

**" Conversaciones  
externalizantes.  
Construyendo la historia  
preferida de la persona.  
La mirada comunitaria. "**

**CARLOS A. CHIMPÉN LÓPEZ  
UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA**

# INTRODUCCIÓN

OBJETIVO: Escapar de la dominación de la práctica del juzgar por comparación con lo que nos falta



Carlos A. Chimpén López

# INTRODUCCIÓN

OBJETIVO: analizar cómo el lenguaje puede ayudarnos a reconfigurar las historias de las personas basándonos en sus logros y en una relación de colaboración



Carlos A. Chimpén López



# INTRODUCCIÓN



Pero ¿cómo lograr una relación de colaboración cuando estamos focalizados en el déficit como la historia que marca la identidad de las personas? ¿No habrá que quitar/deconstruir o al menos reducir esa historia y sus consecuencias?

Carlos A. Chimpén López



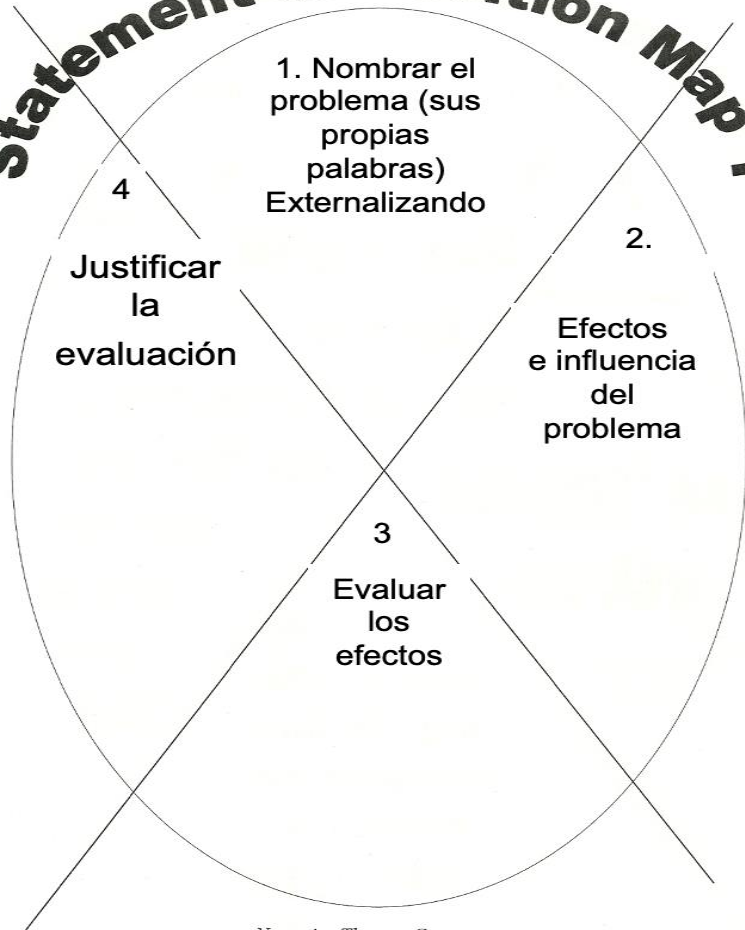
# El poder del lenguaje

- “Ya sé que el paciente límite es la pesadilla de cualquier profesional. Es normal, porque están deprimidos de forma crónica, con tendencia a las adicciones, a la impulsividad extrema que los lleva incluso a divorciarse compulsivamente, viviendo de un desastre emocional a otro... con heridas psíquicas que nunca pueden ser suturadas... Y finalmente, teniendo que tomar vacaciones temporales en jardines psiquiátricos y celdas de prisiones, volviendo con una buena apariencia y despertando las esperanzas de todos, hasta la próxima caída, real o imaginaria, la próxima excursión hacia el daño hacia sí mismos. Lo que no hacen es cambiar” (Kellerman, 1989).

# EXTERNALIZACIÓN

- La externalización es un antídoto frente a conclusiones negativas de identidad
- Localiza los problemas fuera de la persona y los sitúa como producto de la cultura y de la historia
- A través del lenguaje, se crea un espacio entre la persona y el problema
- El proceso de externalización siempre es una relación de colaboración con la persona que nos consulta
- A este proceso se le llama co-construcción.

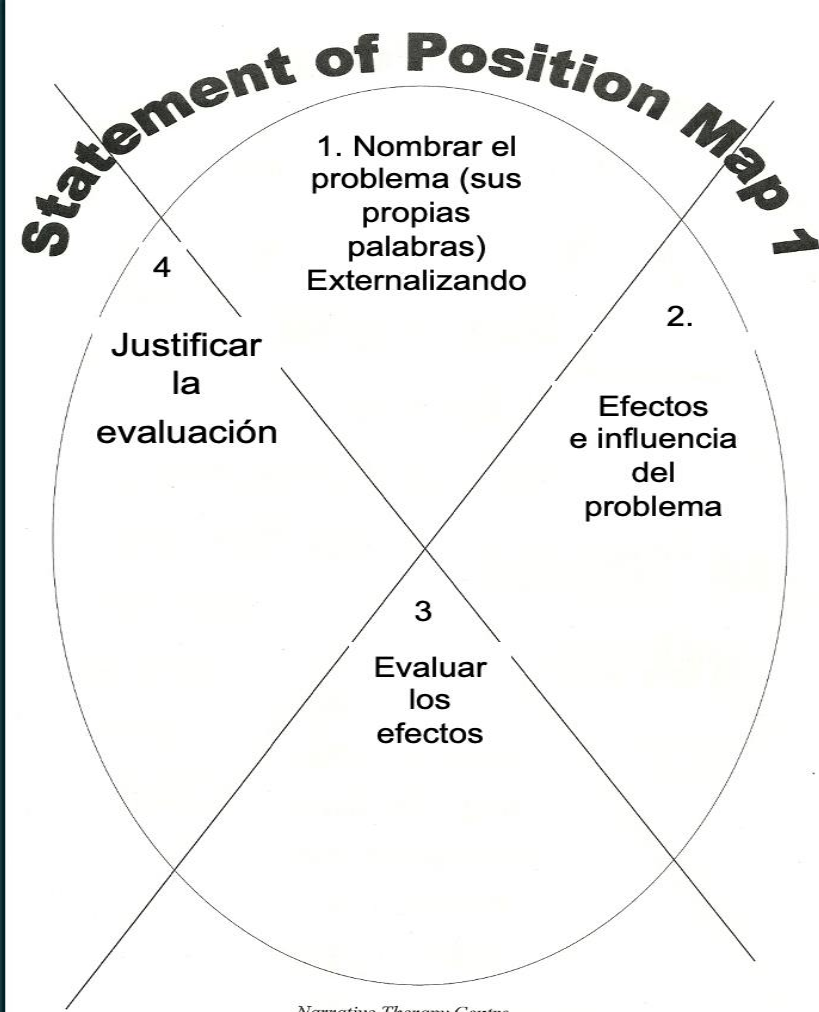
# Statement of Position Map 1



*Narrative Therapy Centre*  
(This map is based on the ideas of Michael White)  
[www.narrativetherapycentre.com](http://www.narrativetherapycentre.com)

## EXTERNALIZACIÓN Saber cómo hacer

Carlos A. Chimpén López



- Vengo porque me han dicho que soy demasiado obsesivo con el trabajo
- ¿Qué piensas tú, cómo llamarías a lo que te ha traído por aquí?
- Es que soy demasiado perfeccionista
- ¿Y el perfeccionismo te ha metido en problemas?
- Sí.
- ¿Podrías decirme algunos de ellos, por ejemplo, en el trabajo?...
- ¿Y todo esto que me cuentas que hace el perfeccionismo contigo es algo con lo que estás de acuerdo?
- ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Hay momentos en los que no has escuchado al perfeccionismo?



---

## OBJETIVO PRINCIPAL

La principal meta es hacer visible lo invisible, ayudando a las personas a reforzar su sentido de agencia personal



Carlos A. Chimpén López

---

## **DOBLE ESCUCHA**

**CULTURA DEL BIENESTAR  
RÁPIDO PERO ES IMPOSIBLE  
ERRADICAR LOS  
PROBLEMAS**



Carlos A. Chimpén López

---

# DOBLE ESCUCHA

**Deconstruir los descriptores  
binarios de identidad  
P.e. salud/enfermedad**



Carlos A. Chimpén López

---

## DOBLE ESCUCHA

**Los descriptores binarios de identidad de las personas o de las familias o de las comunidades es lo que hace que los profesionales tengan una mirada de control y de poder sobre personas, familias o comunidades**





---

## **DOBLE ESCUCHA**

**EJEMPLOS DE LA COMUNIDAD DE  
PALCOYO, CUSCO, PERÚ**

## DOBLE ESCUCHA

¿Soy una persona segura de sí misma, decidida?	No soy una persona segura de sí misma, no soy una persona determinada
--	---

Aquellas personas que construyen su identidad dentro del descriptor de ausencia (yo no soy esto), creen esta versión de realidad como verdad e interpretan y reinterpretan las experiencias de los actos que realizan para confirmar este déficit de sí mismos

Carlos A. Chimpén López

---

## APRENDER Y PRACTICAR LA DOBLE ESCUCHA



White (2006) acuñó el término «doble escucha» para describir su forma de escuchar a la gente hablar sobre el trauma y sus secuelas.

Carlos A. Chimpén López

## DOBLE ESCUCHA

Se emplea la doble escucha para rescatar una historia más completa de la persona porque las personas tenemos múltiples historias que nos definen y no solo una única historia



Carlos A. Chimpén López



## Doble historia

### Historia del trauma/pérdida/genocidio

- Efectos del trauma/pérdida
- Injusticia del trauma/pérdida
- Obstáculos que continúan avivando el trauma

### Historia de resistencia/curación/reclamo

- Formas en las cuales las personas han respondido al trauma/pérdida/genocidio
- Lo que la persona considera que no ha sido tocado a pesar del trauma (esperanzas, deseos, compromisos)
- La historia de esas esperanzas, deseos, valores, compromisos
- Otras personas que se unen en esta resistencia
- Actos de resistencia/curación/reclamo que la persona está realizando
- Formas en las que la persona está dando pasos para protegerse, cuidarse o ayudar a otros.

---

**AGENCIA PERSONAL**



**AUTORÍA DE VIDA**

Carlos A. Chimpén López



# **HISTORIA DE JAMES**

Carlos A. Chimpén López

P, de profesional, y la A para referirme a las contestaciones de James Arkwright

P: En contraste con esas experiencias de limitaciones, ¿qué experiencias de competencia has tenido en la forma de relacionarte con tu hijo?

A: Supongo que soy bueno escuchándole

P: Al considerar esta competencia, ¿qué palabras y sentimientos te surgen?

A: Pues algunas cosas, como que dejo de hacer lo que estoy haciendo para escucharle cuando me dice algo... pero creo que esto es algo que mucha gente hace. Pienso que lo mejor que tengo es que escucho lo que no me está diciendo.

Carlos A. Chimpén López



P, de profesional, y la A para referirme a las contestaciones de James Arkwright

P: ¿A qué te refieres, qué clase de cosas notas cuando escuchas lo que tu hijo no está diciendo?

A: Noto la forma en la que dice las cosas, sus emociones y me pregunto que más podría estarle pasando.

P: Y cuando te das cuenta de lo que no está diciendo ¿cuál es tu respuesta?

A: Intento parar y no decir lo que tengo en mente decir y lo transformo en una pregunta... como ayer con mi hijo pequeño. Empezó a tener una rabieta y en lugar de decirle: “ya basta” y advertirle de las consecuencias que iba a tener, me di cuenta de que estaba mirando hacia una taza concreta y le pude decir: “quieres tu leche en esa taza?”. Él contestó que sí y la rabieta se terminó.

P, de profesional, y la A para referirme a las contestaciones de James Arkwright

P: ¿Qué diferencia piensas que hubo en tu hijo pequeño por darte cuenta de lo que no se estaba diciendo y después hacer una pregunta?

A: Creo que le ayudó a sentirse comprendido.

P: ¿El que tu hijo se sienta comprendido afectará de algún modo a la clase de chico en el que se convertirá y afectará a la relación que tiene contigo como padre?

A: No puedo asegurarlo, pero me gusta pensar en que le hago sentir más seguro en sí mismo y más seguro en su relación conmigo.

P: ¿Y hay algunas veces que esto de darte cuenta de lo que no dicen sucede más que otras veces?

A: ¡Eh! Diría que sí

Carlos A. Chimpén López

P, de profesional, y la A para referirme a las contestaciones de James Arkwright

P: ¿Tienes alguna idea de qué es lo que hace que aparezca esta habilidad cuando te relacionas con tus hijos o de que no aparezca tanto?

A: Pues las ideas sobre la necesidad de controlar las conductas problemáticas hacen que esta habilidad no aparezca tanto.

P: ¿Y cuando están más presentes esas ideas de control?

A: cuando estamos viendo alguno de esos programas de la Super Nani, cuando regaña señalando con el dedo y meneándolo.

P, de profesional, y la A para referirme a las contestaciones de James Arkwright

P: ¿Has pensado en cómo esas experiencias detienen el notar lo que no se dice?

A: Pues sí. Aparece el pensamiento de que tengo que ser ese gran padre que es responsable de los chicos y me empiezo a preguntar si no soy lo suficientemente duro y eso hace que me olvide de vivir el momento con ellos.

P: ¿Me estás diciendo que vivir el momento es lo que está por detrás de esta práctica de darte cuenta de lo que no se dice?

A: Sí, creo que sí.

P: ¿Puedes pararte a reflexionar un momento sobre las veces y las formas en que has entrado en este vivir el momento? ¿Cómo ha funcionado en tu vida esta práctica de vivir el momento y qué o quién la ha apoyado?



# LENGUAJE RELACIONAL Y RELACIÓN DE COLABORACIÓN

LENGUAJE CONVENCIONAL	LENGUAJE RELACIONAL
“Estoy limitado o no estoy limitado”	La experiencia de la limitación
“Soy buen padre o no soy buen padre o no soy tan buen padre como otros”	El tipo de parentalidad que practica
“Soy buen escuchador o no soy buen escuchador”	La habilidad de escucha y su aplicación con sus hijos
“Presto buena atención o no presto buena atención”	La práctica de notar lo que se dice y lo que no se dice

Carlos A. Chimpén López

# LENGUAJE RELACIONAL Y RELACIÓN DE COLABORACIÓN

LENGUAJE CONVENCIONAL	LENGUAJE RELACIONAL
“Soy una persona con muchas limitaciones”	Soy capaz de enfrentar las limitaciones con acciones concretas
“No soy tan buen padre como otros”	Soy un padre con una característica especial, la de escuchar lo no dicho
“El escuchar solo no sirve porque eso lo hacen muchas personas”	Con mi capacidad de escuchar lo no dicho transmito un legado
“Tengo que ser más duro y controlador”	Prefiero vivir el momento y ser consciente de lo que necesitan mis hijos aunque no lo digan

# BIBLIOGRAFÍA

- Denborough, D. (2008). *Collective Narrative Practice: responding to individuals, groups, and communities who have experienced trauma*. Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- Denborough, D. (2014). *Retelling the stories of our lives. Everyday narrative therapy to draw inspiration and transform experience*. New York: Norton.
- Markey, C. (2009). Outsider witness responses (the retelling of the telling). Categories of response. Workshop of the International Course of Narrative Therapy and Community Work 2009/10. Dulwich Centre.
- White, M. & Epston, D. (1980). *Narrative means to therapeutic ends*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- White, M. (2005). Michael White Workshop Notes. Published on [www.dulwichcentre.com.au](http://www.dulwichcentre.com.au). September 21st, 2005.
- White, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York: Norton.
- White, M. (2011). *Continuing the conversations*. New York: Norton.
- Yuen, A. (2007). Discovering Children's Responses to Trauma: A Response-based Narrative Practice International Journal of Narrative Therapy & Community Work, Volume 2007 Issue 4.



Curso 2025  
2024

Universidad de Extremadura.

## MASTER EN TERAPIA NARRATIVA Y TRABAJO COMUNITARIO

Informes y Preinscripción: cchimpen@unex.es

Tlno.- 927257450. Ext- 51282/ 927260197

Preinscripción: 27-6-2024 / 12-7-2024 Inscripción: 15-7-2024 / 25-9-2024



# I CONGRESO INTERNACIONAL AETEN-ASEPCO

VII Congreso Nacional de ASEPCO  
X Encuentro de AETEN



## "Construyendo narrativas, narrando construcciones"



asepco@asepco.org  
aetencongress@gmail.com



Facultad de Educación UNED  
Juan del Rosal, nº 14  
Moncloa-Aravaca, 28040 Madrid

ENTIDADES COLABORADORAS



especialistas en salud mental

The background is a dark teal color. In the top left corner, there is a bright teal light source emitting a trail of small, glowing particles that curve downwards and to the right. On the right side, there are several vertical, blurred teal lines of varying lengths. On the left side, there are three horizontal, wavy lines made of fine, overlapping teal lines, creating a sense of motion or sound waves.

**¡MUCHAS  
GRACIAS!**





# CARLOS A. CHIMPÉN LÓPEZ

[cchimpen@unex.es](mailto:cchimpen@unex.es)

---

CREDITS: This presentation template was created by Slidesgo, including icons by Flaticon, and infographics & images by Freepik.