

DOLER ES UN LOGRO COLECTIVO

Terapia narrativa de la dignidad para responder al
«trauma»

Ítalo Latorre-Gentoso

DOLER ES UN LOGRO COLECTIVO

Terapia narrativa de la dignidad para responder al «trauma»

Ítalo Latorre-Gentoso

© Ítalo Latorre-Gentoso, 2026

© Pranas Chile Ediciones, 2026

Todos los derechos reservados.

I. Convicciones responsables

1. La llamada a Caro y cómo llegué a las convicciones responsables

*El trabajo no es de salud mental, es de justicia social.
No politizamos el trabajo, reconocemos su dimensión política.*
(ÍLG)

La historia de cómo llegué al concepto de convicciones responsables, en lugar de fundamentos, teorías o bases, empieza en una conversación con Carolina Letelier¹ en 2014. En ese entonces yo estaba trabajando con una mujer a la que llamaré Andrea.

Andrea había respondido a los abusos de su exmarido durante veinte años y seguía, aún en el proceso de separación, sorteando la vida e inventando formas bonitas de vivir. Pero las consecuencias de esos abusos, que ahora reproducían sus hijos, la devolvían una y otra vez a la imaginación del horror, de la inmovilidad, de la desesperanza, a las voces descalificadoras sobre sus pasos y sus posibilidades.

Vicente había ejercido durante años formas de violencia que usaban el humor, la ridiculización, el sarcasmo y por momentos también el silencio. Cuando nada de eso funcionaba, porque Andrea se resistía de diversas formas, no riéndose, alejándose, haciéndoselo saber, no estando disponible, Vicente pasaba de una estrategia normalizadora a una estrategia disciplinaria del poder. Eran gritos, insultos, descalificaciones directas, golpes en la mesa, golpes en la pared, amenazas.

Los hijos reproducían estas prácticas. Y en todo el proceso de separación, pese a que los hijos se habían quedado con Andrea y que ella giraba su vida en torno a ellos, las denuncias que estaba haciendo hicieron que el padre los reclutara y les contagiara los discursos de que mamá está loca, es exagerada, es

hipersensible, está mintiendo, papá es bueno, todas las parejas tienen problemas, mamá no sabe resolver conflictos.

Me preocupan las metáforas que uso y acá dije contagiar. No es que piense que los discursos son virus o bacterias que se transmiten por mero contacto. Entiendo que son prácticas de construcción de significado, prácticas que reclutan la capacidad de producción de sentido y subjetividad de la gente. Pero me permito usar la metáfora contagio porque era la que usaba Andrea. Me lo explicaba diciendo que cada vez que los hijos se juntaban con su padre, llegaban de otro color, como con otra piel, como si trajeran una máscara hostil puesta. Se iban dulces y alegres con los ojos brillantes y volvían opacos, defensivos, cabizbajos, con los hombros arriba.

Mi trabajo con Andrea corresponde a los primeros años de mi práctica narrativa. Había empezado en 2007, así que llevaba recién siete años practicando. El trabajo consistió en lo que Michael White llamaba identificar los pequeños trazos de historias preferidas, cómo no era pasiva al abuso y a la violencia, y hacer todo lo posible por engrosarlos, convertirlos en trazos gruesos de vida que honraran todo lo que estaba posibilitándole a Andrea reclamar el respeto a su dignidad y sus formas de invención local de justicia, aunque en ese tiempo yo no las llamaba así. Mirando hacia atrás, pienso que podría perfectamente llevar ese nombre, y creo que me habría servido entenderlo desde ese lugar.

Con Andrea hicimos varios movimientos. Externalizamos la culpa como práctica de culpabilización y la vergüenza como práctica de avergonzamiento. Externalizamos las diversas conclusiones de identidad a las que había arribado en ese arduo viaje de vida, las imágenes de sí misma como mala madre, mala esposa, mala hija, mala mujer, con todo lo que eso conlleva. Y nombramos como tipos de acción lo que llegaba disfrazado de otras cosas, las bromas, por ejemplo, las nombramos como humillación.

Al tercer o cuarto mes de trabajo, Andrea decidió denunciar a Vicente. Me cuenta que al decidir ir a la comisaría a poner la denuncia sentía mucha ansiedad, nervios e inseguridad. Yo en mi mente siempre trato de traducir esas

expresiones como voces tratando de detenerla de hacer justicia a través de amenazas. Amenazas reales, no imaginarias, sobre que no iba a valer la pena, que iba a salir perdiendo, que nadie le iba a creer, que iba a quedar de loca. Imágenes también de su marido riéndose de ella, de perder a sus hijos. Todo eso acompañaba a Andrea, que no iba sola. Iba cargada con una mochila que trataba de detener cada uno de sus pasos, y al mismo tiempo iba abrazando otras voces, unas que tenían que ver con toda la sabiduría que ella había construido en su vida en torno al buen trato, a lo que las personas se merecen, al cuidado, al respeto, al derecho de hacer justicia.

Una de las cosas que hacía Andrea era trabajar en comunidades como educadora de mujeres. Una de las tareas que se había comprometido en esos grupos era enseñar a denunciar los abusos a mujeres que habían tenido muy poco acceso a educación formal o a ciertos espacios donde se aprenden derechos fundamentales. Para poder enseñarles, Andrea se había sumergido durante años en el estudio de las leyes de denuncia de su país. No en términos de una carrera, sino con la intensidad de quien prepara un contenido que otras personas necesitan. Después descubrimos que esto era una preparación secreta o un activismo íntimo. En alguna parte de todo ese proceso, Andrea también estaba, sin saberlo entonces, preparándose a sí misma para la eventualidad que llegó a ocurrir.

Con todo eso y más iba Andrea. Cuando llega a la comisaría con las manos sudorosas y el corazón latiendo fuerte, encuentra una manilla gigante en la puerta de entrada. Se confunde y no sabe bien cómo abrirla. Eso potencia en ese momento las voces descalificadoras, las que le decían que no debería estar ahí. Pero Andrea se conecta nuevamente con lo importante del paso que está dando y logra abrir la puerta. Una mujer que estaba haciendo el aseo le dice, de forma descalificadora y un poco molesta, «pero ¿cómo no va a poder abrir una puerta?». Esto hace sentir muy mal a Andrea. Primero que todo era una mujer, una mujer económicamente precarizada. Era una persona de la que no había esperado algo así. Probablemente se parecía a las mujeres con las que ella trabajaba y a las que ayudaba.

Muchas más cosas pasaron entre medio, pero resumiré una. Una vez que pone la denuncia, Andrea escribe media página a mano, tratando de resumir y no exagerar ni agrandar nada, pero nombrando todo lo importante, del abuso, del acoso, de la violencia. Los policías, sin ninguna sensibilidad, en lugar de acompañarla la miran con un poco de impaciencia, como calculando cuándo iba a terminar esa mujer de escribir.

Andrea me cuenta todo esto y yo le hago muchas preguntas sobre cómo lo hizo para lograr llegar a esa puerta, abrirla, sentarse, lidiar con las miradas de la policía, lograr escribir pese a los rostros de presión. Ella me cuenta, por supuesto, que en la conversación está parada en el problema. Yo le pregunto qué tipo de acción es esa, porque estar parada en el problema en situaciones como esta también es una respuesta y requiere ser honrada. Acá Andrea estaba expresando doler. Doler por la actitud de la mujer del aseo, doler por la actitud de los policías. Aunque en ese tiempo yo no lo nombraba así. Estuvimos hablando por lo menos veinte o treinta minutos de qué nombres llevaban esas actitudes, esas acciones, de si eran respetuosas o eran otra cosa, de si tenían que ver con la dignidad o con el respeto mínimo, o si tenían otros nombres. Andrea pudo nombrar muchas de estas prácticas. Las llamó desconsideración. Me dijo que había ignorancia, pero una ignorancia que sin saber hacía un daño tremendo, porque al final era humillante, era una humillación para ella.

La otra mitad de la conversación estuvo centrada en cómo lo había logrado. Hablamos del fuego que tenía por hacer justicia, de la rabia que la movilizaba, del silenciamiento del cual estaba saliendo, del compromiso que sentía con las mujeres con las que trabajaba, de poder hacer ella misma lo que enseñaba a hacer, de sortear esas dificultades porque lo que había en juego era muy importante, que era su integridad frente al avasallamiento. Andrea siempre usaba la palabra avasallamiento en lugar de abuso. Avasallamiento era, para ella, esa fuerza que trata de arrasar con todo.

Cuando conversamos sobre lo que la movía, sobre lo que ella entendía por justicia, sobre la importancia de este paso en relación con lo que estaba cuidando y algo de las historias de todo eso, le pregunté a Andrea cómo había

estado esta conversación, dónde la había movido. Es una pregunta que siempre hago casi terminando los encuentros. Y Andrea me dijo, «con más fuerza para seguir, con más sentido, tengo que dar muchos más pasos, así que esta conversación me ayuda mucho a poder seguirlos dando».

En el siguiente encuentro, yo pensé ingenuamente que Andrea iba a llegar con fuerzas a contarme los pasos que había dado. Sin embargo, entra a la conversación peor de lo que habíamos comenzado la anterior. Le pregunto qué había ocurrido y me cuenta que había vuelto a la comisaría a revisar la declaración de Vicente y que, en sus palabras, no lo podía creer, no lo podía creer, no lo podía creer. «Yo escribí media página por todo el avasallamiento que él me hizo. Y él escribió cinco páginas y media defendiéndose, justificándose, haciéndome quedar como una loca. Ni siquiera pude terminar de leerlo porque la angustia que me tomó en ese momento fue tan grande y tan paralizadora que me tuve que parar de ahí y volver a casa.»

En esta conversación hicimos algo muy parecido. Le pregunté qué era esto que había hecho el exmarido, qué nombres tenía ese tipo de acción. Andrea pudo nombrar el avasallamiento de distintas formas. «Me está tratando de amordazar», «está manipulando», «se está riendo de mí». Luego investigué cómo lo había hecho, qué había significado seguir leyendo la carta y también qué tipo de respuesta había sido parar y qué tipo de respuesta había sido dejar la carta ahí e irse. Me habló primero de la desesperación, la angustia, la desesperanza. Pero yo insistí con preguntas del tipo, ¿esta desesperanza y este salir corriendo o huir de ese lugar tuvo que ver con algo como soltar una esperanza, aunque fuera leve, de que la respuesta de Vicente fuera respetuosa? ¿Tuvo algo que ver dejar de leer la carta con no seguir exponiéndote y cuidarte de la exposición que él quería tener sobre ti? ¿O quizás tuvo algo que ver con ejercer tu derecho a dejar de escuchar, cuando a través de esa carta él estaba reproduciendo una de las escenas de violencia y avasallamiento? ¿Alguna de estas cosas te hacen sentido? Me dijo que para ella era parte de por qué había decidido separarse. También hablamos de que justamente esto, además del dolor y de la

agresión que se sentía, era una confirmación de que los pasos que estaba dando estaban bien, tenían sentido, y que tenía que seguir.

Por supuesto estoy intentando ordenar aquí el relato de mi experiencia, pero siempre la vida real es más compleja y caótica. En parte esta es la gracia de las historias, nos permiten organizar la experiencia para acceder a ella y habitarla.

Le pregunté cómo había estado esta conversación para ella, dónde la había movido. Me dijo, «siempre nuestras conversaciones me dejan con más fuerza para seguir». Pero lo que me pasaba con Andrea era que la semana siguiente volvía como si estuviera peor que la semana anterior, que ya había estado peor que la anterior. Y eso a mí me daba mucha impotencia, tristeza, me hacía cuestionar mi propio trabajo. Pero sobre todo, en esa época, me hizo conectarme con los discursos dominantes acerca del dolor. ¿Y si sus diagnósticos de bipolaridad y trastorno límite son ciertos? ¿No estaré muy sesgado por la narrativa? ¿Tendré que poner atención a las ideas de la psicopatología? Yo buscaba ser responsable y rendir cuentas a Andrea.

Caminando por Santiago Centro, cerca de mi oficina, llamé a Carolina. Le expuse la situación y le dije algo así como, «Caro, ¿sabes qué me pasa? Me pasa que siento que quizás la terapia narrativa no es suficiente, que algo importante se me está pasando, que quizás esto de los trastornos de personalidad tiene algún sentido y no debiera obviarlo. Me asusto de estar faltándole a Andrea, porque para mí Andrea es más importante que la terapia narrativa. Pero insisto y pasa esto, y Andrea pareciera que siempre está peor y peor y peor».

Carolina, una mujer veinte años un mes y un día mayor que yo, tenía mucha más sabiduría y sensibilidad en torno a los temas de abuso y violencia de género. Me empezó a preguntar cosas. «¿Qué pasos ha logrado dar Andrea con sus conversaciones?» Yo le fui contando. Carolina celebró esos pasos. Y después me dijo, «ok, salgámonos de las explicaciones de la bipolaridad, de la estructura de personalidad, de la depresión y de todas esas cosas, y pensemos en la vida de Andrea desde la idea de que la persona nunca es el problema, que el problema es el problema. Entonces aquí, ¿cuál es el problema?».

Ahí pasó algo. El dolor y el malestar de Andrea estaban siendo configurados en mi mente como el problema desde los discursos dominantes. Para mí, que ella llegara peor que la vez pasada era algo negativo, una «recaída». Pero al pensarlo desde que la persona no es el problema, cada malestar intenso de Andrea era una respuesta a abusos y avasallamientos, no eran recaídas, sino respuestas al contexto produciendo nuevas formas de abuso.

Me quedé pensando en que hay tantas invitaciones a mirar desde la cultura dominante el sufrimiento de las personas, entre ellas muchas de la psicología y la psiquiatría, que además son voces que suelen ser autoritarias, castigadoras y enjuiciadoras, que yo mismo, que enseñaba terapia narrativa en ese tiempo también, estaba siendo reclutado por esas ideas. En nombre de Andrea. Pero esa era la trampa. Porque al final, en nombre de Andrea, pensar que ella no era el problema me hizo entender que lo que ella estaba haciendo era responder, y que el problema era la serie de abusos que estaba viviendo. Abuso tras abuso, avasallamiento tras avasallamiento, como lo diría ella. Andrea no estaba siendo pasiva, Andrea estaba respondiendo, y no dejaba de responder, y todas sus respuestas tenían un cimiento y estaban cuidando algo. Todo lo que nos enseñaron Michael White y David Epston acerca de la importancia de considerar y honrar los pasos de las personas estaba operando ahí, en el teléfono, en medio de Santiago Centro, con Carolina del otro lado.

Me quedé aliviado, sabiendo que podía seguir haciendo mi trabajo, y que estas voces querían marginarme y mandar a Andrea a un psiquiatra. Dicho sea de paso, Andrea ya tenía diagnósticos de todo tipo. Persistí y continué el trabajo con ella. Fue un trabajo que contribuyó mucho a su vida, y que pasó por momentos críticos, incluyendo planes para terminar con todo. Sin embargo, Andrea logró terminar la denuncia. Sus hijos fueron reconstruyendo la relación con ella y fueron entendiendo cosas. Uno de ellos incluso participó en algunos talleres conmigo sobre masculinidades. La historia continuó.

Pero fue ese momento, una vez que corté el teléfono con Carolina, el que me hizo pensar algo que después se asentó como concepto. Estas máximas de la práctica narrativa no podían ser simples fundamentos teóricos, cimientos,

marcos o bases. Porque todos los fundamentos teóricos que había conocido hasta el momento, o prácticamente todos, se enseñaban como verdades y tenían ese peso. El peso de verdad que tienen los sistemas, el inconsciente, la naturaleza humana, la empatía, la resiliencia, el apego, las psicopatologías, entre muchos otros. La práctica narrativa, haciéndose cargo y responsable de que no trae ninguna verdad, se presenta con honestidad como basada en una metáfora, la metáfora narrativa. Esa honestidad tenía un riesgo. El riesgo de que uno pensara que era una metáfora menor a la metáfora de los sistemas, a las intrapsíquicas, a la de los síntomas y la patología, a las de la naturaleza humana. Como si fuera una opción alternativa, algo que podría contribuir o servir como coadyuvante.

Entonces pensé que a mí en particular me serviría entender estas máximas, estos cimientos, estas bases de la práctica narrativa, como convicciones responsables.

Algunas de esas convicciones son que la persona nunca es el problema, el problema es el problema. Que la historia y los relatos son constitutivos de la vida. Que existen relatos dominantes y relatos subordinados. Que las personas siempre respondemos, no importa qué nos esté ocurriendo, y lo hacemos desde nuestras habilidades y saberes, y para cuidar aquello que espreciado y valioso en nuestras vidas. Que la sensación de identidad es un logro colectivo. Que las relaciones son de doble vía.

No son simples bases teóricas, ni siquiera creencias, sino convicciones. Algo que afirmo, algo que cuido, algo a lo que me aferro. Pero son responsables porque sostienen una ética. Me aferro a estas convicciones porque hacen posible acceder a la sabiduría de las personas. Estas convicciones hacen posible alejarme de la ilusión de que yo tengo más saber que otras personas sobre sus propias vidas. Estas convicciones hacen que me asegure lo más posible de que estoy caminando la idea de que las personas son las expertas en sus propias vidas. Doler es un logro colectivo, podría ser otra de estas convicciones responsables.

Hay una convicción todavía más básica, sobre la que se sostienen las demás, y es la que tengo sobre el significado. El significado sería, en mis palabras, el resultado del gesto respondido en un contexto sociorrelacional e histórico de relaciones de poder. El gesto, como forma de acción fundamental, desde el movimiento, la sensación, el tono, el ritmo, la mirada, hasta una palabra o una acción intencionada y planeada, no lleva incrustado un significado, este es el resultado de las respuestas al gesto, de cómo la acción responsable responde al gesto. Y esa respuesta nunca es neutra, ocurre siempre en un entramado de relaciones de poder. Para mí esta es la unidad fundamental, la pieza más pequeña desde la cual entiendo todo lo demás, porque si el significado se construye, si ninguna experiencia trae un significado fijo de antemano, entonces lo que algo llega a significar depende de cómo el entorno responde, y eso a su vez está influido por cómo le han respondido a ese entorno. Esto vale también para el dolor y sus significados, que no son los mismos cuando se le responde como un problema que hay que apagar que cuando se le responde como una denuncia que merece ser escuchada. Por eso cómo respondemos al dolor no es un detalle, es lo que decide qué llega a significar y a existir con amplitud y legitimidad colectiva. Desde acá se entiende la distinción que quiero hacer ahora.

Desde los discursos dominantes que vengo describiendo, el dolor suele quedar amarrado al trauma, es decir, el dolor pasa a ser parte de la historia del problema, una más de sus señales, algo que el problema produce y que habría que reducir. Por eso prefiero no llamarlo trauma, porque cuando el dolor se entiende así, como parte de la historia del problema, como síntoma o signo, lo que se nos invita a hacer es trabajar desde una ética del control, apaciguarlo, anestesiarlo, achicarlo, hacerlo desaparecer. Entenderlo como un dolor, en cambio, como algo que las personas hacemos y no como algo que nos pasa, nos invita a otra cosa, a trabajar desde una ética de la colaboración, con una actitud investigativa hacia los saberes íntimos de quien duele. Y eso cambia el lugar del dolor en la conversación, porque la historia del dolor deja de ser la

historia del problema y pasa a ser la puerta de entrada a los relatos subordinados, ese territorio de lo preferido donde viven los saberes, las respuestas y la dignidad de las personas.

2. Las personas son expertas y los aparatos de verificación

Creo que no se puede medir la «capacidad intelectual» separada de la ética de una persona; y la ética es una construcción social y relacional. Asimismo, no creo que se pueda definir a una persona como «inteligente» si su existencia provoca daño en otras personas en lugar de seguridad y posibilidades.
(ÍLG)

En la práctica narrativa nos interesa ejercer una influencia descentrada, rechazando la práctica clínica y subvirtiendo lo que se ha llamado psicoterapia. Trabajamos por el enriquecimiento de relatos subordinados para promover el agenciamiento político o la potencia relacional y distribuida, rechazando prácticas orientadas a «sanar», «solucionar», «resolver», «mejorar», «normalizar», «encontrarse a sí mismo», «ser quien realmente soy». La clínica, entendida como mirada objetiva e higiénica, es opresión.

Me hago cargo de estas afirmaciones. No las escribo porque se me ocurran ni porque quiera provocar. Las escribo porque tienen efectos políticos y me quiero hacer responsable de esos efectos. Para eso necesito ampliar por qué estoy escribiendo lo que escribo y ofrecer un marco que permita entender estas ideas en su complejidad, sin reducirlas a un eslogan ni a una provocación. Necesito hablar de los aparatos de verificación, de las ficciones políticas, de lo que significa la palabra clínica y la palabra psicoterapia, y de lo que proponemos como práctica narrativa de la dignidad.