurado adoptar es el de ser un recipiente de esas metáforas para legitimarlas, un resonador. Eh, porque yo creo que si no hay alguien que las escuche se pueden perder o se pueden difuminar, entonces yo creo que me gusta hacer, es como ok, prestarles mi oído, reforzarlas, legitimarlas, validarlas, ramificarlas para que se enraícen más, y eh, esa es la manera en la que me gusta estar presente para ellos en la construcción de las metáforas que ellos me regalan, porque es casi que un obsequio de ellos al encuentro.

Referencia 29 - Cobertura 0.19%

uno con la metáfora puede hacer sentir al consultante, y es mi experiencia, comprendido en una metáfora que confirma una escucha

Referencias 30-31 - Cobertura 0.68%

hay también un momento de conexión muy profunda de sentirme comprendido por el terapeuta que me está escuchando. Entonces, yo pensaba también como un recurso para mí, no tanto como una dificultad en la conversación, pero que se hace una experiencia de, del reconocimiento del otro, lo veo como en esa construcción de mi estilo, como yo tengo esa llavecita, esa metáfora que de pronto no la tengo ya pero que la puedo traer para que el consultante se conecte.

Referencia 32 - Cobertura 0.24%

creo que lo veo ahí desde mi estilo terapéutico como una herramienta que me ayuda a conectar y que sé que la utilizo y que quizás tengo habilidades para ponerlas.

Referencia 33 - Cobertura 0.20%

yo creo que ellos se sienten entendidos, escuchados también, ¿no? porque uno se coge de eso, lo resalta entonces no pasa desapercibido

Referencia 34 - Cobertura 0.47%

la metáfora la pone el otro, pero recordé que con el del contrato, el siguiente semestre, hablamos del contrato tres sesiones, y el siguiente semestre trajo lo del contrato como “y mira que estaba pensando y empecé a acordarme del contrato”, “el contrato, el contrato...aaah, resonó, pero resonó ahora, no resonó antes”

Referencia 35 - Cobertura 0.12%

cuando aparece la metáfora, empieza a permitir interactuar más directamente con eso

Referencias 36-37 - Cobertura 1.06%

me ha recordado una metáfora, de hecho que tiene Heidegger sobre el lenguaje, él dice “el lenguaje es la casa del ser”, y yo a partir de lo que hemos conversado, estoy imaginándome la metáfora como una de las habitaciones de esa casa del ser que es el lenguaje, y no como una habitación cualquiera sino una habitación en la que da gusto estar, me la imagino como una sala de juegos, como una biblioteca chévere, con pinceles, con mapas, con libros bonitos, con microscopios... no sé... pues creo que las movilizaciones que suscita la metáfora en el espacio terapéutico tienen que ver con esto: alimentar nuestra curiosidad, con permitirnos comprender más, con permitirnos conectar con los otros, en fin, entonces eso sería.

Anexo F. Matriz de codificación de referencias

Participante	Desafíos conversacionales					Uso terapéutico de metáforas			Experiencias del sistema terapéutico	
	Dificultades para distanciarse de lenguaje técnico	Dificultades para generar reflexividad	Estancamiento	Juicios socioculturales	Emergente - Dificultad para generar conexión emocional	Emergente - Dificultades en la expresión y comprensión del mensaje	Expresar y comprender	Nuevas posibilidades	Alianza terapéutica	Amplificación y recuperación de agencia
1 : C1	0	0	0	0	0	3	14	3	10	0
2 : C2	0	0	0	0	0	2	8	5	7	3
3 : C3	0	0	0	0	0	5	12	4	13	1
4 : C4	0	0	0	0	1	7	17	8	10	0
5 : TB	1	0	0	0	1	1	6	1	6	0
6 : TC	0	0	2	0	1	1	9	3	0	0
7 : TD	0	1	1	0	0	0	1	4	4	0
8 : TE	1	0	1	0	0	0	5	5	3	2
9 : TG	3	2	2	1	3	2	14	12	6	2
10 : TH	1	1	0	0	1	2	15	10	10	4
Total	6	4	6	1	7	23	101	55	69	12
%	13%	9%	13%	2%	15%	49%	65%	35%	85%	15%

Anexo G. Transcripción entrevista semiestructurada C1

I2: Primero, quisiera agradecerte por tu participación y pues básicamente este va a ser un espacio guiado por algunas preguntas de mi parte en este caso como investigadora, entonces este espacio es llamado “avivando los recuerdos”, en donde vamos a hacer como un recuento de todo el proceso que hemos tenido enfocando algunos puntos centrales donde nos ha acompañado la metáfora. Bueno este espacio de la investigación tiene como finalidad ir dando respuesta a cada objetivo de la investigación, frente a como conecta la metáfora con algunos momentos que se vuelven difíciles en la conversación donde no es tan fácil poner en palabras ciertas cosas, el impacto de la metáfora sobre que tanto ha permitido movilizar o no, o que fluya el proceso, y bueno en esta primera parte, frente a estas primeras preguntas que voy a hacer el objetivo está puesto en entender la influencia del uso de la metáfora en la resolución de esos conflictos conversacionales que es un poco lo que te decía que es eso que uff a veces cuesta dentro de la terapia, listo?.

C1: Asiente con la cabeza

I2: Entonces como primera pregunta te quisiera preguntar sobre ¿Cuáles son esas dificultades que de pronto has notado al conversar conmigo y que han podido ser resueltas a partir de la metáfora?

C1: Creo que principalmente, hay emociones, hay situaciones, que son muy difíciles de nombrar, que en tu cabeza es clara, pero a la hora de expresarlo hay mucha carga personal para poderlo hacer entender, entonces la metáfora ha dado ese punto de relacionarlo con algo que puede ser del común para que lo puedas comprender como lo sentí, como lo vi y como lo veo reflejado en ese lugar, entonces esa metáfora permite movilizar esos sentimientos y ponerle nombre a esas cosas que son muy difíciles de nombrar a partir de algo que puede ser de común entendimiento.

I2: Okey, o sea como que esas dificultades al momento en que has conversado conmigo, han sido puntualmente emociones o situaciones que tienen como bastante carga, ¿cierto?

C1: Asiente con la cabeza

I2: Y estas situaciones o emociones una vez se aborda la metáfora se ha permitido que fluya distinto, o ¿cómo es ahí?

C1: Creo que al ponerle un punto de referencia hace que tú empieces a hilar a partir de ese punto de referencia, ejemplo lo de la voz, que incluso lo tratamos antes como el estanque, ¿no?, cuando esa agua está muy perturbada y no puedes ver claramente, pero como que ese no, no funcionaba tan bien, entonces está esa posibilidad de decir si está si es la situación o no, no es, pero se parece más a esta (otra metáfora), es como que da un punto de partida para que estemos entendiendo de que estamos hablando.

I2: Y entonces en ese momento, en ese punto de partida de entender que estamos hablando sientes que ha habido quizá alguna conexión en ese momento cuando lo pones en esa metáfora.

C1: Si, es como ya lo entiendo como a partir de eso, y no es que se quede como estática la metáfora, sino que se va alimentando de cosas y se van asociando, entonces es como estos botones, pero después como es como esta emisora y que puedo escuchar otras emisoras, entonces es como que es una metáfora que se va alimentando constantemente y que incluso nos ha pasado que retomamos nuevamente porque ya es un punto de acuerdo que ya manejamos, entonces eso permite que se siga reutilizando y se complementa.

I2: Eso me lleva a la segunda pregunta que, si bien has mencionado algunos aspectos, es ¿Cómo el uso de la metáfora ha facilitado la conversación con tu terapeuta? Entiendo que en un punto mencionas el tema de conectar, como de esas claridades que de pronto ya están dentro de nuestra conversación y que si llega otra persona pues de pronto va a estar como ¿Qué es esto?, entonces

como que ya se ha abordado lo suficiente una metáfora para tener una claridad conjunta y el tema de ir la alimentando, ¿Qué otros puntos de pronto dirías como ese uso de la metáfora ha facilitado?

C1: Creo que se convierte la metáfora en un código que permite transmitir información de manera más clara, entonces se vuelve un mensaje mucho más claro en términos de que se está retroalimentando todo el tiempo, y que se puede volver a ella y es entendible del porque la estoy usando

I2: Ahora, me gustaría que si bien hemos puesto como cosas interesantes sobre el tema de hay unas dificultades en la conversación esto se llega a generar como esa fluidez diferente y que va a permitir conectar entre nuestras conversaciones, me gustaría saber ¿cuáles de esas metáforas han influido en la manera en que se dan las conversaciones entre nosotras? Un poco mencionabas la de la voz...

C1: Creo que esa ha sido muy marcada, ahorita que estamos trabajando en la maleta pues se vuelve significativa en como la veo, ¿no? por ejemplo, hablar hoy de bueno ni la veo como negativa ni como positiva sino como algo necesario, entonces creo que la maleta va a ser y es un punto que va a estar alimentándose mucho en esos términos. El del estanque, como que fue parte de uno de los objetivos de poderme ver a mi misma y el estanque ha sido significativo en entenderlo como un espacio que se transforma y que tiene transformaciones también no solo por ser si mismo sino por el entorno que esta alrededor de él, entonces yo creo que con esas 3, creo que sin darnos cuenta en los semestres que hemos ido trabajando, como que se da una central que se va alimentando y no es como que termine ahí y luego puede retomar, pero como que hay una que se vuelve central en el semestre.

I2: Esa que mencionas que se vuelve central dentro del semestre ¿Cual podrías visualizar en los 3 semestres que hemos estado?

C1: Creo que en las primeras estaba como la metáfora del estanque, es que no recuerdo si fue primero o segundo, pero creo que es la que más referencio, en el segundo el tema de la voz y del radio, creo que fue punto central que trabajamos mucho como mi voz en esos espacios donde yo tránsito y en este se está trabajando mucho el tema de la maleta ¿no? Como esos elementos que hacen parte y que yo considero que a veces cargo y en este momento más pensarlo como que hacen parte de mí y que hay unos que se han transformado y demás.

I2: A mí me hace pensar también en un tema de también hay otras que van surgiendo de pronto que fueron un poco más pequeñas que acompañaron de pronto esta metáfora de la voz, o del estanque o la maleta y que fueron también pertinentes en su momento pero que digamos que le han dado fuerza a la metáfora principal, como lo mencionas, y esto lo conecto con el del banco cuando hablamos de la predisposición y demás para los otros espacios, creo que este también nos da lugar a esa voz como a ese lugar que tenemos, o como el de cavar y cavar, que a veces nos quedamos pensando en eso, me hace sentido con el del estanque por ejemplo y ahorita uff creo que ahorita de pronto tengo más clara el de la maleta pero me ayuda también a pensar en ese lugar que también hemos puesto en ese ejercicio del espejo de este lugar de reconocer con que nos movemos diariamente. Entonces siento que, si bien ha habido otras metáforas que han salido a lo largo del proceso como que han alimentado estos puntos centrales, entonces me parece muy chévere que lo pones desde este lugar....

C1: Siento que como que encontrar la correcta la primera vez es difícil, entonces como que van hacia el mismo lado, pero hay una como que esta si describe esa emoción, ese sentimiento, ese tipo de cosas, entonces como que se siente eso, que están alimentándola, entonces como un poco

en la búsqueda de esa mejor manera de explicar ese sentimiento, eso que quiero que me entiendas, es como que ha sido esa búsqueda ¿no? Entonces puede pasar que pones la metáfora mira es como esto, no, no es como eso, pero tiene este elemento que puede que si este respondiendo a eso que quiero transmitir, o que describo y luego como uff, por ejemplo, con la maleta, que describí pero uff no necesariamente es algo que estorbe entonces como que incluso creo que si no lo dije y lo pensé, fue el de lo escogí en esta maleta de manos libres porque es algo que llevas cómodamente pero en ciertas situaciones se puede volver muy incómoda, entonces como que las metáforas se van alimentando, y no es directamente llegue a esta y esta me da todo el contexto, sino que necesita a veces de otras muy similares que se van alimentando

I2: Puntualmente como lo podrías poner, como ¿Qué metáforas de pronto la alimentan, pero no llegan a ser completas?

C1: Por ejemplo, lo del espejo, era como bueno ese tema de reflejarme en él no es tan claro, porque un espejo siempre es muy nítido, entonces bueno un estanque puede que llegue momentos en que este turbio, entonces bueno el estanque describe mucho mejor ese tipo de sentimiento que quiero expresar o ese sentir que tengo alrededor de mi autopercepción, entonces como que se van así dando de tiene este elemento del reflejo, pero no está completa la imagen, entonces vamos a alimentarla que este un poco más completo.

I2: Vale, muchas gracias, creo que me queda ahora más claro como lo ves a la luz de tu proceso. En este momento abordaremos el tercer el objetivo de la investigación que es conocer la experiencia en relación con el uso de la metáfora en el contexto de terapia. Entonces es un poco más desde tú lugar como lo vas viendo, y si bien me has mencionado un poquito que metáforas se han usado en el espacio terapéutico como que puedas recordar y que hayan sido relevantes para tu proceso si quisiera como si pudiéramos sacar todas las metáforas que hemos mencionado

durante todo este tiempo, ¿Cuáles han sido relevantes para ti, además de las que ya me has mencionado?

C1: Creo que la del hoyo y que seguía haciendo ahí, bueno creo que estas como últimas se dieron después de un espacio de un ejercicio más de concentración, respiración y demás que si o si se volvía muy visual y creo que tiene que ver mucho con esa semiótica que hay detrás de verlo, entonces el hoyo era como algo que siempre había tenido presente, como oye siento como que a veces me quedo en este espacio y se vuelve como circular pero está esta pared que no me deja ver más allá, entonces como ese tipo de.. Esa es muy significativa porque recogía mucho como me sentía y fue como ya puedo verla con una imagen mucho más clara y poderla transmitir. La del banco creo que fue muy significativa en ese momento de no puedo esperar que todo el mundo reaccione como yo quiero que reaccione y que hay cosas que puedo poner, pero no significativamente es lo mismo para los demás, y que se vuelve en el dialogo con otros, creo que hay otras metáforas que son más pequeñas que no se vuelven trascendentales en términos de alimentar, sino como es para poder ilustrar ese momento en específico y sé que las usamos mucho pero puntualmente esta no recuerdo, creo que todo ha sido alrededor de objetos pero terminan siendo paisajes completos, porque empiezan a intervenir otros factores dentro de eso, por ejemplo lo del estanque, pero que pasa si cae una hoja, que pasa si el agua esta turbia ese día, entonces como que comienzan a agregársele elementos que son muy característicos de esa metáfora.

I2: Ahorita que mencionaste la del hoyo, me acordé de otra, que era la del nudo...

C1: Ujummm Asiente con la cabeza

I2: Ese nudo que se va haciendo cuando pensamos y estamos alrededor de ese nudo pero que pasa cuando empezamos a buscar soluciones, vías alternas como que ahí se va deshaciendo,

entonces justamente como que uyyy, esa salió en el momento fue relevante claramente, no se volvió a tocar, pero quizá ya debe estar transformada en otras como en el estanque.

C1: Entonces sí, siento como que hay muchas pequeñitas que hay unas que fueron solamente para ilustrar algo puntual, pero otras que terminan alimentando la principal por llamarla de alguna manera

I2: La siguiente pregunta es ¿Crees que tu terapeuta ha colaborado en la construcción o ampliación de las metáforas que se han construido en el espacio terapéutico? Si es así ¿Como lo ha logrado?

C1: Creo que ahí... O sea no todas las metáforas es yo diciendo creo que se asemeja a esto, sino que han sido también de según lo que me estas contando esto me hace pensar en esta metáfora, por ejemplo lo del banco, yo nunca lo hubiera pensado en términos del banco, entonces hay metáforas que propones y que a partir de ellas pues se va construyendo o terminan descartadas, creo que tiene ver mucho como realmente describe esa situación puntual, entonces siento que el tema de alimentarlas ha sido un constante por ambas partes, entonces como que lo del radio, recuerdo que fue tuya, bueno como este radio y bueno yo le agrego el tema de que hay otras emisoras, entonces ha sido como un dialogo y un intercambio que se va construyendo y que hay unas que son propuestas y otras que no, no mira no es tanto como eso sino es como esta otra cosa.

I2: Ahorita que mencionas este constante de alimentarlas ambas, ¿Que te permite a ti sentir esto? Cuando empezamos a construirla juntas ¿Que pasa para ti?

C1: Siento mucho como no es único, es entendible, creo que eso tiene la metáfora que te da la posibilidad de entenderlo como puedo transmitir este mensaje y que sea claro y eso de sentirte validado en términos de no soy la única que le pasa, entonces la metáfora permite eso, como dar

ese espacio, ese punto de partida donde es normal y puede pasar esta situación y hay muchas cosas que pueden intervenir, pero puede haber un punto en común que hace parte de esa metáfora.

I2: Bueno aquí voy a adelantarme a una pregunta, porque justamente siento que surge y es necesario abordarla ahora y es ¿qué logras ver en ti cuando las metáforas son incluidas en la conversación? Tanto de tu parte como de la mía

C1: Creo que pienso mucho el tema de confianza, como que permite que se den conversaciones que incluso no estaba pensando dar en ese momento, entonces como explorar más abiertamente otros espacios, porque hay esa conexión de poderlo entender, entonces creo que da esas posibilidades de explorar más temas, de ser mucho más abierto en el espacio de terapia

I2: Que lindo, ahora si quisiera retomar las otras preguntas y es ¿Qué crees que genera el uso de la metáfora en el espacio terapéutico? Como en el espacio terapéutico

C1: Creo que es como un clic, de ahh listo es esto entonces vamos a empezar y da esa apertura para poder hablar mucho más porque es como un clic, como ahh ya estamos hablando el mismo lenguaje entonces ya que me entendiste te puedo contar que esto y esto esta alrededor de esta situación que tratamos de ponerlo en metáfora para hacerlo mucho más sencillo y sea un punto de encuentro de ambas estamos entendiendo de que estamos hablando

I2: o sea como que es un momento en que podemos estar en sincronía un poco.

C1: Si

I2: La siguiente pregunta es ¿La metáfora ha traído beneficios o ha sido útil para ti o para tu terapeuta en el espacio de terapia?

C1: Creo que incluso en este momento lo podemos ver, que a partir de ella estamos trabajando otras cosas que no habíamos explorado, se dan gracias a la metáfora y que incluso no solamente

se vuelven cosas de herramientas que se usan solamente en el espacio de terapia, sino que terminan pues siendo parte del día a día. Entonces como cuando estoy pensando en las preguntas, entonces es bueno entonces esto como alimenta la metáfora sin que sea necesariamente ese el objetivo, sino que la pregunta fue tal y entonces quiero que me entienda entonces la voy a asociar con esta metáfora que hemos ido trabajando porque nos permite hablar el mismo idioma, entonces como que ha sido alrededor de eso, se vuelve en parte como codifico lo normal en mis conversaciones con otros sin que necesariamente diga es la metáfora... (risas)

I2: ¿Que otros beneficios o utilidades le has visto a esta metáfora dentro del espacio terapéutico?

C1: Creo que la principal es sentir que me estas entendiendo, como si es a eso a lo que me quiero referir cuando es muy difícil ponerle nombre a cosas que no he terminado de procesar o que son cosas que son difíciles de nombrar porque son abrumadoras, entonces nacen a partir de algo que no sé explicar, que no sé ponerle nombre y que a partir de esta metáfora es como ahh ya lo entiendo mejor y empiezo a alimentarla como entiendo la metáfora que hay alrededor de esa figura que estamos poniendo

I2: Y por último, quisiera preguntarte ¿Que logras ver en tu terapeuta cuando las metáforas son incluidas en la conversación terapéutica?

C1: Creo que principalmente, esa comprensión, como ese clic, vuelvo al tema del clic, esa comprensión de lo que esta alrededor de esa situación que es difícil nombrar entonces es como que permite también que empieces a darme herramientas o que nos permitamos explorar otras herramientas que en ese momento no estaban o no se veían porque no se comprendía bien la situación o porque había elementos de la situación que no eran tan claras.

I2: Cuando mencionas esto de otros elementos de la situación que no eran tan claras ¿A qué te refieres?

C1: Como que te estaba tratando de explicar una situación y no terminabas de armar el rompecabezas en la cabeza, entonces como que una vez se usa la metáfora es como okey, la pieza que faltaba para poder dar un punto de partida que podemos hacer o como lo manejamos esa es la metáfora, eso completa la imagen de lo que te quiero transmitir

I2: Y eso a nivel de la conversación y del proceso terapéutico ¿cómo lo verías? Como algo favorable o no

C1: Creo que es favorable porque permite centrar mucho más la atención en eso que se quiere explorar por ejemplo, algo que se me dificulte comunicar pues la metáfora ayuda a que sea más claro para mí, o sea como terapeuta como que es esa que da el clic para la imagen, pero que veo que en el espacio para ti como se hace mucho más clara empiezan a trabajarse y explorarse herramientas alrededor de ella de posibles formas de cómo puedo hacer que esto sea diferente y de transformación, una vez uno comprende la imagen como bueno ya tengo la imagen clara que puedo hacer a partir de esto

I2: Okey, listo, no sé si quieras agregar alguna otra cosita adicional, pues después de todas estas preguntas (risas), antes de finalizar

C1: No creo que lo resumiría como la metáfora ha sido esa pieza que ha dado espacio a comprender y a manejar un mismo lenguaje y que eso permite que haya un intercambio de información mucho más sencilla, y que explicar las cosas sea más sencillas, como bueno no sé cómo nombrar esto, incluso cuando hay preguntas no sé nombrar esto, quizá si lo pongo en una imagen va a ser mucho más sencillo de transmitir y que sea comprensible y de porque esto es relevante para mi ¿no? Entonces como que esa asociación con cosas termina siendo relevante porque parten de algo que es referente y por eso quizás algunas metáforas no han trascendido es

porque no son tan referente en lo que yo estoy comprendiendo, en lo que estoy entendiendo en este momento, entonces por eso como que alimentan, pero no se vuelven la principal.

I2: Listo C1, muchísimas gracias por tu colaboración creo que es bastante enriquecedora esta entrevista que hemos tenido porque creo que da varias luces respecto a que te ha permitido también a ti alrededor de la metáfora como consultante, que te permite a ti sentir, que te permite visualizar en el espacio conmigo y también que permite esta metáfora dentro de la conversación, si lo ha permitido o no, entonces bueno muchísimas gracias por todo tu aporte en este espacio.

C1: Vale.

Anexo H. Transcripción entrevista semiestructurada C2

I2: Bueno, como primera medida quisiera agradecerte por tu participación por tu interés en nuestra investigación también y por acompañarnos en esa entrevista semiestructurada que, pues vamos a llevar a cabo, como te dijo mi compañera, siéntete libre en cualquier momento si decides como decir no esto no es relevante, esto a mí no me ha aportado nada, o sea, es completamente abierto, no tiene ninguna implicación, no tiene nada malo, ni ninguna repercusión en el proceso terapéutico es completamente esto aparte y a su vez estas libre de también de toda elección de decir como no quiero continuar. Entonces como primer momento, pues, quisiera comentarte que este espacio es llamado “avivando los recuerdos”, en donde vamos a hacer como un recuento de todo el proceso que hemos tenido enfocando algunos puntos centrales donde nos ha acompañado la metáfora a lo largo de nuestro proceso. Bueno este espacio de la investigación tiene como finalidad ir dando respuesta a cada objetivo de la investigación, ¿No sé si hasta aquí tienes alguna pregunta, alguna duda, algún comentario?

C2: No, todo claro.

I2: Bueno, en esta primera parte, frente a estas primeras preguntas que voy a hacer el objetivo está puesto en entender la influencia del uso de la metáfora en la resolución de esos conflictos conversacionales que es un poco lo que te decía que es eso a veces cuesta dentro de la terapia, ¿listo?

C2: Si

I2: Y la primera pregunta que quisiera hacerte es ¿Cuáles son las dificultades que has notado al conversar conmigo como terapeuta que han podido ser resueltas a partir de la metáfora?

C2: De pronto hay emociones o situaciones que son difíciles de expresar, como el hecho de que una persona se va en un momento y vuelve después o que se va y sigue su vida, entonces uno tiene que continuar un camino lo tomó ahí como con lo del carro, y situaciones así más difíciles digamos... ¿Yo puedo hablar aquí de lo que pasa también en terapia?

I2: Pues lo que vamos a tomar son los puntos centrales y a su vez yo, pues como que cuido esa esa privacidad de tu información.

C2: Vale, digamos con la experiencia de mi pasado cuando era niño, digamos que me decías como los ejercicios de meditación y metáfora, y ahí me trasladaba al árbol y al lago y al bosque, entonces eso hacía que yo pudiera expresar eso más fácilmente eso que verbalizarlo es muy complicado.

I2: ¿Y eso cómo lo pondrías? ¿Cómo sería ese esa dificultad? ¿Cuál sería esa dificultad ahí?

C2: De ver como uno no encuentra como las palabras, y, así como que si uno las tuviera es difícil, entonces hay que aterrizarlo como a algo que uno conozca, pero que uno pueda acercarse más esa experiencia.

I2: Y entonces en ese momento ese “algo que uno conozca” sería la metáfora

C2: Sí, algo que pueda aterrizar o que pueda ir encontrando

I2: Y entonces al aterrizarlo en esa metáfora, ¿te permite fluir un poquito más en eso que es difícil poner? ¿Estoy entendiendo bien? En eso emocional, hablarlo

C2: Si me permite verlo desde otra perspectiva, es raro, pero es ver la situación, pero desde otro punto

I2: Y ¿Cuál sería ese otro punto?

C2: Algo más calmado, menos tenso, más fácil de expresarlo.

I2: Que interesante, ahora la siguiente pregunta es, ¿Cómo el uso de las metáforas ha facilitado la conversación con tu terapeuta?

C2: Lo ha facilitado en la forma en que hay situaciones difíciles y esas metáforas ayudan como a expresar mejor lo que uno está viviendo en ese momento. Entonces, si me siento frustrado, si siento que no estoy avanzando como que la metáfora ayuda como a expresarme mejor, cosas que de pronto con palabras no hubiera podido decirlo, incluso no como que la metáfora ayuda a uno a comprender mejor las cosas. Como que tal vez como tal como, pero como se siente y uno, no, pues yo me siento así, pero pues decirlo, cómo exteriorizarlo es difícil.

I2: O sea que esto que dices, ¿lo atribuyes más a las emociones?

C2: Sí, porque hay muchas situaciones o detalles que uno dice como no, no en relevantes, pero después de digamos la metáfora del velo negro, el carro, el lago, como todo eso, como que a uno le va dando herramientas para ir siguiendo y a reconocer como baches, huecos que me dice como bueno, por ahí no es el camino y si caigo, pues ya sé cómo identificarlo después, es como si para aclarar más las problemáticas que uno está viviendo.

I2: Y eso me hace pensar también en que estas metáforas a veces tienen como detalles que nos ayudan a profundizar tipo en el del carro que mencionas entonces pensar y ¿cómo está ese carro? Está bien, en buenas condiciones o no lo está, es de qué color, es grande pequeño como que me

hace pensar en otros detalles que de pronto al momento de entrar a una situación muy directa, pues es más difícil, y que de pronto en esta metáfora podemos entrar en esos detalles y en esas finuras que de pronto nos ayudan para el proceso.

C2: Sí, o sea es como algo no más imaginativo, sino como una construcción en la terapia lo tomo como una parte de una base.

I2: ¿Cómo es eso?

C2: Yo vengo acá porque tengo un problema, una situación que no sé cómo manejarla, y la metáfora me da como muchas herramientas o me da como... Bueno, pues, es que esta situación yo la controlo hasta acá, o esta situación comprende de esto, esto y esto. Entonces yo digo bueno. Ya sé qué es lo que no controlo, que es lo que sí controlo. También me deja ver cómo muchos detalles que me lastimen o cosas que viví como no, pues no merezco esto.

I2: Súper y eso me parece pues interesante porque entonces ha permitido movilizaciones en otros lugares dentro del proceso.

C2: Si

I2: Vale, la siguiente pregunta es, ¿Cuáles de esas metáforas han fluido de la manera en la que se han dado las conversaciones dentro del espacio de terapia? ¿Como que cuales resaltarías? De las que hemos hablado.

C2: La de la bicicleta con el palo, la del auto, la de la carretera, la del árbol, o sea donde estoy sentado en el árbol y donde estoy como sentado en la islita y está toda el agua, el trompo también. No recuerdo en este momento más, pero esas por ahora.

I2: Okey, no hay problema, si en algún momento recuerdas más, me lo puedes decir en cualquier momento.

C2: Las orcas

I2: Las orcas, uyy esa me parece muy relevante para el proceso. Listo, en el siguiente objetivo queremos conocer la experiencia en relación con el uso de la metáfora en el contexto de terapia, como más tu experiencia vale y en ese sentido, ¿Crees que tu terapeuta ha colaborado en la construcción o ampliación de estas metáforas que se han incluido en el espacio terapéutico?

C2: Si

I2: Si es así, ¿Cómo lo ha logrado?

C2: Con las tareas, o sea, digamos como yo traigo como no sé, me gustan los autos y no recuerdo cómo nació bien la metáfora de los autos, creo que yo lo lleve a la sesión si no estoy mal, y fue como que la terapeuta enlazo eso con lo que estábamos pasando entonces, como que le añadí más cosas, y la pintura del carro, que el carro en qué condiciones estaba, que si había un copiloto o pasajeros en un determinado momento de mi vida quien acompaña, y que después se iban yendo, que pues es así esos momentos, y las condiciones del carro que es cuando está haciendo drip, a veces debe frenar y acelerar, eso fue una construcción que la terapeuta hizo y las orcas con lo académico, como la del palo en la cicla, que era como seguir y no estancarse. La de sentarme en el lago, si es como una parte del velo negro pero que se levanta, y como que el agua comienza a fluir, entonces ya no solo la metáfora, sino también como un espacio de meditación, que eso me ha ayudado en otros aspectos, como que he lo traslado a otros lugares que es como si estoy muy nervioso, algo recuerdo de ese espacio, como que traslado el espacio a otros ámbitos.

I2: O sea que eso te ha ayudado en otros escenarios fuera del espacio de la terapia.

C2: Si.

I2 Okey, y en esto de la construcción o ampliación de esa metáfora que has traído o que de pronto yo he llegado a poner, dentro de la conversación ¿Cómo ha sido?

C2: Indagas más como bueno y esto como se puede complementar, como ves esto, esto como se une con lo que se va tratando en la terapia, entonces como que eso me lleva a ese punto y ese punto es lo que estamos hablando entonces la metáfora como que ayuda a anclar todo lo que se ha trabajado.

I2: ¿Qué crees que genera el uso de la metáfora dentro del espacio terapéutico?

C2: Como una conexión, que los dos estemos hablando como en una misma frecuencia.

I2: Okey, me encanta que lo mencionas en metáfora (risas).

C2: Y entonces yo puedo decir, no lo de la bicicleta con el palo, entonces ya entiendes que me estoy autosaboteando y que están haciendo cosas que no van conmigo, pero es que vuelve otra vez y digamos en el del carro, no sé si hay llanta de repuesto que es como estar ahí como salvavidas de la persona, entonces es como sin mencionar la situación que puede doler o puede incomodar, ya sabemos de qué es la situación.

I2: o sea como que también eso me hace pensar en si vamos como hacía un mismo lenguaje. En ese sentido. ¿Qué más crees que genera la metáfora dentro del espacio, además de una conexión del mismo lenguaje, una misma frecuencia? ¿Qué pasa en ti, por ejemplo? ¿Que sientes tú?

C2: Me hace como conectarme más con el proceso, o sea obvio todo lo que hemos dicho me ha conectado mucho, pero pues recuerdo mucho más una metáfora a una tabla donde escriba las cosas o un escrito porque pues muchas veces para volver a recordar eso tengo que leerlo. Pero una metáfora es como me apropió de ella, es como que la vuelvo como parte de mi.

I2: Aquí esto que mencionas, está chévere porque me hace pensar también en las cosas que tú dices que las llevas a otros espacios como que está ahí presente, no como esa metáfora que te acompaña a otros escenarios, no solamente el terapéutico. En ese sentido, me quisiera enfocar en esta pregunta que es, ¿Qué logras ver en ti cuando la metáfora es incluida en la conversación

terapéutica? Ya no solo a otros es, pues sino en ese momento que estamos hablando y emerge esa metáfora, ya sea que tú la pones, yo la pongo. ¿Que surge o que logras ver en ti?

C2: De pronto no es que esté disperso en los espacios de terapia, pero como que uno tiene muchas cosas, y la metáfora como que enfoca, centraliza las cosas

I2: O sea sientes que es algo que te ya no te dispersa, sino al contrario te pone la atención ahí, en ese punto, y ahora que logras ver en tu terapeuta.

C2: De pronto también que muchas veces como que uno va hablando de muchas cosas. Es como que va anotando, pero no me alcanza a llevar el hilo de la historia, es como, como tal cosa.

Entonces es como si, es así, entonces es como que va a ayudar a llevar un hilo de lo que yo voy narrando, si como que recoge todo lo que se ha hablado en la sesión y la metáfora lograr canalizar eso.

I2: ¿Y que sientes que pasa en el terapeuta cuando esto sucede?

C2: Como que recuerda detalles de sesiones anteriores o muy muy anteriores. Entonces es como, más que lo recuerde es como que esto es importante, sí. Entonces. Vuelvo a lo mismo, no tiene que ser repetitivo como en este suceso, como en esta situación, sino que ahora la metáfora y esa metáfora no solo ya, es una situación o usos en específico, sino que es como un conjunto de cosas.

I2: Okey, en ese sentido, me hace pensar en que logras ver que sucede en la conversación, tanto en el que logras ver en ti que logras ver en mí, pero ahí dentro de esa conversación.

C2: Es algo más dinámico

I2: ¿Cómo así?

C2: Sí, digamos como cuando comenzamos la sesión la primera vez, pues cuesta, pero a mí no tanto, pero cuesta, de pronto como abrirse una persona, pero con las metáforas con algunas,

entonces eran como ya herramientas que uno la tenía en ambos lados, entonces, ponía la metáfora o dabas una metáfora, ahorita no recuerdo, pero había una... La de la gelatina... el pudin... la mermelada

I2: Ahhh ya, ya

C2: La mermelada. Sí que no fluye, entonces, esa metáfora digamos, hizo, fluir más el tema de conversación de los estudios porque pues para mí era difícil, entonces era como, bueno, entonces cómo va la mermelada en esa situación, entonces como que retoma todos los problemas que habían detrás de todo eso, sino que, ya había un punto de partida preestablecido.

I2: Como que eso permitiría dentro de la conversación, si lo pudiéramos poner en una palabra que permitiría en esa conversación.

C2: Que fuera más fluida.

I2: Que fuera más fluida y ¿qué crees que pasa en esa relación terapeuta? Cuando se pone esa fluidez, esa conversación, esa metáfora.

C2: Ya es algo que entendemos los dos.

I2: O sea, nuevamente, como ese lenguaje común, okey y ahora quisiera ya como para cerrar hacerte esta pregunta y es ¿la metáfora ha traído beneficios o ha sido útil para ti o para tu terapeuta en el espacio de la terapia?

C2: Sí pues, mi parte digo que sí.

I2: Pues lo que creas conmigo, por ejemplo.

C2 Yo creo que también, o sea, pues las usas bastante.

I2: Okay. ¿y en qué sentido ha traído beneficios o ha sido útil?

C2: En la comunicación, en las tareas, pues no sé cómo, como terapeuta qué beneficios tienen las tareas que yo traigo. Bueno, obviamente, pues es expresar lo que yo estoy sintiendo. Pero, pues

como que resultados. De pronto estoy más acostumbrado a más apartados cualificables y eso es algo como más, lo que pasa acá no es como tan medible, pero ayuda mucho como, para ver un avance también, como bueno se empezó con esto, ahora vamos con esto y se cierra con todo esto. Entonces ya es un cúmulo, como una construcción de un mini mundo ahí.

I2: Eso está chévere porque es una manera diferente de verlo, como no tanto de 1 a 10 que tanto ha avanzado el proceso que muchas veces lo hemos traído acá y que nos ayuda a ver como mucho más preciso cómo va el proceso, pero está chévere porque me hacía pensar en el carro, entonces de pronto ese carro llegó este semestre de pronto un poco más magulladito, entonces al final te podría llegar a decir como bueno y ahorita ese carro, ¿Cómo está? Ya está más reparado, hay algunos rayoncitos magulladuras que de pronto falten o, al contrario, estas se pueden arreglar en el tiempo, como que me hace pensar en que de pronto esa metáfora se puede alimentar y se puede cómo poner a la luz de un proceso, y con eso quisiera pensar en ¿Qué potencia le das si tiene o no a la metáfora en nuestro espacio, en nuestro proceso?

C2: ¿Que potencia? ¿Te refieres a potencia como?

I2: Sí tendría como que fuerza.

C2: Que fuerza. Bueno aparte experimentar situaciones, también como de reflexión, con el espacio de reflexión del hecho de pensarse o que traigas una metáfora es como, yo ponerme en ese papel o en esa situación o en ese ámbito o imaginar eso y es bacano porque, pues de pronto uno en el día a día de los problemas como muy o es blanco o es negro, o esto tiene solución o no la tiene entonces, de pronto la metáfora no le da a uno solución en su momento, pero después sí va a ser como. Por ejemplo, las que no puedo cambiar o hay cosas que sí, entonces, ayuda, ayuda bastante como tanto expresar, como a solucionar, como escucharme.

I2: Y eso que mencionas ahorita me pregunto qué mencionaste, hay algunas que no funcionan, como que se descartan, y que después sí, ¿Cómo ha sido eso? ¿Tienes algún ejemplo?

C2: La mermelada en un principio fue, o sea, yo me imaginaba eso, y yo, no, esa vaina no se está moviendo es, pero nada, eso parece miel cayendo y ya después como que te entendí que, que había procesos que se tardaban bastante. Y, que era como de tiempo y de tener paciencia. Sí, como cual otra así, es que he conectado con muchas con la mayoría he conectado. Ahorita no se me ocurre una con la que me haya conectado así.

I2: Pero esta de la mermelada de pronto puede ayudarnos a ver en ese momento en que dijiste como bueno, es más como una miel, entonces puede ser distinto, entonces yo pude haber traído bueno como emergió no lo tengo tan claro, pero emergió esa mermelada que íbamos a indagando como de esto, como qué pinta tiene entonces como que esa mermelada, pero pudiste haber dicho en el momento no es más como una miel o no es más como una mayonesa, sí de pronto como algo más que se moviliza, pero ahorita que lo mencionas es como de pronto lo entiendo esto qué dices que una metáfora no, pero después con el tiempo resuena y es de pronto en ese tiempo empezaste a ver cómo de bueno, qué otras, cómo...

C2: Cualidades, generalidades.

I2: Exacto como esos otros puntos de la mermelada y cómo puedo comprender de pronto lo de la mermelada que me resuena ahora más que de pronto una miel o de pronto una mayonesa o algo así, no sé cómo lo ves tú, ¿Cómo lo piensas tú?

C2: Sí, también digamos la de la bicicleta, recuerdo que yo no la traje, creo que fue una profesora.

I2: Sí.

C2: Y que yo era como no pues qué pasa esto, y estoy viviendo por esto, y si hago esto, otra cosa y le digo como, se está poniendo el palito ahí en la bicicleta, y yo como si, no tenía nombre al sabotaje, entonces sí es verdad.

I2: Y que ha seguido saliendo...

C2: Sí.

I2: Listo bueno, muchísimas gracias por tu aporte, creo que enriquece bastante nuestra investigación, y, pues bueno, no sé si quisieras aportar o dar algún comentario adicional antes de finalizar.

C2: No, muchas gracias a ustedes, por preguntarme, por invitarme. Y agradezco por toda la investigación.

I2: No, a ti muchísimas gracias por la participación y pues eso sería todo.

Anexo I. Transcripción entrevista semiestructurada C3

Transcripción entrevista semiestructurada C3

I1: Y a partir de eso vamos a ir construyendo juntas lo que vaya... vamos a ir poniendo juntas como... pues vamos a ir construyendo juntas, ¿listo? Entonces, este espacio de entrevista semiestructurada se llama “Avivando los recuerdos”. ¿Por qué quiero avivar los recuerdos contigo? ... Bueno, entonces, ¿por qué se llama avivando los recuerdos? Porque... La idea es que podamos tener en cuenta todo el proceso. Nosotras vamos a cumplir casi dos años de proceso

C3: Ufff, qué impresión

I1: es un montón, el tiempo pasa muy rápido, pero entonces quisiera que tuvieras en cuenta desde todo el proceso que hemos tenido juntos, ¿vale?

C3: Okay

I1: Y primero que todo, pues te voy a hacer unas preguntas de un objetivo primero y luego te voy a hacer las preguntas del otro. Primero, lo que queremos hacer es entender esa influencia del uso de la metáfora en la resolución de los desafíos conversacionales dentro de la terapia sistémica. cuando se presenta una dificultad en la conversación, cómo la metáfora nos puede ayudar, ¿vale? Entonces, ¿cuáles son las dificultades que has notado al conversar con tu terapeuta que han podido ser resueltas a partir de la metáfora?

C3: La síntesis.

I1: La síntesis, cuéntame eso.

C3: mmm... Como ha sido ampliamente documentado jaja... en el proceso de la terapia, a mí a veces me cuesta describir de manera reducida o de manera como clara las cosas que siento o que me pasan y creo que la metáfora no solamente como en el proceso de la terapia sino para mí, ha sido muy útil para cómo tratar de encaminar lo que pienso o lo que quiero describir. Cuando decidí conscientemente usar metáforas en mi vida, porque me gusta la literatura y me gusta la música, ehmm, lo hice conscientemente en la universidad, en mi proceso académico, porque entendí que es imposible que una persona se relacione de la misma manera con una situación, como que yo abordé mis proyectos personales pensando que todo el mundo iba a entender lo que yo estaba describiendo, porque la separación de mis papás me parecía que era una situación supremamente común, porque además en Latinoamérica el índice de separación y de divorcios es gigante. Entonces dije, claro, esto le pasa a todo el mundo, obviamente. Pero en el proceso de investigación, también con mi director de tesis, asumimos la postura de que realmente nadie tiene por qué entender y nadie realmente entiende lo que yo estoy diciendo, y que las palabras no las entendemos igual y no las escuchamos igual tampoco. Entonces me di cuenta como que la metáfora y también por mi trabajo como creadora de imágenes, es muy útil para encaminar una

idea, más que para tratar de ser como muy certero de inducir una idea muy específica, como la idea, el contexto, es cómo algo que puedo relacionar más fácil.

I1: O sea, si te entiendo, entonces es la síntesis cuando... buscas en la conversación poder expresar o describir la situación y además darle ese tinte particular de cómo tú la estás viendo así logre, así sea una situación general como el divorcio de unos padres, pues como tú lo ves es diferente a lo que puede pensar otro consultante...

C3: Ajá

I1: Okay, ¿algún otro desafío que sientas que nos haya ayudado aparte del que tú puedas describir y darle como tu subjetividad a la situación?

C3: yo creo, yo creo que como la relación con el contexto para ambas y es, en muchas situaciones durante la terapia, como tú me has dicho, tú desde el mundo artístico “x” cosa, y me parece muy curioso porque hay muchas opciones sobre ambos campos, yo puedo asumir muchas cosas sobre la psicología y tú puedes asumir muchas cosas sobre el mundo del arte desde la academia y hemos... Nos hemos dado cuenta juntas que ambas cosas tienen como muchas más ramas de las que preveíamos del desarrollo de la otra. Y el uso de la metáfora ha sido chévere porque creo que nos ha ayudado a conectar con otras cosas como que lo simbólico de las imágenes o de las palabras como que crea puentes en temas que no necesariamente manejamos, la una con la otra, entonces pues para mi es muy difícil no describir o no hablar de cosas desde términos o desde la comprensión artística de las imágenes pero como que hay un punto medio...eso.

I1: ajá... Me parece super interesante porque quisiera preguntarte como ¿eso te ha ayudado a comprender mejor lo que estamos hablando?... no sé, recuerdo por ejemplo cuando hablábamos del foco de la cámara tu desde tu interés en fotografía entonces ¿eso te ayudó en un desafío

conversacional? es decir, en la conversación cuando yo te quise mostrar algo a través de la fotografía entenderlo desde tu profesión y pues todo lo que yo no sé, pero tú sí sabes a propósito de lo que acabas de mencionar ¿Te ayuda el hecho de como encontrar ese puente entre tu disciplina y lo que quiero transmitirte?

C3: Creo que sí y no sé si más, pero además de la ayuda, creo que abre una cantidad de puertas de interpretación que a mí me han sido muy útiles. Conozco muchas personas más literales a las que podría ser confuso, jaja, de hecho personas con las que a mí me cuesta un poco hablar en metáfora porque no entienden, no sé, yo soy una persona que usa mucho el sarcasmo y soy muy seria porque también soy un poco matoneadora, entonces como que yo puedo decir algo que es claramente sarcasmo y lo digo muy en serio y he estado como ¿qué? ¿de verdad? Y a mí eso me causa, me hace reír. Entonces también creo que tiene un poco que ver como con mi personalidad. Pero con respecto como a las puertas y a las posibilidades que la metáfora da... Sí, creo que más... No, me voy a quedar con él además. Además de ayudar como a generar un puente entre las dos, me proporciona a mí como un montón de puertas que de pronto de una instrucción más... como de una sola instrucción me podrían haber ayudado, como que cuando me hablaste de abrir el diafragma que yo te expliqué a grandes rasgos cómo funcionaba el diafragma y la cantidad de luz que se entraba, mientras que yo estaba explicándote concentrada en el tema de la terapia, mi cabeza estaba abriendo otros temas y estaba generando conexiones y relaciones que de pronto si hubiéramos dicho simplemente como no, pues “sal y mira la luz del día una vez y documéntalo”, claro, eso es un ejercicio que pudo haber sido y me parece también interesante, pero para mí se extendió, yo lo pude relacionar con muchas otras cosas del proceso y además también es bonito, o sea como que yo creo que yo le puedo dar un valor estético a lo que estamos hablando, entonces me genera mucho interés

I1: Ajá... ¿cómo el uso de las metáforas ha facilitado la conversación con tu terapeuta?

C3: ¡ah! porque es muy entretenido jajaja ... Creo que... Claro, y eso me pasa a mí, es como mi experiencia con mis amigos la vez que hicimos el juego de roles, yo te conté que... A mi suelen como acudir muchas de las personas que quiero como a contarme cosas pero también no solo como desahogarse sino a tratar de encontrar conjuntamente como salidas, como que yo no, yo jamás me he pintado del modo “te voy a terapiar” porque yo si conozco que hay gente que está muy segura de su manera de vivir que no son licenciados en psicología pero que “te voy a decir cómo es que hay que vivir”, y bueno, allá, allá ese tema, pero yo pues por mis propios problemas nunca me he sentido cómoda de ponerme en ese lugar de autoridad, pero me gusta mucho compartir con las personas y me gusta la confianza que me tienen mis amigos y en esos casos siempre como que me gusta reírme y yo... Yo tiendo un poco como a ser graciosa jaja y me gusta mucho hacer reír pero también me gusta mucho reírme yo, entonces creo que el reírse más que la burla, más que el uso del humor como satírico, creo que también la comedia es un género muy difícil, en las artes la comedia es uno de los géneros más difíciles de hacer porque indaga profundamente sobre los comportamientos humanos y sobre el pensamiento y necesita ser muy honesto, la comedia necesita ser muy real y entonces creo que es divertido y es entretenido usar la metáfora aun cuando a veces no nos hace reír a las dos sino cuando se vuelve un poco más pesada porque... Creo que es un puente también como para una expresión real, como que si yo te digo que algo se siente como “un huracán” y pues no estamos en un huracán, y las dos sabemos que no estamos en un huracán, es una forma de enunciar algo que apela a una realidad en mí, y que sí, sea como sea que tú tengas la imagen del huracán, te puedes relacionar y puede ser divertido y puede ser entretenido de ver, pero creo que habla mucho más de la situación para mí, en mi proceso, que si yo me sentara a describirte como los síntomas, sí como... “y, siento que un

dolor estomacal que me lleva a... y entonces tuve dolor de cabeza todo el día”, y si yo me siento y te digo “no tuve, sino que me sentía como en un huracán y sentía el cuerpo flojito y toda la cuestión”, estoy siendo más honesta que simplemente como haciendo un listado seco de mis síntomas.

I1: Me gusta que además muevas el cuerpo cuando lo dices

C3: jajaja

I1: porque de hecho, de hecho nos conecta mucho desde ahí y como estoy hablando esto, y tomando fotos, ¿no? como que implica mucha conexión con el cuerpo

C3: El teatro

I1: Y... ¡el teatro!, que nosotras también hemos actuado y este tema... Quisiera preguntarte, el tener humor o diversión a través de la metáfora, ¿ha sido importante para ti en esta relación terapéutica?

C3: Sí, sí.

I1: ¿Ha generado una diferencia? Como ¿Versus si tú crees que no hubiera existido?

C3: De hecho sí, y la puedo poner digamos como que en el mismo, en la misma situación de consultorio, porque mi primer terapeuta era, nos reíamos porque para mí es físicamente creo que imposible no poner, no se me ocurra algo que me haga reír, así sea como humor punzante. Pero era un periodo de la terapia donde yo estaba mucho más resistente a encontrar la metáfora, era muy difícil, estaba en un espacio en mi cuerpo y en mi mente que no encontraba como una manera de expresarme.

I1: mmhmm

C3: Y creo que eso también era lo que me estaba haciendo daño, no sé jaja, saliendo de mi terapia, creo que el espacio si ha cambiado mucho para mí y contigo se ha vuelto

progresivamente más fácil usar la metáfora, como que al principio también por lo que yo venía de otro espacio en el que no se usaba tanto, para mí fue más difícil incorporarla acá, como que me resistía mucho porque creo que yo también entendía la terapia de otra manera, pero cuando la incorporé también se volvió más natural porque es más orgánico, creo que aun cuando yo sé que hay personas que no tienen como la misma relación desde la literatura y conozco personas que no escuchan música y para mí es extraño, eh, todos estamos rodeados de imágenes y de cosas que significan, entonces se vuelve más fluida para mí la conversación.

I1: O sea, ¿costó al principio hablar la metáfora?

C3: Sí, sí, pero creo que era más como por mi proceso. Bueno, igual no tengo de otra manera, no tengo dónde más sacar la conclusión, pero yo siento que no era el espacio, sino que siento que era como mi disposición a involucrar la metáfora.

I1: Okay... ¿Cuáles de esas metáforas han influido en la manera en la que se han dado las conversaciones dentro del espacio de terapia?

C3: pfff... No tengo ni idea jaja nosotras hablamos mucho, no tengo ni idea

I1: jaja ¿Cuáles metáforas como que resaltarías que han sido las que más han favorecido nuestra conversación?

C3: Yo creo que... Sí, ahorita no tengo ni idea cómo responder esa pregunta. Se me ocurre la, o sea, la única y no creo que sea la más importante pero es la que más me suena porque ha sido la de la controversia, creo que ha sido la del ancla. Como que... Además que me gusta que la primera metáfora que es la que me acuerdo haya sido controvertida, porque eso también me parece interesante, como no solamente... Yo tengo un problema con los dichos porque aunque los dichos y las canciones, los pregones, son cosas que significan una cosa y que al repetir las generan como una identidad, también pierden un poco de significado. A veces uno dice un dicho

y termina no diciendo nada, sólo como que repite algo que uno cree que significa algo universal y realmente no, no dice nada. Entonces como que me pareció interesante que se haya controvertido esa metáfora porque abrió la puerta para repensar lo que significaba para las dos anclarse en el espacio de la terapia y no creo que haya sido la metáfora más importante hasta el momento pero creo que es la acción frente a la metáfora más importante, porque como que puso un tono en la conversación, como que tenemos estas ideas preconcebidas las dos de lo que significan estas imágenes que estamos describiendo, pero las podemos subvertir y eso a mí también me ayudó mucho, como poder cuestionar y decir “no sé si eso me gusta pero no lo quiero omitir, no quiero decir como esto es una bobada, no hablemos así de estas cosas y ya, no, es que yo creo que significa otra cosa”.

I1: O sea a partir del significado pudimos construir algo en común en lo que tú estuvieras de acuerdo y yo también, como que se soltó un poco la imposición de un significado

C3: ¡Si!

I1: es que esto significa o tú decir es que no es lo que yo misma pienso, entonces no, sino que ¿facilitó la construcción de significados comunes?

C3: Ajá, ajá. Y el espacio para negociarlos también, como que mi aproximación a la psicología y a los estudios, como... y a sentarme a estudiar sobre mis sentimientos y sobre mi cerebro, para mí implicaba muy poca controversia. Entonces el uso de la metáfora en ese sentido y también como de poderlo negociar, me flexibilizo mucho, como... esta cosa no es una sola cosa, y no es por siempre esta cosa.

I1: Okay. Y, ¿crees que en eso ayudó el hablar a partir del “ancla” o crees que esa negociación del espacio de psicología, de lo que se esperaba, del objetivo hubiera podido darse de la misma manera, generando esa flexibilidad sin la metáfora?, ¿Qué crees?

C3: No sé, pues para mí es difícil porque la metáfora sí hace parte de mi vida. O sea, yo tengo un árbol frente a la casa que tiene su propio ciclo de vida, pero ese árbol ha pasado ya cuatro años conmigo reverdeciendo y deshojando, y yo lo relaciono mucho con muchas cosas que pienso y que siento... es un árbol gigante y, cuando llegó el dueño de la casa, el encargado de la casa a cortarle unas ramas para que al vecino no le cayera nada sobre el carro, para mí no fue solamente eso, sino fueron infinitas cosas y esto no se trató de terapia, por ejemplo. Entonces como que para mí es muy difícil decirte no, sí, seguro, probablemente, pero yo creo que no, por la relación tan intensa que tengo con las imágenes y porque también yo soy como súper romántica con la vida, o sea para mí todo es como... eso, “esto es increíble, esta imagen, esta... este cuadro azul sobre este cuadro rojo es, ¡oh, Dios mío!, significa...”, como puede no significar nada, creo que... Y lo cierro ahí como que... Creo que... Importa y es útil en la medida en la que también hemos podido soltar esa sensación. O sea, como que la metáfora es una herramienta, no es un modo de vida, que sí es importante para el proceso que hemos tenido juntas que creo que ya lo dije más temprano, como que puedo tomarme la vida como un juego, pero pues la vida es muy en serio, es solamente una postura que es útil, pero no vivir en la metáfora porque si no, no desarrollamos nada

II: De acuerdo yo también. Bien, vamos ahora con el segundo objetivo, que es conocer la experiencia en relación con el uso de la metáfora en el contexto de la terapia, es decir, mucho más desde la experiencia, desde lo que se vive en este espacio cuando la metáfora llega. Entonces, ¿qué metáforas se han usado en el espacio terapéutico que puedas recordar y que hayan sido relevantes para ti y tu proceso?

C3: Jmm, me acuerdo, la del... la del... pero es que no me acuerdo cómo se desarrolló, yo creo que la del canguro.

I1: ajá, ¿Fue relevante para ti y tu proceso?

C3: Sí, sí. Porque yo le había huido mucho a esa imagen de la maternidad jaja. No me acuerdo, yo tengo pésima memoria para estas cosas, lo siento, pero... las metáforas que usamos en relación a los mandatos y las cosas, o sea me acuerdo como de la situación, me acuerdo de las ideas que me llevaba de conversar acerca de todas las imágenes y todas las cosas que se crearon a partir de destruir un poco como “la puerta”, la pared gigante de mandatos que tenía yo al frente y que tengo aún en muchos sentidos, mmm...

I1: Ahí en ese caso tú te, lo que entiendo, es que tú te llevaste más como el significado de romper mandatos, que las palabras literales de la metáfora, como el significado que te permitió construir, no sé, ese muro, lo que hablamos seguramente de que está en piedra o no, pero lo que entiendo es que recuerdas de esa metáfora más la comprensión de tu proceso, más no la metáfora como tal.

C3: Sí, eso es un poco como, no sé, mi memoria funciona como así. Yo tengo muy buena memoria para la música, aprendo muy rápido las canciones, pero me acuerdo más de los contextos, de la historia que relata la canción

I1: Okay, ¿Que la letra?

C3: Sí, que la letra, si la escucho, te la canto. Y eso es impresionante, yo soy una rockola, pero yo me peleo mucho con las canciones y me gusta mucho la salsa, pero la salsa es super problemática, la salsa tiene temas muy difíciles y yo tiendo a pelear mucho con las letras, yo como “¡ah, pero ¿si escuchaste lo que dijo?!” y creo que es una fijación mucho más como con el contexto de las cosas, que con... pero también creo que es porque, regreso a que la metáfora es algo muy cotidiano para mí, o sea como que el uso de una metáfora puede ser muy trascendental, es muy trascendental, pero no necesariamente es algo que se me queda pegado porque lo integro mucho al lenguaje.

I1: Okay, entonces, canguro, este tema de los mandatos, ¿qué otras recuerdas que haya sido relevante para ti y tu proceso?

C3: Creo que yo traje como el tema de las cajas, hablamos mucho sobre el pasado y sobre la nostalgia y la creación de imágenes, como desde la fotografía pero también desde el collage, como armar... No sé si esa palabra se ha utilizado, pero yo varias veces me he ido con la palabra como con “desbaratar” en la cabeza, como desarmar, no destruir, no quemar ni nada, sino como desbaratar.

I1: Súper. ¿Crees que tu terapeuta ha colaborado en la construcción u ampliación de las metáforas que se han incluido en el espacio terapéutico? Si ha sido así, ¿cómo lo ha logrado?

C3: Sí, un montón jaja. Sí, porque hay muchos intereses en común. Y yo creo que ha sido... A mí me gusta mucho el trabajo multidisciplinar por eso, porque creo que hay un valor muy grande, muy interesante como en el conocimiento del otro. Yo vengo a terapia, pero yo también aprendo mucho de lo que me dices, y aprendo mucho como desde mi curiosidad académica y trato de dejarla a un lado porque necesito estar en terapia jajaja, necesito tener el mindset de que estoy en un lugar donde necesito desahogarme y no sentarme a estudiar, pero creo que parte de estar abierto a ser curioso sobre las imágenes que te describe otra persona, contribuye mucho, digamos que así no haya una relación directa con las imágenes o con el oficio, eh, interesarse por las palabras del otro es bien importante. A mí me interesan mucho las palabras, el uso del lenguaje me interesa mucho y la razón por la que llevamos ya casi dos años de terapia, es porque hay un compromiso sobre... o yo he percibido, un compromiso sobre el uso del lenguaje como que... me imagino que habré llegado muchas veces acá súper revuelta con una dificultad muy grande para decir lo que yo creo que necesito decir o tal vez no tan concentrado lo que sea, pero siempre hay

como un detonante, hay una palabra, hay una imagen que se crea de la que se puede partir, entonces todo parte como del interés.

I1: Y, ¿ese interés lo has visto en ampliar una metáfora, de pronto?

C3: Sí, como que... creo que ha sido un recurso muy interesante, como que a veces yo no sé cómo hilar una idea y entonces creamos una imagen y de esa imagen partimos, que eso me parece muy chévere porque creo que en el espacio terapéutico no solamente me siento escuchada sino que me genera interés a mí indagar sobre lo que yo misma estoy diciendo.

I1: mmhmm, okay. ¿Qué crees que genera el uso de la metáfora en la relación terapéutica?

C3: Yo creo que es como la sensación, como la necesidad de cercanía. Yo he hablado con dos personas, con un amigo que quiero mucho y con mi papá sobre la terapia como ejercicio, y ambos tienen perspectivas opuestas frente a la necesidad de estar en un espacio terapéutico pero tienen algo en común y es que sienten que el espacio de terapia debe ser un poco estéril de todo y como con asepsia del espacio exterior, como que uno debe filtrar y solo llevar lo necesario al espacio terapéutico

I1: Okay...

C3: y creo que la metáfora para mí en este espacio surge como una necesidad de acercar mi mundo acá, como que en la limitación también del tiempo que tenemos para conversar, que igual el límite de tiempo es necesario, aunque también conflictúa un montón porque como uno tiene muchas cosas, ¿cómo rayos en 45 minutos voy a resumirlo todo?, ahí está. Y, para mí también ha sido un reto muy grande como decidir qué es lo importante para mí, qué quiero compartir y cómo lo quiero compartir. y yo difiero mucho de esa experiencia estéril de la terapia, pero tampoco creo que yo tenga que relatarlo todo con detalle todo el tiempo, entonces creo que el uso de figuras poéticas y de imágenes construidas conjuntamente acá, me ayuda a resolver esa

necesidad de traerte mi mundo, de traerte mi contexto y la manera en la que yo veo la vida y cómo la experimento.

I1: un poco como sobre lo que decías, “vengo y sentí un huracán”, como que eso representa muchas cosas sin necesidad de contarme todo, ¿no? Como estas figuras nos ayudan a sintetizar, que tú lo mencionabas, como información y a traer mucho de tu mundo. Okay. Eh, bueno, creo que esta ya lo hablamos, no sé si quieres agregar algo de: si ¿ha traído beneficios la metáfora o ha sido útil para ti o para tu terapeuta en el espacio de terapia sistémica?

C3: Yo creo que sí. Yo creo que ha sido... Yo creo que también. Bueno, ahí sí ya no sé por qué, no es mi área, pero no me parece tan chévere un espacio que no sea entretenido, no necesariamente desde la diversión, o sea como que no creo que un terapeuta tenga la obligación o la responsabilidad de divertir a su paciente, jaja, pero creo que sí es un espacio que se va a volver cotidiano y como que la persona lo propicia y a mí me gusta... parte de como la comodidad o la soltura para indagarse, para la introspección, es no fingir que somos máquinas jaja, que no conectamos imágenes. Creo que eso pasa en muchos aspectos como de la relación “paciente-médico” en muchos contextos de la medicina Y, nosotros hablamos de muchas maneras, puede que haya muchas personas que no se comuniquen a través de metáforas, pero sí tienen su forma de hablar y todos pues usamos el lenguaje de maneras distintas. Entonces sí, como que siento como que esa parte de... Claro, pues Juliana nos tiene que hacer que la terapia sea divertida, pero pues no somos máquinas.

I1: De acuerdo. ¿Qué logras ver en ti cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica?

C3: ¡Ah!, es muy satisfactorio, jaja. Pero es satisfactorio porque tengo el espacio para ampliar las cosas que pienso. No creo que sea como una cosa necesariamente a celebrar, o sea no creo que

yo tenga la necesidad de generar o articular ideas o imágenes que sean importantes, o sea, no me siento en la obligación de... Pero sí, si se siente bien porque indistintamente sí la metáfora logra comunicar lo que yo quiero o me esfuerzo por comunicar, estoy hablándote, estoy utilizando algo y por alguna razón llegué a esa imagen, por alguna razón llegué a esa palabra y así sea una cosa que... sea de descartar o sea de profundizar, es un ejercicio estimulante y yo creo que eso tiene muchísimo valor sobre todo por el tiempo. Es como lo que yo te decía de mi ejercicio de poner cosas que tal vez son curiosidades pequeñas en forma de tareas para mí, como darle lugar a ese tren de pensamiento se siente muy bien y muchas veces se siente como una descarga, como... en la vida cotidiana necesitamos ser mucho más claros con lo que pensamos por practicidad, en el trabajo, en las relaciones a veces es difícil como sentarse a echar metáforas porque hay cosas que se necesitan resolver de manera práctica, pero en espacios como este creo que es muy liberador poder hilar como me siento y no tener que relacionar mi tristeza con la tristeza de mi papá, sino decir “mi tristeza es así” y así yo haya aprendido a estar triste viendo a mi papá estar triste, esta es como mi tristeza, creo que también tiene que ver un poco con la propiedad, de cómo es mi manera de ver

I1: Como que tienes un lugar muy único en el espacio, okay. Bueno, y la última. ¿Qué logras ver en tu terapeuta cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica?

C3: Es gracioso, pero creo que avanzamos un poco las dos. Como que... Yo no sé, yo lo veo... Yo como que siempre tengo un pie afuera jaja. De todo. Ehmm...

I1: ¿A qué te refieres con “un pie afuera”?, a propósito de las metáforas ¿no? jaja

C3: Jajaja no lo sé, como que yo... No lo sé, como que yo usualmente, no siempre, pero usualmente estoy tratando de ponerme como en el lugar del otro, en modo de comprensión, no como tratando de empatizar todo el rato, sino sólo como... Si alguien me está atendiendo, no sé si

es un cajero y está ahí, yo digo como “ushhh... Tengo estos pros y estos contras de estar ahí pasándole productos a esta muchacha”. Y no sé, creo que para mí también es satisfactorio, o sea, de nuevo, vuelvo a la responsabilidad, no es mi responsabilidad hacer que mi terapia sea divertida para ti, pero es chévere cuando como que hay una percepción de que la conversación está siendo útil para las dos. Así tú estás haciendo una tesis o no, somos dos seres humanos, a mí me gusta ver la vida así porque si no, creo que enloquezco. Somos dos personas a las que le pasan cosas todo el tiempo y nos pasaron cosas antes de llegar a reunirnos y nos van a pasar cosas después de reunirnos, y creo que todos los espacios conjuntos son espacios de conocimiento. Entonces, pues, claro, sería una locura ver mi espacio terapéutico como, “hoy voy a llegar a enseñarle muchas cosas de la vida a Juliana” jaja porque no creo que sea algo como sano ponerme como en ese lugar, y no sería honesto con mi proceso tampoco, pero... si es satisfactorio que algo de esto no se sienta rutinario, que no se sienta como “voy a leerte la historia médica y te voy a mandar un Dólex”, porque no es el lugar para eso, entre otras cosas, como que bueno ningún lugar debería ser pero este en especial. Yo creo que debe ser recíproco, en alguna medida, entonces, claro, la metáfora nos genera un puente en el que tú no tienes que decirme “claro, no, yo te entiendo porque yo también tengo un roomie súper desordenado” y no sé lo que sea “y también la boca le huele a cebolla” jajaja, pero yo puedo poner una metáfora alrededor de cómo me siento y así sea un roomie desordenado, o alguien que hayas conocido u otro paciente, hay un puente que genera aprendizaje para las dos. Entonces eso es satisfactorio pero también creo que es útil.

II: O sea tú sientes... como que no está el psicólogo robot, ¿no? A propósito de lo que decías de “no somos robots, no somos máquinas”, ¿cómo que sientes que de alguna manera yo como tu

terapeuta al conectar contigo mediante una metáfora, como que me percibes distinta a si fuera una máquina?

C3: Pues como te digo, es que yo no siento que sea posible una terapia sin involucrarlas... pero bueno, no sé, ya estoy generalizando un montón. Yo no veo viable una terapia sin un compromiso mutuo con la palabra del otro, porque lo que estamos haciendo es conversar, entonces...

I1: Okay, te hace ver el compromiso de tu terapeuta con tu palabra.

C3: Sí, si yo creo. Y como este compromiso es un acuerdo entre las dos partes de atender al otro, indistintamente de si estamos entendiendo, de si estamos empatizando, de si estamos enojados o si algo. Es sentarse y tomarse el momento de atender a lo que el otro me está diciendo y es un acuerdo, es un acuerdo mutuo, o sea, yo atiende tus palabras, tú atiendes a las mías y por eso yo digo como que yo siento que no es viable una terapia de otra manera, porque si yo me siento a contarte muchas cosas con metáforas o no, y no estás atendiendo a mis palabras, no es posible que yo pase de lo que estoy diciendo, o sea, para mí no... Por eso la burocracia no funciona, porque no hay una atención real a lo que se está haciendo, sino simplemente es como una acumulación de palabras en automático que podríamos llevar dos años y yo te podría estar diciendo exactamente lo mismo y podríamos seguir ahí toda la vida. Pero hay un avance y hay un progreso porque hay atención.

I1, ajá, hay atención. Bueno, pues C3, de nuevo muchas gracias por tu participación en esta investigación, no sé si quieres agregar algo más del uso de la metáfora a nuestra conversación o si quieres dejarla ahí, no sé creo que has hablado un montón y ha sido muy valioso escucharte todo el valor que ha tenido la metáfora.

C3: Ay, gracias por tenerme en cuenta. A mí, no sé, no sé cómo que a veces me acuerdo como en estos espacios en los que he estado como que la vida me aburre mucho y... y que quiero dejar de estar y entonces como que yo no los agarro de “ah si entonces cuando tenga energía voy a vivir mi vida al 100%”, no soy esa persona pero a mí me gusta mucho darle valor como a las cosas que hago con otras personas, conmigo también, pero como con otras personas porque también soy muy tímida, entonces, cuando puedo compartir trato de no dejarlo, de darle un lugar, entonces también por eso agradezco un montón que me tengas en cuenta

I1: Ay, no, gracias a ti por este proceso que además ha estado lleno de metáforas y pues eso ha sido muy rico en el sentido terapéutico. Gracias.

Anexo J. Transcripción entrevista semiestructurada C4

I1: Como lo habíamos hablado cuando firmaste tu consentimiento informado, la idea era que tuviéramos este espacio para conocer mucho más de boca tuya, lo que ha significado para ti el uso de metáforas en el espacio de terapia. Hoy salieron varias, hoy volvimos a hablar, hace unas sesiones tú también traías de cómo te estabas sintiendo y lo expresabas mediante una metáfora.

Entonces yo quisiera conocer mucho más, pues ¿esto ha servido, no ha servido?, ¿vale?

Entonces, esta entrevista se llama “Avivando los recuerdos”, porque vamos a avivar un poco los recuerdos del proceso terapéutico que hemos tenido tú y yo, ¿listo? Y bueno, y pues con todo el equipo. Y te voy a hacer ciertas preguntas que te van a ayudar, o más bien que nos van a ayudar a nosotras a encontrar mayor información. ¿Listo? Si hay alguna que sea difícil comprenderla o algo, pues siéntete tranquila también de preguntar, ¿vale? Entonces, las siguientes preguntas van a ser para entender la influencia del uso de la metáfora en la forma en la que hemos resuelto los desafíos de la conversación en la terapia. Si traes una metáfora, ¿qué tanto nos ha ayudado a

comunicarnos diferente? Entonces dice, ¿cuáles son las dificultades que has notado al conversar con tu terapeuta que han podido ser resueltas a partir de la metáfora?

C4: Yo me imaginaba así como... expresarme de una forma normal no ha sido tan fácil, en cambio si yo llego a utilizar como ejemplos digamos lo del oleaje me quedó totalmente grabado, es totalmente como lo que resuelve mi proceso. Entonces al hablarlo normal sin tener como esos ejemplos utilizando como estas metáforas, lo veo mucho más difícil porque siento que es como más difícil de expresar lo que siento, a diferencia de expresarlo como con una metáfora.

Digamos lo del “vaso”, no sé cómo expresarlo en otras palabras, no sé cómo decirlo en... “bueno, me rompí” no sé cómo expresarlo diferente al utilizar el ejemplo del vaso, porque yo decía tal cual así me sentí, o digamos, lo del bus, o sea, siendo la conductora de ese bus, no sé cómo expresarlo de otra forma, o sea, utilizándolo como en un lenguaje ya real, no... Y siento que así ha sido más fácil como expresarme y que me entiendan, que entiendan como mis emociones y lo que yo siento.

I1: exacto, okay. Bueno, muy bien. Creo que esto ya lo has dicho un poco, pero puede ser que quieras agregar algo y es... lo que te entiendo es que la mayor dificultad ha sido cómo... y que se ha resuelto con la metáfora, es que te podamos entender, que podamos saber qué sientes, cómo expresar eso que tal vez las palabras o lo literal se queda corto, ¿no? Pero... ¿Ha facilitado nuestra conversación utilizar metáforas? ¿Tu qué dices?

C4: Totalmente. Yo creo que en todas las sesiones ha tenido que salir algo en lo que yo tenga que expresarme a través de la metáfora porque no encuentro otro lenguaje. Entonces veo que haciéndolo me dicen, ah claro, es ahí, es así, así es como se siente. Pero de una forma literal no entendería cómo.

I1: ¿Cuáles de esas metáforas han influido en la manera en la que se han dado las conversaciones dentro del espacio de terapia? ¿Cuáles metáforas recuerdas que tú dices, esta hizo que nuestra conversación fuera diferente? ... Esta me ayudó...

C4: si, digamos, la forma en que me explicabas lo del oleaje. Entonces, yo te decía “es que siento como si estuviera en unas escaleras al retroceder” y tú me decías, “no, es como un oleaje”, y yo decía, “sí, claro”. Entonces, cada vez que yo siento, “otra vez pasa esto”, no, la ola va y viene pero no empieza desde el punto cero sino ya va empezando a avanzar un poquito más y claro el dolor se sentía diferente ahí cuando yo quedaba estancada, digamos cuando el oleaje se devolvía, yo decía bueno pero no se devolvió hasta allá se devolvió un poquito hacia la mitad y hoy me duele de una forma diferente, como que el dolor ha madurado, como que ya no es tan duro, sino que es algo que ya puedo avanzar. Y esa metáfora me ayudó mucho...

I1: te ayudó mucho...

C4: si...

I1: A mí me llama la atención que diferencias el oleaje de las escaleras, que fue... Recuerdo esa sesión, ¿no? Y me pregunto, ¿comprendiste diferente lo que sucedía nombrándolo como escalera a nombrarlo como oleaje? ¿Cuál era la diferencia al nombrarlo como escalera u oleaje? ¿Lo comprendiste diferente?

C4: Sí, porque yo veía la escalera desde el primer escalón hasta arriba. En cambio, un oleaje es plano, o sea, no tengo que llegar hasta allá. No, simplemente es como irme devolviendo y lo vi como más suave, la escalera me generaba como más peso, o sea, subir una escalera, como generar, dar ese paso, así estuviera rendida, tenía que darlo, en cambio el oleaje no, o sea, es algo suave, es un proceso como con calma, no tan pesado, ni tan... que me genera tanto esfuerzo, como la diferencia de subir las escaleras.

I1: Claro, claro.

C4: y más llegando al punto, no tengo que llegar a la cima, o sea, no tengo que hacerlo solamente como es un proceso como de salir de esto al llegar allá, pero no totalmente tener que llegar al primer escalón.

I1: ajá, que una escalera pareciera que hasta que uno no llega al último escalón pues no llegaste a la meta, en cambio en un oleaje sí alcanzas a llegar como a la playa, te mojan los pies, después las rodillas, o sea como que va y viene, distinto. Recuerdo mucho esa sesión, fue muy especial, y no me había dado cuenta que había tenido tanta comprensión emocional para ti, el hecho de nombrarlo diferente, como estas escaleras es cierto, hoy me ayudas a ver cómo, claro, es que la escalera incluso duele a veces subirlo si uno está en determinada edad o cansado, pues duele. Como que hay un peso diferente en la escalera y en el oleaje. Me ayudas mucho a verlo.

C4: Y más que yo lo veía, ya llegando ya a la cima, estoy cansada, y tengo que, digamos, para eso están los pasamanos, tomarme de algo para ya poder llegar al último. Y pues no significa eso, si no lo hice desde el primero al último, yo ya voy a estar rendida. En cambio, en el oleaje no, además, veo como que se disfruta, o sea, como que se va aprendiendo.

I1: ajá, okay... bueno, súper. Ehhh, vamos ahorita con otra serie de preguntas que van hacia conocer la experiencia en nuestra relación cuando usamos las metáforas en la terapia. Es decir, estas preguntas van a ir mucho más a lo que tú y yo sentimos en ese momento cuando aparece la metáfora, como qué pasa en el consultorio, en ese espacio terapéutico, cuando hablamos desde la metáfora. Entonces, pueda que se repita con lo que ya hemos hablado, pero vale lo que quieras agregar. Dice, ¿qué metáforas se han usado en el espacio terapéutico que puedas recordar y que hayan sido relevantes para ti y tu proceso? Pues creo que ya hablamos de esta del oleaje. No sé si

recuerdas alguna otra, o que recuerdes cómo conversamos nosotras, fue diferente, “uy, me sentí hablando diferente con Juliana cuando trajimos esa metáfora”.

C4: Yo pienso que con lo del vaso, porque no sabía cómo explicar cómo me sentía por dentro, cómo me siento por dentro, porque por eso yo te decía voy a cambiarle la palabra a este proceso, ya no va a ser separación, sino ruptura, y pienso que lo del vaso fue muy significativo porque me entendiste totalmente cuando yo te decía “el vaso estaba quieto y de un momento a otro se cayó y se rompió”, y ahora ¿qué toca hacer?, volverlo a reencontrar. Lo otro fue que sé que todavía lo sigo haciendo es que mis emociones o las cosas van debajo del tapete, sí.

II: Ajá... esa era otra metáfora que traías.

C4: Sí, porque lo sentía así. Yo decía, “ay, hoy tengo que hacer esto, ay no guardémoslo”, o me siento triste, “ay, no, metámoslo debajo del tapete”, cuando yo decía “no, no, cuando me toque levantar ese tapete” o sea, de una va a ser muy doloroso, entonces yo vi que me entendiste cien por ciento cuando me dijiste “pues levantémoslo despacio, no hay afán para levantarlo todo, vayamos sacando las cosas despacio, pero pues obviamente es necesario hacerlo en algún momento”

II: En algún momento, pero creo que esto del tapete habla mucho del tiempo de este proceso, ¿no? Cuando uno va barriendo y va metiendo en el tapete, de pronto es porque “ay, después, después limpio”, ¿no? “Después miro a ver qué, o me consigo un aspiradora o yo que sé pero metamos ahí”, y también ayuda, a mí me ayudó a comprender también como el tiempo.

Recuerdo la del vaso porque también siento el estruendo dentro de mí, como que cuando se rompe un vaso, ¿no?, alrededor suceden muchas cosas, como “¿qué se rompió”, ¿no?, como que lo emocional me ayudó mucho ahí también a mí., okay. ¿Crees que tu terapeuta ha colaborado en la construcción o en la ampliación de las metáforas que se han incluido en el espacio terapéutico?

C4: Totalmente, porque cuando tú me preguntabas “¿de qué material está hecho el vaso?”, yo dije “ahhh, bueno, sí, dije, totalmente de cristal, porque fue una fractura total”, y cuando me decías, “bueno, ¿qué vamos a hacer con los pedazos?”

I1: ¿Cómo más crees tú que yo he podido de pronto construir una metáfora contigo? Estas creo que han sido metáforas que tú has traído, que tú misma has usado. Quisiera saber si de pronto el equipo terapéutico o yo, hemos construido una metáfora que haya influido en nuestra conversación

C4: Si, algún día tú me decías que la casita de la tortuguita, entonces que la tortuguita andaba con su casita, esa también, eso también me ponía a pensar y pues sí, uno lleva como las cosas así

I1: Ajá, okay... Bueno, ¿Qué crees tú que genera la metáfora en nuestro espacio de terapia?

C4: Yo lo veo como una charla como más tranquila porque me estoy pudiendo expresar y no lo estoy viendo como tan terapéutico, como tan, cómo decirlo, como tan técnico, sino no, es como una charla como más amena es algo como más dinámico, algo como diferente. Yo me ponía a pensar, o sea, si fuera una terapia normal, bueno, no, no, yo sé que eso generaría como más estrés, más, como más, ¿y ahorita qué voy a decir en mis palabras? Entonces, eso genera como una charla más tranquila, como más amigable porque veo que me entienden, con diferencia en hacerlo como más técnico.

I1: “Esto más técnico”, yo quisiera entender más cuando tú haces (movimiento que imita el movimiento de la participante con las manos)... ¿A qué te refieres con eso?, cuando no aparece la metáfora, ¿cómo sería esa conversación?, tú dices más técnica... ¿cómo sería ese espacio cuando no incluimos metáforas? ¿Cómo te lo imaginas?

C4: Como bueno, sentarme frente a una terapia, pero totalmente diferente, como con digámoslo así, como con protocolos. Bueno, “dígame cómo se siente hoy”, “no, me siento triste”, “ah,

bueno, entonces hagamos esto”, Sí, pero entonces “me siento triste”, sería como diferente con...

No sé cómo explicarlo... jaja

I1: ¿Se te parece a algún otro espacio?

C4: Digamos como cuando yo canalizo, eh, una vena. Entonces... Bueno, señor, le cojo la venita y ya, eso es como un procedimiento, como algo técnico, como algo ya escrito, como algo que se debe hacer de esta y esta forma.

I1: Como más médico.

C4: Exacto. Digamos como que está escrito tal cual, entonces no me generaría como ese ambiente tranquilo, es que estoy expresando como mis sentimientos. Un día me dijiste “este es tu lugar seguro”, cuando yo trataba de, “bueno, hoy voy a estar bien, hoy voy a estar bien”, cuando tú me dijiste “Este es tu lugar seguro”, yo dije claro, o sea, si no me puedo expresar aquí, entonces dónde, no tengo ningún otro espacio.

I1: Súper. ¿La metáfora ha traído beneficios o ha sido útil para ti o para tu terapeuta en el espacio de terapia sistémica?, luego de... pues después de todo lo que me has dicho, que te ha ayudado a sentirte, como a expresarte mejor, ¿crees que nos ha funcionado a ti o a mi para algo? ¿Ha sido útil en algo?

C4: Yo creo que totalmente, yo creo que si no hubiera esas metáforas yo creo que la comunicación hubiera sido más difícil, yo trataba como de explicar mis sentimientos pero pues no sabía si de la misma forma me iban a entender, entonces utilizando como estas metáforas me siento así es que ya todas se me han pasado porque se me ocurren de un momento a otro hubiera sido más difícil lograr que como que entendieran como ¿Cómo me estaba sintiendo?

I1: Bueno, ¿qué logras ver en ti cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica? ¿Qué pasa contigo?

C4: yo me empiezo como a... Trato de poner como mi idea, cuando me preguntas cómo te sientes, soy yo a ver cómo me siento. Entonces empiezo a ver ejemplos de la vida y me siento muchísimo mejor expresándolos, digamos, con lo del bus, cuando yo te decía, me estrellé y bajé a ver a quién había herido y Santiago ya se había bajado hace mucho tiempo que no me di cuenta cuándo, ahí me sentí bien porque sentí como que me entendiste, entonces cada terapia igual yo salgo ya como satisfecha porque digo bueno me entendieron, sé cómo expresé mis sentimientos, ellos vieron cómo me siento de verdad.

I1: De verdad y yo recuerdo mucho también un ejercicio que hicimos con tu cuerpo, como con estos capítulos del libro, eh, y quiero pensar en esa corporalidad de ese momento, cuando tú hablas desde la metáfora, qué sientes en tu cuerpo, o sea te sientes más entendida, ¿eso cambia algo?

C4: sí... porque digamos acá me voy más tranquila, me voy más relajada, y yo digo bueno voy avanzando un paso más. Yo me ponía a pensar, yo creo que por eso no me sirvió esa carrera, cuando estudiaba en el Poli contaduría, el área de matemáticas, ay no, porque yo lo veía muy técnico, entonces yo decía no, en esas cosas no, no, no me siento yo, yo creo que por eso cambié de carrera

I1: No te conectabas con lo técnico

C4: Exacto, entonces ya era obligatorio, yo me acuerdo que tocaba coger el bus hasta allí para subirnos hasta por allá, era allí en el Politécnico, y yo decía, ay no, que no llegue ese bus.

Entonces uno ya le coge como hartera. O sea, uno ya como que no lo disfruta tanto. Yo pienso que si las terapias fueran así, literal, yo ya no volvería jaja, porque no me entenderían, entonces yo diría, no, pero no entienden lo que yo siento. En cambio, con las metáforas, yo veo que sí, o sea, sí me entiendes y me sacas como otras ideas, o sea, como que yo pongo como la idea ahí y

tú, “bueno, pero mira esto”, digamos, lo del vaso, digamos, lo del bus, que tú me digas, “bueno, ¿quién más va en el bus?”

I1: O sea, tú sientes el cambio cuando conversamos juntas alrededor de la metáfora, es decir, el hecho de que lo hagamos juntas, de que, de alguna manera yo te responda sobre la metáfora ¿hace alguna diferencia?, ¿Te sientes distinto a que si yo siguiera derecho “ah, vale ya te entiendo, te sientes en un bus, sigamos”?

C4: No, totalmente diferente porque si yo te dijera eso lo del bus, y tu “bueno sigamos”, yo diría no, no me estás entendiendo porque... como que avalas mi idea, como que es una forma de expresarme, con diferencia a que me digan, “¿de qué material estaba hecho el vaso? “, yo, ajá, perfecto, entonces sí, sí, sí veo que es como una técnica muy importante para cada sesión, porque de ahí como que yo pongo el punto, bueno, “me siento triste”, bueno, pero en términos como de metáfora, digamos, “el vaso se rompió, ¿Qué vamos a hacer con los pedazos?”, digamos, ese día tú me dijiste, yo te dije, “es cómo guardar debajo del tapete”, y tú me dijiste, “bueno, pero toca destapar el tapete”. Exacto, entonces, se que me estás entendiendo lo que te estoy diciendo, a diferencia de que yo te dijera, “estoy guardando debajo del tapete”, “ah, bueno, entonces, sigamos a lo siguiente”...

I1: Ajá, ajá... a mí me llama la atención esto porque quisiera preguntarte, ¿Cómo sientes que tu idea como que se mantiene en la metáfora?, porque tenemos diferentes maneras de ver, digamos, el tapete, ¿no? Como tú me lo muestras y me dices “yo estoy guardando debajo del tapete”, y cualquier otro psicólogo podría interpretar diferente “guardar debajo del tapete”. ¿Cómo ha sido para ti ese proceso de construir, como tu propia idea, sin que se pierda por lo que yo de pronto te diga sobre la metáfora?, ¿Cómo ha sido ese ejercicio para que tú sientas que aun así hablando del tapete eres escuchada? ¿Qué pasa ahí para que tu idea no se pierda de pronto por la posición del

terapeuta que te puede decir, “ah bueno entonces eso es que usted está...no sé, evitando”? y tu idea no era solamente eso, era mucho más, ¿Qué pasó ahí, C4, de pronto tú qué puedes recordar que hace que en las metáforas tu idea siga y se alimente del terapeuta? ¿Cómo qué pasa ahí?, cuéntame, cómo lo has vivido tú

C4: En ese momento que yo te decía del tapete, yo decía, pero ¿cómo le explico?, y era así, que estoy evitando mis emociones, que estoy, que las estoy escondiendo, entonces cuando te empecé a decir “estoy guardando como mi tristeza debajo del tapete”, me gustó mucho fue eso, como que empezaras como a indagar, “bueno que más hay ahí, que más estás guardando ahí”, entonces yo te decía, estoy guardando el dolor, estoy guardando la ira, estoy guardando toda la rabia que siento por esta situación, mi cambio de vida, todo eso lo estoy guardando, entonces pienso que no se perdió la idea por todo lo que me indagabas y me decías, “bueno, ¿qué más estás guardando?” y yo te decía “el dolor”, entonces eso que me empezaste a preguntar pienso que fue muy importante que no se perdiera mi idea, ni lo que yo trataba de decirte, porque así me llegaste a entender, cuando me dijiste “bueno, toca de alguna forma empezar a mirar ese tapete”.

Entonces, ahí me di cuenta, bueno, no es que esté ... para mí, yo estaba evitando cosas.

I1: Sí...

C4: Pero pues en ese momento me hiciste caer en cuenta, bueno, es válido de pronto, pero va a llegar un momento pues que ese tapete ya no va a soportar más.

I1: Okay... O sea, me haces pensar que algo pasa con tu idea cuando llega la metáfora. Es decir, tu idea no se pierde, pero hay algo que pasa con tu idea cuando estamos conversando en torno a la metáfora. ¿Qué pasa con tus ideas? ¿Cómo la metáfora influencia esas ideas?

C4: Es como la idea en la forma en la que sale a la luz por medio de ella, digamos lo del bus, o sea, yo trataba de explicar, me estrellé, o sea, llegó un momento en que ya no más, tuve que

parar, entonces, ahí fue cuando me entendiste y como que esa idea no se perdió, o sea, ese sentimiento que yo quería expresar no se perdió y salió como más a la luz y me entendiste pues también por eso, porque me empezaste a preguntar “quién más iba en el bus, qué vamos a hacer con eso”

I1: Ok, ok. Y esas preguntas en torno a la metáfora, al bus, ¿alimentaron tu idea, influyeron en tu idea de alguna manera?.

C4: Exactamente, y más que también me daban como más ideas. Digamos, yo decía, “ah bueno, igual yo soy la conductora, pues no lo puedo dejar ahí botado, tengo que seguir”.

I1: Ok, dan más ideas, ¿te dan más información?.

C4: Sí, como para seguirme expresando y al mismo tiempo como también como abrir los ojos y ver, “bueno, coja ese bus y arranque otra vez”, o “coja ese vaso y toca recoger los pedazos y volverlo a organizar”.

I1: Ok, ok. Bien. Y ahora, pues como finalizando es, ya me decías lo que lograbas ver en ti cuando la metáfora aparece, que te sentías como más tranquila. Quiero preguntarte qué logras ver en tu terapeuta cuando las metáforas son incluidas en la conversación psicoterapéutica, ¿qué ves en mí cuando llegan las metáforas?

C4: Pues al principio, las primeras sesiones, yo decía “ay ojalá me entiendan, y no ésta está más chiflada, quién sabe qué le pasó” jaja, como que comparar cosas, pero ya luego yo te veía que me entendías y veía digamos esa cara como de “ah listo, es así, esto le está pasando”, entonces yo desde ahí dije “ah bueno, es válido” y es mucho más fácil para mí expresarme de esa forma, entonces vi como que como que te agradaba que yo te hablara de esa forma, porque también sentí como que me estabas entendiendo más fácil, y pienso para mí que también era para ti fácil explicarme otras cosas.

I1: ¿Sientes que hubo algo que yo te quise transmitir por medio de una metáfora?... que haya sido como importante

C4: Es que lo del oleaje sí me quedó totalmente grabado, o cuando yo te decía “bueno es como tener unos zapatos nuevos me van a doler, me van a... van a ser incómodos pero pues toca usarlos, que al principio siento que me van a bailar en eso como los zapatos, los zapatos” y que al final tú me decías “pero igual toca aprender a manejarlos”

I1: okay, bueno, pues me agrada mucho conocer el valor que ves en las metáforas y pues esta fue toda la entrevista que tenía para ti. No sé si quieras agregar algo a la luz de lo que te he preguntado, surge en ti como otra utilidad de la metáfora después de lo que hablamos y que quieras volver sobre algo de lo que ya hablamos, ¿quieres agregar algo más?

C4: Yo creo que a medida de todo este proceso ha sido muy, muy, muy importante la forma en que yo me he expresado a través de las metáforas, porque no lo podría hacer de otra manera. Digamos, si no las hubiera utilizado, no sé cómo expresarme, que fuera algo literal, con diferencia de utilizar las metáforas, digamos cuando me decías lo de las porristas y yo te decía “tengo muchas porristas” y tú me decías “¡ay eso es buena idea!”. Entonces yo iba viendo y yo dije “bueno es válido expresarme de esa forma” y que no me tildan como “no, ésta, ¿quién sabe en qué mundo vivirá para hablar de esa forma?”, eso me gustó mucho cuando me dijiste, y todavía veo, hasta hoy me lo recuerdas, lo de las porristas y me decías me acuerdo lo de las porristas, entonces cada metáfora que yo he utilizado tú la recuerdas totalmente o sea no la has dejado pasar y veo que así ha sido más fácil expresarme porque a ti te han quedado como grabadas esas cosas

I1: claro bueno no, pues muchas gracias por tu tiempo por todo lo que estás aportando a esta entrevista, y pues bueno, muchas gracias

Anexo K. Transcripción grupo focal

Transcripción Grupo Focal

Investigadora 1 (I1): Bahamón, María Juliana

Investigadora 2 (I2): Bolaños, María Alejandra

Codificación:

TB = terapeuta mujer 4to semestre de maestría

TC = terapeuta mujer 4to semestre de maestría

TD = terapeuta mujer 4to semestre de maestría

TE = terapeuta hombre 4to semestre de maestría

TG = terapeuta hombre 4to semestre de maestría

TH= terapeuta hombre 4to semestre de maestría

*Exclusión de letras que pudieran relacionarse con los nombres de los participantes del grupo focal

I1: Bueno, entonces les queremos agradecer su participación, vamos a hacer una serie de preguntas que van a guiar la discusión, siéntanse libres de aportar. La idea es que, como leyeron en el consentimiento informado, la idea es indagar sobre el uso de la metáfora en el espacio conversacional y como responde a ciertos desafíos, entonces vamos a ir por diferentes como temáticas y pues quisiéramos contar con toda su sinceridad, claramente recordando la confidencialidad de sus consultantes si van a referir a ellos, por favor omitan nombres específicos y bueno el cuidado de la información.

I2: Entonces pues, como primera pregunta, quisiéramos saber ¿cuáles desafíos conversacionales han encontrado en el espacio de la terapia con sus consultantes. ¿Qué han hallado allá?

TG: Desafío conversacional. ¿Cómo un desafío conversacional?

I2: Como...

I1: Como una dificultad en la conversación.

TC: Yo, o sea por mi parte puedo decir de dos, que se me vienen a la cabeza con una consultante y una era que no le gustaba hablar, o sea, literalmente ella decía “Es que no me gusta explicar tanto todo, no me gusta hablar” y ahí es donde tuve que buscar recursos diferentes como dibujos, pues para poder comunicarme con ella y que ella pudiera explicarme que era lo que sentía y demás. Y, por otro lado, también con la misma consultante era paradójica, entonces yo me he perdía mucho en la conversación y lo que me sirvió fue ponerlo, y decir ¿te das cuenta de que hace 5 minutos me dijiste una cosa y ahora te estas como contradiciendo? Entonces se me vienen a la mente esas 2 dos dificultades.

I1: TC, los dibujos eran con base en que, como de donde surgían esos dibujos, o sea eran simbólicos o...

TC: No, ella era diseñadora gráfica, entonces ella los dibujaba y lo que dibujaba, ella dejaba más que todo los sentimientos entonces los plasmaba en imágenes y se dibujaba también mucho a ella, pero también usaba figuras como corazones. Usaba muchos corazones, usaba mucho el morado y el rosado, pero ella su personalidad no era así, su personalidad se vestía de negro, y en sus dibujos usaba mucho eso.

I1: ¿Cómo esto te permitió que ella hablara en la conversación?

TC: Pues fue la manera literal que pues encontramos para que ella pudiera hablar, que significaba la tristeza de su vida, que le estaba diciendo la tristeza en su vida, ehh o la alegría o la frustración. Entonces fue literal la forma que ella hablaba.

I2: O sea que a través de todos estos dibujos encontraron la manera de poder llevarlo, de superar ese desafío conversacional.

TC: Exacto.

TB: Se me viene a la mente un consultante que iba con una velocidad muy rápida, muy ansioso, traía muchos temas de 30 segundos y a veces era difícil como agarrarle el hilo, entonces como qué tenía que estar muy pendiente todo el tiempo, ¿no? Y era también agotador de alguna manera. Y el mismo creo que esto también refleja un poco también como él estaba viviendo su vida, a mil. Eh, Entonces, bueno era un consultante que tenía directa, así de con el equipo nos apoyamos bastante y la manera, o sea, una de las maneras que encontramos fue digamos, yo soy un poco más calmada, así que les bajaba mucho más a mis revoluciones para que él también empezara a bajar y así no dejamos de pasar, pues no dejamos pasar tantas cosas. Y también a veces como podérselo poner como es que me estás diciendo esto no estoy entendiendo esto, ¿no? como tratar también de aterrizarlo un poco, porque iba muy rápido.

II: TB, en algún momento se te ocurrió o lo hiciste como usar esa velocidad del discurso como manera de comprender cómo su vida estaba siendo llevada

TB: Sí, sí, sí, sí, muchas veces le poníamos... Y él también lo decía él también de repente se daba cuenta y es como “sí, es que así, así es mi vida”, ¿No? De alguna forma, y también, bueno es que fue hace tiempo, pero yo me acuerdo de que a él le costaba mucho también conectar con emociones. También por qué a mil, entonces también bajarle fue como no espera, entremos ahí, en eso que te está doliendo, no lo ignoremos, ese un caso y el otro, por ejemplo, con adolescentes, que a veces es más difícil, como tener un lenguaje que haga sentido, ¿no? Que le haga sentido, que yo pueda entender y ella también, entonces sí he tenido adolescentes que puede hacer más retador dialogar.

TD: Yo también pensé en consultantes digamos, una dificultad conversacional o un reto conversacional, son los consultantes que se quedan mucho en la en lo anecdótico, como en las

anécdotas, y vuelven una y otra vez sobre las anécdotas y pues para la intervención, una necesita digamos como, claro ayudarse de la anécdota, pero coger esa anécdota y volverla en algo reflexivo, y algo que también por ver a las compañeras en directa y como por encontrarme mucho con estos consultantes, digamos un recurso ahí que vi muy útil para empezar a usar en ese tipo de conversaciones fue como recursos que produjeran imágenes, más que o sea que fueran más allá de la conversación, imágenes tipo hacer esculturas, simbolizar la respuesta a esta pregunta por medio de un dibujo o por medio de... de gráficos, algo como que aterrizará todo eso que está ocurriendo en algo como tangible que sí... o como algo material, sobre lo que se podía detener y ahí sí, como reflexionar para ir más allá de la anécdota.

II: Quien solía proponer este dibujo, ¿tú?, como esto que me dices me hace pensar, en este dibujo o ella o le pedías que lo hiciera ¿Cómo era eso TD?

TD: Sí, llevaba como con esas personas que suelen ser anecdóticas, llevaba como la propuesta de entonces, como hoy vamos a trabajar como por medio de esta herramienta o hoy vamos a hacer... Digamos en directa una vez hicimos escultura con el equipo y fueron sesiones super movilizadoras entonces como que sí como que esas imágenes impactan de una forma distinta a quedarse en el relato, pues de esas historias que son patrones, entonces suelen volverse similares, pero pues sacar de ahí a las personas a veces es como el reto.

TC: y... Perdón TD, solo para complementar esa experiencia que tuvimos en directa, las esculturas se volvieron literal una metáfora porque ella, o sea nosotros estábamos simbolizando su familia y lo que sentía su familia y las cargas y demás, entonces además de ser una metáfora para ella, pues para nosotros también lo fue, porque también sentíamos un poco lo que cada miembro sentía, ¿no? Eh y juntas también en la misma supervisión directa, usamos muñequitos que también le permitió a la consultante cómo ubicar cómo estaba su familia frente a las

relaciones y demás, y ella misma se dio cuenta como con esa metáfora, porque cada muñequito simbolizaba una persona de su familia lo que estaba pasando y ella no había logrado entenderlo y ya llevabamos como un año trabajando, pues sí, casi 1 año trabajando con ella y solo cuando ella lo vio en esa metáfora fue que realmente entendió.

I1: TC yo quiero retomar lo que tú dices de nosotros, lo que nosotros también sentíamos. ¿A qué te refieres con eso?

TC: Pues, por ejemplo, yo era la mamá, creo que era ella, no me acuerdo, entonces cuando tenía que cargar a una de ellas, o cuando me tenía que arrodillar, porque para ella la mamá estaba como arrodillada y ella estaba encima de la mamá entonces ahí también se vuelve, pues cansa, o sea, no, como me imagino a esta persona y yo solamente representándola en 10 minutos, me cansé mucho o cuando me abrazaba, cosas, así como que pude sentir, muchas otras cosas que solo hablar.

I2: ¿Y tú le expresabas lo que te hacía sentir ese movimiento o esa escultura?

TC: Sí, me preguntaban cómo te sientes y yo respondía cansada.

TH: Si, yo, me hicieron recordar una experiencia interesante, una metáfora de una consultante cuando me traía la sensación, la experiencia de sentir que estaba muy preocupada por su mamá y que viviendo en otro país igualmente cuando sentía que estaba liberando esa historia familiar, como que volvía la relación con la mamá y la volvió a traer como ese lugar de cuidado. Primero yo quería ofrecerle una metáfora que representara lo que ella estaba experimentando, y la primera metáfora que se me ocurrió era como si estuviera aguantando agua o el aire debajo del agua, y sacara la cabeza y apenas saca la cabeza, como que ella la llama otra vez a ir a las profundidades, entonces ella me decía, si, y como que vuelve hacia algo muy profundo, yo apenas siento que apenas vuelve a sacar la cabeza y eso le hizo entender cómo esa experiencia de

aguantar el aire, ir a las profundidades del pasado que ella lo traía ahí, y jugamos a partir de esa experiencia de ¿Que sería ir a una isla? Porque cuando sacas la cabeza te la vuelven intentar poner. ¿Qué quieres hacer dentro de ese mar de cosas? Y nos funcionó en un momento, y jugando con ello ya, comenzó a entender o preguntarse ¿Qué quería hacer? ¿hacia dónde quería nadar? Le funcionó la metáfora, y en otro momento, cuando ya estábamos hablando de cómo se estructuraba su familia y en qué lugar se estaba posicionando, planteábamos si dentro del carro de su familia, ella estaba situada adelante o atrás como poniendo esta metáfora de bueno si estás en la jerarquía arriba o abajo, adelante o atrás, y si ella estaba a veces de copiloto o ella estaba manejando y su mamá estaba de copiloto o incluso atrás, y con esa metáfora ella también se preguntaba que angustia tendría ella de manejar eso ahí, que se siente manejar ese carro, y si le está facilitando manejar su carro porque estaba próxima a casarse y quería como ya hacer su vida de alguna u otra forma, y como era manejar también 2 carros a la vez, y ella como que cuando jugábamos con la metáfora también se le facilitaba expresar como la situación emotiva que estaba teniendo en ese momento la angustia de manejar tus carros, porque ella también quiere expresar porque no quería estar manejando ese carro, pero que le dolía y le daba miedo no manejarlo también porque sentía que no tenía. Entonces, creo que es una metáfora que le ayudo como a exponer esa vivencia y también como el movimiento afectaba ese mundo emocional.

I1: TH ¿Cuáles serían los desafíos conversacionales que logras identificar tanto en la isla como en el carro? ¿Como que era eso difícil que estaba ocurriendo en la conversación? Si te entiendo, es la expresión de la emotividad de la situación. ¿Pero cuál era esa situación desafiante que te llevó a acudir a la metáfora?

TH: En la primera yo siento que se la ofrecí para hacerla sentir comprendida dentro de su relato, pero en el segundo desafío conversacional, era invitarla a que ella observara o conectara sus

dificultades dentro de su vida personal, como su experiencia en su lugar, como una angustia que no identificaba, con la experiencia familiar como que a veces las separaba. Entonces, como yo en una metáfora le puedo invitar a conectar estos dos elementos que ella creo que no está viendo y que la metáfora me ayudo a poder conectar.

TE: Bueno, los que yo quería señalar tienen que ver con lo mismo, pero desde distinta perspectiva, y tienen que ver con instancias en las que yo propongo un elemento para la conversación, y no obtengo respuesta, y a la inversa, instancias en las que el consultante me ofrece algo y yo no sé responder o no me veo en capacidad de responder, entonces creo que esos son para mí los momentos que ilustran desafíos conversacionales que me han interpelado en formación.

I1:TE, traes algo muy importante que son como esas sensaciones que ocurren en terapia y sentir que no hay respuesta, y si bien varios de ustedes han mencionado el uso de la metáfora en esos desafíos, pues tú traes un desafío grande que no, pues que no necesariamente, te entiendo, respondiste con metáfora.

TE: Sí, no necesariamente.

I1: ¿Identificas algún otro? o ¿Alguien identifica otro desafío conversacional como algo general que le suceda y que no necesariamente hayan respondido con metáfora?

TG: Pues yo resueno mucho con TD, porque hay 2 formas en las que a mí se me suelen embalar mucho los consultantes, una es el episodio recontar detalle por detalle y otra es por las elucubraciones lógicas del episodio, entonces resueno mucho también con TH. Tengo una consultante a la que yo solamente le he puesto una metáfora una vez y el resto de las metáforas me las ha puesto de ella y ella como otro consultante de directa, ambos eran como “entonces yo le dije esto y me dijo esto, pero yo me pongo a pensar si le dije que es correcto porque si fuera

correcto sería si yo hubiera sido respetuoso con no sé si fui respetuoso, porque el respeto significa...” Entonces también se pueden abstraer mucho en tratar de encontrar respuestas, como en la abstracción y la invitación difícil es bueno, como le damos textura a esa experiencia, que es lo que pasó ahí, en ese contexto, más allá de decir si fue bueno o malo, violento, no violento, respetuoso, no respetuoso. Y ehh, las metáforas a ratos me ayudan como para poder darle textura a la experiencia, pero recuerdo mucho...

II: Disculpa TG antes de que sigas contándonos ya sobre cómo la metáfora te ayuda. ¿A qué te refieres con dar textura?

TG: Es que lo puedo ejemplificar con un consultante y me gustaría comentar lo de la otra consultante y no me demoro. Es que, en este consultante, se iba mucho por estas elucubraciones. Entonces, yo no lograba ver, esto lo estaba pensando mientras estaba pasando la situación, esto lo pensó después, esto lo pensó toda la semana con quien habló de esto, de dónde vienen estas ideas. Entonces como que un momento me di cuenta de que parecía que el problema era más como se llenaba todo esto y todas estas preocupaciones, pero él estaba tratando de resolver llegar una respuesta ahí y yo lo que estaba viendo es que a lo mejor buscar una respuesta ahí era lo que le estaba rompiendo la cabeza. Entonces, para darle textura y que él la pudiera ver, le pregunté, haz de cuenta que esta habitación es tu vida, ¿Cuánto de tu vida ocupa estas preocupaciones? Y él se hizo en una esquina... ¿Se acuerdan? (Mira a sus compañeros de supervisión directa), él se hizo en una esquina y él tenía la esquinita, y el resto de la habitación eran las preocupaciones y eran los demás y lo que los demás esperaban de él, y eso ya puso la conversación en otro lugar ya no era, ¿Será que yo soy egoísta o soy altruista? O será que sí, ya no era eso, sino ya es que las expectativas de los demás están muy presentes, yo siento que tengo poco lugar, me siento ahogado y eso ya permite comprender mejor qué es lo que está pasando, ya sé lo que estás

pensando sobre lo que sucede, pero con quienes pasa, entonces empezamos a dividir. ¿Cuánto de esto es la expectativa de tu pareja? Tanto, ¿Cuánto de esto es la expectativa de tu trabajo? tanto, pero es del trabajo, es de tu jefe, es de tu compañero, no a mi compañero, de mi jefe, sobre todo. ¿Y que hay ahí donde tú estás? también buscando recursos ¿Y dónde tú estás, qué hay para ti? No muy poco espacio y al final del día la hora de dormir. Sí, como ya empieza a tener textura de cotidianidad, ya empieza a salir el tiempo, ya empiezan a salir personas, lugares, relaciones y ya no solamente como yo considero que la... el egocentrismo es cuando tú no piensas en el otro, pero ¿Cuál otro?, pero pensar sobre qué, cuál era el problema, así como darle contexto. Y muchas veces es difícil, porque yo notaba cuando yo le hacia una pregunta para volver sobre eso, él se iba por las elucubraciones. Entonces dije, no, aquí hay que cambiar el modo de lenguaje, porque si no, no vamos a conectar. Este desafío es bien curioso, me paso con una consultante, no sé qué tan general sea. Primera sesión llegó llorando, muy fuerte cansada todos los días, llanto todos los días, no sé por qué, hablamos mucha culpa por haberse diferenciado de su familia, mucha culpa de haberse bajado del carro, porque se dio cuenta que no podía seguir manejando y me contó la situación, y yo dije, pero no está mal lo que estás haciendo, es importante que pienses en ti, primera sesión, y yo me fui, como lanza en ristre a cuestionar estos valores de lealtad y a la sesión ella llegó plena. Llegó, “no, que más doctor, que me cuenta” y yo como oye pero te veo muy distinta, “si no es que estuve pensando lo que dijiste” todo bien pero cuando íbamos hablando, yo sentía que igual algo no estaba bien. Mucho tiempo después aparece la pauta en la que ya tiene que estar bien ya, entonces pues el doctor me dice que no me preocupe, pues yo no me puedo mostrar preocupada. Pero al día de hoy todavía el haberse bajado del carro ahora que ve cómo está chocando el carro pues le conflictuaba, pero yo sí sentía estática. Siento que, si está muy triste y era algo que solo yo, o sea, y no encontraba cómo decirle yo no, porque

tampoco quería invalidarla en sus cambios como ¿Qué importante que estás reflexionando sobre toda la autonomía? Y en un momento me llegó una imagen a la cabeza, y era que yo sentía que si yo las llegaba a tocar era como si yo estuviera tocando una piel abierta la piel, como la herida abierta y si la tocaba era muy hiriente, era muy detallada. Entonces yo le comuniqué la imagen, mira yo no sé ni porque te voy a decir esto, pero estoy con esta imagen estoy sintiendo eso. Eso te viene a ti de algo, eso a ti te suena de algo y le conectó con unas experiencias muy dolorosas en las que la familia había sido muy invalidante alrededor de un aborto que tuvo, y lo tuvo el año pasado, lo había tenido el año pasado, cuando empecé con ella tuvimos esa sesión, y yo le dije le cree un problema al consultante, no hay que meterle problemas a los consultantes, yo hubiera podido cerrar acá de pronto, será que le estoy generando dependencia, que hice, pero cuando empezamos a conversar sobre el tema de la experiencia, de lo que fue esa situación y como reaccionaron los demás. Yo dije, no, aquí sí hay un lugar de culpa y de autoflagelación que no considero que está resuelta y que le aquejan el día a día, entonces esa fue la única vez que yo le puse una metáfora. Sí, una metáfora y conectó de un lugar muy suyo, o sea, no, no es como esto que te está pasando, lo veo como si no tengo esta imagen, tengo esa sensación al estar aquí, al sentirte en tu postura, al sentir como me dices, no, no, todo bien.

II: TG, o sea, ahí el desafío conversacional concreto que ves al que respondió esa metáfora, ¿Cuál fue? el desafío en la conversación.

TG: Yo sentí que algo estaba doliéndole mucho y ella "no, yo bien, muchas gracias", "¿Y ahora qué vamos a hacer? ¿Y hoy cuál es la actividad?" Y además doc, ¿no? (risas) y yo no, pues de qué quieres hablar hoy, y ella no pues usted, dígame usted qué sabe usted es el doc y yo cómo conectar de manera abierta para que ella pueda, o sea, para no inducirle un trauma sino darle posibilidad que ella conecte y, pero también poner lo que estoy sintiendo ahí y sin yo ser el que

dirige la conversación. Entonces tenía esa imagen muy pegada a la cabeza y pues nada la pondré ahí a ver qué.

I1: Yo, pues antes de precisar en las metáforas que creo que han sido muy específicos ustedes en las que las metáforas han ayudado a responder, pues a los desafíos que les ha permitido responder. Pero me quiero devolver a ti, TE y es nos logras mostrar cuáles son esos desafíos en la conversación. Ahora quisiéramos saber, cuales de esos desafíos que planteaste tanto desde tu falta de respuesta en el consultante, como la falta de respuesta que el consultante recibe de ti, ¿Cuándo has podido resolverlo por medio de la metáfora?

TE: Okey, entonces, en el caso en el que yo no obtenía respuesta, era puntualmente en un caso de atención a un niño de 10 años, y bueno, pues por el contexto del niño, porque yo entendía muy bien porque no estaba en disposición de sostener una conversación articulada conmigo y pues entendía que tampoco esa era la idea, entonces, pues optamos por jugar en vez de conversar de forma habitual y en el juego el mismo chiquito iba mirando unas metáforas que me terminaron salvando a mí el espacio (Risas), y era perfectamente elocuente, entonces él hablaba de un bosque oscuro donde había un lobo muy solo, me hablaba de un castillo que estaba bajo ataque de unos monstruos, entonces pues ahí comenzamos de a poquitos, a integrar esto, pero pues lo lindo de todo esto que brotó de él,

I1: Bueno, ahora que se han escuchado como grupo, hay algunas, hay algunos desafíos que identifiquen en ese espacio de terapia, que la respuesta haya podido ser mediante la metáfora y que de pronto no lo hayan mencionado para precisar

TG: Me repites la pregunta

I1: Ya que se han escuchado unos a otros, ¿Identifican algunas otras situaciones de desafíos conversacionales donde la metáfora haya podido ser la respuesta a estos desafíos?.

TC: Si o sea a mí se me viene o se me vino escuchando a los otros, otra cosa, que esto también va para mi tesis ¿bueno? (risas), que o sea yo tengo una paciente que somatiza mucho, y entendimos que la necesidad era que hasta que ella no verbalizara o nombrara como lo que ella estaba sintiendo como que no iba a poder estar bien y el dolor en la barriga crecía y eso de hecho nos dimos cuenta porque usamos un libro que TB me presentó y que hemos usado para todo.

TE: ¿Cuál?

TC: La de la bola de agua, entonces la bola de agua es una bola que está dentro del estómago y de hecho la persona se llama María en el libro y empieza a crecer la bola de agua y para esta paciente significo mucho, porque cuando creces, cuando no, como que no habla de eso que le está importando, así que ese se me vino, un cuento junto con la somatización, y fue una metáfora la que nos ayudó a identificar que ella necesitaba expresar lo que estaba sintiendo para disminuir ese dolor en la barriga.

TG: Hay un desafío que de pronto no hemos comentado a veces que es cuando uno ve algo que hay que tocar incluso puede ser una postura violenta del consultante y uno no quiere ser muy confrontativo, uno no quiere ser muy directo porque sabe que eso echaría al consultante, entonces, como un empieza a decir hummm esto como que esta denso, ahí la metáfora, puede ayudar mucho.

I2: ¿Tienes algún ejemplo de eso?

TG: Estoy pensando en uno, pero me acabo de dar cuenta que no es tan metafórico, pero puedo hablar del desafío, el desafío es que este man tiene la visión de que su hija es una mente maestra del crimen que a través de su anorexia los manipula para comer galguerías, y yo lo que había visto por lo que me había contado la mamá, la hermana que es a quien yo estoy atendiendo y la terapeuta de la que tiene la anorexia, es que no es como que o sea, ella tiene preocupación

corporal, o sea, incluso antes de angustia, comer eso, pero al mismo tiempo lo único que le da ganas de comer, entonces, yo decía esto no es tanto que las esté manipulando, sino que es el apetito que le queda, entonces, pues quizás de manera muy indirecta y durante varias de esas salidas que él tuvo yo le volteaba muy directamente, le hacía un reenmarcaje volteado, como bueno lo puedes ver como el que está manipulando o lo puedes ver como que menos mal todavía tiene apetito para las cosas porque los casos donde no, son más difíciles y yo no sé de anorexia a ese nivel, yo no sabría si el marcador de gravedad es que ya ni coma galguerías, pero él me boto como 3 de esos comentarios, de ella es una mente maestra del crimen que nos tiene a todos manipulados, sabiendo que además la pauta es una violencia muy grande de él hacia sus hijas. Y le fui haciendo esos 3 de reenmarcajes y de manera muy indirecta le decía cosas como sí es como el chiste de perdón, es como el chiste de la mamá judía con sus hijos, sus dos bebés y se acerca alguien y le pregunta cómo se llaman, él es Tomás el abogado y él es Andrés el doctor, como las expectativas que desde bebés se le ponen, pero son bebés. Entonces, como de maneras muy indirectas le iba diciendo cosas como estas proyectando sobre tu hija, estas forzándola a las cosas, estas rechazándola, estás juzgándola y al final me dijo, como bueno, me haces replantearme muchas cosas sobre como estoy viendo a mis hijas y en ningún momento le dije como ¿Tú por qué ves a tus hijas así o porque tienes esta percepción de ellas? Entonces ese era un reto como ¿Cómo hago para confrontarlos sin que me muela a palo?

I2: Y en ese sentido ¿si te permitió movilizar este espacio?

TG: Creo que la metáfora fuese más bien, bueno como analogía con la mamá, el chiste racista.

I1: Bien, pues la idea aquí que surgieron muchos elementos en esta conversación, pero lo que queríamos era darnos cuenta de esos desafíos conversacionales comunes que podemos tener nosotros en el espacio de terapia y que la metáfora puede responder ahora, entonces vamos a

pasar a un objetivo que precisa mucho más en las metáforas, como no tanto que nos cuenten sobre toda la experiencia del caso, sino puntualmente que metáforas recuerdan y demás

I2: Que acá ya han mencionado, alguna metáfora que hizo o resonó consultantes, incluso TE con el Niño.

I1: Sería bueno como las que recuerden

TC: O sea, una canción, pues una canción que no me acuerdo como se llama, pero hablaba como de la depresión, el video de kung fu panda, baile, y ya las otras que dije

TB: Yo tengo 2 con la misma consultante y es una mamá, que tiene sus 3 hijas y bueno, como que ahí estamos hablando también de los lugares de libertad, tanto de sus hijas como de ella, y una metáfora que le sonó mucho por el tema de abrir sus alas, entonces ella siempre usa, vuelve a lo de las alas, entonces dice es que mis alitas hoy estás muy magulladas, o siento que todavía no saben volar, o claro que quiero volar muy alto, o sea, como que siempre trae un poco la idea de la metáfora de las alas y es bonito. Humm, con ella misma también algún día le compartimos un cuento de un elefante encadenado, que claro que siempre creció encadenado y no podía conocer más que eso y no sabe, no como el tema de la libertad y siempre ella misma lo trae de regreso es como hoy estoy como el elefantito encadenado entonces eso es súper útil, y también he usado bueno si muchos cuentos infantiles que funcionan un montón, por ejemplo, uno que me gusta mucho el contexto de migración que se llama Eloísa y los bichos, por ejemplo, entonces, esto es una niña que llega al país de los bichos después de haber migrado, entonces pues ella se siente como un bicho raro, entonces esto servía mucho con los niños migrantes, que venían migrando también de entender pues como se sentían de diferentes y todo el dolor que había detrás y todo esto. Entonces sí, creo que los cuentos han sido super útiles y con adultos, también los cuentos son muy chéveres con adultos.

TD: Hoy justo salió una con una consultante, que la tengo super fresca y es que ella llegó de vacaciones, y siempre, como la pregunta, que las vacaciones de diciembre son como ese momento en que uno dice o salió muy bien o salió muy mal, y ella llegó contando pues todos los cambios que habían, cómo se había sentido en vacaciones, que está muy tranquila, muy en paz y una vez empecé a recoger todo esto en la conversación, ella misma sacó esta imagen muy clara como de es que antes cuando yo llegue hace dos años mi vida era como un cuarto oscuro, húmedo con moho, y hacia cara como de asco y como denso pesado, donde no le pasaba el aire, y ahora siento que estoy en un cuarto iluminado con las ventanas abiertas que le pasa el aire, y eso es como una imagen muy clara, sobre todo como la del moho, lo húmedo y luego ya donde se puede respirar, en donde es un espacio agradable, y ella decía como que las cortinas vuelan, entonces como un cuarto más ameno donde se quiere estar.

TC: El teatro, a mi paciente le gusta el teatro, entonces una vez fue como utilizar la metáfora del teatro para saber cómo quería sus relaciones de pareja, entonces si tu pudieras definir en una obra de teatro la relación de pareja que hoy en día tienes como sería y la describió como un drama, melodramático y como quisiera él que era como una comedia romántica, entonces a partir de ahí trabajamos.

TB: También, bueno, perdón ahí por volver a hablar, retomo con esto y es también con un consultante, estamos hablando sobre sus relaciones familiares y el chico estudia arte entonces como que conecta mucho con otros lenguajes y bueno como tarea como que él quería sí pensarse sobre sus relaciones y luego él empezó a construir como una historietita y a cada familiar era un personaje entonces ya como que los puso en perspectiva, y luego él mismo, también un exnovio del suicidio, entonces, claro, su proceso de duelo ha sido extraño porque no, nunca volvió a hablar con él. Bueno, ahora todo ese relacionamiento, y también de nuevo con el arte y con esta

idea de hacer historietas como que él está creando personajes y está boceteando, haciendo como los personajes, los dibujos y me los muestra, y luego hicimos también la metáfora del proceso de terapia, como, así como tú estás boceteando y puedes borrar y volver y se va construyendo, pues la terapia también es un proceso. Entonces estamos boceteando y vamos a seguir construyendo esa historia, entonces esa ha sido también mi...

TE: Sí, ehmm, recuerdo una de un proceso con un chico que estudiaba licenciatura en física, y decía que la vida es compleja como una ecuación multivariable, pero entonces lo que uno hace para resolver estas ecuaciones es paso a paso. Él mismo también recurrió a la de las ballenas orcas te encantaban eran como su animal espiritual, porque andaban siempre en manada, recorrían grandes distancias, y a él le gustaba mucho viajar y eran majestuosas, podían superar los obstáculos saltando, esa fue otra. Otra de cierre de proceso con una consultante que entendía la vida como viaje y se entendía específicamente a ella recorriendo ese viaje en una chiva, entonces sí, porque yo he estaba pensando en la canoa, y ella no en una chiva porque es algo muy local, porque es algo caótico y ruidoso, hay animales, hay gente, se sube la gente, se baja la gente. Las chivas suelen ir medio destartaladas, pero pues son también como un símbolo de alegría, entonces pues está bien. La del chiquito, pues que comenzó a fabular que él que era un lobito solo en un bosque, pero después el lobito comenzaba a hacer amigos y se daba cuenta que podía estar acompañado, y una señora mayor que era creyente, tenía una relación muy problemática con uno de sus hijos, y termino resignificando a partir de la parábola del hijo prodigo entonces también uso su relato para sanar ese vínculo.

TG: Bueno, yo tengo una que es la metáfora del contrato para hablar sobre las relaciones de pareja de esta persona, que permitía representar como había como una serie de cosas esperadas y también de simbolizar que él podía firmar o romper el contrato y además, y poder empezar a

hablar sobre cuáles son esos mandatos que hay en el contrato, esta consultante, que les digo en un momento estábamos hablando sobre su sentido de vida y ella se sentía muy perdida, estaba apenas volviendo a descubrir y decía que sentía algo acá (señala a su cuerpo), y la invité como a regalar una imagen y habló de una bola de cristal que está borrosa, entonces ¿Cómo empezar a limpiarla? cuidarla, que no se caiga, que no te rompa, es algo muy importante y delicado, pero también le permite ver, o sea, conectarse con ella le permite ver hacia dónde quiere ir, que quiere para ella, que es que está dentro de ella. Ella también sacó una metáfora de un dragón, en una ocasión hablando sobre la rabia, y yo le dije ¿Qué quieres hacer con el dragón? Cancelarlo, pero y ¿Cómo logras encarcelarlo? No difícil el dragón es muy grande, muy fuerte y cuando sale, sale con todo, le sale enojado, y con el tiempo, en el momento hicimos como esculturas sobre cómo el dragón salía a veces en relaciones, entonces pusimos las esculturas en relación y al final bueno, ¿Qué relación quieres con el dragón?, y pues abrazó el dragón, super bonito como ese lugar de comprensión de porque estaba ahí, y que rol había tenido en protegerla, como Fiona y el dragón de Shrek, como de cuidarla de mala gente, ehh también la metáfora del jardín, como cuando tener una buena relación con el dragón implica que como no está por incendiarse, pues puede haber un jardín con flores bonitas. Para hablar de pareja, también la metáfora de un cuarto, donde el que pinta cuánto espacio te deja para tu poder pintar en el cuarto lo que quieres ver o si el otro pinta contigo o si no pinta contigo, si cuarto está oscuro, si no ves luz o si el otro es tu luz. ¿Pero como pero dónde está tu propia luz? Como estas metáforas de autonomía en las relaciones.

TH: yo... se me van las que quizás tenga, y eso creo que pasa, pero recuerdo una en la que quería comprender una mamá qué esperaba de la terapia. Y, cuando ella me empezaba a ofrecer ella qué esperaba de la terapia, yo quería ser confrontativo frente a esa perspectiva porque la veía problemática. Entonces ella describió que su objetivo era que a su hija no le pasara, que aunque

tuviera un contexto difícil en donde ella percibió que todos la atacaron, que a ella no le importara o no se dejara afectar por lo que le dijeran. Entonces le propuse la metáfora de ¿Quieres que tu hija a pesar de que está en un contexto difícil tenga una burbuja y que nada le afecte?, y ahí ella desde esa metáfora se replanteó si quería crear una burbuja alrededor de su hija, o qué esperaba que hiciera su hija dentro de esa burbuja e hicimos una conversación sobre la burbuja, entonces fue una conversación interesante. Y otra, muy relacionada a duelo, mi tesis, como de las huellas que ha dejado ese otro y la pregunta relacionada ¿Qué semillas dejó en ti esa persona? Y, ¿cuáles han sido sus frutos en lo que te pasa hoy?, preguntando por esas voces internas a través de semillas.

TB: Bonito... semillas de vida

Todos: risas

TG: Se me acaba de venir una re fuerte, que fue en una sesión de cierre. Le propuse a esta persona que dirigiera la sesión, porque era como un ritual que había pedido que preparara para recobrar sus aprendizajes. Y ella no había traído nada preparado, entonces yo le dije, te voy a esperar durante 15 minutos y llegas con él, ¿no? Y si no, pues nada, vemos qué hacemos. Y llegó con “quiero explorarme adentro, en este espacio, pero no sé cómo hacerlo”, entonces yo le pregunté ¿Cómo lo ves?...¿como si fuéramos un espacio abierto?, “no, es como un laberinto”, Ok, entonces vamos a ir construyéndolo juntos, salimos los 2, vamos a entrar al laberinto, ¿Quién lo abre, tu o yo?, y fuimos entrando al laberinto y era como “escucho por allá al fondo, una voz de una niña que está llorando”, ok, “¿qué camino ves para allá?”, “Acá hay un hueco gigante que no me deja pasar... por aquí hay espinas”, “¿cómo podemos pasar entonces?” y toda la metáfora, recorrimos todo el, todo el consultorio, nos sentábamos a ver el hueco, qué había en el hueco, pero toda la metáfora la hizo ella, Yo como que sólo le fui *prompteando* para, como

chat GPT, para que siguiera, para que siguiera, para que, “Ok, pero ¿cómo vamos a llegar hasta allá?”, al fondo del hueco veía a la familia, como ella estaba ahí, el hueco le decía “ven, ven con nosotros...”. Cómo ella podía bajar, pero también podía volver a subir. Y, fue muy curioso, porque en cada parada ella iba recobrando algo de lo que había aprendido. Entonces, cómo puede ser muy doloroso eh... afrontar lo que han sido momentos dolorosos, pero como al atravesarlos, que era lo de la de las espinas, pues podías llegar al otro lado, podía abrazar a esa niña, podía... eh... Cómo es, cómo ella de alguna manera había construido un puente encima de ese hueco para no caerse ahí, eh... cómo ella había dejado unas escaleras, pero no podía ser quién cargara por esas escaleras a todos los que están adentro, y cómo ella igual deja una luz ahí para ellos, pero pues tampoco es su responsabilidad quedarse ahí para ayudarles, ya están las escaleras. Entonces, fue un momento, o sea como que se respiraba la sensibilidad del espacio, como que era muy, muy desde el cuidado. O sea, ella tenía las imágenes súper claras, o sea, ella miraba y veía el matorral y hasta dónde llegaba, era bien curioso, fue muy fuerte esa sesión. Lloramos mucho, ja, yo por dentro, pero si...

I1: Justamente con Eso que dices que pasó contigo en esa sesión que ya lo vamos a ver ahorita con la experiencia que sucede ahí. Yo quisiera precisar, porque si se dan cuenta, el primer bloque fue más centrado en los desafíos conversacionales. El segundo bloque, pues estamos más en la indagación de qué metáforas...

I2: Y la influencia,

I1: Y la influencia, y quisiéramos entender si alguno de ustedes identifica ¿Cómo la metáfora, que ya mencionaron las metáforas, influyó en la conversación?, es decir. ¿Influyó en la manera de conversar en el espacio de terapia?, ¿Facilitó la conversación?. Como tratemos de unir estos dos bloques, ustedes como ¿cómo ven qué pasó en la conversación al introducir la metáfora?

TD: Yo pienso en un ehhh, en un concepto que me gusta, que propone como un autor que se llama momentos de referencia común, en donde uno como que se encuentra, sí, con la otra persona; y he encontrado que cuando las personas usan metáforas, uno, o sea, como que nota ahí la emergencia de algo de lo que uno se puede agarrar y que uno entiende con una facilidad, a pesar de que no es tan claro lo que está ocurriendo, porque...por la misma naturaleza de la metáfora. Y es como, como o sea, son palabras extrañas, de pronto no tan académicas pero es como un destello, un segundo en la conversación en donde uno puede seguir, como literal, o sea, para eso se usan los momentos de referencia común, para seguir caminando en relación, para seguir estando en esa relación, estando de una forma que nos permita llegar, como ir a otro lugar. Y además, no sólo eso, sino que la vuelven divertida, como que hay en ese momento...

Todos: risas

TD: Si, algo pasa. Si, como jiji, es emocionante ese uso de la metáfora, ehhh, no sé si siempre divertida, pero pues ehhh, como encontrar ese momento, esa chispa, es, es alegre, y entonces como que, motiva a seguir, como que la invita a fluir

I2: Gracias M

I1: Dale S

TE: Si, ehhh. yo me acojo plenamente a lo que dice M, me parece que se genera una sensación de complicidad muy bella entre los consultantes y uno, y me parece también que estas metáforas como que comienzan a configurar un lenguaje compartido que es propio de este espacio tan íntimo de la terapia, en el cual uno se puede amparar en el marco del diálogo.

I1 e I2: Gracias

TH: Yo quisiera compartirlo a la luz de una metáfora, porque siento que me conecto mucho con ese momento común, donde a través de esa figura nos encontramos los dos con esa imagen

común y la utilizamos en beneficio de la conversación, entonces “ahora los espacios del carro, nos permiten conversar como el lugar que ocupo”, ¿no?, no, no tanto desde lo que hablo, sino la meta conversación del “lugar que ocupo en la familia” y ese momento común tiene ese generativo de “puedo jugar con él, me salgo del carro, tiro la...” como que uno juega con esa figura, con esa escena que uno propone, eh, llamaría poner el marco de referencia o cambiarlo con la metáfora desde lo más técnico y desde la metáfora desde este aspecto es como que los dos estamos escuchando o proponemos en un momento una misma canción para ver qué, qué podemos bailar ahí con ese momento, esa canción común, que es como ese momento. Lo imaginé así.

TD: como ¡ven yo también me sé esa canción!... ¡ay yo también!

TH: ajá... entonces la ponemos a ver qué sale (risas) si, como, me lo imagino así.

TC: Yo creo que también guía, ay perdón

TH: ¿Qué? (silencio)

TC: Ah, entonces yo creo que guía. A veces si y a veces no, porque a veces cuando es uno el que quiere incluir la metáfora pueda que el paciente te diga “no, por ahí no es”, de hecho cuando mostré lo del Panda, fue como “si, chévere, pero...”

Todos: risas

TC: y yo como “ah bueno, no pasa nada”...

Todos: risas

TC: Eso

I2: Y justamente con ese abre bocas que acabas de darnos, queremos entrar al último punto que, que nosotras queremos abarcar

TH: Es que, es que quería decirles que ...

I2: Ah, sí, dale, dale

TG: La metáfora al generar esa complicidad, pasa algo muy bacano y es que cambia la concepción de lo que venimos a hacer a terapia, entonces a mi me pasó con estas dos personas con las que hicimos estas dos metáforas que fueron tan fuertes, la del dragón y la del contrato, que antes era como “ven te expongo todo, casi que trato de hacer lo que sólo podría hacer con rayos X, con mis huesos, pero con la palabra, voy a contarte todo para que tu como psicólogo rastrees dónde está la cosa, me diagnostiques, todo, como que trato de darte todo, todo, todo muy rápido... Pero cuando aparece la metáfora, ya es como un pensar juntos la vida, ya es como un “ahhh, ok, ya entiendo yo a qué vine acá, no vine a que diagnostiquemos, sino que vine a hacerme entender, a escucharme a mí mismo, a ver qué hacemos con esto, a ver yo cómo lo sentiría, a probar cosas”, entonces eso me parece chévere porque sí, o sea comprender lo que venimos a hacer en un espacio de terapia, no, no es tan sencillo.

I2: Aja...

TG: Creo que hay otra cosa muy bacana que sucede, y es que la metáfora permite poner en conversación cosas que son muy difíciles de... que no son explicables, o sea que no hay manera de decirte “mira, lo que a mí me pasa es ABCD, entonces F”, no, como “El dragón”, el dragón dice muchas cosas, es gigante, escupe fuego y el fuego puede salirse de control, el man tiene garras pero ya está tratando de aprisionarlo, ¿sí?, como que ahí empiezan a verse muchas cosas... ¿Qué habrá hecho crecer al dragón? ¿Para qué aprisionarlo? Ehhh, hay mucha información ahí que en muy pocas palabras, entre comillas, transmite montón. Y, lo que hablaba de la textura también permite que uno se conecte con eso no dicho o muy difícil de poner en palabras desde el lugar emocional, ¿no?, como... permite saber “ok, esto lo tengo que trabajar con espacios, ok, esto es más juguetón, aquí podemos relativizar un poco más, como con el

contrato”, al ponerlo como contrato tiene la paradoja de que es muy serio, porque es un contrato, pero al mismo tiempo es una metáfora, entonces permite jugar con la metáfora, entonces le quita al contrato real, al que hace referencia, el contrato psicológico al que hace referencia la metáfora, le quita ese peso de “no, no, no lo puedo, no lo puedo tocar, es sagrado, tan sagrado que ni lo nombro porque nombrado sería un sacrilegio”, entonces no, “venga y nombramos...” entonces también permite esa flexibilidad y esa cercanía “bueno, parece que si es muy breve, o parece que esto es muy sensible, muy de cuidado, de tacto”, sin tener como, no somos un robot que dice “nivel de sensibilidad de este tema”, no, pero la metáfora te permite tantear eso.

II: Súper

TB: Como que ayuda a desenredar

TG: ¡A desenredar!

TB: Ehhh, ayuda a aterrizar también, ayuda a conectar, como a crear otros tipos de conexiones, a construir otros lenguajes, porque pues así a veces también hace más sentido. Si, es como “ah, no estamos hablando de algo por allá que nadie entiende sino de algo muy aterrizado”, entonces creo que para eso funciona también.

TG: Y es paradójico, porque es abstracto, pero lo aterriza más

TB: Ajá, porque además también el hecho de construir imágenes, no sé si les pasa con las metáforas que construyen la imagen en la cabeza

TH: ajá...

TB: como que logras ver esa imagen y hace mucho sentido

TG: Si

TB: entonces también poder construir imágenes es... Creo que es muy, es súper hermoso

I2: Súper, gracias por esos aportes que son tan importantes y puntualmente con el último es conocer esa experiencia que ustedes han tenido con relación a la metafórica en el espacio terapéutico, y a eso nos preguntamos si ustedes creen que como terapeutas han colaborado en la construcción o ampliación de esas metáforas que se han incluido dentro de ese espacio?... eh, y sí ha sido así, ¿cómo, pues, se ha generado?. Un poco, pues ya tu nos mencionabas por ejemplo el de las alas, o ¿cómo ha sido con los seis esos espacios?

TH: Tengo uno que, con un poquito de incidencia de ustedes, de eh, esta carrocería, esta armadura, que está viviendo una consultante y la pregunta para ella en ampliación era, “me parece él, ¿qué es eso que hay adentro?” eh, “afuera es frío, un poco sensorial, pero ¿de qué te protege?, ¿qué hay afuera de esta protección hacia afuera?, siento que es como habitar la escena y preguntarla, ser curioso en la escena. No tanto para añadir imágenes, sino para encontrar detalles lo he visto yo.

I2: Súper

TB: Sí, en mi caso también la construcción trato que sea desde el lenguaje y que haga sentido a la persona y no por ahí algo que a mí se me ocurrió de la nada, sino que pronto ella lo trae y entonces yo luego lo puedo amplificar o si yo lo traigo, sí que trato mucho decir “¿esto si te hace sentido?” como... y hay veces que es como “no es más bien otra cosa” o muchas veces, u otras veces es como “claro, es ahí”, entonces ahí podemos entrar. Pero sí trato como de amplificarlo, lo que dice la persona, la metáfora, o traerla cada tanto, eh, pero si yo la pongo, sí ser súper cuidadosa de asegurarme que no sólo ponerla por ponerla, porque a mí me hizo sentido, sino porque sí le funciona a la persona.

TG: Pues, yo tengo dos registros de eso. Uno es que hay veces que yo sí pongo metáforas caídas en paracaídas, pero porque me pegan muy bien y es para algo muy concreto, no es como una

metáfora que va a guiar el proceso. No, recuerdo por ejemplo una consultante que tiene un tema de que ella es una gran pedagoga, pero su pareja se raya por cómo ella trata de criar a su hijo, entonces yo le pregunté “¿cuál es tu cantante favorito?”, “Andrés Cepeda”, “bueno pues sí, pero si a mi compañera no le gusta es que es malo, no, es que a ella no le gusta pero Andrés Cepeda es muy bueno”. Ese tipo de cosas puntuales yo sí puedo botarlas en paracaídas como para...

TH: Risas

TG: Pero ya una metáfora en la que hay que trabajar sobre la experiencia, hay unas que me generan jovialidad, como decía M, conecto mucho con eso, con que hay unas que dicen “ay qué bien” y qué margen pa’ jugar, por ejemplo los juegos de roles, ahí hay mucho margen pa’ jugar, pero hay otras que me generan mucha solemnidad, como la del dragón, como la de la bola de cristal, como la del laberinto en el... que es como hay que ir con cuidado, entonces es como uff, eh. Y, yo creo que para estas metáforas que tienen una trascendencia, sí conecto mucho con P en que hay que tener mucho cuidado en cómo las interpretan. Entonces yo, mi, mi estrategia es *filling the blanks*, “ok y este dragón es como...”, entonces yo te estoy tratando de decir, es grande o pequeño, pero ella puede decir “es fuerte”, “ah, ok, entonces dragón fuerte” y ¿dónde es, si como, cómo sabes que es fuerte, se ve, se siente?, “no, se siente muy fuerte, tensiona mucho”, “ahhh, ¿tendrá eso que ver con tu dolor de espalda?”, bueno pero eso fue después, pero tratar como de no inducir mucho sino como invitar a *filling the blanks* por donde quiera.

I2: Viene muy desde ellos, como su lenguaje para conectarlo y continuar

TG: Ajá...no sé si se acuerdan de la profesora del seminario de pareja (gesto no verbal que indica a la otra persona continuar con el discurso moviendo las manos)

Todos: risas

TB: Eso es todo un referente, estaba pensando que sería muy interesante que luego nos pudieran, o sea, cómo hacer esto a nivel de video, porque las metáforas también están en el cuerpo y acá que quede registrado, nos estamos moviendo un montón

Todos: risas

TB: Como que a veces el cuerpo nos está hablando

I2: Dale TH

TH: De hecho, una consultante que trajo un cuento que le mandaron a hacer en el colegio donde tenía que combinar, escuchen esto, eh, histórico-esquizofrenia-casa-jugo-cama y tenía que hacer un cuento y relató la experiencia de una persona que tenía una enfermedad mental y que el hermano tenía esquizofrenia y le desorganizaba el cuarto y que era un desorden total, y que esta persona que era amigo de él, se ponía muy bravo, pero que finalmente otra personaje que tenía otro trastorno podía vivir con su trastorno muy tranquilamente y el esquizofrénico también y podían ser felices y después otra compañera le añadía o le completaba el cuento. Yo le dije “uy eso me acuerda un poco la historia de alguien que conozco...”

TG: risas

TH: “no, ¿de quién?”, “no, como este tema de ese hermano y el desorden, ¿quién es la persona que no tiene cuarto para ella sola?”

TC: ishh

TH: y empezamos con una complicidad porque ella sabía que había autorreferencia en el cuento, entonces le dije “cuéntame más del cuento, y ¿por qué?, ¿por qué el esquizofrénico o la que tiene salud, una enfermedad mental, por qué crees que puede vivir tranquila con ella por el resto de la vida?” entonces comenzamos a hablar de su diagnóstico, entonces creo que ese juego de ese cuento, incluso del colegio que se lo mandaron a hacer, cayó como un paracaídas perfecto, y lo

ampliamos en la conversación del cuento, un poco de autorreferencia y a veces no, cuando ella ponía el límite de “no quiero hablar más de mí pero sí del cuento”.

TG: ¿Tú le guiñabas el ojo?

TH: No, yo le guiñaba dizque “¿no que no tienes nada que ver? No, ok, y ese no, era un no” y era muy cómplice “ah no, si no, no tiene nada que ver, perfecto”

TG: risas

I2: Dale S

TE: Si, entonces las metáforas que yo he atestiguado en el espacio terapéutico provienen es de los consultantes, entonces yo creo que ahí el rol que he procurado adoptar es el de ser un recipiente de esas metáforas para legitimarlas, un resonador. Ehhh, porque yo creo que si no hay alguien que las escuche se pueden perder o se pueden difuminar, entonces yo creo que me gusta hacer, es como ok, prestarles mi oído, reforzarlas, legitimarlas, validarlas, ramificarlas para que se enraícen más, y ehhh, esa es la manera en la que me gusta estar presente para ellos en la construcción de las metáforas que ellos me regalan, porque es casi que un obsequio de ellos al encuentro.

I2: Y, cuando lo logras ampliar, ¿cómo lo has logrado?, ¿de qué manera?

TE: Bueno, pues con estrategias que nos son comunes, las preguntas, pues, engrosar la metáfora así como uno engruesa la narrativa, procurar conectar los detalles de la metáfora con los detalles de la experiencia de la persona, ehhh, traerla recurrentemente a colación cuando es a lugar, ehhh pues quizás eso. Darle como un lugar de genuina importancia, por ejemplo varias de las que les comenté fueron importantes en los momentos en los que me tocó despedirme de los consultantes o hacer cierres, entonces legitimarlas como símbolos muy importantes de lo que pasó a mí me parece que es otra (*estrategia*) disponible.

I2: Gracias S. Bueno, y con esto ya que hemos como ampliado, que algunos hemos como construido algunas metáforas, otras vienen de los constantes, pero que tratamos de darle un sentido, como indagar un poco más, quisiera preguntarle sí ¿la metáfora ha traído beneficios o ha sido útil para el estilo terapéutico de ustedes?

TC: Si, o sea yo creo que con todo lo que he dicho refuerzo en que sí. He logrado encontrar mucho el estilo y que me gusta también diversificar las maneras como la persona puede comunicarse y yo creo que en mi caso, tanto me he cogido de las metáforas pero yo también he como traído para ver si le hace sentido y cuando he traído sí son como formas muy diversas, ¿no?, las canciones, el baile, los videos, entonces creo que eso también ha descrito mucho mi estilo y me ha permitido encontrarme también a mí como terapeuta.

I2: Gracias

TE: a mi lo que me ha generado es una consciencia de mi pobreza en la relación terapéutica y en consecuencia un deseo de ser más prolífico en esa construcción de imágenes.

I2: Gracias S

TE: ajá...

TG: Yo pensaba, recordando, me he dado cuenta de que he abandonado mucho las metáforas como estrategia. Como que, desde que vi breve, soy mucho más ... como que me enamoré del pragmatismo soy como “bueno y qué haces y cómo haces, y después qué, y qué pasaría sí y juegos de roles”, creo que lo más cercano a lo metafórico o más bien a lo imaginativo ha sido el juego de roles, es la parte teatral, pero, creo que si me invita como a repensar ¿De qué otras maneras he venido? Porque siento que aunque dejé de lado la metáfora como tal, he venido igual sintiéndome más cercano a los significados de los consultantes y a sus experiencias y a las texturas de sus experiencias, entonces me hace preguntarme bueno cómo lo he venido haciendo

sin usar metáforas, porque siento que he logrado complicidades y comprensiones sensibles de los sentimientos difíciles de poner en palabras pero sin usar metáforas, entonces me da...

I1: ¿Sientes que hay una dificultad de poner la metáfora en estilo de otras o de ciertos estilos terapéuticos dentro del enfoque sistémico?

TG: No, porque la terapia breve también plantea el uso de metáforas. Siento que es más un tema mío, como que se me ha ido desprendiendo un poco esta mirada metafórica.

I1: Ok

TG: Ehhh, tampoco como que los consultantes me han traído metáforas.

I1: ¿Más con tu propio estilo, que con el tipo de enfoque dentro de la terapia sistémica?

TG: Exacto, si, y no es como que la haya rechazado como “ah, no quiero hacer metáforas”, no, es como que me doy cuenta de que no los he usado durante harto tiempo.

I1: Ok, gracias J

TH: Y yo pienso, cuando escuchaba a S, escuchaba a P, yo decía “wow, ellos buscan la aceptación de ese otro para construir y ampliar su voz, yo decía pero a veces de pronto yo propongo y digo ¿qué tan directivo?, me pregunto en esa tensión, bueno cómo agregamos fuego a esta conversación, ¿cómo añadimos fuego a esta conversación y cómo participo en ese fuego?, ¿no?, como él me ha dado y yo también como aporto, ¿no?, tengo esa pregunta y cuando lo escucho yo digo, dentro de lo breve hay un momento en el que uno con la metáfora puede hacer sentir al consultante, y es mi experiencia, comprendido en una metáfora que confirma una escucha, siento que con lo que me escuchas estás como nadando y como que sacas la cabeza y entra un “¡sí!” y ahí hay también un momento de conexión muy profunda de sentirme comprendido por el terapeuta que me está escuchando. Entonces, yo pensaba también como un recurso para mí, no tanto como una dificultad en la conversación, pero que se hace una

experiencia de, del reconocimiento del otro, lo veo como en esa construcción de mi estilo, como yo tengo esa llavecita, esa metáfora que de pronto no la tengo ya pero que la puedo traer para que el consultante se conecte. Y, también me pone alerta de cómo en la construcción puedo en mi estilo terapéutico, y en mi momento de vida, y en mi momento de la consulta, ser un poco también directivo, sobreponer mi voz en el ofrecimiento de esa metáfora. Entonces creo que lo veo ahí desde mi estilo terapéutico como una herramienta que me ayuda a conectar y que sé que la utilizo y que quizás tengo habilidades para ponerlas.

I2: Súper, gracias. Ahora quisiera saber un poquito la mirada desde ¿qué logran ver ustedes en sus consultantes cuándo ellos ponen la metáfora?, ¿cuándo ustedes la incluyen?. ¿Qué sucede o qué ustedes ven en sus consultantes?

S: Pues yo creo que estoy orientando la pregunta en una dirección que no es la original, pero creo que yo veo en ellos la comprobación de su infinita creatividad

TH: risas

TE: Y, la constatación de que en ellos mismos están las posibilidades para restaurar sus vidas y para bueno, resolver lo que quieren contar. En fin, eso es lo que a mí me deslumbra de la metáfora.

II: Yo, yo quiero preguntarte S, ¿cómo logras ver que ellos sienten eso? ¿Qué pasa en ese espacio terapéutico que te logra confirmar eso que estás diciendo?

TE: Ehhh, bueno, pasa que la metáfora termina siendo un recurso útil para la relación terapéutica, y pasa que eso me da cuenta también de la lucidez de los consultantes y de cómo juntos podemos darle sentido a una situación que a veces no es tan fácil de aprehender, de agarrar; y pasa que cuando integramos la metáfora al proceso pues lo que ya todos hemos

mencionado es que de allí emergen unas direcciones y unas posibilidades tan maravillosas que pues eso termina siendo la confirmación de esa pregunta que tienen.

I1/I2: Gracias S

TG: Yo resueno mucho con TE, porque con la consultante que es la que más ha puesto estas metáforas, usualmente la precedía un “no sé, no sé cómo me siento, no sé cómo sería”, pero con dos o tres *filling the blanks* es como un “dónde, cómo acá, ok, y más o menos como tener una imagen, ¿quizás? Tal”, se le ocurrían unas cosas que decían un montón. Entonces sí, hay un “no sé” inicial pero cuando se dan el chance de sentir y percibirlo, tienen mucha claridad sobre lo que están sintiendo. Entonces sí, esta constatación de la creatividad y de la capacidad de poder observarse para restaurarse, la he visto total... Un poquito de frustración al principio por el no saber, pero...jmm risas

TH: Yo creo que me conecto ahí. El momento previo a la metáfora lo percibo como ésta frustración de “quiero decir algo”, “me está pasando esto” y la metáfora sobre todo en esta confirmación de cómo se siente el otro, lo percibo como una experiencia de descarga, “¡sí!”, de identificación también. La metáfora emerge como una respuesta a un desconcierto del lenguaje en la coordinación, de un “te comprendo, no te comprendo, comprendamos esto”, y cuando llega la metáfora es como un recurso que sirve para “ok, desde acá se puede ver mejor” como cuando uno se pone unas gafas en donde ya puede ver cosas, y después se pone unas gafas donde ve otras cosas, como de los colorcitos y el 3D y el azul y el rojo, como “¡ah! ¡ah!” y entonces ya con esas gafas dicen “ya con estas gafas puedo mirar esto, y lo puedo poner acá o plantear acá” ¿no? como... Constato la curiosidad que emerge en ellos también, ¿no?, para explorar esa situación que quizás ya habían contado, desde una perspectiva... pero como así clínicamente lo que quiero es como “¡ah!” como “encontré un lugar que me permite moverme desde otro lugar”

y después una curiosidad de poder decir “uy, desde esta mirada entonces lo puedo ver así, estoy sentada aquí, abajo no tengo casi oxígeno”

I2: Gracias JP

TC: Ehhh, yo creo que ellos se sienten entendidos, escuchados también, ¿no? porque uno se coge de eso, lo resalta entonces no pasa desapercibido, y también pues, me uno a lo que decía S, de que ellos se dan cuenta que ellos pueden describir lo que están sintiendo, muchas veces sin ayuda de nosotros y también encontrar las propias soluciones solamente con su metáfora. O, bueno, no soluciones pero entendimiento, claridad, ehhh, y eso pues se nota en su lenguaje no verbal, o sea como están sentados y de repente ¿no? como que muestran mucho más interés con el cuerpo, abren los ojos, el tono de voz también cambia, ehhh, pues si es chistoso hay risas, o si es triste, hay llanto también que muchas veces es muy importante, eso.

I2: Gracias y sí, pues ya que hemos visto cómo las dos posturas, quisiera como que pudiéramos cerrar con la pregunta que nos hacemos, de ¿cuáles creen que son estas movilizaciones que genera la metáfora en el espacio terapéutico? Ya hemos visto desde los dos lugares ¿no?...

I1: Y aquí a la luz de lo que dice I2, al ser el cierre, pues si quieren decir algo adicional de lo que han podido ver, que consideran contribuye al objetivo de esta investigación, bienvenidos, esta sería como la pregunta cierre.

TG: Pues yo me preguntaba que cuándo la metáfora la pone el otro, pero recordé que con el del contrato, el siguiente semestre, hablamos del contrato tres sesiones, y el siguiente semestre trajo lo del contrato como “y mira que estaba pensando y empecé a acordarme del contrato”, “el contrato, el contrato...aaah, resonó, pero resonó ahora, no resonó antes” entonces eso me pareció muy interesante, porque lo que él trajo de la metáfora no fue tanto en la lista de mandatos, sino la idea de “es un contrato, o sea, puedo decidir sobre este contrato, si seguirlo cumpliendo o no”,

entonces como que me da cuenta de, de la reflexividad, ¿no? tanto de uno va aportando de lo que uno puede aportar y el otro lo va agarrando a sus tiempos, eh, como de la posibilidad de que la metáfora sea un vehículo para poder trabajar lo emocional ¿no?, porque es difícil de nombrar, “no sé, cómo te explico, cómo te explico lo que siento”, y cuando aparece la metáfora, empieza a permitir interactuar más directamente con eso y a buscar también opciones y soluciones, y a tener más presente “Oiga, esto me está pasando, oiga puedo hacer algo al respecto” casi como medio, la externalización, como poder verlo acotado, claro. Claro, ¿no? entre las borrosidades del lenguaje que igual permiten entenderlo y captarlo, tenerlo presente como que “este es un asunto y está conectado de estas maneras”, creo que permite mucha más agencia sobre lo que nos pasa o sobre lo que les pasa a los consultantes, sobre lo que viven, sobre lo que les dice de lo que hay alrededor.

TH: Me pasa algo muy curioso y es que cambia o hablan del marco de referencia.

TC: ¿Cambia qué?

TH: El marco de referencia. Y desde el cambio del marco de referencia de cómo vemos aquello que estamos viendo, nos situamos desde un lugar, nos cambiamos las gafas o los ojos, se movilizan, se observan otros segmentos, quizás se ven otros grises, se ven otras conexiones. Un marco de referencia para proponer u observar otros elementos o elementos que igualmente podíamos ver, pero que no veíamos desde ese mismo ángulo. Es un marco de referencia para observar ese fenómeno, es aparte, esa historia, eso que nos está pasando, como la metáfora de lo sistémico, que es una forma que nos permite ver lo clínico o incluso la vida, como... es un marco de referencia y creo que la metáfora de lo sistémico también cabría ahí para pensarlo. Si es verdad o mentira, simplemente es una metáfora que nos invita a ver el mundo de una manera u

otra dentro de las muchas maneras que la podemos ver desde lo sistémico, pienso también que nos ofrece posibilidades, observaciones, conexiones distintas a como la veríamos desde lo lineal.

TG: ¿Puedo comentar una cosa de la metáfora del aire y las profundidades con lo de los elementos?

I2: Si...

TG: Me hizo mucho sentido lo que dijiste porque quizás en el relato de ella estaba, pero no era tan claro el elemento que aparece en la metáfora que es la vida, o sea ahogarse o, respirar y vivir. Como quizás no es tan claro, porque pues claro, la situación con la familia no la está literalmente matando, no, no le está quitando, no tiene un pronóstico de “le quedan tantos años de vida”, pero sí le está quitando vida. Entonces eso es un elemento que ya estaba, pero al ponerlo en esa metáfora se puede visibilizar mejor desde otro ángulo.

TH: El miedo, incluso el tema del dinero. “Hoy me está quitando plata esta mamá y como que me hace sentir como más apretada” y lo correlacionábamos con lo de las profundidades...

I1: Es decir, como tu dijiste, se incluyen más elementos que tal vez no se habían conversado o reflexionado

TH: Exacto

I1: TC... Gracias TH

TC: Yo diría que muchas veces se puede hablar como aparte de todo lo que he dicho, de lo no dicho, como lo que decía TG, el paciente trae o usa una metáfora para decir lo que tal vez no es capaz de verbalizar en palabras o no quiere o no puede, o simplemente le sale de esta manera.

Me uno también a que trae muchos más elementos y me permite ir mucho más allá de las palabras que muchas veces, pues, se quedan cortas, entonces tiene mucha más profundidad, textura, o sea, todo lo que decía, como que se vuelve mucho más tangible aunque no lo sea y

permite tener, pues, un conocimiento, como sí, ampliar el conocimiento sobre, sobre eso. Eso es lo que pienso.

I2: Ok, gracias TC, TE

TE: Ehhh, a mí esta conversación me ha recordado una metáfora, de hecho que tiene Heidegger sobre el lenguaje, él dice “el lenguaje es la casa del ser”, y yo a partir de lo que hemos conversado, estoy imaginándome la metáfora como una de las habitaciones de esa casa del ser que es el lenguaje, y no como una habitación cualquiera sino una habitación en la que da gusto estar, me la imagino como una sala de juegos, como una biblioteca chévere, con pinceles, con mapas, con libros bonitos, con microscopios... no sé... pues creo que las movilizaciones que suscita la metáfora en el espacio terapéutico tienen que ver con esto: alimentar nuestra curiosidad, con permitirnos comprender más, con permitirnos conectar con los otros, en fin, entonces eso sería.

I2: ¡Qué bonito!

I1: Me encantó la metáfora

I2: Muchísimas gracias y la verdad si, espero también que, esperamos, que esto también haya sido enriquecedor para ustedes, para también este proceso, que estamos también en esa búsqueda de un estilo terapéutico, de qué estrategias y qué herramientas resuenan más en nosotros, cuáles de pronto tenemos que desempolvar o de pronto las queremos dejar ahí guardadas y que algún consultante en algún momento las va a utilizar, son como esos libros que están siempre en una biblioteca, pero en esa gama, pues los pueden usar con quienes quieran y ustedes también, muchísimas gracias por esas aportaciones tan enriquecedoras que realmente, hay un montón que estamos viendo y gracias por su participación

S: No, a ustedes, además que el título está divino

Todos: risas

I2: Gracias

I1: ¿Qué te suscita este título, S?

S: Ehhh, esperanza. Si, mucha esperanza.

I1: ¿Puede ser algo similar a lo que sucede, tú que crees ... A lo que sucede con la metáfora en el espacio?

S: No, sin duda, sin duda, porque bueno, un nivel de naufragio es el que trae el consultante y otro naufragio es el que puede acontecer en el espacio si no hay conexión, o si hay impasses conversacionales, en fin. Entonces la metáfora como faro en el naufragio me parece una imagen muy inspiradora y muy movilizadora

I1: Gracias S, y a todos gracias por su tiempo y sus aportes

TG: Una cosa que me genera mucha curiosidad es que la metáfora siendo más abstracta permita hacer más tangible lo que se siente, me voló la cabeza

TE: Pero J yo ahí no estoy de acuerdo, yo siento que es re concreta

TG: Si, si, pero en un sentido lingüístico estricto, tiene un nivel de complejidad de abstracción

TE: ¿Será? No sé...

TG: O sea, es decir, lo que se dice de la metáfora en términos de es una, una figura literaria que a través de una analogía abstracta, ¿no?, como que siempre está esta noción de como no está ahí evidente e implica relacionar elementos que no están ahí ya sino que vienen de otra experiencia, entonces es más abstracta entre comillas.

TE: Ya, ok

TG: Pero a mí me parece muy chévere eso, o sea si, termina siendo más tangible

I1: Hace parte de un lenguaje abstracto de que eso no está pasando literalmente acá, es decir, hablo de un elemento que no está

TG: No hay un carro, no hay un...

TH: De hecho, tiene un elemento y es que implica como J dice, más... es un metalenguaje, entonces eso implica más, pero cuando uno logra ese metalenguaje, concreta

TG: Concreta, exacto

Anexo L. Transcripción ejercicio reflexivo

21 de febrero de 2024

Juliana: I1

Alejandra: I2

I1: Listo entonces Ale. Vamos a hacer nuestro primer ejercicio reflexivo, y para esto, pues el principal insumo fue la realización del grupo focal. Entonces, eh, pues las preguntas que preparamos, la idea es que las vayamos conversando. Si quieres, demos inicio a la primera pregunta, con pues con la lectura de la de la pregunta.

I2: Bueno, entonces, pues la primera pregunta que es ¿Qué nos llevamos del grupo focal?, uf, yo creo que fue un espacio bastante enriquecedor. Ehmm, el ver también como la puesta en escena de los otros compañeros nos ayuda a enriquecer nuestra tesis a la luz de ¿Qué está pasando también para ellos en la terapia? ¿Cómo son estas estrategias que permiten poner en palabras o hacer otras alternativas a los espacios terapéuticos? y llevar un proceso mucho más favorable para el consultante, entonces, ehmm, creo que yo me llevo muchísimo, el enriquecimiento que ellos nos pueden dar, no solamente, pues como al espacio de la tesis, sino como otros colegas que están en formación, que están aprendiendo, que están viendo y creando estrategias para un estilo terapéutico que también es una puesta en escena de la de la maestría. Entonces algo que me

hacía pensar en ellos era como el tema de lo que salía mucho de esta corporalidad, ¿no?, que cuando íbamos hablando, ellos movían las manos, habría más los ojos, sus expresiones de algunas risas como esta parte, cómo gesticular, los gestos y como la parte del cuerpo, como se posicionaba también, me hacía sentido en cuanto a esto, también hace parte de una metáfora, de la manera en cómo habla el cuerpo y que de pronto no lo podemos poner en palabras. Entonces, por ese lado, creo que me voy llevando cositas, que también a la luz de la metáfora me hace pensar, esto también dice cosas y habría sido súper enriquecedor poderlo tener como una grabación, pero pues bueno, pero que no lo contemplamos en el espacio, pero que puede ser un espacio emergente de algo que puede movilizar y que de pronto en futuras tesis puedan abordar esta área.

II: Yo estoy totalmente de acuerdo contigo, Ale, de hecho, resalto mucho esto que mencionas de poner en palabras, como que fue algo que se presentó con muchísima frecuencia en el grupo focal esta expresión y creo que hace mucho sentido porque no solo ellos intentaban poner en palabras, incluso usando metáforas para hacernos entender, sino que mostraban lo valioso que tiene la metáfora y es que les permite a sus consultantes y a ellos poner algo en palabras que es difícil, entonces yo siento que va muy alineado a la investigación de los desafíos conversacionales y que ellos mismos lo mencionaban, así, no les hubiéramos preguntado o el foco no estuviera en los desafíos conversacionales, salió mucho esto de poner en palabras. Eh, yo siento que más en un espacio terapéutico o en un grupo focal, como que hay ideas que no son tan fáciles de expresar y a mí me permitió entenderlos a ellos, por medio de las metáforas, de hecho, me motivaron, no lo hice por ser el grupo focal, pero yo quería seguir muchas de esas metáforas como la metáfora de lo sistémico, al final, la metáfora de TE que tu complementaste un poco o resaltaste desde la metáfora como unos libros, no como una habitación, como donde hay libros y

que se pueden usar y no usar, entonces me parece súper valioso eso porque yo creo que muestra el potencial de la metáfora, o sea, yo lo que me llevo el grupo focal, es una sensación de confirmación un poco de esta idea que hemos venido teniendo las dos del potencial que tiene la metáfora y siento que a nuestros compañeros no les costó conectar con este tema, es decir, ellos tenían un repertorio de metáforas, que ni que los hubiéramos preparado para el grupo focal eh y estoy de acuerdo con lo que dices de la corporalidad también, me parece que aún más eso que vimos nosotras desde el lenguaje no verbal, da cuenta de esa como conexión que se establece entre el terapeuta y el consultante desde lo corporal, desde cuando te hablo de extender tus alas, entonces muevo mi cuerpo y te digo que puedes volar y entonces lo dramatiza un poco, ¿no? O sea, como que esa corporalidad a mí me hace ver que es que en realidad hay una conexión total del terapeuta y del consultante cuando eso emerge y es algo que me parece como muy humano y muy sí como muy humano del sistema terapéutico, es decir veo que ahí los terapeutas entran en el espacio realmente no es una descripción en palabras, sino de emoción, cuerpo, palabras, significados propios hablaban de metáforas similares, si no.

I2: Siento que es un tema de sumergirse en esa metáfora ¿no?

I1: Exacto, me gustó mucho eso que dices de sumergirse en la metáfora.

I2: Sí, siento que ahí, rescato también lo que mencionas, que me parece muy importante y es como ese, como lo dije justamente ese sumergirse y cuando tú te sumerges, pues obviamente pones todo. Está todo porque cuando uno suele meterse en el agua, pues lo que haces es eso, necesitas mirar para no golpearte con otra persona o algo, necesitas la respiración, necesitas aguantar, necesitas tus manos, tus pies, todo, entonces es como ese sumergirse también a través de cada una de las metáforas, que me parece que ahí es un lugar de encuentro, entre lo que tú estás pensando y significando y lo que yo estoy pensando y significando porque para mí, de

pronto ese digamos, eh, en la metáfora que mencionaba TG del dragón, entonces, pues para mí puede ser un dragón en el que yo digo, es un dragón que va mil se lleva todo con su fuego, pero pues de pronto para la consultante o para ti, digamos en este espacio que lo estamos hablando juntas puede hacer no para mí el dragón es imponente y demuestra que tiene autoridad y puede ser muy distinto, entonces es muy chévere porque es en un lugar en donde a través de ese describir ese dragón, esa metáfora que estamos construyendo, vamos entendiendo esos significados y vamos juntos creando un espacio de conversación mucho más como acorde a lo que se quiere, pues transmitir.

II: A mí me gusta mucho esto que dice Ale, porque cuando nosotras empezamos a hacer esta investigación, pues salen como muchos conceptos teóricos, muchas ideas detrás del uso de la metáfora, de las múltiples realidades cuando entramos en la epistemología y el construccionismo social está cómo construimos diferentes realidades en el lenguaje, pero con lo que dices me haces pensar en ¿cómo eso se ve en la vida real? Porque fíjate que tú dices sumergirse en la metáfora y recuerdo que TH trabajo una metáfora con una consultante de las profundidades del agua, como en la familia, un poco estaba haciendo que esta persona se sintiera sin aire o se sintiera presionada y estaba tratando de sacar la cabeza y de repente en esa interacción a lo largo del tiempo, el grupo focal TG sale y dice, me llama la atención de esa metáfora que estás hablando de la vida, de que significa estar a punto de ahogarse o no, y veía a TG sorprendido un poco por eso que le dijo TG, es decir, como que él no manejó como tal la vida, sino que trabajo la familia, el dinero, ¿no?, pero como TG podía alimentarlo diferente que seguramente, hubiera hecho que el abordará la metáfora desde otro punto, pero la amplificó y ahora tú traes una metáfora similar que es sumergirse, pero más desde la exploración y me haces pensar como en el buceo ¿no? como en como a través de esas metáforas podemos expresar múltiples significados y dar lugar a

múltiples puntos de vista me parece súper valioso y que la teoría se ve representada ahí desde esa construcción de múltiples realidades a partir del lenguaje y creo que acá nos da lugar a la segunda a la segunda pregunta que es justamente, pues ¿Cómo nos observamos en esa interacción y observamos a los participantes, pues en esa en esa conversación?. Yo no sé si se te ocurra algo desde el cómo nos observamos en interacción.

I2: Yo siento que con lo que dijiste para este tema de sumergirse fue como este punto que yo definiría ese como nos observamos en la interacción y observan los participantes porque me hace pensar en mis consultantes, y pienso en ellos también se animan cuando lo hablan, como que van entendiendo mucho más como eso quería decir y no lo podía hacer sí, entonces como que es como un uff por fin, como cuando uno se enreda y se estaca en algo y después de repente todo empieza a fluir, es como uff por fin pude salir de eso, entonces, es como lo mismo que veía con los participantes, pues ya digamos en el equipo del grupo focal que ellos inicialmente empezaron a hablar y tu metías algunas preguntas como para orientar la información y todo y después el mismo grupo vocal se empezó a complementar entre ellos mismos, entonces ya no había necesidad de introducir tanta pregunta, nosotras como investigadora, sino el grupo iba fluyendo, entonces siento que eso mismo ayudó y ayuda en un espacio de conversación, sea terapéutico o no, la metáfora moviliza esas esas conversaciones que van como sumergiendo al otro y que van empezando a permitir esa fluidez un poco más natural, un poco más como más sin esfuerzo, no como sin tanta complejidad que de pronto puede estancar una conversación.

I1: Yo conecto mucho con esto desde algo que ellos mismos decían que sucede en el espacio terapéutico cuando viene la metáfora, y es que pareciera, que se genera la constatación de la capacidad del consultante para resolver o para comprender mejor su situación y yo lo siento así también en la transición del grupo focal desde una oposición de un investigador un poco más

directivo o un investigador más que quiere asegurarse de tener la información de sus objetivos, que era un poco mi postura al inicio, como que no se me pierda eso tan importante que acaba de decir, y así traté de generar elementos para que ellos pudieran como conversar, pero al final yo siento que mi posición, si he estado un poco desde este investigador que cuestiona no con el ánimo de decir que tal vez estuvo bien o mal, porque no lo sé, no me atrevería a decirlo, simplemente había algo que me estaba moviendo a mí a encontrar esa información, a que no se nos perdiera y siento que ahí estaba un poco más en esa ehmm, experto, ¿no? en ese experto que llega a investigar el sistema y el sistema le brinda información para su investigación y ya está, ¿no?, pero algo pasa en esa conversación y es que ellos constatan que tienen toda la capacidad y el conocimiento para conectarse con nuestras preguntas, pero también ser expertos en la forma de guiarlo y en la forma de conversar y entonces mi posición empieza a bajar un poco y empieza a entregar y a balancear esta relación que surge desde un investigado y un investigador a ser coinvestigadores y casi que a querer involucrarme y a querer conversar juntos y ellos también a querer aprender y a cuestionar, pero esto qué nivel de abstracción tiene, pero la metáfora como es, pero compártemelo resultados porque llegamos a tal nivel donde se despierta la curiosidad y al despertar la curiosidad sin juicio, siento que se equiparan mucho como esos niveles. Entonces sí, justo lo que acabas de decir yo siento, yo siento que así me observo y logro entender como ellos también han observado eso, y han podido soltar desde los sistémico, desde principios sistémicos de jerarquización en el espacio terapéutico, donde es más horizontal el cómo soltar que el otro es experto también y que el otro logra conectar contigo hacia dónde vas. ¿Pero vamos juntos, no es tú me llevas ¿no?

I2: Total y mira que ahorita que mencionas eso es muy cierto, ahorita como recordando un poco como muy memoria visual, ¿Cómo llegaron ellos?, ellos llegaron, se sentaron y ya que como, ok,

nosotros estamos aquí participando, pero disponemos de ustedes de qué nos van a preguntar y decir, y las preguntas se remitían mucho a “tu preguntas, yo respondo y ya”, o sea, como respondo y listo, ya no participo más, por decirlo así, hasta en un momento que ellos vieron, empezaron a ver esa dinámica de tu estabas preguntando, lo cual me parece súper importante porque eran esos espacios que de pronto enriquecían ciertas preguntas que no estaban del todo como lo suficientemente enriquecidas para, para el proceso, para la investigación, entonces al hacer esas preguntas y eso, ellos también iban dando cuenta de ¡ok! de pronto, el ahondar más en este tema no está mal, ¿sí?. Y justo eso es lo que después fue llevando a que nosotras no necesitamos intervenir tanto a preguntar, sino que ellos fueran diciendo y digamos, por ejemplo, con TB en un momento aportó tres veces y lo cual fue super valioso, porque pues nos dio más luces y más ideas de qué estaba sucediendo, el tema de la corporalidad, lo que dices con el tema de las salas, entonces ella se ponía así y uno lo va recordando también así, como esa corporalidad que va expresando, entonces siento que inicialmente si lo ponemos como poco línea de tiempo, como nos observamos en esa interacción fue más tratando como de intervenir, como de estar más como ese lugar de expertos, como lo mencionas tú y como observamos a los participantes como ese lugar de nosotros somos esos expertos, ellos son participantes. Lo veo un poco así que ya luego, a través del tiempo de las preguntas también, de sus experiencias, pues ya ellos fueron cómo empoderándose de ese lugar de experticia que tienen, entonces me parece muy muy bonito que lo pongas desde esos lugares de experto y ellos también siendo expertos.

I1: Si, y esa experticia estaba también mucho como ellos creadores de las metáforas

I2: Total

I1: Si, o sea, como “Yo viví ese espacio increíble y bello y enriquecedor con mi consultante de un laberinto y les voy a hablar de qué se trató... Pero soy yo un poco como quien transmito ese

conocimiento”, ¿no?, como cada uno de los participantes, como que era dueño de su creación, pues, no tanto dueño como poseedor, sino como... Como que se inspiraba en la creación de su propio significado y era muy curioso ver cómo todos prestaban atención o miraban cómo, cómo, el otro iba tejiendo su metáfora por lugares distintos, ¿no? Y entonces empiezan cada vez más a ver ese ese ese punto de vista diferente que nos propone pues la teoría sistémica hecha realidad, como “yo hubiera visto otra cosa” y este “¿qué pasó?... Wow, ¡qué lindo!” y justo TE también decía “yo no soy tan creativo, entonces, como que me doy cuenta que yo más bien no estoy proponiendo tanto como mis compañeros que están haciendo un montón de cosas en el espacio”, y generaban ese cuestionamiento de “bueno, yo qué tanto le doy lugar a la voz de mis consultantes o yo qué tanto estoy siendo el que las pone”, que fue algo que siento que resonó mucho en ellos, el escucharse y en darse cuenta como guía su estilo terapéutico, incluso cuando confían más en que el terapeuta pone la metáfora o cuando el consultante pone la metáfora, como que hubo esta distinción de dos grupos. Yo los observé muy apasionados hablando de las metáforas, cada uno desde su estilo terapéutico. Siento que les interesa mucho el tema, lo cual cómo mencionaba al inicio, me hace ver el potencial, yo también los observé muy creativos, haciendo uso de la metáfora desde una ampliación de la metáfora, como la metáfora como baile, la metáfora como cuerpo, la metáfora como canción, como eso que me permite a mí representar una situación sin que sea la situación literal y lineal o descriptiva, sino que usaban el teatro, traían dibujos, traían a colación una ampliación de la metáfora que tal vez... Eh, pues siento yo que estábamos contemplando desde el significado de una metáfora puesta en el lenguaje, pero que ellos amplificaron eso y lo empezaron a poner desde un alcance que tal vez, pues yo como investigadora, pensé que no íbamos a llegar hasta allá. Entiendo que hay autores como Ceberio que hablan del cuerpo y de ciertas situaciones metafóricas en el espacio de terapia, pero yo sentí

que tal vez nos íbamos a limitar a unas metáforas más verbales, pero cuando veo que empiezan a utilizar el arte y que hablan tan apasionados y tan conectados y tan seguros de lo que viven en ese espacio, que la experiencia no se las puede quitar ni poner en duda, como que a mí me abre panoramas nuevos, entonces también los observó así y me observo a mí abriéndome más posibilidades... y creo que con eso... ¡ah! introduzco un poco esa tercera pregunta de ¿qué movió en nosotras verlos así? y yo digo... En mí, pues me sentí muy inspirada como en esta investigación, a ampliar esos límites que tal vez... eh, me han llevado a comprender la metáfora sí como algo muy creativo, pero como algo más verbal. Entonces me amplifican, me nutren, me motivan a la investigación. Para mí me movió, me hizo recordar muchas metáforas que también yo he tenido, me hicieron recordar otros casos en los que no he usado metáforas, pero como que digo “¡claro! esta está perfecta para esta persona” o yo he trabajado una metáfora similar, pero nunca la puse así, ¿qué puedo aprender de esta metáfora que vi que él vio de una manera?, como cómo me quedo en la metáfora, siento que es algo muy valioso que ellos mostraron y es no es usar una metáfora por un segundo si no es quedarse y ampliar la metáfora, ¿qué elementos tiene?, ¿Es un carro?, ¿qué haces con ese carro... tiras la puerta fuerte, te subes, te bajas, no?, o sea como que me pareció, me pareció muy enriquecedor, a mí me llenó de miradas nuevas que, que me llevan a repensar el espacio de la entrevista semiestructurada que se viene en nuestro proceso de investigación.

I2: Súper sí, a mí justamente, con la partecita anterior que estabas hablando, de ellos tan emocionados, como tan en su cuento, me hace pensar en este ¿qué movió en nosotras? En esa conexión un poco cómo esclarecedora para ellos de “Wow, esto resuena conmigo como un estilo terapéutico, sí, como una forma para poner y manejarlo como en terapia”, y está bien digamos, desde el lugar de TE decir que fue muy interesante cuando dijo como “Wow, yo de pronto no

soy tan de metáforas” y está súper bien, pero aun así fue creando otras alternativas muy interesantes y especialmente con un niño. Entonces como que esas cositas, digo como qué chévere que este tipo de espacios, digamos, como desde el grupo focal en el que nosotras nos estamos movilizandoo para esta investigación, pues haya sido un poco revelador para ellos y que esto también de pronto pueda funcionar para los consultantes decir “yo no sabía que una metáfora me iba a permitir a mí ponerlo en palabras, lo que no podía poner en palabras”, o “yo no sabía que tenía dotes de esta creatividad metafórica”, Si no, o sea, también sería como chévere tener esa apuesta de pronto qué podemos encontrar con los consultantes alrededor de eso, que eso creo que a mí me movió mucho en el sentido de ¡claro!, nosotros acá nos estamos formando por habilidades terapéuticas, que eso también es una habilidad terapéutica que hace a nuestro estilo ser “Juli, quién es con sus 1000 creatividades o Alejandra, que es más un poco centrada en la conversación, pero que en la conversación salen otros tipos de metáfora”, que finalmente son muchas formas de metáfora, pero que se emplean de manera que le podamos dar sentido y significado a lo que quieren decir y que permiten la conversación que fluya de otra manera, que sean aportes a la terapia. Creo que eso movilizó mucho desde mi punto de vista.

II: Total, como escucharte me hace pensar que la metáfora no se limita y de hecho yo quisiera precisar ante un participante que mencionó un poco cómo que irse por cierto modelo del enfoque sistémico, tal vez no le estaba dando a él... como que se fue mucho por ese enfoque y no estaba incluyendo tanto la metáfora, y por eso me llamó la atención y él decía “no, es más mi estilo que el enfoque”, porque siento que la metáfora como que no tiene, es como una talla única en la ropa, y acá valga la metáfora, como que no necesitas encajar, sino que la metáfora es lo suficientemente recursiva, manipulable, es decir, como generativa, es decir, puedes darle lugar a la metáfora de muchas maneras y ahí es cuando entra el estilo terapéutico, algunos lo harán por

el baile, otros lo harán por la literatura, otros saldrá del consultante y se sienten más tranquilos así, pero no por eso lo descartas, como tal vez otro tipo de herramientas donde uno prefiere abstenerse porque no resuenan con uno, siento que la metáfora es todo un terreno por explorar y seguro nos puede caber a todos los terapeutas me atrevería a decir, como cada uno de nosotros puede adaptarlo a su estilo y estoy segura que de alguna manera puede salir. Ehmm, a mí también escucharte me hizo recordar sobre un aporte de TG de la temporalidad de la metáfora, y es, y me parece interesante llegar a indagarlo con nuestros consultantes en las entrevistas semi estructuradas, porque con el tiempo emergen las metáforas, de hecho nosotras lo tenemos en una pregunta en la entrevista semiestructurada, como ¿cuáles son esas metáforas que recuerdas? y de alguna manera este nombre de “Avivar los recuerdos” nos hace pensar en cuáles metáforas quedaron ahí con sentido, como en la temporalidad, pero me llamó la atención el ver que puede quedar allí, es decir, es tal el significado y tal la potencia que no se olvida fácilmente, como que abre comprensiones que dan sentido y dan significado a la situación de los participantes.

I2: Sí ahí siento que y, creo que es también un lado que complementa lo que tú estás diciendo, y es de pronto también es por eso la como, la carga significativa que tuvo para el consultante eso, entonces esa metáfora que usamos hace un año puede ser esa metáfora que permitió movilizar algo en ese momento y ahora que se vuelve a retomar o que de pronto el consultante puede decir “es que yo nunca voy a olvidar esa metáfora por esto, esto y esto ¿sí?, como decía un poco TB, o sea, ella recordaba mucho el tema de las alas y lo ha traído a través del tiempo, porque ha sido un como un impacto significativo para ella, para movilizar otros espacios de pronto, entonces uno muchas veces pone esa metáfora que es del momento que emerge del momento y puede ser súper esclarecedora para un proceso, puntualmente en ese momento, su objetivo y demás, pero puede

tener como diferentes tonalidades en las que pueden llegar a movilizar otros espacios que como que resuenan para ese momento.

I1: Pues Ale a mí me ha gustado mucho cómo escucharte en este ejercicio reflexivo, como que vemos desde nuestro rol de investigadoras. No sé si de pronto quisieras decirme algo en lo que crees que tal vez eh, pues yo no tuve en cuenta en el grupo focal como investigadora, como observadora, no sé si en lo que me escuchas, como que escuchándote veo que se amplifica mucho también mi mirada escuchándote como, me amplías mi concepción del grupo focal, entonces no sé si hay algo que tal vez sientas que puede favorecer mi ejercicio investigativo para las entrevistas semi estructuradas, igualmente no, como desde este ejercicio de co-investigadoras pues eh, me llama mucho la atención que tal vez no, no vea yo por ser parte del sistema ciertos elementos, entonces pues no sé si, si me quieres hacer alguna recomendación para esos espacios que vienen.

I2: No creo que como venimos funcionando ha sido perfecto, o sea, creo que las dos tenemos miradas muy similares y que unas complementan a otras, entonces creo que no. No sé si tú, por el contrario, tendrías algo que...

I1: No pues Ale a mí me ayudó mucho como la revisión que hicimos al terminar el grupo focal que me dijiste como grupo focal, tal vez al principio parecía más entrevista semiestructurada, porque me permite reafirmar mmm... eh, como eso que durante el espacio tal vez uno puede tener ciertas cosas planeadas, pero en el espacio la postura puede estar moviéndose y a mí me ayudó mucho poder tener durante el espacio del grupo focal y después como tu retroalimentación para poder también ajustar mi postura de investigación, entonces pues de ahí también la pregunta que te hago porque me ayudó mucho como lo que pasa cuando uno es parte del sistema y se concibe así y pueden haber muchas emociones allí y nervios o cosas, o curiosidad, lo que decía

hace un rato, pero pues me gusta mucho este ejercicio, entonces pues bueno, así cerramos nuestro primer ejercicio reflexivo de la investigación Ale, muchísimas gracias.

I2: A ti muchas gracias, mi Juli.