

# LA CONSTRUCCIÓN DE LA VOLUNTAD COMO ALTERNATIVA A LA EXPERIENCIA DE ABUSO

Maria Oliveras Farrés

Col. número 15402

oliveras.farres.maria@gmail.com

*This article tries to share the supervisions made following a case of therapy in childhood sexual abuse, in light of Moral Development Model. The Moral Development perspective helps to understand the transversality of a lack of volitional structure and focuses the direction of the therapy on building an own will, as reparation for abuse and its consequences.*

*Keywords: abuse, volitional structure, transversality, reparation.*

---

## INTRODUCCIÓN

El objetivo de escribir este artículo nace de la gran ayuda que supuso para mí supervisar el caso de Mercedes con el grupo del Dr. Manuel Villegas y con la intención que pueda servir a otros profesionales. Gracias a estas supervisiones, pude acompañar a la paciente a hacer su propio proceso de integración de la experiencia traumática por haber sufrido abusos sexuales de pequeña. Pero no sólo me sirvió para facilitar el desarrollo de la terapia, sino que también me ayudó a comprender mejor las estrategias de regulación que ella necesitó utilizar y poderlo aplicar a otros casos de abuso.

A continuación, y tras una contextualización del caso, citaré las 6 sesiones de supervisión transcritas para que sea posible entender el sentido de este caso.

## CONTEXTUALIZACIÓN DEL CASO Y LA DEMANDA

El proceso terapéutico de Mercedes inicia en Junio de 2008 en una consulta privada, donde realizamos sesiones semanales de una hora al principio, y progresivamente las fuimos espaciando a medida que se iba encontrando mejor.

### *Análisis de la demanda*

Mercedes acude voluntariamente a la consulta solicitando apoyo psicológico debido a que “sufrió problemas de pequeña y desde hace un tiempo piensa en ello continuamente y llora y necesita solucionar su problema”.

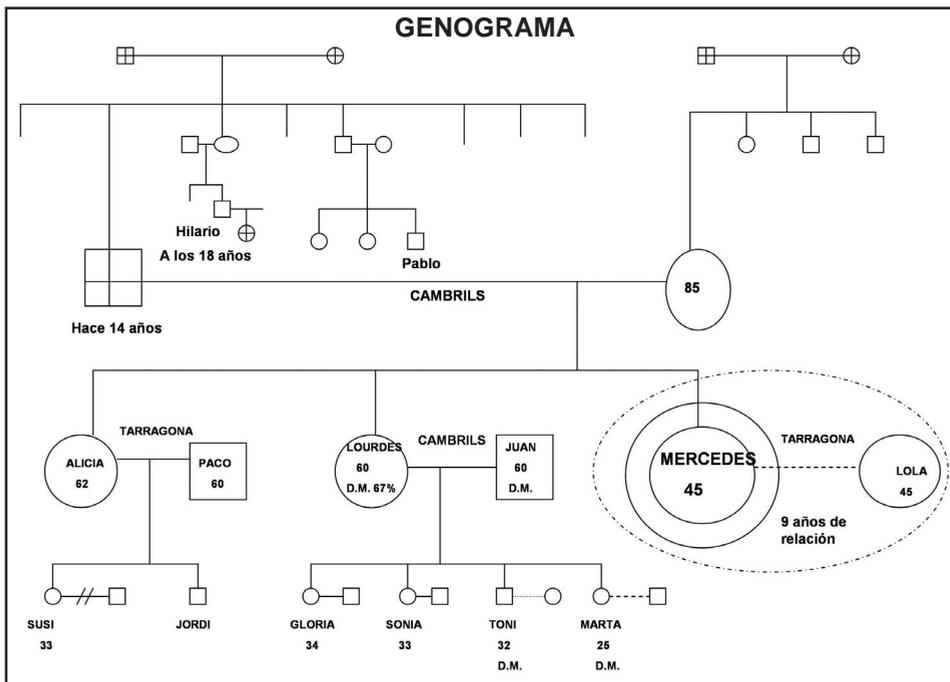
Según el análisis de la demanda propuesto por Villegas (1996) se trata de una demanda propia inespecífica, ya que es producto de una decisión de ella misma y lo que busca es apoyo y orientación para entender y hacer frente a sus problemas. Su formulación es imprecisa, pero intuye que su problema es psicológico, aunque no consigue darle una forma operativa.

### *Sintomatología*

Al inicio del tratamiento, Mercedes presenta síntomas clínicos significativos de un cuadro obsesivo: falta de atención y concentración, dificultades de pensamiento, inquietud constante, sueño intranquilo, nerviosismo general, elevada y constante activación, molestias físicas (dolor cervical, de espalda, de cabeza...), escaso apetito y bajo peso. También refiere hipocondría, claustrofobia, miedo a los espacios grandes y abiertos, fobia a la oscuridad, pánico al agua, sensaciones de culpabilidad, bloqueos al hablar, llanto inesperado, pensamientos intrusivos a veces... Durante ocho años aproximadamente (de los 25 a los 33 años) hizo un consumo regular de tóxicos (alcohol y cocaína). Actualmente evita el consumo de cocaína; el de alcohol es muy esporádico y le hace efecto rápidamente, con gran malestar posterior. Mantiene una relación distante con la familia, con visitas esporádicas a su madre, y una relación sentimental de tipo dependiente con su pareja que le conlleva mucho sufrimiento.

### **GENOGRAMA E HISTORIA DE VIDA**

- 4** años: Abusos de su vecino Pedro
- 6** años: Abusos de su primo Hilario, de 18 años
- 9** años: Rotura en su historia: sus hermanas se casan y se van de casa, su padre enferma gravemente, su única amiga se va de la escuela y ella se “anestesia”
- 11** años: Juega a básquet y ello se convierte en su pasión, hace “juegos compensatorios” de tocamientos con niños de la escuela, somete a una vecina que era retrasada
- 12** años: Se enamora perdidamente de Carme, por quien sentía “fascinación”, sin entenderse
- 13** años: Queda “hipnotizada” por Cristina y eso la confunde muchísimo y la hace sufrir. Vive una adolescencia “desagradable”, sin adaptarse demasiado
- 17** años: Se aísla socialmente y toma conciencia de su homosexualidad
- 18** años: Prohibición paterna de ver a la chica que le gustaba, decide “romper con su familia” y entra en “el ambiente”. Mantiene relaciones con una chica. Empieza a estudiar diseño.



- 20 años: Deja el básquet y el diseño y decide tomarse un “año sabático”.
- 21 años: Entra en una relación tortuosa con una chica 10 años mayor que ella y empieza a trabajar con ella, inicia el consumo de cocaína, al principio puntualmente pero luego de forma asidua
- 26 años: Sufre una grave crisis vital: las drogas le provocan síntomas desagradables, su pareja la engaña con otra, se lo niega repetidas veces y aún así Mercedes la perdona, la despiden del trabajo, finalmente su pareja rompe con ella
- 28 años: Trabaja en bar de copas. Consumo de cocaína y trafica para amigos, sale con una chica de 17 años
- 30 años: Viendo una película recuerda los abusos sufridos en su infancia, pero no lo cuenta a nadie
- 36 años: Conoce a su actual pareja y a los 3 meses van a vivir juntas. Al poco tiempo, su pareja le propone montarse un bar y lo abren en poco tiempo
- 43 años: Un día se queda a solas con una vecinita en el restaurante y siente pánico. A partir de aquí el tema de los abusos se le vuelve obsesivo. Decide iniciar terapia.

## METODOLOGÍA TERAPÉUTICA Y SUPERVISIONES CLÍNICAS

Durante el proceso de terapia de 2 años con Mercedes he tenido la ocasión de poder supervisar su caso en 6 ocasiones, dentro del marco conceptual del modelo

del desarrollo moral (Villegas, 2011). A continuación, iré contextualizando el proceso y sintetizaré el significado extraído de cada una de las supervisiones, para que se entienda la evolución del caso y el desarrollo de las sesiones.

*Junio 2008 (3 sesiones realizadas):*

En esta ocasión, estando aún en la fase de acogida y exploración, empezaba a conocer el motivo de la demanda de Mercedes y algunos aspectos de su historia, que me ayudaban a comprender su conflicto interno:

*“De pequeña tuve problemas y como en este último año el trabajo ya me va mejor, supongo que tengo la cabeza más despejada; no es que quiera. Vamos, que me empecé a recordar de todo este tema (abuso), prácticamente a diario, y fatal. Y luego me di cuenta de que necesitaba que alguien me explicara un poco cómo me ha afectado esto, que yo no soy capaz de saberlo”.*

Los dos temas centrales que Mercedes expresa son el abuso sufrido en la infancia y su gran sentimiento de culpa. En este momento es cuando decidí supervisar el caso para comprender mejor la relación entre estas dos vivencias.

Lo primero que se diferenció fue la connotación semántica del término “abuso sexual”. “Sexual” es el adjetivo, pero no da información del impacto psicológico del abuso. La mayoría de la gente nos centramos en el adjetivo, pero lo fundamental del abuso no es que sea “sexual”, “laboral”, etc.; es el ABUSO, el sustantivo. Si se tratase de abuso con violencia, es una violación.

Lo realmente destructivo para la persona es la vivencia del “abuso”, entendido como un aprovecharse de otro en una relación asimétrica, de poder. Esta experiencia invalida a la persona, ya que no es ella misma quien determina o decide qué quiere o no quiere hacer. Esta imposibilidad de hacerse responsable lleva a un sentimiento de culpa.

También aquí fue clave que se revelara la diferencia entre lo que es **culpa moral** y lo que es **culpa neurótica**:

- La “culpa moral” es la “culpa del SÍ”, la culpa derivada del reconocimiento de una carencia moral, es decir, *“me doy cuenta del daño cometido, no lo quiero volver a hacer, pido perdón, intento reparar el daño y me hago responsable de mis actos”*. La culpa moral, pues, es reconciliadora y responsable.
- La “culpa neurótica”, en cambio, es la “culpa del NO”, ya que en muchas ocasiones no se ha cometido ningún daño. Es el miedo al castigo por un incumplimiento moral, muchas veces sin ni siquiera entenderlo. La culpa neurótica no lleva a la responsabilidad sino que lleva a la ansiedad. Es necesario pasar de la culpa neurótica a la culpa moral, como parte del pasaje hacia la autonomía: *“De acuerdo, ya está hecho. Dime cuál es el daño que has hecho, arrepíentete y luego miremos de hacer algo para*

*reconciliarlo”.*

Fue clave para Mercedes, pues, poder llamar a cada cosa por su nombre y pasar de la culpa neurótica a culpa moral, para transformar ese sentimiento angustiante en el inicio de la construcción de su voluntad.

*Octubre 2008 (14 sesiones realizadas):*

En este tiempo fuimos contextualizando los episodios de abuso sufridos en la infancia, que se daban como “juegos” por parte de un vecino 8 años mayor que ella, con quien eran “amigos”, jugaban juntos y que “la quería mucho”. Esta confusión creó una incongruencia interna en Mercedes que la colocaba sin saberlo en una posición de poder ser abusada. Alguien que está atrapado, que no es libre, que no puede huir, puede ser abusado. Su posición es de servilismo: está al servicio del capricho o deseo del otro. El otro tiene una necesidad o un impulso y tú estás obligado psicológicamente (quizá no moralmente) a satisfacer el deseo del otro. Eres su sirviente sin referente propio, ya que el referente es la necesidad o deseo del otro.

Así pues, parece que el abuso en este caso fuerza el paso a la socomia complaciente, antes de tiempo. A esto se le sumó el descubrimiento en la adolescencia de su tendencia homosexual (considerada parte anómica). Parece que el conectar con su deseo chocó con el agrado de sus padres y con el rechazo social hacia la homosexualidad, por lo que no se legitimó ni reconoció que era lesbiana. Este secreto aún lo oculta. Ambos secretos la llevaron a una vida caótica, impulsiva (consumo de drogas y alcohol, descontrol, etc. en ámbitos sociales) y obsesiva (en contextos laborales), entendido como una regulación anómica y heteronómica no integradas.

Poco a poco, con la información recogida, fuimos construyendo el significado de los diferentes episodios que ella explicaba, pero llegó un punto en que Mercedes expresó la necesidad de recordar para entender por qué no dijo nada a sus padres y por qué ella seguía yendo con el vecino si no quería. Se sentía bloqueada y eso la angustiaba. Le propuse que trajera fotografías de cuando ella era pequeña, para verlas juntas y hacer un trabajo emocional con ellas. El objetivo no sólo era ordenar cronológicamente sus recuerdos sino dar voz a la “Mercedes pequeña”, como una manera de escuchar y validar qué es lo que entonces sentía.

Esta necesidad de entender qué ocurrió en la dinámica relacional con sus padres en su infancia, que la llevaba a sentir mucha rabia, fue la que me llevó a supervisar el caso por segunda vez. Se aclaró que es común que las personas abusadas tengan rencor con quienes les tenían que haber protegido y no lo hicieron. Arquetípicamente, la madre debería saber leer entre líneas lo que su hijo necesita o lo que le ocurre y saber qué hacer. La persona abusada se ha quedado esperando esa protección que no ha llegado. Por eso tiene la sensación de que nadie la entiende y de que nadie la puede proteger. Hace falta acompañarla a un proceso de perdón

(¿qué pasa si lo digo? ¿qué ocurriría después?), de salir de la posición de esperar una reparación externa y renunciar a ella, superar la postura de víctima o bloqueo.

Mercedes únicamente desarrolló un síntoma, una conducta reservada e inmadura, y tal como el supervisor cuenta, el síntoma se convierte en señal, que se manifiesta pero no se revela. La señal necesita convertirse en significado. En este caso, ella no habló con su madre... ¿por qué? Al no decírselo, ella misma ya se colocó en una posición de hacerse cargo del otro (su madre), negando su propia necesidad. Lo mismo que aprendió al ser abusada, tuvo que negar su necesidad y someterse a la necesidad del otro.

Hasta ahora no había elaborado su silencio acerca de los abusos y poco a poco empezó a plantearse que quizá fue por miedo a quedarse sola. A los 9 años sus hermanas se casaron y se fueron de casa y ella quedó sola con sus padres, en una situación no muy favorable. Recuerda que entonces tomó conciencia de la situación familiar y allí dio el salto hacia la heteronomía, volviéndose obediente, cumpliendo con sus obligaciones, etc. y hacia la sionomía oblativa, haciéndose cargo de sus padres, a quienes veía como muy mayores y que podían morir pronto, y sacrificándose por ellos. Percibió la incapacidad de los padres, con lo que se portaba bien para que no tuvieran más trabajo, y a la vez se tuvo que hacer de “padre”, de cuidadora y reguladora de sí misma, como pudo. Aquí entraba también el exigirse en los estudios, el retarse a sí misma con el básquet...y de la misma manera, el olvidarse de lo sufrido. De pequeña, pues, aprendió a no explicar cosas que intuía que los otros no querían saber, o sea que ya se puso en una posición muy oblativa. El supervisor utilizó el símil de la “omertà” de la mafia italiana: existe un pacto de silencio que no se puede romper.

#### Diciembre 2008 (24 sesiones realizadas):

Aproximadamente a los 5 meses de terapia, Mercedes llegó a explicitar su definición particular de abuso, desde su experiencia, que fue el hilo conductor de su historia:

***“El abuso es la manipulación de la voluntad por la coacción y la intimidación”***

En este momento de la terapia, necesité supervisar otra vez para ampliar la comprensión del caso, a nivel evolutivo, de cómo tal suceso influyó en la posterior regulación de Mercedes. Ella se expresaba con mucha rabia en las sesiones y yo sentía que, pese a ir avanzando en la expresión de lo que le había ocurrido, faltaba explicitar de forma más concreta los abusos para poder dar una lectura profunda de toda su vida y poderla ayudar a integrar lo que le había ocurrido.

Al supervisor le encantó la definición que la paciente misma hizo de los abusos, ya que según él, explica maravillosamente el núcleo constitutivo del abuso. Y ello también explica la sensación típica de las personas que se han encontrado en situaciones de abuso, como si la vida hubiese decidido por ellas.

“Manipulación de la voluntad” significa que mi voluntad está **alienada** por la manipulación de otro que me coacciona a través de la intimidación. Justamente la experiencia es que mi deseo no es tenido en cuenta por el otro, quien me coacciona a través de la intimidación, manipulando mi voluntad. Si alguien manipula mi voluntad quiere decir que mi voluntad es manipulable. Entonces utilizó un ejemplo gráfico: *Si un pizzero manipula la pasta de la pizza es porque la pasta de pizza es manipulable. Y para que sea manipulable se la tiene que preparar, es decir, se la debe remover, se la debe ablandar, se le debe amasar hasta un punto, se le debe dar forma...* Eso significa que yo tengo una percepción de mí como “manipulable”, alguien que puede ser coaccionado a través de la intimidación. Esta es la esencia del abuso.

Esto significa que yo, como referente volitivo (de voluntad) de mí mismo, estoy cuestionado, en el sentido que sé que soy manipulable, por lo tanto, no soy dueño de mí mismo, cosa que me coloca en una situación de vulnerabilidad y, por lo tanto, de posibles nuevos abusos. Por lo tanto, ya tengo una tendencia a entrar en las relaciones en una cierta posición de dependencia. La persona dependiente se pone en una posición de ser abusada por el otro. El otro podrá abusar o no, pero ella se pone ya en la posición. Por eso, las personas en una posición dependiente aceptan maltratos. El maltrato y el abuso tienen la misma dinámica constitutiva, que manipulan la voluntad del otro, pero para hacerlo usan la coacción (fuerza que se hace a alguien para obligarlo a algo) y la intimidación (causar o infundir miedo). Tal como se ve en su historia, Mercedes tuvo continuidad en los abusos.

Así pues, aquí fue cuando se destacó el común denominador del caso: esta **disociación respecto a la propia voluntad** y la percepción de manipulable, a través de diferentes formas de coacción y de intimidación. La voluntad puede ser manipulada de diferentes maneras: prenómicamente (“si no lo haces, me mataré”; posición pasivo-agresiva), anómicamente (“si no lo haces por las buenas, lo harás por las malas”), heteronómicamente (“hazlo porque te lo mando yo”) y sionómicamente (“si me quieres, hazlo” o “si no lo haces, no te querré”). Lo interesante es conocer cuál es el miedo, a qué, qué me coacciona para que yo me desconecte de mi voluntad.

Viendo los ejemplos de conducta de Mercedes, se aventuró que parecía tratarse de un miedo a la exclusión. Y como no pertenecer es una experiencia de exclusión, Mercedes se esforzó en hacer lo que hiciera falta (incluso de “camello”) para que la aceptaran los otros, si bien no era una aceptación de ella como persona, sino como medio para conseguir lo que los demás querían.

Se propuso explicarle sus oscilaciones de comportamiento durante su vida (que a ella también le resultaban curiosas), de modo transversal (es decir, diferentes regulaciones morales en un mismo periodo de vida, pero según los contextos). Así, podría entender que si una persona no tiene integrados los diferentes sistemas de regulación, puede utilizar un sistema de regulación u otro en función del contexto

en qué se encuentre. Esto también la podría ayudar a entender que su voluntad es únicamente suya y no se la pueden manipular, para empezar a construir un sentido de propiedad de la voluntad.

Si bien es cierto que evolutivamente nos vamos regulando por diferentes momentos evolutivos, no son posibles los estadios de regulación posteriores si no se ha construido un núcleo volitivo bien claro. Entonces, por ejemplo, si la persona está en contextos sacionómicos, debería introducir la heteronomía, pero ésta no puede dialogar con la sacionomía si no ha integrado la anomía. Primero hace falta reconocer la propia anomía. Por ejemplo, alguien a quién le sienta mal beber alcohol, en una fiesta social puede beber para complacer a los demás, pero al siguiente día le dolerá todo. O bien, puede decir “No bebo porque debo conducir” o “No bebo porque el médico me lo prohíbe”, es decir, buscar una razón externa a ella que como los demás pueden aceptar, queda legitimada en el contexto social. O bien, puede decir “No, gracias, no quiero beber, no quiero, me sienta mal” y punto, desde su propio referente volitivo. Y no tiene por qué significar que no le guste beber, sino que algo puede gustarte y no querer hacerlo.

La condición psico-social de Mercedes, pequeña, con padres y hermanas mayores, implicó que ella creciera como en el vacío. Y en el vacío, ella aún no se había formado y ya abusaron de ella. Además, no tuvo referentes adultos que la ayudaran a construirse su voluntad, diciendo: “No, no, oye, tú no querías esto. Podrías haber dicho que no...”, o sea, que la ayudaran a través de la heteronomía a reforzar su voluntad. A su madre aún le estaba reclamando haberlo hecho. No se trata tanto de perdonar al otro (madre), sino más bien de liberarse de la expectativa de que otro lo hiciera, porque nadie lo hizo, ni lo hará, y responsabilizarme de mí mismo, asumir lo que sea, porque eso ya está hecho y no desaparecerá.

También se comentó que existen muchos elementos evolutivos en los abusos, de que los adultos que hubieran podido hacer algo no asumen un papel protector, porque o bien no lo saben o no se lo creen o miran de taparlo como sea, invalidando la experiencia del pequeño. La situación de abuso cuando se es menor produce un mayor impacto, ya que no facilita el desarrollo de una estructura propia sana, libre. No lo puede integrar, ni puede encontrarle sentido.

En el caso de Mercedes, que sufrió abuso sexual siendo menor, el supervisor explica que se crea una contradicción: ¿me quiere o no me quiere? Y si no me quiere, ¿por qué no me quiere? Es decir, si abusan es porque te quieren, pero te quiere el otro para su provecho. Eso no significa que te quiera a ti, ni que tú quieras lo que quiere él. El vecino “la quería mucho”, pero abusaba de ella, entonces ¿qué construcción hace ella del amor y de las relaciones? Si me quieren, abusarán de mí, o sea, querer significa renunciar a la propia voluntad, es decir, no poder tenerse en cuenta. Todo esto puede ser el elemento que permita darle cohesión y coherencia a la experiencia.

Por ejemplo, a nivel de pareja, Mercedes mantenía una relación con otra mujer

en la que interactuaban a través de manipulaciones emocionales. Por este motivo, alguna vez se planteaba dejarla, pero decía que en el fondo se querían, que era quien siempre estaba a su lado. El supervisor sugirió explorar qué quería decir para ella que se querían. Si para ella querer a una pareja significa estar siempre a su lado, si la quiere mantener así, que la mantenga, pero esto no quiere decir que su voluntad tenga que “bailar a su son”. Es decir, por ejemplo, si Mercedes quiere bailar salsa y le ponen un vals, no será congruente con su estado de ánimo. Quizá no tiene el momento para bailar un vals, le apetece una salsa. Si su pareja quiere bailar vals y Mercedes quiere bailar salsa, ellas dos no pueden bailar juntas en ese momento. Lo primero es saber si tengo ganas de bailar, y si es así, si quiero bailar salsa, o vals o lo que sea. Entonces, si su pareja quiere bailar vals y ella salsa, suponiendo que tengan ganas de bailar, ¿qué bailarán? Hay muchos tipos de baile, pero cada uno implica un estado de ánimo distinto. Es un estado de ánimo diferente bailar salsa que bailar vals. Hay gente que le cuesta conectar con lo que quiere.

En ese caso, preguntarle qué estado de ánimo es con el que el bailarías salsa o bailarías un vals o bailarías otro baile. Lo primero es conectar con el estado de ánimo. Esto es anómico: ¿qué siento?, ¿qué quiero?, ¿qué impulso hay en mí que sea coherente con esta música? Antes de poder hacerse respetar su estado de ánimo, primero lo tiene que detectar. Si hay una “anestesia”, no siente. Pueden, por ejemplo, resolver que si una quiere bailar salsa y la otra quiere bailar vals, que cada una baile por su cuenta. También pueden negociar que una acompañe a la otra a bailar un día vals y al otro día salsa. De esta manera, podría integrar las ganas de bailar salsa con las ganas de su pareja de bailar vals, si es que la quiere complacer, pero explicitando “Lo que a mí me apetecería es bailar salsa, pero como ahora están tocando un vals y a ti te apetece bailar el vals, pues por ti salgo a bailar un vals. Por lo tanto, te acompaño hoy y mañana u otro día, salsa” (porque el vals se baila a dos, la salsa aún podría bailarla uno solo). No es tanto fijarse en qué siente en relación con su pareja (por ejemplo, miedo, y por eso acaba bailando vals), sino respecto al vals, ella qué siente, cuál es su estado de ánimo. Es decir, el miedo lo tiene y conecta con él, pero ¿qué quiere? Entonces, ¿cómo puede conseguirlo? Porque a veces es posible combinarlo, y el simple hecho de decir que a ella le apetecería más la salsa, pero como a ti te apetece más el vals, ya le puede cambiar su estado de ánimo. Ella sabe que la salsa también está bien.

Si ella misma puede legitimar que le gusta la salsa y que le apetece bailar salsa, pero que también le apetece complacer a su pareja, puede integrar las dos cosas, sin hacerlas contradictorias. O, en determinado caso, si son tan contradictorias, puede decir “Mira, yo es que el vals no lo soporto. Si tú quieres bailar el vals, búscate un bailarín que te saque a bailar el vals”.

Mercedes se siente atada a su pareja (viven juntas, trabajan juntas...), atrapada, que no puede moverse demasiado. El supervisor señala que a veces no puedes salir de una relación, pero lo que sí se puede trabajar es cómo ser uno mismo en la

relación. No hace falta que cambie nada, sólo conócete y sepas qué sientes. Sólo el hecho de saber que renunciamos a algo que queremos, en el fondo, ya es más libre la renuncia. Ya no es si me gusta la salsa o no, sino que me gusta la salsa pero decido renunciar a ella por miedo, por ejemplo. En el caso de Mercedes, ella no puede reconocer nada suyo y por eso mira hacia el otro. Está un poco perdida, y si se va encontrando a ella misma en terapia irá perdiendo esta mirada hacia el otro.

No se trata de qué hará, sino de construir una estructura interna que permita sentir, querer, decidir, actuar... y después ya vendrá lo que quiera. No es tan importante lo que hace sino desde dónde lo hace.

La manipulación por parte de otro de su voluntad que ella misma no tiene constituida, hace que se vaya regulando en función del contexto, no de forma propia. Es necesario que ella misma construya su propia voluntad. Me recomendó utilizar el cuento de los tres cerditos como metáfora para entender la necesidad de construirse su voluntad “con ladrillos, sólidamente, para que cualquier inconveniente no destruya lo construido (hasta ahora hecho de paja o barro)”.

En las siguientes sesiones, Mercedes se dio cuenta de que si no tenía una voluntad propia, siempre abusarían de ella (“*Del árbol caído, todo el mundo hace leña*”), por lo que redefinió su demanda de terapia a partir de entonces como la construcción de su voluntad.

#### Marzo 2009 (36 sesiones realizadas):

El proceso de terapia con Mercedes siguió este rumbo de trabajo, pero aún así, pasados 6 meses, yo como terapeuta sentía que a pesar de entender ahora muchas más cosas que al principio, me faltaba algo que me permitiera darle una lectura más profunda, para que pudiera ayudar a darle un mayor sentido a la historia de Mercedes. También ella misma explicitó que le faltaba una “*pieza del puzzle para que le permitiera ligarlo todo*”. En este momento recurrí otra vez a la supervisión de grupo, cosa que me aportó un mayor aprendizaje. Al parecer, al trabajar con su historia, Mercedes únicamente había podido extraer una relación etiogénica de los hechos históricos, es decir, una relación causa-efecto, como podría ser la “teoría del trauma”: “esto ha producido esto otro”, hubo un trauma y entonces el trauma se repite en mil ocasiones. Si no hubiera habido el trauma, esto no pasaría, pero como ha ocurrido, se cierra el círculo y no se acaba de entender con profundidad.

Aprendí que más que en los hechos, cuando se va a la historia del paciente, debe entenderse el significado de la historia, es decir, “Tú desarrollaste un tipo de construcción, de narración, de significación de los hechos, de regulación respecto a los demás y entonces este patrón puede repetirse o reproducirse en situaciones similares”.

Una persona abusada se ha acostumbrado a ser manipulada en su voluntad a través de la coacción e intimidación, por lo tanto, hay que ayudarla a ir leyendo las situaciones concretas desde sus deseos, sus pensamientos, sus sentimientos... Por

ejemplo, “Tú, en este caso, ¿cómo te sentiste?”, “Pues sentí que estaba cediendo al deseo del otro”, “¿Y cómo vivías lo que te estaba diciendo el otro?” “Como un deseo suyo”, “¿Y su deseo coincidía con el tuyo?” “No, pero creo que no puedo oponerme porque tal y cual”...Hay que ver en cada situación qué tipo de coacción está en juego y qué tipo de intimidación.

Hay que trabajar primero una situación concreta, pero desde un modelo abstracto (o sea, ¿cuál es la manipulación?). No hace falta hablar al paciente en términos técnicos, sino tenerlo nosotros presente para hacer que esa situación concreta sea un ejemplo de una tipo de funcionamiento más básico, más estructural.

En cualquier estructura, que exista un poder es normal, pero otra cosa bien distinta es el abuso de poder. Precisamente, “poder” es la capacidad de potenciar (viene del latín *potere/potens*), es una fuerza para sacar una potencia (similar a “educar”, que significa ayudar a sacar hacia fuera lo que está dentro). Es decir, el poder no es malo, lo malo puede ser el uso que se haga de ese poder. Este se llama “abuso”.

La constricción de la libertad de Mercedes proviene del hecho que ella sentía que no podía salir o liberarse de las situaciones de abuso. Si alguien no puede huir puede ser abusado, no tanto porque el otro sea un abusador, sino porque este alguien no puede huir o hacer algo.

Mercedes, en terapia, explica que aún siente que nadie la reconoce ni la apoya, es más, la critican. Esto lo expresa con rabia hacia los demás, porque es otra vez que le pasan cosas y no se siente validada, sobre todo por su pareja y familia. Aún así, trata de diferenciarse de ello, utilizando ironías y hablando como si ella “pasara” de todo eso. Este mecanismo de defensa le permitía no caer en la angustia o la depresión. Pero para evitar esto que quizá más adelante suceda, está siendo manipulada, coaccionada e intimidada aún. En algún momento tocará fondo, y desde este fondo podrá remontar.

Aunque pueda asustar que la paciente toque fondo, es decir, se “desmonte”, poniéndose a llorar intensamente, es positivo que ocurra porque así podrá dar sentido, como un acto de afirmación de ella misma, de diferenciación auténtica. Porque la persona abusada pierde el sentido de identidad; es como que pertenece a la voluntad del otro, no la tiene propia. Cuando toque fondo, la propia necesidad puede llevarla a conectar con su voluntad.

A nivel de desarrollo moral, en su caso, la estructura sacionómica de querer complacer a los demás le viene forzada, antes de tiempo. El supervisor remarcó la necesidad de hacer aflorar todo el significado, de crear una metacognición. “¿Me han hecho daño? Y si me han hecho daño, ¿qué daño me han hecho?”. El abuso en una edad tan tierna se hace difícil de gestionar, porque la estructura heteronómica tampoco aún está constituida. Curiosamente, ella de pequeña pegaba a una niña deficiente más pequeña que ella, y de eso se avergüenza tremendamente y se siente culpable, porque no entiende por qué lo hacía. Esto se entiende porque la persona

abusada no adquiere unas regulaciones interpersonales sanas. Entonces, como a ella la obligaban, ella obligaba a otra, y es la ley del más fuerte. “Si yo soy más fuerte que otra, la puedo manipular; si soy más débil, tengo que someterme”. O sea, ha aprendido algo que no quería, que es entender las relaciones interpersonales como de dominio-sumisión.

Con preguntas, hace falta ayudarla a subir de nivel, llevarla al nivel metacognitivo. Es igual haber empezado tocando el tema de los abusos primero o el tema de la rabia hacia su madre o de cualquier otro aspecto de la problemática, porque el orden de los factores no altera el producto. Ir siguiendo lo que vaya planteando la paciente, porque al final, todo irá a parar a lo mismo.

*Junio 2009 (50 sesiones realizadas):*

Llegada a esta parte del proceso, Mercedes se sentía triste y deprimida, con manifestaciones emocionales que ella misma intentaba reprimir. Entonces necesité volver a supervisar para saber cómo seguirla acompañando.

Mercedes ha tenido alguna crisis emocional estos días, tras verse afectada por pensamientos intrusivos continuos acerca de poder ser ella también una abusadora, y se siente muy vulnerable. Ella está en un momento en que necesita no amenazar su equilibrio, pero el curso de sus emociones espontáneamente lo hacen. El supervisor indica que es necesario darle espacio, es decir, permitirle que hable mucho su anomía, y que cuando esta anomía esté suficientemente fuerte, llegará un momento en que los pensamientos intrusivos los podrá cuestionar y ver que no tienen sentido, porque habrá reforzado su autoconocimiento y reafirmación de sí misma, de lo que podría hacer y de lo que no.

Se trata de validar la anomía desde una integración moral, no desde el ir haciendo cosas que le gusten sin más. Debe plantearse un proyecto futuro de ella misma. Es decir, lo que hace, ¿lo hace porque quiere?, ¿qué motivación tiene en la vida?, ¿sabe qué quiere hacer con su vida?, en las cosas que hace ¿qué implicación emocional tiene?

Las voces que siente en su cabeza son voces de la culpa preventiva del sistema obsesivo: para evitar una cosa que no se ha hecho pero que podría pasar, aparecen como alarmas para que se sienta culpable por el mero hecho de haberlo pensado. Esto ocurre cuando la voluntad, que ha sido manipulada por coacción e intimidación, se está constituyendo, y aparece su contrapartida. Entonces, si ella conecta tanto con la anomía, con lo que ella desea, como los que abusaron de ella en su día conectaron con su propia anomía, de forma inconsciente se produce una contrabalanza interna, por la que surge el pensamiento automático de que ella podría hacer lo mismo que hicieron con ella, podría abusar de alguien. Seguramente estos pensamientos no le hubieran surgido si ella no hubiera estado conectada con su anomía. De ahí que ella, de alguna manera, asocie la anomía como algo peligroso y se intente prevenir, reprimiendo sus emociones.

El miedo al descontrol es heteronómico, ya que ella vive la espontaneidad no como algo sano y libre sino como descontrol, como algo que puede hacer que ella haga algo que se le escape de las manos sin querer. Parece entender la anomía como una negación de la heteronomía y, por lo tanto, si ella se regula por la anomía quiere decir que todo es posible, que no hay ley, que no hay norma. Esto ocurre cuando aún no se tiene bien interiorizado el criterio propio interno, con el que pueda distinguir claramente qué quiere hacer y qué no.

En el caso de Mercedes, parece ser que su anomía la integra no tanto con la ley (heteronomía), sino más bien con el amor por el otro (socionomía). Es necesario que Mercedes defina sus actuaciones desde la autonomía, es decir, “Bueno, yo pienso unas cosas, pero tengo un criterio para decidir si son cosas buenas o malas y si quiero hacerlo o no, y a mí ninguna voz me tiene que venir a decir nada, ni lo que tengo que hacer ni lo que no tengo que hacer”. Es decir, posicionarse en sí misma.

El supervisor habló también acerca de la tristeza, y dio una visión muy humana de la misma. Comentó que si alguien está triste, no hay lucha entre anomía y heteronomía, sino que está prenómico, en cuanto que deja que sea la tristeza la que regule. No hay lucha sino que hay abandono, resignación... y esto permite luego pasar a la aceptación, que es cuando la persona puede asumir lo que le ocurre y hacerse cargo de sí misma. Es bueno pasar por esta prenómica, pues. Él lo compara con cuando uno está enfermo y se mete en la cama, porque lo necesita, y ponerse en la cama es una manera de permitir que la enfermedad haga su curso.

Mercedes siente miedo a sentir tristeza por si se instala en una depresión de la que no sepa salir. Por eso, es necesario explicarle que las emociones tienen su curso y que es necesario dejarlas cursar para que, por sí solas, se regulen. El supervisor aquí recordó la parábola del arca de Noé y el Diluvio Universal: después de 40 días de lluvia, vino la calma y Dios dijo que nunca más castigaría a la humanidad con un diluvio. Y por eso, pese a que todo estaba inundado, Noé envió una paloma y ésta volvió con una rama de olivo, que significaba que había algún lugar donde el agua ya había bajado y volvían a crecer los olivos. Por eso se considera el olivo como símbolo de la paz. Se propuso utilizar la metáfora del Diluvio Universal para explicar a la paciente que necesita llorar 40 días y 40 noches, es decir, necesita poder cursar la tristeza, permitírselo.

El grupo recordó que en el duelo, la tristeza precede a la aceptación, cuando uno ve realmente que ha perdido algo. Pero para perderlo, se debe sentir la pérdida. En el caso de Mercedes, se trata de hacer el duelo del abuso. Sentir la pérdida es doloroso, pero llega un momento en que estás sintiendo el dolor y espontáneamente te levantas del suelo. La tristeza es una emoción sana y reparadora. Es necesario acompañarle a que primero sienta y conecte con su tristeza y luego la elabore. Por suerte, recordamos la gran capacidad metacognitiva que esta paciente ha demostrado a lo largo de su proceso de terapia, por lo que se me anima a seguir acompañándola a integrar lo que siente.

También expuse al grupo de supervisión la relación de dependencia de Mercedes con su pareja, entendida como una fusión, donde ella siempre tiene la duda de si su pareja la quiere. Aquí, el supervisor apuntó que saber si te quieren sólo lo puedes saber si alguien tiene un amor incondicional por ti. Pero las relaciones siempre están potencialmente amenazadas y no hay nunca la seguridad de que alguien te querrá para siempre (arquetípicamente, sólo los padres, pero en su caso, ni así lo sintió). Lo importante es que ella únicamente puede estar segura de si quiere y de si ella misma se quiere. Necesita tener presente su autoestima. Sería conveniente que empezara a fijarse en lo que ella hace o siente (agente activo) y no en lo que sienten o hacen los demás hacia ella, porque los otros ya le han hecho muchas cosas, y de tal manera que ella sólo recibía o reaccionaba a ello (agente pasivo). Es decir, en su relación de pareja, adoptar una postura activa es querer ella. Ella puede querer, y si la corresponden, bien, y si no, ya verá qué quiere hacer, porque no vale la pena echar agua en un recipiente agujereado. Responsabilizarse de su querer, no del de los demás, ya es un paso para desarrollar su autoestima. Posicionándose más en la anomía y en la autonomía, las relaciones interpersonales también cambian.

Al finalizar esta supervisión, expuse mi temor a estar manteniendo su manera de regularse, por el hecho de no provocarle sentir o pasar por lo que ella misma reprime y porque no notaba permanencia en los cambios de Mercedes. Aquí el supervisor me recordó que hace falta tiempo para consolidar los cambios y que para eso es necesario mantener cierto seguimiento del proceso de los pacientes. La terapia es un espacio para ella donde se encuentra a sí misma y donde sigue su proceso, que es de lo que se trata la terapia. Me recomendaron mantener una posición como terapeuta de dejar que la persona haga su proceso (y frenar mis ganas de que esto suceda). De eso trata la aceptación auténtica.

*Julio 2009 (55 sesiones realizadas):*

En este momento de la terapia, quise supervisar para aumentar mi visión más comprensiva del caso y así poder ayudar mejor a la paciente. Traté de acabar de hilar el sentido del caso para ser capaz de ayudar a Mercedes a que lo hiciera por sí misma.

Por una parte, quería aclarar la evolución de su regulación moral y ahí el supervisor lo explicó de forma muy sencilla: Mercedes, desde bien pequeña, dio un salto hacia la socionomía oblativa, haciéndose cargo de sus padres al no explicar nada de lo que le había ocurrido, y eso es muy frecuente en casos de abuso. Pero hablar de salto no significa que las demás estructuras no estén, sino que evolutivamente, la socionomía se desarrolla antes de que le toque. Es decir, en esa edad tan temprana, a una niña pequeña no le toca hacerse cargo de los demás y sacrificarse por ellos; al menos, no le tocaría como una forma estable de regularse, como le sucedió a ella.

Existe una doble lectura: por una parte, ella percibe la incapacidad de los padres, entonces ella se porta bien para que sus padres no tengan más trabajo ni

problemas (es decir, la motivación es socioeconómica), y a la vez debe hacerse de padre de sí misma (su padre cae enfermo y su madre debe ir a trabajar). Así pues, ella tuvo que hacer de padre de sí misma, de cuidadora de sus padres y de reguladora de sí misma. Entonces apareció la exigencia (el funcionamiento heteronómico, obsesivo, etc), y dentro de esta exigencia encaja el olvidarse de los abusos, el tapar, el hacer como si no hubiese pasado, el asumir muchas responsabilidades de manera sustitutoria, etc. Cuando uno es adulto, lo que haya pasado ya ha pasado; no se puede esperar eternamente a que los que en su momento no lo hicieron, hagan las funciones que les tocaba, porque esa posición de victimismo no permite una regulación autónoma, sana y libre. En cambio, cuando uno es pequeño y adopta una posición adulta que no le corresponde evolutivamente, como Mercedes, no da espacio a que crezca una voluntad, un deseo, una entidad propia sólida.

Curiosamente, esta paciente se llama Mercedes y ha estado “a merced de todos”. Esto podría utilizarse como metáfora. Los romanos decían “*Nomen est omen*”, que significa “El nombre es el destino”. El nombre se puede entender de muchas maneras, pero puede ser una buena metáfora si le puede servir como para construir una “merced” propia, que no pueda ser utilizada por los demás.

Intentamos elaborar el aspecto de sus relaciones de pareja, y vimos que, en cuanto a su forma de relacionarse con sus parejas (se enamoró de una chica por primera vez a los 11 años), ella siempre ha estado en relaciones. Si le gustaba alguna chica actuaba socioeconómicamente con ellas, para conseguirlas. Su forma de conquistarlas era entregándose, dándose a las otras, olvidándose de sí misma. Seguramente aprendió de bien pequeña que dando al otro lo que quería podía tener al otro. Se trata, pues, de una socioeconomía al servicio de la anomalía. En otras ocasiones, eran algunas chicas que se encaprichaban con ella y ella igualmente, sentía la necesidad de salir con ellas para complacerlas, pero eso le ha llevado a desarrollar una dependencia de las relaciones. En todas ellas se ha posicionado o bien arriba (posición *up* o dominante) o bien abajo (posición *down*, o sumisa), como en la fábula del lobo y el cordero: ella en algunas relaciones era lobo y en otras era cordero. No sabe relacionarse desde la igualdad, sino que ha aprendido que las relaciones son de abuso: o abuso o soy abusada. Es decir, para ella las relaciones entre las personas no son de intercambio sino que son relaciones de dominio y sumisión.

En cuanto a la relación entre haber sido abusada de pequeña y ser lesbiana, pregunto al supervisor si puede tener sentido que ella, al haber sido abusada por dos chicos, haya desarrollado una tendencia homosexual. El supervisor no lo ve determinante, ya que parece que ella explica que se sentía “fascinada” por una chica ya a los 11 años. Él comenta también que en la adolescencia, enamorarse de alguien del mismo sexo es bastante frecuente, pero es cuando esta dinámica va continuando y se va reforzando que entonces acaba pudiendo ser predominante. A esa edad, Mercedes no entraba en relación con los chicos desde una posición de *philia* (amistad), cosa que con las chicas sí. Y desde esta posición, que implica el

compartir, la complicidad, la confianza, la intimidad, etc., ella veía cualidades positivas en estas chicas, de que no le harían daño, y las idealizaba. En cambio, en la época de pubertad, pre-adolescencia y adolescencia, esta relación de respeto con los chicos no existía. Quizá por eso se sentía más atraída por las chicas, porque estaba más cómoda y se sentía más próxima. De todas maneras, si no hubiera habido abusos, también podría haber sucedido. Es decir, no es importante centrarse en si es homosexual o no, sino entender que cualquier persona, en función de sus necesidades y en función de su imaginario y de los estímulos que recibe, se puede sentir atraída por una determinada persona. Por lo tanto, no se puede considerar el abuso como la causa de que Mercedes sea lesbiana, porque existen muchos factores, pero está claro que una relación de abuso sexual por parte de un hombre, por la connotación desagradable que conlleva, hace problemático que una chica pueda sentir atracción sexual por un hombre y vivirlo como un estímulo positivo, si no lo ha trabajado ni lo ha podido elaborar, o si no confunde el deseo del otro con el amor..

Expongo también en la supervisión que Mercedes durante las sesiones de terapia se plantea cosas importantes para su futuro como tener un hijo, tener un restaurante propio, etc. de una forma muy en el aire, sin demasiada elaboración. El supervisor señala que es lo mismo que le ocurre en su vida: ella se mete en algo y eso la lleva, como si fuera en una barca y fuera la barca quien la llevara a ella de aquí para allá. Él comenta que esto es debido a su falta de identidad: no se conoce a sí misma y no sabe qué quiere. De la manera como se regula en las relaciones, ella conoce al otro, pero desde una posición que le impide aproximarse con respeto. Todo ello tiene que ver con el no llevar el timón del barco de su propia vida; en ningún momento ella dirige nada de su vida.

Ahora tiene la oportunidad, con la terapia, de plantearse qué es lo que realmente quiere y crear un proyecto desde la autonomía: si el bar que tiene ya le está bien, pues de acuerdo, pero hace falta que haga la decisión suya. Esto es lo que hará que el cambio en Mercedes sea profundo, que cada decisión se la plantee desde ella misma. Por ejemplo, que se plantee qué necesidad tiene de hacer un cambio, por qué quiere hacer un cambio. Si respondiera “Para que dejen de aprovecharse de mí”, preguntarle “¿Y por qué quieres que dejen de aprovecharse de ti?”. Si ella respondiera “Porque me veo muy dependiente de los otros, sin criterio, y los otros me manipulan”, preguntarle “¿Y por qué te está mal esto?”, es decir, preguntarle hasta saber cuál es el motor profundo de eso, que la mueve a decir que ya basta, que eso no puede ser. Si ella respondiera que es el gran malestar que siente y los síntomas que tiene, haría falta plantearle qué coste tendría desarrollar un criterio propio, es decir, qué pérdidas tendría. Es necesario ver qué balance interno hace ella. En este caso, Mercedes en alguna sesión ha comentado que se planteaba la idea de dejar, quizá, su relación de pareja actual. Entonces aquí sería necesario acompañarla a plantearse por qué quizá sí o quizá no, es decir, ¿por qué llego a esta conclusión?, ¿qué me lleva a pensar esto?

En el caso de su relación actual, con su pareja no han llegado a construir la *philia* que comentábamos antes. No existe una buena comunicación entre ellas. Mercedes no concibe la *philia* como algo bonito sino como algo inquisidor, por lo que en su proceso de terapia se plantea una situación de evolución personal y de pareja, si quiere. A menudo ocurre que si un miembro de la pareja evoluciona y el otro no, el equilibrio homeostático se rompe. En su caso, pese a ser una relación asimétrica (con diferentes poderes), han funcionado hasta ahora, pero Mercedes ya ha roto el equilibrio de la relación y ahora ello pide una reestructuración o bien una ruptura.

Por ejemplo, cuando la pareja de Mercedes no quiere hacer algo, no le dice “A mi no me gusta, pero ve tu”. Simplemente le dice “A mi no me gusta” y no va, y Mercedes entra entonces en conflicto. Su relación es de mutua dependencia y eso les impide posicionarse de forma autónoma. Al no darse mutuamente opción libre de escoger, reconociendo la diferencia de la otra, no se posicionan en tomar una decisión propia en función de sí mismas, sino de la relación.

Incluso, cuando Mercedes en su adolescencia rompió con su familia y entró en el ambiente no fue una decisión propia, sino que fue por rebote. La voluntad hubiese sido ejercida diciendo “Yo quiero a esta chica, es un sentimiento mío, y por lo tanto yo asumo las consecuencias y la responsabilidad de esta relación. Ya soy mayor de edad. Yo a vosotros os he cuidado (hacia sus padres) y ahora soy yo quien tiene que decidir. Entonces si vosotros no me entendéis...”. En cambio, ella siguió viviendo en su casa y ni ella contaba nada, ni sus padres le preguntaban nada. No se posicionaba. Pero a la vez, parece que tampoco hubiera entonces, por parte de sus padres, una socionomía hacia ella, un interés personalizado, una empatía, una aceptación.... Parece más que como ya tenía los 18 años, cual norma heteronómica, ya no le podían decir nada porque ella en teoría ya podía hacer lo que quería, puesto que era mayor de edad. Aún así, no se hablaba de si eso le convenía o no, o de qué le pasaba o qué quería o por qué... No tuvo tampoco entonces el espacio para construir una voluntad propia. El papel de sus padres fue el de cubrir las necesidades instrumentales, prácticas, como el comer, los médicos, etc. pero no tuvieron una dimensión tutelar, de mentores, de educar..., es decir, no tuvo una nutrición completa. Incluso, en su misma escuela, debido a que su familia tenía problemas económicos para pagar sus estudios, le propusieron a Mercedes, que era muy buena estudiante, que diera clases de repaso de manera gratuita a cambio de no pagar la escuela. Es decir, también en esa institución hubo una especie de abuso. Las reglas no son claras, no son limpias. Si los padres no podían hacerse cargo económicamente, quizá hubiesen podido considerar otras opciones: que las hermanas mayores, que ya trabajaban, los hubiesen ayudado, o quizá plantearse si ella iba a una escuela que excedía sus posibilidades... Pero si los padres no pueden pagar y la escuela quiere hacerse cargo, no ha de ser a cambio de nada. Por ejemplo, hubieran podido decir “Tú te quedas a estudiar aquí porque vemos que eres una chica que vales y no

queremos que por cuestiones económicas pierdas la posibilidad de estudiar y asumimos tenerte gratis. Si a caso, lo que sí queremos pedirte es que no se lo digas a nadie”. Podría haber sido como una beca que da la escuela por sus méritos; eso hubiera sido limpio. Si no, la relación se pervierte, todo tiene condiciones, todo es un juego. Es decir, que incluso la escuela como institución le reforzó el juego.

En la escuela Mercedes recuerda que en el patio jugaba con los niños a tocarse, es decir, reproducía las interacciones aprendidas. Siempre se trata de un “*do ut des*”, o sea, ella juega con los niños, los niños me tocan, yo toco a los niños, los niños me aceptan..., o sea que no son relaciones limpias, no existe altruismo puro, todo es a cambio de algo o condicionado a algo.

En su caso, Mercedes funciona desde la socionomía en sus relaciones, haciéndose cargo de los demás, pero cuando no recibe una reciprocidad no lo reclama ni se queja, es decir, no cae a una posición preñómica o depresiva. Ella utiliza un juego manipulatorio aprendido de la seducción. Es manipulatorio porque no nace de la empatía hacia el otro sino que nace de la anomía, pero una anomía pervertida: el otro viene a mí y abusa cuando quiere y lo acabo usando yo también. Ha aprendido que en este mundo las relaciones obedecen y se rigen por los deseos, y que entonces si el otro me desea quiere decir que soy deseada; por lo tanto, tengo un valor y eso quiere decir que tengo un poder sobre el otro. Pero entonces, a la vez, entra ella en un juego de poderes: ¿quién puede qué? Yo seduciendo, el otro siendo seducido; yo dominando, el otro siendo dominado. Este juego no es de igualdad. Es un juego de deseos y necesidades, no de voluntades. Incluso el hecho de que se lo haya puesto ella misma tan difícil en sus relaciones de pareja parece que era desde el deseo, no desde su voluntad. La voluntad hubiese sido que si resulta que esta relación me perjudica más que me beneficia... es decir, “¿y yo qué quiero?”.

En general, la vida de Mercedes ha sido entrar en este juego de los otros, sin tener una posición propia. De alguna manera, ya desde muy pequeña aprendió el “*être pour autrui*”, en vez de *être pour soi*, es decir, a ser para los demás o en relación a los demás, no en sí misma. No había construido una entidad propia, y desde ahí se relacionó. Por eso, siempre estuvo en función del otro, no en función de sí misma. Para mantener su identidad, su razón de existir, debía someterse al deseo del otro.

El supervisor recomendó ayudarla, a través de varias preguntas, a que entendiera qué era lo que buscaba: “¿Qué buscabas realmente haciendo eso? ¿Qué necesidad estabas satisfaciendo con esto? ¿Por qué entrabas en ese juego? ¿Qué te movía a participar en él? ¿Qué te mantenía en él: el sentirte deseada, el sentirte necesitada, el poder, o qué?...” Es necesario que ella comprenda por qué ha actuado toda su vida como lo ha hecho, para poder darle sentido a todos los juegos en que siempre ha estado metida. Hasta que no se construya una identidad propia no podrá mantener relaciones sanas, sin dependencias o abusos. Deberá construir un proyecto de aferrarse a sí misma como referente, así que por eso también sería adecuado preguntarle las implicaciones que tendría comenzar a funcionar de esta manera.

Tras esta supervisión, pude acompañar mejor el proceso de Mercedes, en el que poco a poco fue creando una voluntad propia más sólida que le fue otorgando la confianza en sí misma que buscaba y fue integrando las diferentes estructuras morales, gracias a una comprensión profunda de sí misma.

## **EVALUACIÓN AL FINAL DEL PROCESO TERAPÉUTICO**

Al final del proceso terapéutico se pudieron observar cambios significativos en Mercedes respecto al inicio de la terapia, según la escala BDI-II y SCL-90-R, tales como disminución de síntomas depresivos (al inicio puntuó 22 indicando Depresión moderada, y al final, dicha puntuación fue de 9, dentro de la normalidad) o la desaparición de síntomas clínicos como el Miedo y la Hostilidad, la Obsesión-Compulsión, la Ansiedad, la Sensibilidad, los pensamientos de muerte y los sentimientos de culpa. Parece ser que el proceso de construcción de su voluntad, es decir, de autovalidación y dignificación, contrarrestó los síntomas derivados de la experiencia del abuso.

Gracias a ello, también fue destacable un aumento de la autoestima y una mayor flexibilidad de pensamiento, que le permitieron empezar a vivir las relaciones y las situaciones cotidianas de una manera muy diferente.

Todos estos cambios fueron sucediendo progresivamente e integrándose a medida que avanzaba la terapia; por supuesto no sucedieron de golpe. Sí que nos fue animando el ver que Mercedes se iba dando cuenta de que empezaba a entender las cosas de otra manera y a plantearse todo lo que le ocurría de una forma en la que ella podía manejar y decidir qué hacer, en vez de vivirlo de manera reactiva o pasiva como había hecho hasta entonces.

Un ejemplo ilustrativo de ello fue la desaparición progresiva de los pensamientos intrusivos que Mercedes sentía cuando veía niños pequeños jugando o cuando ella interaccionaba directamente con algún niño pequeño. Llegaba a oír voces en su cabeza que le decían que ella también podía abusar de esos pequeños y eso la torturaba, porque se sentía un monstruo y dudaba de si sería capaz de hacerlo. Poco a poco, a medida que su propia voluntad tomó protagonismo, ella misma pudo ir cuestionándose esos pensamientos intrusivos que le aparecían espontáneamente. Precisamente, le aparecieron con más fuerza a medida que Mercedes fue conectando con sus deseos y necesidades. Parece ser que escuchar sus deseos, tal como hicieron sus abusadores en su día, la bloqueaba totalmente y sentía pánico.

En el proceso terapéutico, ella fue desarrollando una estructura cada vez más autónoma, es decir, cada vez se fue conociendo y entendiendo más y fue construyendo su voluntad y un criterio propio cada vez más sólidos. Gracias a eso, aprendió a aceptar que el pensamiento, seguramente por reacción a lo vivido, es libre y se expresa como ha aprendido, pero que ni mucho menos es determinante de la conducta ni tiene que ver con lo que ella misma quiere hacer. Hacer ley de su voluntad fue el mejor antídoto para ella.

---

*En este artículo se comparten las supervisiones llevadas a cabo a raíz de un caso de terapia de abusos sexuales en la infancia, a la luz del Modelo del Desarrollo Moral. La perspectiva del Desarrollo Moral permite comprender la transversalidad de la falta de una estructura volitiva y enfocar la dirección del trabajo a la construcción de la voluntad como elemento reparador del abuso y de sus consecuencias.*

Palabras clave: *abuso, estructura volitiva, transversalidad, reparación, psicoterapia*

## **Referencias bibliográficas**

- Villegas, M. (1996). El análisis de la demanda. Una doble perspectiva social y pragmática. *Revista de Psicoterapia*, 26/27, 25-78
- Villegas, M. (2011). *El error de Prometeo. Psico(pato)logía del desarrollo moral*. Barcelona: Herder.
- Villegas, M. (2013). *Prometeo en el diván. Psicoterapia del desarrollo moral*. Barcelona: Herder