



**I ENCUENTRO DE AETEN**  
**24-25 DE MARZO DE 2012**

# **“TERAPIA NARRATIVA”**

---

*Dr. Carlos Chimpén*

# *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

Kenneth J. Gergen: TERAPIAS NARRATIVAS

- Puede referirse a formas particulares de comprender las identidades de las personas.
- A ciertas formas de comprensión de los problemas y sus efectos en la vida de las personas.
- O formas particulares de hablar con la gente acerca de sus vidas y de los problemas que pueden estar experimentando
- O formas particulares de comprensión de la relación terapéutica y la ética y la política de la terapia.

## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

Ve los problemas separados de las personas y asume que las personas tienen muchas habilidades, capacidades, competencias, creencias, valores y compromisos que les ayudarán a cambiar su relación con los problemas en sus vidas



*Dr. Carlos Chimpén*

## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

Hay muchas posibles direcciones que puede tomar una conversación y no hay una sola dirección correcta

Con “narrativa” nos estamos refiriendo a que las historias son una parte central para la comprensión de la forma de trabajar

## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

La palabra historia tiene que ver con una serie de sucesos que están relacionados a través de una secuencia temporal y que están de acuerdo con un argumento determinado

Interpretamos lo que nos sucede y le damos un significado uniendo determinados hechos para darle un sentido. Este sentido final formaría el argumento de la historia

## ¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?

“Interpretación” quiere decir que las personas no conocen el mundo “en sí mismo” (puesto que es imposible) sino sólo a través de sus *presupuestos* acerca de él

White: “Los relatos mediante los que damos sentido a nuestra experiencia están influidos sobre todo por factores *culturales y sociales*”

## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

El lenguaje sirve de mediador en estos procesos interpretativos: por medio de él definimos y mantenemos nuestros pensamientos y sentimientos (incluido nuestro monólogo interior)

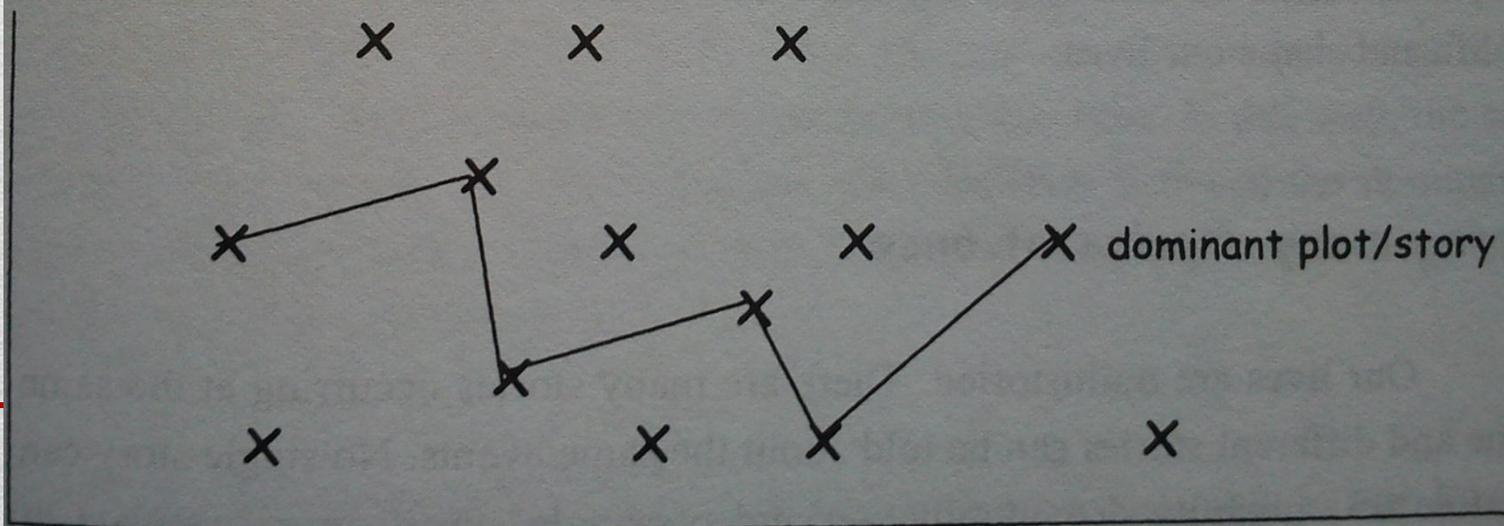


*Dr. Carlos Chimpén*

## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

Para llegar a ese sentido final hemos tenido que elegir ciertos sucesos y otros dejarlos fuera, probablemente porque no encajan con el argumento de la historia

Figure 1



## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

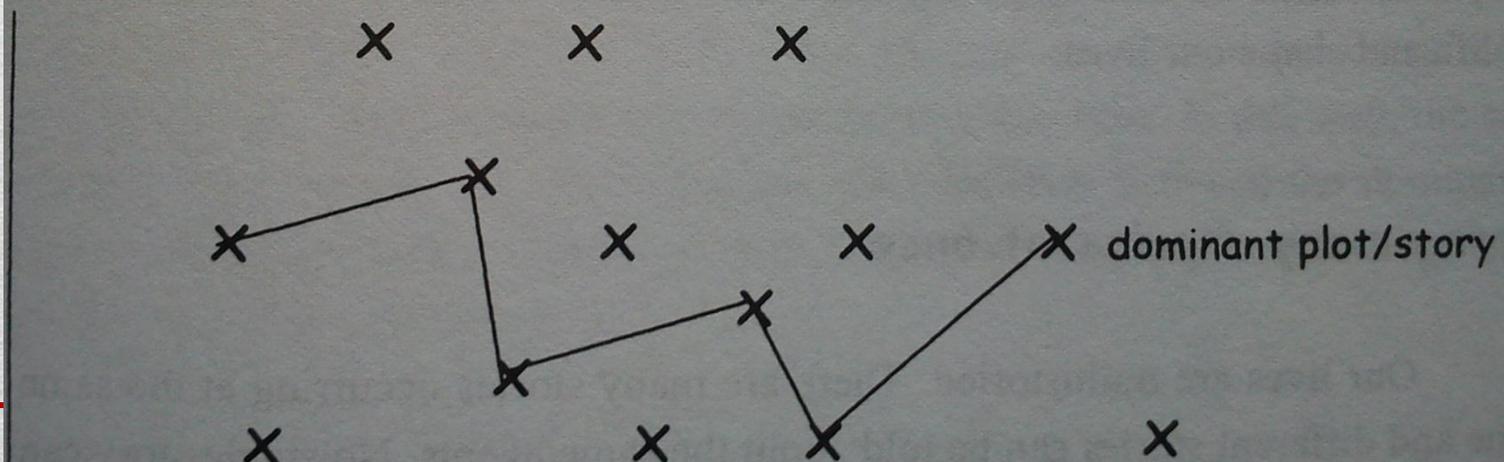
Las historias dan forma a nuestras vidas e impulsan o impiden la realización de ciertos actos. Esto es lo que llamamos los efectos de la historia dominante.

Vivimos varias historias a la vez y que no podemos explicar nuestra vida sólo desde un punto de vista, por eso consideramos que los seres humanos tenemos vidas con historias múltiples.

## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

Podemos llegar a una historia alternativa, introduciendo aspectos, actos, personas, etc. que quedaron fuera de la historia dominante.

Figure 1



## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

Quando hablamos de problemas en la terapia narrativa nos referimos a la exploración y deconstrucción de lo que mantiene al problema como la historia dominante en la vida de la persona que nos consulta.



---

*Dr. Carlos Chimpén*

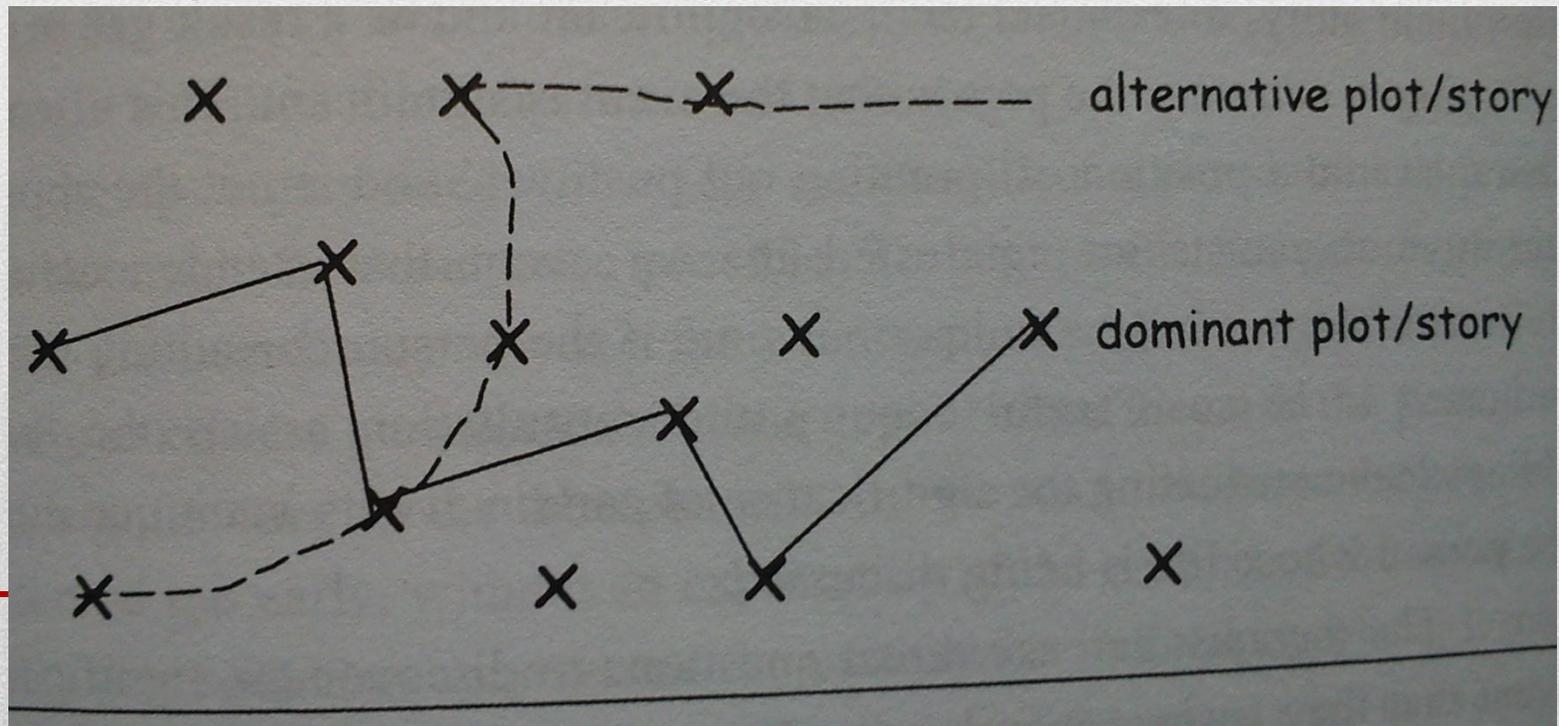
## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

No evaluamos a la persona porque “el problema es el problema y la persona es la persona”. Al proceso de separar la persona del problema se le denomina externalización



## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*

Los llamados “logros aislados” son los momentos en los que el problema no ha tenido una influencia tan fuerte o no ha tenido influencia. Esos logros aislados juntos constituyen la historia alternativa



## *¿QUÉ ES LA TERAPIA NARRATIVA?*



Todo esto se logra mediante el proceso de preguntar para narrar y re-narrar la historia hasta que constituyen una historia que proporciona una identidad diferente a la que el problema pretendía.



Asociación Española  
de Terapia Narrativa

**I ENCUENTRO DE AETEN**  
**24-25 DE MARZO DE 2012**

**“TERAPIA NARRATIVA”**

[www.aeten.es](http://www.aeten.es)

[aetensec@gmail.com](mailto:aetensec@gmail.com)

---

*Dr. Carlos Chimpén*