



UNIVERSIDAD DE
Belgrano
BUENOS AIRES - ARGENTINA

Trabajo final de grado
Lic. en Psicología

**"Aprendes a vivir con eso, cada vez lo piensas y te duele menos":
Reconstrucción identitaria tras la salida de un grupo de alto control.**

Alumna: Juana Berruezo ID: 000175748
Tutor: José Miguel Cuevas Barranquero

Agradecimientos

Este trabajo y mi recorrido académico (y vital) no hubiera sido posible sin ciertas personas que me acompañaron e hicieron más ameno el camino:

Mi papá por su inmensa incondicionalidad, y brindarme el apoyo y amor necesarios para seguir el camino que elegí, aún a kilómetros de distancia.

A mis hermanas Mili, Sol y Angie, el mejor regalo que me dieron mis padres, siempre van a ser mi definición de “hogar”.

Mi mamá, por alentarme a profundizar y nuestras conversaciones eternas.

A mi abuela Susu, por desde chica contagiarme con su inmensurable pasión por la psicología.

A Mau, por desafiarme y apoyarme a seguir siempre mi deseo, aún cuando iría en contra del suyo.

A mis amigos, en especial Lu y Valu, que tras una vida acompañándonos y creciendo juntas se convirtieron en familia. Y los “cuatro fantásticos” por el trabajo codo a codo a lo largo de la carrera.

Todas estas personas encontraron la forma de llenarme el corazón de amor y valentía aún desde el otro lado del mundo, llevo un pedacito de ustedes a donde vaya, espero hacerle siempre honor.

A mi tutor, José Miguel Cuevas Barranquero por presentarme el tema, y compartir de una forma tan generosa sus recursos y admirable experiencia.

A Alicia, por ser la columna vertebral de este trabajo compartiendo su historia.

Por último quiero agradecer a mis dos casas de estudio, por complementar su educación, y presentarme a increíbles docentes con los que tuve el placer de formarme.

A todos, no me queda más que decir **GRACIAS**.

Resumen

Este estudio analizó el proceso de reconstrucción identitaria tras la salida de grupos de alto control mediante un estudio de caso cualitativo.

Para ellos se realizó una entrevista a Alicia, quién permaneció 15 años en un grupo con estas características. Al momento de la entrevista llevaba 10 años fuera de él, lo que permitió identificar las consecuencias a corto y largo plazo.

Los resultados evidenciaron mecanismos de abuso psicológico grupal basado en la taxonomía propuesta por Rodríguez-Carballeira et al. (2015), operando de forma integrada facilitando el liderazgo de identidad.

La salida implicó una crisis multidimensional con repercusiones cognitivas, emocionales y sociales. El hallazgo principal de este estudio fue conceptualizar la reconstrucción identitaria post-grupo como un duelo permanente que requiere integración, cuestionando la narrativa de recuperación en términos de 6-24 meses. Los resultados sugieren la importancia de ampliar marcos conceptuales para incluir modelos de duelo a largo plazo en la recuperación posterior a grupos coercitivos.

Palabras claves: grupos de alto control, sectas, identidad social, reconstrucción identitaria, abuso psicológico grupal, persuasión coercitiva, recuperación post-secta

Abstract

This study analyzed the process of identity reconstruction following departure from high-control groups through a qualitative case study.

To this end, an interview was conducted with Alicia, who spent 15 years in such a group. At the time of the interview, she had been out of the group for 10 years, which made it possible to identify both short- and long-term consequences.

The results revealed mechanisms of group psychological abuse based on the taxonomy proposed by Rodríguez-Carballeira et al. (2015), operating in an integrated manner to facilitate identity leadership.

Leaving the group entailed a multidimensional crisis with cognitive, emotional, and social repercussions. The main finding of this study was to conceptualize post-group identity reconstruction as a permanent grief process requiring integration, challenging the narrative of recovery within 6–24 months. The results suggest the importance of expanding conceptual frameworks to include models of long-term grief in recovery following coercive groups.

Key words: high-control groups, cults, social identity, identity reconstruction, group psychological abuse, coercive persuasion, post-cult recovery

Índice

1.1 Introducción.....	7
1.1.1 Justificación.....	7
1.1.2 Objetivos.....	7
1.1.3 La construcción de la identidad coercitiva.....	8
1.1.3.1 Persuasión coercitiva y abuso psicológico grupal.....	8
1.1.3.2 De la identidad personal a la identidad grupal.....	13
1.1.3.3 Mecanismos psicológicos de adhesión y mantenimiento.....	17
1.1.4 Deconstrucción y reconstrucción identitaria.....	19
1.1.4.1 La salida como crisis multidimensional.....	19
1.1.4.2 Dimensiones y complejidades de la reconstrucción.....	23
II. Metodología.....	25
2.1 Diseño de investigación y análisis del caso.....	25
III. Resultados: aplicación de la teoría en el caso de Alicia.....	26
3.1 Construcción de la identidad coercitiva en Alicia.....	26
3.1.2 Aplicación de la taxonomía de abuso psicológico grupal.....	26
3.1.3 Transformación identitaria: de "yo" a "nosotros".....	32
3.2 La salida como crisis en Alicia.....	34
3.3 Proceso de reconstrucción: recursos y modelo de duelo.....	36
3.3.1 Recursos valiosos en la reconstrucción de Alicia.....	36
3.3.2 Rechazo al discurso de "sanación": modelo de duelo.....	39
IV. Discusión y conclusiones.....	40
4.1 Convergencias con la literatura y matices críticos.....	40
4.2 Implicaciones y limitaciones.....	42
ANEXO 1.....	43
ANEXO 2.....	98
Referencias bibliográficas:.....	99
ANEXO 3.....	104

1.1 Introducción

1.1.1 Justificación

El abuso psicológico grupal se utiliza en los grupos de alto control mediante mecanismos como el aislamiento, control de la información, abuso emocional (Rodríguez-Carballeira et al., 2015), esto lleva a crear una transformación identitaria en los miembros. Si bien algunos autores se dedicaron a estudiar este fenómeno (Hassan, 1990, Singer y Lalich, 1997, Rodríguez-Carballeira et al., 2015, Cuevas 2016), existe un menor conocimiento sobre cómo es este proceso a largo plazo.

En el presente trabajo se realiza un análisis cualitativo del caso “Alicia” mediante información recolectada en una entrevista semiestructurada. Alicia permaneció 15 años en un grupo de contenido gestáltico, y al momento de la entrevista llevaba más de 10 años fuera del mismo. Esto facilitó recabar información sobre la transformación identitaria en el grupo, la crisis multidimensional al salir y la reconstrucción a largo plazo. El estudio cuenta con los siguientes apartados: introducción, metodología, resultados, discusión y conclusiones.

1.1.2 Objetivos

El objetivo general de este trabajo es analizar el proceso de reconstrucción identitaria que atraviesan los miembros de grupos de alto control durante su permanencia y tras la salida.

En cuanto a los objetivos específicos, ellos son:

1. Identificar los mecanismos utilizados para transformar la identidad de los miembros del grupo, aplicando la taxonomía de abuso psicológico grupal propuesta por Rodríguez-Carballeira et al. (2015), y otros mecanismos que facilitan este proceso
2. Analizar la experiencia de salida como crisis identitaria
3. Explorar los procesos de reconstrucción identitaria post-salida a largo plazo y aportes sobre los modelos de recuperación

1.1.3 La construcción de la identidad coercitiva

En el siguiente apartado se especificarán algunos mecanismos utilizados para la transformación identitaria de los adeptos dentro de los grupos de alto control. Adicionalmente, se especificarán algunas técnicas utilizadas para mantener al sujeto inmerso en el grupo y obstaculizar su salida.

1.1.3.1 Persuasión coercitiva y abuso psicológico grupal

Hassan (1990) conceptualiza el control mental como una *reforma del pensamiento*. Se trata de un proceso sutil que suele darse en contextos como los grupos de alto control. Allí, quienes ejercen la influencia son percibidos por el sujeto como figuras cercanas (amigos, familia), lo que provoca que reduzca sus defensas psicológicas facilitando que colabore de manera inconsciente. Se puede incluir técnicas como hipnosis o dinámicas de grupos que favorecen el adoctrinamiento. Como resultado, el sujeto interioriza el sistema de valores impuesto junto a una identidad reformulada por el grupo, generando cambios duraderos incluso tras abandonar dicho contexto.

Lifton (1989) identifica ocho criterios característicos de los entornos totalistas: control del ambiente, manipulación mística, demanda de pureza, culto a la confesión, ciencia sagrada, carga del lenguaje, doctrina sobre la persona y otorgamiento de existencia.

Complementando esta teoría, Hassan (1990) retoma y extiende la conceptualización de la disonancia cognitiva propuesta por Festinger (1957) y propone el modelo BITE para explicar los mecanismos del control mental, compuesto por las dimensiones: control del comportamiento, control de la información, control del pensamiento y control de las emociones.

El autor explica que las dimensiones tienen un carácter acumulativo, juntas crean una red compleja que permite manipular a individuos de perfiles muy diversos.

Las técnicas mencionadas en el modelo BITE fueron utilizadas con otras denominaciones por diferentes autores, algunas de ellas son: abuso psicológico (Rodríguez-Carballeira et al., 2015) o persuasión coercitiva (Cuevas y Canto, 2006). Estas últimas son las que presentan una mayor validez actualmente.

La persuasión coercitiva es definida como “cualquier acto deliberado de una persona o grupo de influir en las actitudes y conductas de otras personas, apoyándose en el uso de la fuerza” (Canto Ortiz y Cuevas Barranquero, 2006, p. 48).

Por otro lado, Rodríguez-Carballeira et al. (2015) definen el abuso psicológico grupal como “un proceso de aplicación sistemática y continua de estrategias de presión, control, manipulación y coacción con el propósito de dominar a una persona con el objetivo de lograr su sumisión al grupo” (p. 34,

traducción propia). La taxonomía que crearon junto a un comité de expertos, identifica seis categorías principales de estrategias abusivas, cada una de ellas incluye diversas subestrategias.

A continuación se desarrollan las categorías y subestrategias propuestas por Rodríguez-Carballeira et al. (2015), sólo se explican los ítems que no resultan autoexplicativos, evitando redundancia.

1. Aislamiento: Separar al sujeto de su entorno y relaciones significativas, promoviendo la integración en el grupo y que habite el espacio donde se desarrolla el mismo

- Aislamiento de la familia
- Aislamiento de amigos y red social
- Aislamiento del trabajo, estudio e intereses (externos al grupo)
- Aislamiento en otro lugar de residencia (promoviendo que habite el espacio vital del grupo)

2. Control o manipulación de la información: Seleccionar y gestionar de manera interesada tanto la información que recibe el sujeto como la que transmite al exterior, siempre en beneficio del grupo

- Manipulación de la información: Engañar y ocultar datos de la información que recibe, y controlar lo que el sujeto comunica al exterior
- Manipulación del lenguaje: Redefinir palabras y crear nuevas, brindándoles una fuerte carga ideológica y emocional

3. Control sobre la vida personal: Conocer e intervenir sobre todos los aspectos de la vida del individuo en beneficio del grupo

- Control/abuso de las finanzas: Investigar su situación económica para maximizar las contribuciones al grupo
- Control sobre sus actividades y uso del tiempo: Asegurar que el individuo realice un alto número de actividades y uso de su tiempo en el grupo o supervisado por miembros, reduciendo las oportunidades de obtener otra información o contactos
- Control/inspección del comportamiento: Creación de mecanismos de vigilancia entre compañeros, dificultando la privacidad
- Control sobre relaciones afectivas y vida sexual: Decidir con quién se relaciona el miembro y qué prácticas sexuales puede mantener
- Control/debilitamiento de la salud física y mental: Imponer hábitos que puedan dañar su salud o impedir el acceso a profesionales de la salud

- Control de la propia existencia: Convencer al miembro de delegar las decisiones sobre su vida al grupo

4. Abuso emocional: Acciones dirigidas a influir en las emociones del sujeto para manipularlo y aumentar su sumisión

- Activación interesada de emociones positivas: Generar experiencias positivas de forma planificada para reforzar el vínculo grupal
- Demanda de compromiso afectivo y entusiasta: Exigir al miembro compromiso afectivo con el grupo, a su vez, que muestre entusiasmo y adhesión al proyecto de felicidad y realización personal que propone la doctrina
- Intimidación o amenazas: Amenazas a la integridad física, psicológica y/o espiritual del miembro o su entorno si duda o se desvía del grupo
- Desprecio, humillación o rechazo: Insultar, avergonzar o despreciar al miembro debido a conductas o actitudes interpretadas como contrarias a los intereses del grupo
- Manipulación de la culpa: Infundir culpa por cualquier actitud, conductas u omisión que la autoridad unilateralmente atribuya como contrarias al grupo
- Inducción a confesar conductas, pensamientos y sentimientos “desviados”: Imponer confesión ante el líder o el grupo por cualquier conducta, pensamiento o sentimiento que se pueda interpretar como desviado
- Otorgamiento del perdón: Reintegrar al sujeto y otorgarle el perdón de forma estratégica posterior al castigo

5. Adoctrinamiento en una creencia absoluta y maniquea: Consiste en descartar sus ideas previas e instalar creencias afines al grupo, y crearle el sentimiento de ser elegido en un grupo que posee “la verdad” y que es superior al resto del mundo

- Reconstrucción negativa del pasado y de la identidad previa: Criticar y considerar su antigua identidad como errónea, basándose en el sistema de creencia del grupo
- Denigración del pensamiento crítico: Rechazar cualquier razonamiento del sujeto que se aleje de la doctrina del grupo
- Demandar una plena identificación con la doctrina y su aplicación: Convencer al miembro de convertirse a la ideología del grupo, y pedir que cumpla con las normas, símbolos y comportamiento esperado
- Imposición de la doctrina por encima de las personas y la ley: Obligar al sujeto a que otorgue valor absoluto a la doctrina, situando a la misma por encima de las personas y leyes sociales, llevando a que justifique los medios (aun siendo ilícitos) para lograr el objetivo

- Glorificación del endogrupo y rechazo del exogrupo: Crear en el sujeto una visión donde todo lo relacionado al grupo se considera positivo, mientras que lo derivado del exterior lo conciba como rechazable y maligno

6. Imposición de una autoridad única y extraordinaria: Someter al sujeto a una figura de poder absoluto e incuestionable.

- Imposición de una autoridad absoluta (exigiendo obediencia sin cuestionar)
- Implantación de la creencia en las cualidades especiales del líder: Persuadir al miembros para que reconozca cualidades y poderes especiales del líder

En su análisis, Rodríguez-Carballeira et al. (2015) destacan que el abuso psicológico grupal tiene como objetivo principal la sumisión o el sometimiento de la persona. Apoyándose en Singer y Lalich (1995), subrayan que el objetivo es establecer un dominio amplio sobre la existencia total de los miembros.

Todos los mecanismos vistos hasta aquí crean las condiciones para transformar la identidad del individuo de forma profunda y duradera, veremos en el siguiente apartado cómo se traduce de forma concreta.

1.1.3.2 De la identidad personal a la identidad grupal

Las personas tienen diferentes identidades que se activan dependiendo del contexto en que se encuentren inmersas. En el siguiente apartado se observa cómo se desplaza la identidad del plano individual al grupal, proceso pertinente para comprender la adhesión a grupos de alto control.

Identidad social

En primer lugar, es necesario introducir el concepto de identidad social propuesto por Tajfel (1978, citado en Canto y Moral, 2005), quien la definió como: "esa parte del autoconcepto del individuo que se deriva del conocimiento de pertenencia a grupos sociales, junto con el valor significativo otorgado a esa pertenencia" (p. 68). El proceso de categorización social, además de ordenar el ambiente social, nos permite definir el lugar que ocupamos en la sociedad (Tajfel, 1959, citado en Canto y Moral, 2005).

En la interacción social la conducta personal del sujeto se sitúa en dos extremos: la conducta interpersonal y la conducta intergrupal. La primera, está determinada por las características personales de cada individuo y su relación con el otro, mientras que las interacciones intergrupales están determinadas por los grupos a los que pertenecen los sujetos.

Según Tajfel (citado por Canto y Moral, 2005), los comportamientos interpersonales estarán determinados por la identidad personal (donde se presentan las características individuales, aquí se sitúa

la diferenciación “yo” y “otros”), mientras que los comportamientos intergrupales estarán determinados por la identidad social (influye la pertenencia a grupos, y la diferencia entre el “nosotros” y el “ellos”).

Ampliando esta teoría, Turner (1987, citado en Canto y Moral, 2005) propone el concepto de la categorización del yo. Dicho autor propone que el autoconcepto se organiza en tres niveles: el superordenado (implica un alto nivel de abstracción, donde nos consideramos “humanos”, diferenciándonos de otras especies), el intermedio (categorizarse como miembro de un grupo social frente a otros grupos distintos) y el subordinado (aquí la persona se percibe como un individuo único, hay una comparación interpersonal).

A través de la comparación social entre grupos, los sujetos le brindan estatus a su propio grupo. Como una parte del autoconcepto deriva de la pertenencia a grupos (por ende, la autoestima del sujeto), los integrantes buscarán que esta comparación resulte positiva (Tajfel y Turner, 1979, citados en Canto y Moral, 2005).

El papel del liderazgo

Canto y Vallejo-Martín (2020) proponen que las personas no siguen a los líderes brutales ni ejercen roles de este estilo sin cuestionamiento. En consecuencia, los líderes deben crear una identidad social común entre sus seguidores, donde las acciones brutales hacia otros sea justificada dentro del grupo, como un acto defensivo ante la amenaza que supone el exogrupo.

La teoría del liderazgo de identidad surge en el marco de la identidad social (Haslam et al., 2011). Canto y Vallejo-Martín (2020) retomando la propuesta de Reicher et al. (2005), explican que:

“Un líder de identidad opera desde una categoría social, (re)define lo que significa ser miembro de esa categoría, establece los límites con los exogrupos, el contenido específico que se atribuye a esos límites e interpreta las relaciones entre las categorías sociales” (p. 43).

Los líderes efectivos son "emprendedores de identidad social" (Haslam et al., 2013): deben redefinir quiénes son y tienen que ser percibidos por el grupo como la representación de lo que son y lo que aspiran ser (Canto y Vallejo-Martín, 2020)

Los líderes autocráticos se presentan como la representación máxima de la categoría social, de modo que criticar al líder equivale a criticar al grupo (Reicher et al., 2005, citado por Canto y Vallejo-Martín, 2020).

Fusión identitaria

Gómez y Vázquez (2015) proponen el concepto de fusión de la identidad como un sentimiento “visceral de unidad” con el grupo, donde el yo personal y el yo social se unen y los límites entre ambos se vuelven “porosos”, llevando a que ambas identidades se combinen y potencien mutuamente.

Para Swann et al. (2012, citados en Gómez y Vázquez, 2015) surgen cuatro principios en la fusión identitaria: el yo personal agente (experimentan un alto nivel de agencia personal al servicio de los intereses del grupo), la sinergia de la identidad (ambas identidades se combinan para motivar una conducta a favor del grupo), los lazos relacionales (los sujetos fusionados desarrollan lazos fuertes con los otros miembros del grupo, percibiéndolos como familia) y la irrevocabilidad (la fusión suele permanecer en el tiempo).

La fusión de la identidad es un factor predictor de conductas extremas a favor del grupo (Swann et al., 2009, Gómez et al., 2011, citados en Gómez y Vázquez, 2015).

1.1.3.3 Mecanismos psicológicos de adhesión y mantenimiento

Los grupos de alto control no solo implementan estrategias altamente eficaces para captar nuevos miembros, a su vez, desarrollan mecanismos que garantizan la adhesión y mantenimiento de los integrantes. Estos mecanismos pueden resumirse en tres procesos psicológicos: disonancia cognitiva, compromiso creciente e inducción de fobias.

La permanencia en el grupo se sostiene en gran medida mediante la disonancia cognitiva (Festinger, 1957), “una experiencia psicológicamente desagradable, que va acompañada de sensaciones de inquietud, y que está provocada por la inconsistencia entre cogniciones”(Morales et al., 2007, p. 520). La reducción de dicha discordancia suele lograrse eliminando o restando importancia a las cogniciones disonantes, o reforzando o aumentando las cogniciones consonantes (Morales et al., 2007). En estos contextos, constituye una vía de menor demanda psicológica justificar la pertenencia en el grupo que observar los motivos de la disonancia, dificultando el cuestionamiento de la doctrina y favoreciendo la continuidad dentro del grupo.

Este mecanismo se refuerza con el compromiso creciente propuesto por Cialdini (2022), quien demuestra que somos más propensos a acceder a un pedido externo demandante cuando se presenta de forma gradual. Asimismo, algunas solicitudes logran modificar nuestra autoimagen, provocando que percibamos presiones internas y externas a ser coherente con la misma, logrando que actuemos y decidamos de forma automática aún en contradicción a nuestros intereses. Este proceso de persuasión resulta especialmente efectivo cuando ese compromiso es público, activo y realizado sin presión externa evidente, logrando que nos responsabilicemos de la decisión.

A su vez, Singer y Lalich (1997) agregan que al hacer trabajar a los adeptos gran parte del día, dificulta que puedan pensar claramente. Si a ello se le suma el debilitamiento del procesamiento de la

información de forma autónoma visto en el primer apartado, se deja al individuo prácticamente sin recursos para cuestionar la doctrina.

Por último, Hassan (1990) subraya la importancia de la implantación de fobias en este proceso, mediante la inducción de pensamientos, imágenes y sensaciones negativas asociadas al abandono del grupo, se genera un miedo intenso y deterioro de la percepción de control. Adicionalmente, se transmite la creencia de que en caso de marcharse, podrían producirse consecuencias perjudiciales para él, sus seres queridos o el mundo. Paralelamente, se le convence de que no podrá ser feliz sin el grupo, o que su crecimiento espiritual y personal se verá afectado. En definitiva, este mecanismo funciona para despojar la posibilidad de elección de abandono. Esta perspectiva adquiere especial relevancia si se considera que estos grupos suelen presentarse como la vía de “salvación” para el individuo, especialmente en la etapa de captación.

Adicionalmente, debido a que en las técnicas de abuso psicológico grupal se buscó que el miembro rechace y patologice su identidad previa, puede suponer un miedo adicional volver a ella sin supervisión del grupo o líder, y mediante la cultura de la confesión impuesta, el líder encontrará motivos personales para manipular y justificar la permanencia del miembro en el grupo.

En conjunto, estos mecanismos logran el mantenimiento del individuo en el grupo, creando nuevos factores adicionales a la simple adhesión ideológica. En esta línea, Singer y Lalich (1997) explican que la dificultad de marcharse reside en un entramado de condiciones que prolongan su estancia. Entre ellas se destaca el engaño en el reclutamiento y permanencia, deterioro gradual derivado de las condiciones impuestas por el grupo, dependencia producto del aislamiento del mundo externo, temor de marcharse y el proceso de desensibilización que reduce su capacidad de evaluar y mostrarse crítico ante situaciones que antes lo alarmaba. Estas características en conjunto con lo descrito anteriormente, logran que la idea de marcharse resulte una alternativa distante y amenazante.

A continuación se especificará el proceso de salida y las implicaciones en la subjetividad.

1.1.4 Deconstrucción y reconstrucción identitaria

En el siguiente apartado se especifican algunas repercusiones psicosociales que se presentan tras la salida de un grupo de alto control, a su vez, se delimitan las principales dimensiones que el ex-miembro debe reconstruir a largo plazo.

1.1.4.1 La salida como crisis multidimensional

La salida de un grupo de alto control implica más que un simple abandono del grupo de pertenencia, supone una ruptura del marco que daba sentido y organizaba la experiencia del sujeto. Al retirarse del grupo el ex-miembro atraviesa momentos donde coexisten dos identidades, Hassan (2013)

denomina a las mismas como: la “identidad auténtica” y la “identidad sectaria”, resultantes de los mecanismos de persuasión coercitiva.

Hassan (1990) distingue tres posibles salidas de grupos de alto control: abandono voluntario, expulsión o recibir asesoramiento para dejarlo. La expulsión constituye el escenario más adverso para el sujeto, ya que puede vivirse como rechazo no solo por parte de quienes consideraba “familia” sino, en grupos religiosos, por Dios. Los motivos son diversos: desde el cuestionamiento del grupo, hasta ser una decisión estratégica (por ejemplo, económica o a modo de “lección” para el resto), en algunos casos, se los consideran poco “productivos” debido al agotamiento generado por las insostenibles demandas del grupo. Hassan (1990) subraya que pueden presentar riesgo de suicidio, y en algunos casos pueden recibir un diagnóstico erróneo (esquizofrenia) cuando en realidad presentan conductas resultantes del condicionamiento sectario.

A su vez, en muchos casos, el ex-miembro no dimensiona la manipulación y engaño al que fue expuesto atribuyendo la salida como un fracaso personal, lo que agrava la crisis.

Condensando lo descrito por distintos autores (Ash, 1985; West, 1990; Cuevas y Canto, 2006; Follingstad, 2007; Cuevas, 2012) Cuevas (2016) sistematiza diez repercusiones psicosociales que tiene la salida en los ex-miembros: Daños en la salud mental o física, problemas emocionales, alteraciones cognitivas, daños del recorrido vital y de la libertad individual, impedir la elección libre de pareja, daños en la estructura familiar de origen y en la red social previa, daños socio-laborales, ausencia planes de futuro fuera del grupo, explotación económica, laboral y personal y la explotación sexual y otras alteraciones de la conducta sexual. Dado el solapamiento con ciertas características descritas por Hassan (1990) y Singer y Lalich (1997), se presentarán las más pertinentes para este trabajo y combinarán entre sí:

1) Daños en la salud mental o física: El miembro puede presentar deterioro en su salud física, o psicológica, exhibiendo trastornos psicológicos generados en el grupo (por ejemplo, Trastorno de estrés postraumático), o agravamiento de trastornos previos (Cuevas 2016).

2) Disrupciones emocionales: Cuevas (2016) identifica a nivel emocional ansiedad, miedo, culpa, manifestaciones depresivas, infantilización, entre otros. Hassan (1990) documenta que algunos ex adeptos comparan el malestar que sienten con una desilusión amorosa, donde tras enamorarse y depositar todo su cariño y confianza, descubren que su objeto de amor los engañó y manipuló.

Por otro lado, las fobias instaladas u otros pensamientos rígidos de la doctrina pueden activarse tras la salida con una particular intensidad (Hassan, 1990).

3) Alteraciones cognitivas: Cuevas (2016) sistematiza perturbaciones tales como, rigidez mental, disminución del pensamiento crítico y autónomo, pensamientos paranoides y obsesivos, distorsiones de la percepción, entre otros.

Hassan (1990) y Singer y Lalich (1997) documentan una pérdida de concentración y memoria, provocando por ejemplo, una temporal dificultad en la lectura.

A su vez, el lenguaje cargado del grupo persiste, lo que dificulta la comunicación con otras personas.

Un síntoma característico en ex-miembros mencionado por Hassan (2013), es el "floating" (pensamiento flotante), donde existen episodios disociativos involuntarios en donde experimenta flashbacks, transportándose temporalmente a su identidad sectaria. Es desencadenada por un estímulo que recuerde a la secta, por ejemplo, una canción o una palabra cargada de significado sectario. Son más frecuentes en ex-adeptos que fueron expuestos a técnicas para inducir un trance (meditación o cánticos por ejemplo).

4) Daños del recorrido vital, identidad y libertad: Cuevas (2016) destaca la pérdida del derecho a la libertad personal, hay una excesiva sumisión y dependencia e incapacidad para cuestionar la jerarquía impuesta.

Saldaña et al. (2017, citados en Rodríguez-Carballeira et al., 2017) documentan que los ex-miembros suelen presentar problemas en la toma de decisiones, definidos como "incertidumbre y desconfianza en las propias capacidades para valorar situaciones, tener criterio propio y tomar decisiones de forma autónoma" (p. 17). Hassan (1990) menciona que la dificultad en la toma de decisión se extiende a los aspectos cotidianos como: decidir qué comer, cómo vestirse o qué leer, debido a que dentro del grupo la autoridad imponía que debía hacer el resto en dichas áreas.

Adicionalmente, se da un deterioro de la identidad previa en pos del grupo.

Singer y Lalich (1997) agregan:

Una vez fuera de la secta, los ex miembros, si bien libres, enfrentan el desafío de reingresar en la sociedad que una vez rechazaron. El conjunto de los ajustes necesarios puede resumirse como salir de la pseudopersonalidad, o como otros lo han expresado, abandonar la personalidad sintética y reunirse con el antiguo yo. (p. 295)

5) Daños sociales, familiares y laborales: Cuevas (2016) expone posibles daños en la estructura familiar y en red de apoyo social previa a la secta, así como en el área socio-laboral, como consecuencia, tras salir del grupo, el sujeto puede experimentar dificultades de adaptación social y laboral. Durante la vida en la secta, se eliminan los planes personales.

Singer y Lalich (1997) describen el “efecto pecera”: los ex-miembros pueden tener la sensación de estar siendo observados constantemente, lo que podría afectar a la expresión espontánea.

Por último, Hassan (1990) describe el sentimiento de “tiempo perdido”, donde el ex miembro se compara con otras personas de su edad y siente que su desarrollo se encuentra desfasado a lo esperado (a nivel laboral, educacional, relacional por ejemplo), pudiendo generarle un malestar intenso.

6) Explotación sexual y otras alteraciones de la conducta sexual: Aunque no ocurre en todos los grupos, en algunos pueden presentarse situaciones de abuso sexual, donde la persona pudo haberse sentido presionada u obligada a mantener relaciones sexuales. En otros, se presenta una alteración en la sexualidad, por ejemplo, el líder puede imponer celibato, fomento de promiscuidad, imposición de normas ceremoniales, entre otros (Cuevas, 2016).

Esta crisis multidimensional inmediata evidencia la complejidad del proceso de recuperación tras salir del grupo, a continuación se desarrollan las principales dimensiones de reconstrucción.

1.1.4.2 Dimensiones y complejidades de la reconstrucción

Singer y Lalich (1997) postulan cinco áreas principales que los ex-miembros deben afrontar tras la salida del grupo: práctica (vivienda, sustento económico, atención médica, educación y estructurar la vida cotidiana), psicológica-emocional (autoestima, depresión, culpa, dependencia en otros), cognitiva (indecisión, embotamiento mental, concentración, lenguaje sectario), social-personal (necesidad de reconectar con seres queridos y crear nuevos vínculos, confusión sobre sexualidad, mejorar capacidad de formar y expresar opiniones) y filosófica-actitudinal (reactivar sistema de valores separándolo de los adoptados en la secta).

Adicionalmente, en el contexto español, Saldaña et al. (2017, citados en Rodríguez-Carballeira et al., 2017) proponen una taxonomía donde se agrupan las 20 dificultades psicosociales que enfrentan los ex-miembros, agrupándolas en 4 áreas: problemas emocionales, problemas cognitivos, problemas relacionales y de integración social y otras conductas problemáticas específicas.

El problema central tras la salida es la reconstrucción identitaria. Saldaña et al. (2017, citados en Rodríguez-Carballeira et al., 2017) definen los problemas de identidad como “dificultad para conformar una concepción realista y genuina de uno mismo, desvinculada de la configurada por el grupo, que aporte valores profundos y un nuevo propósito o sentido a la vida” (p. 17). Hassan (2013) agrega que la recuperación no debería consistir en descartar la identidad sectaria por completo, sino en crear una nueva identidad que integre la identidad previa, la grupal y la auténtica. Por lo que este proceso no supone volver a la identidad previa a la secta negando lo vivido posteriormente, sino a reconstruir una identidad que incorpore la experiencia sectaria sin quedar atrapado o definido por ella.

Tanto Hassan (1990) como Singer y Lalich (1997) estiman que la recuperación dura entre 6-24 meses con asesoramiento, aunque advierten que puede extenderse sin ayuda adecuada. Herman (1992) plantea que tanto el paciente como el terapeuta suelen desear una transformación mágica tras un trauma complejo, “exorcizarlo” de su historia vital, pero la autora reafirma que la terapia no busca eliminar la parte traumática de su historia, sino integrarla. Cuando se narra, el trauma se convierte en testimonio. Por ello, la reconstrucción post-grupos no debería consistir en borrar el pasado sectorial de la biografía de la persona, sino en tejer una identidad donde la experiencia vivida se incorpora como una parte innegable, pero solo como un capítulo de su vida, no como la historia completa.

II. Metodología

2.1 Diseño de investigación y análisis del caso

Este trabajo adopta un diseño cualitativo de estudio de caso único, se seleccionó dicho enfoque debido a la naturaleza del fenómeno estudiado (proceso de reconstrucción identitaria tras salir de un grupo de alto control), considerando más pertinente una exploración profunda frente a una generalización estadística.

Al ser un estudio de caso único se puede examinar en mayor detalle los mecanismos de abuso psicológico grupal experimentados durante la permanencia, la transformación identitaria y la complejidad del proceso de reconstrucción a largo plazo tras la salida.

Participante

La entrevistada, quien decidió utilizar el seudónimo “Alicia”, es una mujer de 56 años que reside en España. Permaneció en un grupo con contenido gestáltico español por aproximadamente 15 años liderado por “Candela” (seudónimo). El primer acercamiento fue debido a una actividad que la líder promocionaba, aunque al Alicia mostrar interés, Candela la persuadió a iniciar con terapia individual con ella para luego acceder a dicho curso. El nivel de compromiso y tiempo que pasaba allí fue escalando gradualmente. Al tiempo de ingresar, la líder le aconsejó incorporar a su marido e hijos menores. Al momento en el que se le tomó la entrevista, Alicia llevaba más de 10 años fuera del grupo, por lo que se pudo analizar su salida y la compleja reconstrucción identitaria a largo plazo.

Procedimiento y análisis

Los datos se obtuvieron y recopilaron a través de una entrevista semiestructurada entre Alicia y la entrevistadora de unas dos horas de duración, donde se abordaron diferentes temas, entre ellos: el contexto previo al ingreso del grupo, la entrada en el, los mecanismos de control utilizados, la salida y la reconstrucción identitaria posterior. Se garantizó un consentimiento informado (ANEXO 2) y un espacio para aclarar posibles dudas.

El audio de la entrevista fue grabado con un previo consentimiento de la entrevistada, fue transcrito posteriormente (ANEXO 1), modificando cierta información para evitar redundancias y asegurar su anonimización.

III. Resultados: aplicación de la teoría en el caso de Alicia

3.1 Construcción de la identidad coercitiva en Alicia

3.1.2 Aplicación de la taxonomía de abuso psicológico grupal

Para este apartado se utiliza la taxonomía propuesta por Rodríguez-Carballeira et al. (2015) para analizar el abuso psicológico grupal en el caso de Alicia:

Aislamiento:

El aislamiento operó en distintas esferas: distanciamiento de su familia, red social previa, mundo externo y ex-miembros, y el aumento gradual del tiempo en el grupo.

En el grupo, este aislamiento se argumentaba diciendo que los que no formaban parte del mismo estaban “intoxicados” o tenían “energía sexual no resuelta”, por lo que reunirse con ellos exponería a los miembros. Esto se puede ejemplificar mediante la siguiente viñeta: cuando Alicia preguntó si podría pasar las fiestas con su familia, la líder respondió: “no, porque luego vas a venir de casa de tus padres con una energía de mierda, intoxicado, y yo hasta que no estés limpio, no te voy a dejar entrar”.

Los comentarios como “¿Con quién has estado? Es que lo noto” provocaron autovigilancia. Ante este comentario Alicia pensó: “he hablado con el de la panadería un minuto y hemos estado simpáticos, claro, a lo mejor él estaba, o yo seduciendo”. El control externo se convirtió en auto-vigilancia.

Por último, Alicia relata la inmersión gradual en el grupo y el espacio del mismo: “cuando te quieres dar cuenta, solo tienes seis días al mes que son los tres fines de semana que te quedan para estar contigo, en tu casa, o con tu familia, siempre había algún evento.”

Control o manipulación de la información:

Candela imponía: “no leáis los libros que yo no les digo, mirad las películas que yo quiero que veáis, no veáis telediaros”, a lo que los miembros pensaban “para nosotros era lógico ¿para que me voy a envenenar con el telediario?, si salgo yo beneficiada si no lo veo”. El control se presentaba como protección, llevando a los miembros a percibirlo de dicha forma.

Al comprar libros sobre eneagrama, Candela “nos hizo dárselos para que ella los tirara porque no podíamos informarnos del eneagrama. Solo nos podía adoctrinar sobre el tema ella, y nos hizo tirar todos los libros.” La líder se convirtió en la única fuente de conocimiento, a su vez, Alicia comenta que al encontrar diferencia entre lo que postulaba Candela y los libros, Alicia creía que: “Es que no está bien escrito, que no lo han entendido bien, es Candela la que lo dice bien.” Con esta viñeta, se puede observar como los mecanismos funcionan en conjunto, el deterioro del pensamiento crítico está a servicio del control de información y viceversa.

La manipulación del lenguaje creó un marco con el que interpretaban la realidad. Término como “estar contaminado”, “mover energía sexual” o “señales divinas” formaban parte de la jerga grupal. Las casualidades se interpretaban como mensajes, provocando aún hoy, por momentos la conducta de Alicia y su forma de interpretar los sucesos esté influida por estas concepciones.

Control sobre la vida personal:

El control de la líder determinó diferentes esferas de la vida de Alicia: la laboral, la económica, la familiar. Candela se convirtió en su empleadora y definió su proyecto de vida: ser una terapeuta formada por ella. Lo mismo hizo con los hijos de Alicia. Candela determinó las profesiones que ejercieron: “desde que tenían tres años, 'vosotros vais a ser los maestros de la escuela', así que hicieron el magisterio los dos.” A su otro hijo lo designó su sucesor, por lo que estudió psicología. Tras la salida del grupo, las palabras de Candela siguen repercutiendo, no solo en sus profesiones sino que en su vida amorosa. Esto puede verse en como uno de sus hijos continúa con su pareja aún cuando tienen conflictos hace tiempo: “‘Candela nos dijo que no llegaríamos a nada, y aquí sigo’, el (continúa) con Sabrina, por llevarle la contraria a Candela.”

La líder también ejerció control sobre la vida sexual de los integrantes. Alicia comenta: “teníamos que hacer abstinencia sexual (...) O ahora no, ahora tenéis que follar todos los días. (...) O sea, hasta eso, todo, como, cuando, de qué postura.” Sumado a que imponía que algunos integrantes cambien su orientación sexual, a modo de ejemplo, un compañero homosexual “acabó heterosexualizado con la hermana de Candela, conviviendo con ella, incluso manteniendo relaciones sexuales.”

Asimismo, la líder impuso un control exhaustivo entre miembros: “nos habíamos convertido todos hijos, padres, hermanas, todos policías de todos, si te pillan en una falla a ti y lo puedes acusar, no te van a acusar a ti”, aplicando el mecanismo de control y vigilancia constante aún entre miembros.

Por último, mediante las múltiples actividades que llevaban a cabo (terapias individuales y grupales, formaciones, talleres de Chi Kung, retiros intensivos), la líder eliminó la posibilidad de que Alicia tuviera uso autónomo de su tiempo.

Abuso emocional:

El abuso emocional operó a partir de ciclos de validación y humillación, manteniendo a Alicia alerta.

Inicialmente la líder activó de forma interesada emociones positivas mediante el love bombing: remarcó lo especial que era Alicia, su “capacidad intuitiva maravillosa”, y la posicionó como su “mano derecha” frente al grupo. Esta validación inicial constante generó dependencia emocional inmediata. Sin embargo, una vez que pasaron los años comenzó la humillación y el hostigamiento. Alicia, quien remarca este cambio, informa: “‘Carmen es mi mano derecha’, ‘Es que mira cómo lo hace Carmen’, pero al principio lo utilizaba muchísimo. En los últimos años era ‘No hagas lo que hace Carmen’, ‘Mira cómo está Carmen’, ‘Mira lo que ha hecho Carmen’. O sea, cambió completamente la dinámica.”

La manipulación de la culpa se observa claramente en las “ruedas”: “uno se ponía en medio y todos decían verdades.” Alicia, comenta un episodio donde ella buscó la palabra “sectas” en internet, para intentar comprender si se encontraban en un grupo con estas características. Al descubrir su búsqueda, su marido al día siguiente la expuso frente al grupo, provocando una confrontación grupal a modo de “rueda”: “cómo le estás haciendo a tus hijos, con lo yo hice por ti’ y todo el mundo gritándome.”, tras ello Alicia tuvo que disculparse y aumentar su grado de obediencia: “me volví la más obediente, la más puntual (...). No voy a cometer el más mínimo fallo.” Su identidad pasó a ser de obediencia perfecta.

Adoctrinamiento en una creencia absoluta y maniquea:

El adoctrinamiento operó mediante tres ejes: reconstrucción negativa de la identidad previa, eliminación del pensamiento crítico y rechazo al exogrupo.

La reconstrucción negativa del pasado patologizó la identidad de Alicia. Candela integró en la definición de la identidad de Alicia características que la culpabilizaba: “mi padre es una persona con sus características, según ella, yo he integrado a ese hombre dentro de mí, la imagen primaria que yo tengo de un hombre dentro de mí es la imagen de un hombre tóxico, enfermo... yo atraigo a mi vida a hombres iguales... yo atraigo a un Leandro, yo atraigo a un Roberto, porque es el padre que yo estoy atrayendo, porque no lo tengo sanado.” Esto responsabilizó a Alicia de sus relaciones pasadas e instauró la creencia de que ella “atraía” el maltrato, adicionalmente la patologización alcanzó niveles devastadores. Comenta que “Mi padre tiene tendencia pederastas, ¿no? entonces, como está en mí, pues yo también las tengo según Candela (se le humedecen los ojos). Y entonces llegó un momento en el grupo que no me dejó acercarme a los niños, ‘porque los abrazaba mucho y era demasiado cariñosa con ellos, y que a los niños no hay que tocarles tanto’.” Esto condiciona hoy su relación con sus nietos: “Y con mi nieto Pedro, que tiene cinco años, he trabajado mucho con el tema con mi terapeuta, y estos días, pues estoy con Luis, con el pequeñín, pues me cuesta... (se quiebra su voz) todavía me cuestan muchas cosas (llora).”

La denigración del pensamiento crítico fue tal que Alicia describe: “Espíritu crítico cero. No tenía ninguna capacidad, era sumisión”. El grupo alentaba a no pensar, provocando que no pudiera evaluar ciertas situaciones que hoy no comprende cómo pudo aceptar. Al mencionar una situación donde a su hijo menor de edad le hicieron moverse de forma erótica en el regazo de una mujer homosexual del grupo (en un intento de la líder por modificar su orientación sexual), mientras la líder decía: “¡Ah, no te pone Luciano? que es tu sobrino postizo, es un hombre’. Un hombre que tenía 16 años, un crío”, adicionalmente Alicia comenta: “yo estaba delante ,y su padre y no hicimos nada, ¿sabes? (se angustia)”. La capacidad de juicio moral y protección a sus hijos quedó anulada por la obediencia a la norma del grupo.

Por último, todo lo externo al grupo se veía como “contaminado”, Alicia comenta: “lo de fuera era cero, no hay fuera, solo existe lo de aquí, lo de afuera es todo tóxico. El mundo es todo mentira” Así no solo se dificultaba que Alicia tuviera una vida por fuera del grupo, sino se buscaba crear miedo al exterior.

Imposición de una autoridad única y extraordinaria:

Dentro del grupo se hizo creer que la líder poseía cualidades no humanas. Candela les hizo creer que podía detectar si alguien pensaba mal de ella: “Es tu pensamiento, porque seguro que has estado pensando mal de mí, el otro día reventó una vela en mi casa y estaba pensando en ti. Sé que estás pensando mal de mí.” O si alguien se había interactuado con alguien “con energía sexual no resuelta”, o si alguien estaba “moviendo energía sexual.” Alicia comenta que “en su casa me gritaba porque 'me gustaba su marido'. (Imitándola) 'Es que estás moviendo energía sexual'.”

Esto no solo provocó que los miembros creyeran que nadie podría estar a salvo de la observación “omnipresente” de la líder, sino que, aunque no fuera cierto, los condicionó para creerle aún en contra de sus percepciones: “pues será que yo no me doy cuenta y ella lo ve, yo no lo veo.” La autoridad extraordinaria logró que los adeptos desconfíen de su propio juicio, deseos y sentimientos.

Estas seis dimensiones formaron un sistema integrado para la desintegración identitaria, provocando que Alicia perdiera la capacidad de pensamiento crítico, de definirse fuera del marco doctrinal, y se alejara progresivamente del mundo externo, mientras su identidad previa era patologizada.

3.1.3 Transformación identitaria: de "yo" a "nosotros"

Los mecanismos de abuso psicológico grupal descritos por Rodríguez-Carballeira et al. (2015) no operan de forma aislada. Desde la teoría del liderazgo de identidad (Haslam et al., 2011), Canto y Vallejo-Martín (2020) señalan que una transformación identitaria grupal requiere que el líder haga un

trabajo activo, donde define quién forma parte del endogrupo y qué significa serlo y establece límites con el exogrupo.

En el caso de Alicia, los mecanismos de abuso facilitaron el liderazgo de identidad de Candela: el aislamiento eliminó referentes alternativos, el control de la información contribuyó a asegurar que únicamente su perspectiva estuviera disponible, y la imposición de creencias redefinió qué era lo “correcto” e “incorrecto”. En conjunto, facilitaron que la Candela operará como personificación de la identidad grupal.

Candela cambió su nombre: "A mí me cambió el nombre, dejé de ser Carmen (primer nombre de Alicia) para ser Leila... O sea, te desprende de todo tía, de tu personalidad, de tu nombre, de tus hijos, de tu pareja". El cambio simboliza la destrucción de su identidad previa ("Carmen") y su transformación a la identidad construida por el grupo ("Leila"), llevándola a actuar en función de las creencias grupales.

En añadidura, Candela demarcó el límite entre el endogrupo y el exogrupo, definiendo al exterior como "peligroso" e "intoxicado", mientras que el grupo representaba un espacio seguro donde desintoxicarse y trabajar la “energía sexual no resuelta” o los conflictos surgidos en la infancia. Esta demarcación no solo justificaba el aislamiento con el exterior, sino que redefinía qué comportamientos eran “correctos” dentro del grupo. En nombre del “trabajo interno” que debían hacer, Candela normalizó acciones que aislados de ese contexto habrían rechazado algunos miembros. Por ejemplo, en las meditaciones u otro tipo de actividades grupales surgieron situaciones negligentes que hoy Alicia rechaza: “hemos visto mearse encima niñas pequeñas en meditación, delante de todos, y no poder levantarse la niña, y si la madre iba a hacer algo porque la niña se ha hecho pis encima en la meditación, gritos a la niña por hacerse pis, y gritos a la madre por reaccionar”, marcando su actual disgusto con ironía “es que no te puedes rascar la nariz mientras meditas porque ya se te pasará el picor”.

Hoy Alicia se muestra sorprendida ante la identidad que ocupó: “ De rodilla limpiándole la ropa, sujetadores. O sea, es que yo no... lo que yo... con la edad que tengo, yo es que tenía cuarenta y tantos años tía y estaba o sea... flipo.” El asombro evidencia la profunda transformación identitaria que operó mediante el liderazgo de Candela.

La manifestación más clara de este proceso es su descripción como "victimaria": “El victimario es un hacha. Yo fui victimario también, pero yo fui el palo, no sé, y ella era el hacha, y yo era como... Si Candela decía que golpeará, yo golpeaba. Todos hemos sido a lo largo de los años, nos convertimos en victimarios con nuestros maridos, parejas, alumnos.” Esta metáfora condensa el concepto descrito por Canto y Vallejo-Martín (2020): las personas no siguen líderes brutales de forma automática, el líder debe crear una identidad común donde las acciones brutales hacia otros sean justificadas como necesarias.

Este proceso culmina en fusión identitaria (Gómez y Vázquez, 2015): sentimiento visceral de unidad donde los límites entre yo personal y yo grupal se vuelven porosos. En el relato de Alicia, se

evidencian los cuatro principios de Swann et al. (2012): mantiene su agencia personal pero a servicio del grupo (“Si Candela decía que golpeará, yo golpeaba), las identidades se potenciaban mutuamente, percibía al grupo como cercano, y luego de 10 años, algunos efectos persisten (irrevocabilidad).

Esta profunda transformación visible en el pasar de “Carmen” a “Leila”, del “yo” al “nosotros” operada en el liderazgo de identidad de Candela, explica la adhesión a largo plazo.

En el siguiente apartado se observa que ocurrió con esta identidad al salir del grupo.

3.2 La salida como crisis en Alicia

Al salir de un grupo de alto control no surge una liberación inmediata, sino que le sigue una crisis multidimensional (Hassan, 1990, Singer y Lalich, 1997). La persona debe enfrentar distintas pérdidas: por un lado, un cambio en su uso de tiempo y rutina, por otro, sus vínculos sufren modificaciones (personas significativas quedaron dentro del grupo, y las restricciones de la secta provocaron que no mantuviera vínculos fuera de ella), a su vez, debe enfrentarse a la pérdida del marco doctrinal con el que procesó por años su vida. Cuevas (2016) sistematiza las repercusiones psicosociales de la salida: daños en la salud mental o física, daños del recorrido vital y de la libertad individual, daños en la estructura familiar de origen y en la red social previa, entre otras. Este apartado analiza cómo se manifestaron concretamente en la vida de Alicia, comenzando por el impacto emocional inmediato.

Al salir del grupo, Alicia pensó: “no he dado la talla, no he podido más, he fallado a mis hijos.”, esto va en concordancia con lo propuesto por Hassan (1990), donde la expulsión se percibe como fallo personal. Al indagar sobre el momento posterior comenta: “ese año sí que fue muy difícil, donde más asustaba he estado.” Esto se debió no sólo a los pensamientos cargados de culpa, recriminación y desilusión que tenía, sino a los comentarios recibidos por actuales miembros, incluidos sus hijos, quienes le decían: “lo que le estás haciendo a Candela”. Comenta que sufrió todo tipo de intimidaciones, desde recibir cartas hasta que se presentaran en su domicilio, donde ella se encontraba escondida. Alicia relata que en esos primeros años pensó en quitarse la vida: “es que más argumento para suicidarme no tenía más”.

A su vez, tuvo dificultad para volver a formar un círculo social y confiar en otros, debido a que por años el exterior se interpretó desde el paradigma grupal como “peligroso” e “intoxicado.” Comenta que su terapeuta la incentivó a relacionarse con unos vecinos similares a ella, y hoy reconoce que fue una decisión acertada: “Pero yo no me atrevía a hablar con ellos, (son) de mi edad, de mi anterior ciudad, no son gente de pueblo, son gente.... Y la verdad es que tardé dos años en hablar con ellos, pero cuando lo he hecho ha sido lo mejor que he hecho, con los dos.”

Hassan (1990, 2013) describe el fenómeno de “floating”: episodios disociativos donde la persona experimenta flashbacks súbitos, transportándose temporalmente a la identidad sectaria. En Alicia, se traduce en pensamientos automáticos que responden a la doctrina que le fue impuesta. Por ejemplo, frente a las casualidades, Alicia experimenta pensamientos como: “es como mi pensamiento lo atraigo yo, atraigo a mi vida estas cosas porque soy yo, porque la culpa es mía”, de los que luego puede distanciarse.

De forma adicional, comenta que tiene dificultades para realizar algunas actividades que le recuerden a la secta. Por ejemplo, menciona que en su trabajo le pidieron hacer visualizaciones, y Alicia inmediatamente experimentó lo siguiente: “me daban tales ataques de ansiedad y es que me oían desde el pasillo, me oían, no podía respirar”. Sucesos de reactivación traumática como el mencionado evidencian como ciertos estímulos que en principio parecen neutrales, pueden desencadenar una respuesta de una alta ansiedad y miedo en el ex-miembro, debido a que se presentan a modo de flashbacks que le generan una reexperimentación de lo vivido dentro del grupo.

Algunas secuelas se extienden incluso a su vida familiar en el presente. Por un lado, menciona que recién pudo retomar contacto con sus hijos tras cumplirse el octavo año fuera del grupo. Por el otro, encuentra dificultad en relacionarse con sus nietos debido a características que fueron instaladas como parte de su personalidad por parte de la líder. Como se puede observar, las secuelas de la identidad sectaria persisten más de una década tras la salida del grupo en el caso de Alicia.

3.3 Proceso de reconstrucción: recursos y modelo de duelo

3.3.1 Recursos valiosos en la reconstrucción de Alicia

El proceso de reconstrucción identitaria al salir de grupos de alto control no ocurre sin la colaboración de otros. Requiere diferentes recursos tanto formales (terapia, medicación) como informales (información, vínculos sociales). Este apartado analiza los recursos que Alicia consideró fundamentales en su proceso.

Terapeutas especializados

Ante la pregunta: “¿qué sentís qué fue lo que más te ayudó en este momento?”, sin dudar Alicia respondió: “Mi terapeuta, sinceramente. Tuvo que soportar el primer año sesiones en las que no me entendía hablando porque yo solo lloraba”.

Alicia resalta la importancia de asistir a terapeutas que estén interiorizados con las dinámicas abusivas de los grupos de alto control. El primero al que asistió no tenía conocimientos del tema, y no le sirvió de ayuda. Sino que fue al hallar a su terapeuta actual, un profesional que cuenta con una gran trayectoria acompañando a ex miembros, cuando Alicia pudo empezar a nombrar y comprender su experiencia: “Fue un poco el primer año con mi terapeuta, fue sujetar todo eso, ¿no? y poder ponerle

palabras a lo que me pasó y lo que yo creo que me pasó, 'sí se llama así', y empecé a darme cuenta". Por ello, resulta imprescindible encontrar un profesional que valide la historia del paciente, y comprenda y nombre los mecanismos de control vividos, ya que este proceso es esencial para desnormalizar los abusos que durante el grupo se presentaban como normales.

Sin embargo, Alicia también comenta que no está conforme con la frecuencia de los encuentros terapéuticos, ya que al contrastarlos con la intensa y constante contención que recibía en el grupo, la terapia mensual parece insuficiente: "Al principio me enfadaba mucho con la terapia con mi terapeuta porque era, digo, me revuelvo de lo más grande el rato que estoy con él y luego hasta dentro de un mes, un mes y medio no vuelvo a hablar con él. Entonces se me abre un canal. Y claro, como estaba tan acostumbrada en el grupo, me revuelvo y me sujeta, me revuelvo y me sujetan, y ahora es me revuelvo y no me sujeta nadie."

En esta metáfora se observa un matiz que presenta Cuevas (2016), quien señala que estos contextos pueden transformarse en "grupos generadores de dependencia," análogos a otros tipos de dependencias. En este caso, se presenta como una habituación a la contención emocional constante de otros. Por lo que, al contrastarlo con un espacio terapéutico mensual, genera frustración, y percibir a la contención como insuficiente, y permite comprender lo encantadores y adictivos que pueden ser los grupos de alto control.

Recuperación de la capacidad de autodefinición: modificar su nombre

Alicia menciona que tras salir del grupo dejó de utilizar su primer nombre "Carmen" para empezar a utilizar el segundo, "en aquel momento utilizaba el nombre que me pusieron mis padres Alicia Carmen. Ahora utilizo Alicia. Llevo varios años llamándome Alicia". Esto puede haber servido de recurso para distanciarse de su personalidad sectaria y de apropiarse de su identidad, sin negar lo vivido, pero sin quedar definida por el pasado.

Este suceso representa la integración propuesta por Hassan (2013), el objetivo no es eliminar la identidad sectaria por completo, sino en crear una nueva identidad que integre la identidad previa, la grupal y la auténtica.

Documentales como validación

Un recurso novedoso que Alicia presenta para su recuperación es la visualización de documentales de sectas: "ver los documentales era como tener algo." Por un lado, le proporcionaron información sobre su experiencia, validándola: "empatizar con las víctimas me hacía sentirme formar parte de un grupo y no de que me ha pasado a mí solo." Por el otro, desmontaba la identidad que Candela había construido de Alicia en extremos, definiéndola por momentos como alguien que "sentía

las cosas diferentes a los demás”, mientras que en otros era objeto de humillación y castigo. Los documentales ofrecían una visión alternativa: “de repente veo en documentales con otro tipo de secta y otras dinámicas, pero las consecuencias es sumisión, acatar leyes (...) Entonces no soy ni tan pequeña, ni tan baja, ni tan vulnerable, ni tan sumisa”. Observar que otras personas experimentaron dinámicas similares le permitió reinterpretar su conducta, no como defecto personal (“sumisa”, “traumatizada”), sino como respuesta a los mecanismos de control, para así, contribuir en percibir su identidad de una manera más integrada.

Reconstrucción del apoyo social

Otro recurso fundamental en su recuperación fue construir un nuevo sistema de apoyo social. Aunque al inicio le resultó difícil, hoy admite que: “ha sido lo mejor que he hecho, con los dos. Me dan puntos de vista muy diferentes, me recogen de manera diferente, me apoyan y me preguntan cosas diferentes, pero ha sido muy liberador.” Las múltiples perspectivas que hoy tiene le permiten contrastar con la voz única del grupo.

Sumado a ello, resalta el contacto con Gerónimo (integrante de una asociación en contra de sectas). Quién le demostró cómo el profesor de Candela se expresaba de la misma manera: “había cosas que contaba Gerónimo de lo que había vivido con el profesor, es que frases literales de Candela, de boca de Candela.”

Esta revelación desmontaba la construcción de Candela como figura con “cualidades especiales” (Rodríguez-Carballeira et al., 2015), evidenciando que operaba con un repertorio de técnicas aprendidas.

Finalmente, Alicia encuentra valioso contribuir con su testimonio para generar conciencia. Transformando su historia y sufrimiento en una herramienta que la trascienda, le da un sentido y valor amplio.

3.3.2 Rechazo al discurso de “sanación”: modelo de duelo

Para Alicia, su proceso de recuperación no se puede definir como “sanación”. El término le remite al grupo, ya que era una palabra que se utilizaba con frecuencia, y justificaba la estadía allí. Responde: “yo no siento que me esté sanando, estoy empezando a entender que me engañaron, que me estafaron, que utilizaron todo lo que pudieron para tener un buen sueldo.”

En su lugar, propone un modelo donde la recuperación se asemeja a un duelo. Establece un paralelismo con la muerte de un ser querido: “he perdido a gente a lo largo de mi vida, tengo cierta edad y ya he vivido la muerte de seres que quiero, ¿no? es como que nunca se te pasa la pena de haber perdido a alguien, y aprendes a vivir con eso, ¿no? Y cada vez lo piensas y te duele menos, pero no te

sanas de la muerte de tu hermano (...) No siento que me esté sanando, puedo hablarlo, ya no me derrumbo, no entro en ese llanto que no puedo controlar.”

Esta metáfora del duelo implica reconocer la pérdida de un sistema que estructuraba y daba sentido a su experiencia y ofrecía apoyo social como un duelo legítimo. También significa que el proceso de reconstruir su identidad y procesar lo vivido constituye una forma de integrar la experiencia, no de curarla, eliminarla o negarla. Esto presenta consonancia con lo explicado por Herman (1992), quién señala que la terapia de trauma complejo busca integrar la experiencia, no exorcizarla.

IV. Discusión y conclusiones

4.1 Convergencias con la literatura y matices críticos

Este estudio analizó el proceso de reconstrucción identitaria tras la salida de un grupo de alto control mediante el caso Alicia, quién permaneció 15 años en un grupo de contenido gestáltico y llevaba 10 años fuera del mismo al momento de la entrevista, lo que permitió observar este proceso a largo plazo. Los hallazgos convergen con la literatura existente e introducen ciertos matices.

Los mecanismos de abuso identificados en el relato de Alicia coinciden con la taxonomía de abuso psicológico grupal presentada por Rodríguez-Carballeira et al. (2015). Se identificó de qué forma habían operado las seis dimensiones propuestas por los autores (aislamiento, control o manipulación de la información, control sobre la vida personal, abuso emocional, adoctrinamiento en una creencia absoluta y maniquea e imposición de una autoridad única y extraordinaria) y su contribución en la transformación identitaria. Asimismo, el caso se alinea con la teoría del liderazgo de identidad (Haslam et al., 2011, citado por Canto y Vallejo-Martín, 2020): Candela redefinió activamente la identidad del grupo, estableció límites con el exogrupo y justificó acciones normalmente rechazadas.

Adicionalmente, se observaron repercusiones tras la salida documentadas por diversos autores (Saldaña et al., 2017; Cuevas, 2013; Singer y Lalich, 1997).

Sin embargo, Alicia introduce matices no contemplados en la literatura sobre recuperación post-secta. El hallazgo central es su rechazo al término “sanación” y su formulación en términos de “duelo”. Mientras algunos autores como Hassan (1990) y Singer y Lalich (1997) emplean lenguaje de “recuperación”, con estimaciones de 6-24 meses, Alicia plantea que la experiencia no “se cura” sino que “aprendes a vivir con eso”. Más de 10 años después de su salida, evidencia cómo este proceso no es lineal.

A su vez, Alicia identifica como recurso pertinente el visualizar documentales de sectas, elemento escasamente documentado en la literatura. Aunque no es recomendado en todos los casos, ya

que puede llevar a revictimizar, en otros permite validar la experiencia vivida y comprender cómo opera la figura del líder y la manipulación coercitiva en los grupos sectarios. Finalmente, el relato de Alicia subraya que la manipulación coercitiva opera en perfiles diversos, describe: “nos dió a cada uno, nos buscó en el sitio, nos alimentó la parte, nos tocó”.

Esta perspectiva cuestiona conceptualizaciones que asocian la captación sectaria con factores o vulnerabilidades personales.

4.2 Implicaciones y limitaciones

Los hallazgos de este trabajo tienen implicación relevante para la intervención con ex-miembros de grupos de alto control en el ámbito terapéutico. Los profesionales deberían evitar el uso de lenguaje que aluda a la recuperación completa, donde no se reconoce el carácter permanente del proceso. Asimismo, se podría considerar el visionado de documentales sobre grupos coercitivos como recurso terapéutico tras evaluar que sea útil para el paciente (debe contemplarse caso por caso y no generalizarse este recurso). Por último, la dependencia emocional generada en los grupos debería considerarse al diseñar la frecuencia de las intervenciones.

El estudio presenta limitaciones importantes. Al tratarse de un caso único los hallazgos no son generalizables a otros miembros. El carácter retrospectivo del relato puede implicar posibles sesgos de memoria debido a la distancia temporal con el suceso. De forma análoga, al entrevistarla una década después de su salida, el estudio captura el proceso de reconstrucción a largo plazo, pero no la crisis inmediata post-salida. Por último, el análisis se basa exclusivamente en la perspectiva e historia de Alicia, sin contrastación con otros miembros del grupo.

Conclusión

Este trabajo cumplió con los objetivos planteados al inicio del mismo, logrando identificar los mecanismos de transformación identitaria, haciendo uso de la taxonomía de Rodríguez-Carballera et al. (2015) y otras conceptualizaciones teóricas pertinentes, se analizó la salida como crisis identitaria y se exploró el proceso de reconstrucción a largo plazo, detectando complejidades nuevas.

La contribución principal radica en remarcar que la reconstrucción identitaria post-grupo no siempre sigue narrativas de “sanación”, ni un proceso lineal, sino que puede conceptualizarse como un duelo, que requiere integración, no extinción.

Es necesario ampliar los estudios sobre la recuperación incluyendo testimonios a largo plazo y reconocer que ciertas transformaciones identitarias no “se curan”, sino que se integran en la biografía de la persona de forma constante.

ANEXO 1

Seudónimo: Alicia

Duración: Aproximadamente 2 horas

Entrevistadora: E

Participante: A

E: Yo enfoqué más que nada en tu identidad y tu autopercepción, cómo te percibías vos antes durante y después de este grupo, pero cualquier cosa que vos me quieras agregar, de hecho al final te voy a preguntar o lo puedes agregar cuando quiera

A: Es que ahí me haces una división muy clara, antes, durante y después. Sí. como persona... Voy a utilizar términos psicológicos porque ahora tengo una perspectiva que antes no tenía. Pero, por ejemplo, yo era una persona extremadamente vulnerable en el momento que yo antes de entrar allí. Yo ya llevaba una carga brutal. Y entonces yo estaba tan mal, tan mal que estuve durante los dos o tres primeros años tan bien tan bien. Luego cuando hay una bajada ya empieza la manipulación muy bestia, poder ejercer en el grupo, en mí, en mis hijos y mi pareja, en mi círculo, se empieza a agrandar todo. Y empiezo a estar también muy mal, pero es otro tipo de malestar con respecto a lo mal que estaba antes.

Entonces, las secuelas no han salido hasta ocho años después. Cuando yo la veo en la tele, cuando por fin puedo hablar con alguien de esto, porque no he hablado desde que salgo hasta que yo la veo en la tele, yo no hablo y de repente este último año o dos años he estado mucho peor que antes, que durante, entonces sí que hay quizá una progresión, pero también hay una parte de mí que dice esta etapa de mi vida me machacó, pero yo ya venía muy machacada, y entonces es como que se ha hecho una bola gigante. Como yo, por ejemplo, llevé al grupo a personas que no eran tan vulnerables, ni estaban tocadas, ni tenían problemas para trabajar se fueron por curiosidad, porque yo les dije “los grupos son chulísimos”, tal y cual. Esas personas sí pueden ser más... Yo estaba así (traza una línea de abajo a arriba con las manos) y cuando salí de allí estaba (desciende la línea de arriba a abajo con gran velocidad). Por ejemplo, uno del grupo entró muy bien y ha estado muy mal, pero estuvo muy mal nada más salir. Varios años después no está como yo, está mejor y yo ahora que han pasado casi 10 años ya, los dos últimos años estoy fatal. Entonces es como que no sé si soy...

E: Claro, es que no es tan temporal la línea, lo marcó así porque es como la literatura lo marca, pero...

A: (Me interrumpe) Claro, el ludo se inicia ya en mi infancia que es algo que ella recoge, esta terapeuta me recoge y luego utiliza. Yo tengo problemas en mi sexualidad tanto en la infancia como la pre y en la adolescencia. Tengo malos tratos por mi pareja con 21 años de mi marido, con el que me caso para escapar de mi padre, acabo con malos tratos con policía, me separo con un bebé, o sea, ya llevo una bola que se va haciendo grande y cuando yo pido ayuda yo estoy a un límite de suicidio. Llegó allí diciendo "oye, me quiero morir, tengo un niño de un año, tengo otro niño de nueve años y estoy haciendo cosas que a veces siento que se me vaya más de las manos, cualquier día...". Entonces como que el inicio es eso.

E: Claro.

A: No el inicio de que entre en la secta o en este grupo. El inicio es que yo ya voy con un montón de datos que ella utiliza luego, pero claro, yo luego veo que hay gente que no tiene esa bola como yo llego y también la supo manipular, que eso con el tiempo me he dado cuenta de, joder, nos dió a cada uno, nos buscó en el sitio, nos alimentó la parte, nos tocó, ¿sabes?

E: Y suele ser así, por lo que estoy leyendo, suele ser exactamente así.

A: Y que es muy heavy tía

E: Me imagino. Entonces, bueno, más o menos me estuviste contando, cómo entraste, cómo eras antes de entrar al grupo.

A: Sí, ahora que está en boga lo del narcisismo, pues salgo de una familia narcisista, vengo de ahí. Y primero mi maltratador no era un narcisista, pero su gestión emocional y el maltrato que sufrió en la infancia, pues el pobre hombre no supo hacerlo mejor. Y a pesar del maltrato, porque con mi segunda pareja, el padre de mis hijos no hubo maltrato físico, pero luego hubo abusos sexuales durante años y tal. Y en cambio, con Leandro, mi primer marido, lo he entendido, he llegado a entender que hay una correlación de lo que él vivió a como él no supo..., como que lo entiendo. Con él estuve dos años y medio, muy poco tiempo, me casé, me quedé embarazada, tuve a mi hijo y me separé. Fue muy rápido todo. Y en cambio con mi segunda pareja con el que estuve en la secta, hemos estado 27 años juntos. Nunca me casé.

E: Si

A: Yo cuando tengo a mi segundo hijo, que es hijo de éste, de esta segunda pareja, tuve un hijo con un padre, con el primer marido, y luego con mi segunda pareja, con Roberto, tuve a mi segundo hijo, y ya me obligó a abortar dos veces que me quedé embarazada antes de Camilo, porque no quería tener hijos. Yo me planté en el tercer embarazo y dije..., y claro, me hizo un embarazo insostenible. En los dos primeros días después de haber parido, no me dirigía la palabra. Vacilaba de su retoño con la familia, pero a mí no me dirigía la palabra, me despreciaba. Entonces, claro, al año de que nació Camilo, yo ya no podía más. O sea, abuso sexuales, nunca me pegó, pero fue pues eso, gaslighting. O sea, no te imaginas, era diario varias veces al día. "Tú no has dicho", "dijiste", "no dijiste", o sea, me volvía loca.

E: Me imagino.

A: Pues cuando yo llego a conocer a esta mujer, yo estoy...

E: Desbordada.

A: Completamente. O sea, me podía haber vendido lo que quisiera. Entonces yo ahí siento como que "joder, es que era la víctima perfecta", pero es que luego con los años y poniendo en perspectiva otras personas que entraron no eran, ni nada vulnerables, y consiguió llevarlos al mismo sitio. ¿Me explico?

E: Entiendo perfecto.

A: La manipulación

E: ¿Y te acordás en ese momento cómo te veías a vos misma? ¿Cuál era tu percepción sobre vos?

A: Pues era una mujer que recordaba ser libre, escapé de mi casa con 19 años. Volví cuando me casé, encontré pareja y tal, pero en cuanto me separé de Leandro y me quedé otra vez con mi bebé. Yo tenía 22 años, escapé de mi casa. Yo me llevé a mi hijo, yo no quería a mi padre estuviera en nuestro entorno y tiré para adelante sola, con un niño, en los 90, no sé, como que yo me recordaba como... y después estaba con Roberto, sumisa, envejecidísima, sin ningún tipo de planes, ni amigos, cero amigos, aislada. Viviendo yo en una ciudad de España, mi familia, aunque fuera una familia narcisista, era mi familia, pero estaba en otra ciudad de España. Se había potenciado lo locos que están y entonces eran... no, no todavía tenían argumentos para alejarme de ellos porque realmente son unas personas para no tratar, Entonces, la percepción que yo tenía cuando yo empiezo la terapia es, quiero recuperar, porque no sé, ahora mismo soy la señora de este hombre, una mujer que se deja violar todas las noches, que no habla por no tal, que ve y mira a otro lado para que no se dé cuenta que se ha dado cuenta de las cosas

porque si no, ¿sabes? es como... Entonces esta mujer lo que hizo fue hacerme creer que yo era especial, que tenía una capacidad intuitiva maravillosa y hubo un boicot inicial a los pocos meses de estar allí. Porque había ya un grupo formado de unas 10 o 12 personas antes que yo, que ya habían entrado antes que yo y todos eran licenciados, todos tenían carreras, todos. Y yo era una mujer sin estudios, sin apenas recursos, porque yo le robaba el dinero a Roberto para ir a terapia. Y a Candela le parecía estupendo. O sea, "mientras me pagues", o sea, el miedo que pasaba robando... ¿Qué hizo ella? Convencerme para que se lo contara Roberto. Pero me hizo manipularle para que... (imitando a Candela) "tú trale para que él vea que esto es serio, que te vamos a ayudar, que él va a salir ganando si tú estás mejor". ¿Qué hizo? le enganchó a él y empezó terapia con él, pues a las dos semanas. Y yo estuve quizá un año más que él. Yo he estado 15 años, pues he estado 14 años de terapia con ella.

E: Okay, y para conocer exactamente cómo era, ¿te atrajo primero como terapeuta? ¿Después te introdujo... por lo que me estás diciendo, a un grupo? ¿o entendí mal?

A: A ver, linealmente, o como dijo mi terapeuta "es muy cinematográfica". Un herbolario, voy a una charla, que no recuerdo ni de qué era, de alimentación o algo así, pero te estoy hablando de principio de los 90. Cuando yo salgo de la charla hay un folleto que pone, terapia, sanación, no lo olvidaré en la vida, sanación de relaciones parentales. Y dije, esto es lo que yo necesito que me ayude a sanar con mi padre, a sanar con mi familia Y entonces yo llamo. Yo la llamo, tarda el móvil, suena, suena, suena, ya voy a colgar y de repente lo coge como con una voz de (cambia su voz imitando un tono lento y algo soberbio). "Sí, dígame, algo me dice que esto es por algo". Digo "hola, sí, mira, me llamo Carmen", tal que en aquel momento utilizaba el nombre que me pusieron mis padres Alicia Carmen. Ahora utilizo Alicia. Llevo varios años llamándome Alicia. Pero en aquel momento... "Pues soy Carmen, he visto tu folleto, tal y cual y quiero apuntarme", (dice la respuesta de Candela) "y mira, es que no te puedes apuntar porque esto es algo muy catártico, es muy profundo. Yo tengo que conocerte. Ya sabía yo que tenía que coger la llamada porque estoy paseando por un lugar natural, estoy en meditación y cuando he visto la luz del móvil, he dicho, no, no, no lo cojo, pero he sentido que lo tenía que. y claro, eras tú y tienes que venir a terapia porque así nos conoceremos porque te voy a ayudar a sanar lo de tus padres", y me pilla por la terapia. Mi interés era lo del grupo, y ella me dice que hasta que no haga un año de terapia por lo menos yo no puedo ir a ese grupo de sanación. A los tres meses estaba metida en el grupo y yo fui una de las, fue el primer grupo que luego lo llamábamos el retiro intensivo, porque había un retiro cada año . Era un residencial de cinco días donde te metían en todo el trauma infantil de los padres primero, de revisar la infancia de tus padres, la de sus propios padres, herencias, rollo, lo que ahora llaman constelaciones familiares. Un poco eso, pero no era eso todavía. Porque eso se ha ido transformando con los últimos 20 años, ¿no? Pero era un poco esa idea, ¿no? hacíamos algo de teatro en plan eneagrama, es una filosofía en la que hay nueve caracteres y tú identificas con uno, como el más sobresaliente, pero tú tienes un poco de rabia, un poquito de vanidad, tienes un poquito de miedo,

entonces, te hace cómo moverte por esos personajes, un poco teatralmente, empieza a ser divertido, haces algo de danza, te relaja, te confías, tal y cual . Y cuando te quieres dar cuenta, estás escribiendo cartas de odio a tus padres, te está haciendo visualizaciones viendo a tu madre siendo niña perdonándola, ella niña, viendo a tu padre en tu entierro, tú has muerto y tu padre llora tu muerte, o sea, te mete en una..., yo ya llevaba tres meses de terapia y me mete en una situación, bueno, me acuerdo de una goma gigante, así como de un metro y pico, goma de caucho y nos llevó caminando por un monte, éramos doce, por un monte una hora y media, dos horas en pleno verano con la manga esa, y cuando llegamos ya agotados y bueno, “venga, ahora a insultar a vuestros padres contra el suelo dando con la goma”, ¿no?, bueno, la gente gritando, la gente vomitando. O sea. claro, como aquello te revuelve tanto, no sé termina la terapia ahí. “Ahora que hemos abierto tantas cosas, tenemos que hacer terapia hasta que quitemos todo lo que hemos visto”, pues claro, 15 años después seguimos quitando capas. ¿sabes?. Pero hizo muy buena cohesión. Éramos 12 personas y el apóstol. ¿Sabes? Y entonces ahí metía filosofías antiguas, todo tenía un sentido, no era tan esotérico como otras sectas, quizá, pero sí había mucha filosofía, mucha psicología, luego te mete a Wilhelm Reich, te mete a Lowell, a Pablo Picasso, empieza con con el Castaneda, y cuando te quieres dar cuenta, estás haciendo budismo, sufismo, taoísmo, o sea..., pero de taoísmo fueron ocho años, chamanismo fueron como seis, Sufismo fueron menos, fueron tres años. Trajo maestros de Canadá , de disciplinas. Y claro, había una parte de nosotros que nos sentíamos privilegiados, no sé cómo llamarlo, “esto es una pasada”, “Todo tiene sentido, ahora lo entiendo todo”. O sea, libros, filosofía, sobre sexualidad, luego ya empezó años después sexualidad sagrada, energía sexual y ya empezó a darle vueltas y mucha relevancia a qué traemos de los demás de la calle, su energía sexual. Ya no te puedes relacionar con nadie porque todo el mundo tiene su energía sexual sin trabajar, nunca se la han mirado. Entonces, claro, es una pena la energía sexual de los demás, ya no te puedes acercar a nadie por si se lo llevas a ella, lo traes, te lo pega la gente y lo llevas en tí.

Entonces es una manera también de que empiezas a alejarte de los demás, a juzgarles, y bueno, es que me pierdo, me preguntas una cosa, y...

E: Está perfecto, me sirve muchísimo todo lo que me contas. Quédate tranquila. Y ¿los encuentros, eran una vez por año? ¿o había otros tipos de encuentros?

A: No, yo cuando empiezo hace 20 años con ella, es terapia individual. Luego como a los tres meses hicimos nuestro primer parentales, como el grupo fue tan chulo y salimos todos tan hermanados, la mayoría no tenemos amigos, entonces de repente estamos en un... yo estoy aislada con mi pareja, me tiene completamente tal y de repente estoy sin él, sin mis hijos, con un grupo de gente que me abraza, me quiere, baila conmigo, llora conmigo, me entiendes ¿sabes? Y entonces ... y yo creo que nosotros le pedíamos a Candela, vamos a hacer más cosas juntos, pero luego he visto que era ella (imitándola) “con

lo bien que os lleváis, tenemos que hacer algo juntos”. Sí, sí, me lo habéis pedido vosotros, ¿eh?”

¿Cómo manipulaba la... Y entonces empezamos a hacer el siguiente fue de prosperidad, luego hicimos otro de sexualidad. Te estoy hablando en el primer año. Con estas 12 personas, y entonces, al final de ese año decide que va a hacer una formación de terapeutas, para terapeutas, con la gente que ya lleva un año, que ya han hecho parentales, ya nos empieza a llamar “los veteranos”, porque ya ha empezado a entrar más gente, algún que otro alumno, algún que otro paciente. Y nos empieza a colocar en ese papel de privilegio con respecto a los demás. Y entonces, (la imita) “tengo que formaros como terapeutas, tengo que formaros”. Y en ese boicot que hubo que te comentaba, los otros alumnos vieron que vale, que como compañera en los grupos así, pero formarme como terapeuta yo que no tenía ninguna carrera, que no tenía cultura hasta el punto de los demás. Candela les dijo que no iba a haber formación, que la anulaba y que solo me iba a formar a mí, que yo era la única que me lo merecía por humildad, porque no tenía intereses ni académicos ni curriculares, era una cosa de “quiero que me ayuden”, “quiero ayudar”, “quiero explicarle a mi pareja que no tiene que violarme”, entonces es como que a mí me sirve a mí. Y entonces, (imitando) “Carmen va a poder acceder a un público que vosotros con vuestros egos narcisistas egocéntricos no vais a ir”. Y claro que lo argumenta tan de puta madre que a mí me hizo “fua” (muestra gestos como engrandeciéndola) los demás se hicieron “fua” (gestos como achicando al resto), y claro, pero no querían perderla entonces todos sumisos menos yo.

E: ¿Y cómo cambió eso en la dinámica entre usted y los demás?

A: No llego a cambiar nunca. Sí que hubo valles y montes, ¿sabes? Fueron 15 años de relación. Yo, por ejemplo, estuve en los dos partos de Josefina, que es una de las componentes del grupo y yo creo que ahora mismo no me gustaría ni encontrarme ni con Candela ni con Josefina. Porque lo del victimario famoso, no sé cómo explicarlo. El victimario es un hacha. Yo fui victimario también, pero yo fui el palo, no sé, y ella era el hacha. Josefina se convirtió en la que..., (imitando a Josefina) “Si te puedo hacer daño”, yo era como... Si Candela decía que golpeara, yo golpeaba. Todos hemos ido a lo largo de los años, nos convertimos en victimarios con nuestros maridos, parejas, alumnos, o sea, pero había personas realmente narcisistas o psicopáticas, gravemente psicopatas, que les venía de maravilla.

E: ¿Y en qué consistía cuando decís esto de “atacar”? ¿En qué consistía, que se les pedía?

A: Todo tipo de dinámica, una de las que empezó siendo más impactante, que fue como... Sí, en el inicio fue la respiración holotrópica. Nos ponía, pues que éramos 20, pues 10 a respirar y otros 10 a supervisar la respiración del compañero, ¿no? Por la mañana. Entonces, ¿qué pasaba? por la mañana un grupo de 10 personas sacaba llorando, gritando, con erecciones, vomitando, o sea, allí pasaba de todo. Los que estábamos de supervisores o de asistentes, te comías aquello con una Candela mirando, o sea, controlando, (imita a Candela, con tono elevado y apurado) “Haz, no hagas”, “no estás interviniendo”,

“Métele más”, “Dile algo”, “No la cojas”, “Estás interriendo”, entonces estabas tú tal, y luego por la tarde cambiaba el grupo y te tocaba respirar a tí. Con los que estaban atendiéndote que estaban hechos una mierda porque habían respirado por la mañana. Esto ya empezó a ser, pues a lo mejor una vez al mes. Luego empezó a ver ruedas en las que éramos expuestos. Uno se ponía en medio y todos decían verdades. Según el plan que te propusiera a tí. “Pues vamos a hablar de tus cualidades”, pero no sé por qué siempre derivaban en defecto. “No puedes tener esa cualidad porque tienes esto, esto.” Y entonces, claro, una cosa es que tengas la voz de la terapeuta. Pero cuando tienes la voz de 20 o 30 personas. (Imitando a personas enojadas) “No, no, porque aquel día dijiste esto... porque no sé qué”, y tú ahí en medio, aguantando, aguantando. ¿Sabes?. El nivel de participación de cada uno de nosotros era muy diferente, mucha gente.

Mucha gente ha salido de la escuela. Y lo primero primerísimo que han hecho ha sido pedirme disculpas, primero por teléfono, tal como cojo, el teléfono lo primero que me dicen es que me piden perdón. Porque yo en la última etapa me rompió tanto, tanto, tanto que yo acabé en la sumisión absoluta. Absoluta. Y yo ahí ya acabé limpiando en la escuela, limpiando en su casa, planchando, o sea, yo acabé siendo su empleada de hogar. Y y su puchimbol, ¿sabes?, pues en su casa me gritaba porque “me gustaba su marido”. (Imitandola) “Es que se estás moviendo energía sexual”, o sea, un tío además que es feo, pero la tía estaba muy... Entonces yo lloraba, (imita a sí misma llorando) “Que no es verdad” y te convencía para hacerte creer que , (imitando a Candela) que yo es que no me daba cuenta de mis pensamientos, pero estaba. Y yo llegaba un momento y decía, (imitandose a sí misma) “Pues será que yo no me doy cuenta y ella lo ve, yo no lo veo”. ¿Sabes? Pero eso al final, pero eso con todos delante de todos, con tus hijos delante desde que tienen dos años. Luciano entró con 11, mi hijo mayor, Luciano es artista, es un tío hiper creativo, una habilidad artística alucinante. Lo convenció para que hiciera psicología y fuera su sucesor, ¿sabes? Y 15 días antes de meterse en la escuela de bellas artes, lo... no sé qué le habrá dicho, porque ya en ese entonces no podía relacionarme con mis hijos, ¿sabes?. Mi hijo pequeño hizo la carrera que dijo Candela, porque ella quería que en la aldea tuviéramos una guardería. Pues necesitaba profesores. Entonces a Macarena y Camilo, que tenían la misma edad, a las dos desde chiquitinos, desde que tenían tres años, “vosotros vais a ser los maestros de la escuela”, así que hicieron el magisterio los dos. ¿sabes?.

E: Me dijiste la aldea, ¿Puede ser?

A: Sí, la ecoaldea, no pudo ser, fue un proyecto, se pagó, se compraron hectáreas, se hizo un plan de arquitectos, un proyecto, se pidieron permiso, o sea, que eso incluso la fantasía de se compró un terreno, el proyecto inicial como más suculento era montar el primer templo taoísta de Europa allí. Imagínate la aspiración que tenía Candela, ¿no? Porque a ella, que luego nos hemos enterado que no era cierto, la habían nombrado taoísta en China, porque hizo un , no se que curso, en no sé dónde, en la muralla con un maestro y no sé qué y no sé cuánto ... y tenía un nombre chino, y ella durante ocho años hicimos

Chikun con ella todos los miércoles. Para ella, íbamos a vivir juntos alrededor del templo, tal y cual. Lo que pasa que lo del templo se fue a pique porque el maestro se nos murió de cáncer con 43, un hombre que estaba alineando los chakras, y se nos muere. Era como, no funciona lo que nos están enseñando tanto al alinear, y tanto poner el cuerpo recto, y respirar con conciencia. Y entonces lo del templo quedó un poco tal, entonces ya empezó a saber la idea de la ecoaldeia, de montar una escuela, un eco huerto, un ecoterapias, un montar una sala para hacer más grande la zona de terapias y grupos, y que luego ha derivado, por lo que estoy viendo en gente que ha hecho lo mismo y cada vez ha ido montando cosas más grandes, pues está igual. Volviendo a la pregunta que me decías antes, que el primer año pues hicimos terapia individual y algunos grupitos, y cuando esos grupitos se nos quedaban cortos porque a lo mejor nos veíamos, pues como una vez al mes o cada mes y medio, entonces dijo "venga va terapia de grupo todos los miércoles". Entonces, ya era una vez a la semana terapia y una vez a la semana ya teníamos que ir al grupo, ya van dos veces a la semana, luego, cuando nos metió lo del Sufismo, ya los jueves teníamos que ir a hacer Chi Kung y hacer una meditación de oso y luego hablar de un capítulo del Tao, el que tocará esa noche. Entonces ya teníamos mínimo tres días a la semana que estar allí. Como tenía hijos para no solapar mi terapia con la de alguno de mis hijos, tenía que ir el otro día. Entonces yo tenía que ir cuatro días. Yo veía a Candela todos los días. Cuando empezó la formación de terapeutas, que son tres años, es un fin de semana cada mes durante todo el año, ¿vale?, tres años seguidos para conseguirte la licenciatura de terapia Gestalt. Entonces ya cuatro días a la semana, más una vez al mes. Entonces cuando te quieres dar cuenta, solo tienes seis días al mes que son los tres fines de semana que te quedan para estar contigo, en tu casa, o con tu familia, o siempre había algún evento, algún cumpleaños de alguien, (imitando voz de Candela) "Pues quedamos en la escuela y lo celebramos". Y cuando nos quisimos dar cuenta, ya no había ningún día para nadie. Ya no podías decir, "me voy de vacaciones en Navidad a comer con mi familia", por ejemplo. (Imitando a Candela) "No, no, nos vamos a reunir aquí para hacer..." "No, porque luego vas a venir de casa de tus padres con una energía de mierda, intoxicado, y yo hasta que no estés limpio, no te voy a dejar entrar". Entonces no ibas a poder estar allí para no fallarla. Y cada vez más y más, llegó un momento que yo me levantaba e iba a la escuela. Claro. Yo buscaba trabajo, yo como no tengo estudio, pues camarera, limpiadora, vendedora, lo que yo he podido. Entonces, encontraba trabajo de limpiadora, si me daban 11 ella me ofrecía 15. Yo, no le he podía decir que no, porque ella me daba más, no me hizo contrato, me pagaba 15 euros la hora, pero eso me lo pagaba por la mañana, pero luego yo por la tarde le tenía que pagar 90 de la terapia mía o 70 de la terapia de mis hijos. Entonces, ¿entiendes? Pero claro, en mi cabeza era, "joder, es que me pagaba mejor que nadie". ¿Sabes?

Breve interrupción porque recibió un llamado, decidió no atender

E: ¿Y recordás en qué momento, si es que surgió, empezaste a notar cambios en tu forma de pensar o de verte a vos misma?

A: Sí lo recuerdo cuando empecé a cuestionarme lo que estaba viviendo allí. Ahí sí que noté un cambio. Yo estaba entregada, era feliz en la escuela, yo era privilegiada, yo me sentía afortunada, conocí a maestros de todo el mundo. Estaba con una persona que conocía a un montón de gente importante en España, que había estado por todo el mundo, que nos hablaba de su maestro xxxx, como ¿sabes? como... (emite sonido y gestos de admiración). Entonces yo era feliz y yo los primeros años yo me llevé a Roberto, yo llevé a mis hijos, yo quería esto para mis hijos, que bailaran libremente, que pudieran soltar sus emociones, que se conocieran. Entonces sí que noté un cambio, pero era falso. Claro, ahora lo veo y era una falsa felicidad, un falso grupo, una falsa muleta que me hacían.

(Hubo una interrupción)

A: ¿Qué me preguntabas?

E: ¿Si hubo en tu forma de ser, pensar o actuar, un cambio durante el grupo?

A: Claro es que era todo mentira. O sea, no es que notará... es que de cómo yo me puedo recordar sana antes de casarme con Leandro, que es una referencia de una cría de 19 o 20 años, pues desinhibida, joven, tal, quiere recurrir a volver a sentir un poco esa ... y eso no era, no tengo , porque yo me caso enseguida y ya entro en un trauma muy heavy con el maltrato y tal, ¿no? Entonces, claro, como yo tengo una línea en la que yo estaba tan mierda durante tantos años, cuando yo llego con 30 a donde lo de Candela, y empezaba a bailar, cantar, cantar a la comba, a llorar delante de todos sin que la gente me quisiera. Claro, que había un cambio, un cambio en el que yo sentía que era para bien. ¿Sabes? No era... O sea, y cogí valor, porque yo llegué a decirle a mi pareja Roberto” o vienes o aprendes de la vida como estoy aprendiendo yo, o me cojas los niños y me voy”, y esa vez se lo creyó. Y fue cuando entré yo, y a las dos semanas estaba haciendo terapia. Y él no pudo salir de ahí, y esto lo aportó pero no se que harás con ello, yo estoy convencida de que Roberto y Candela mantuvieron relaciones sexuales en terapia. Yo lo he tenido en mi cabeza muchos años, nunca jamás se lo dije a nadie. jamás. Porque era como “¿cómo se me ocurre pensar algo así de Candela, o sea, si es mi santa?” ¿sabes? “¿Cómo puedo ser tan retorcida?”, claro, y cuando lo veo en la tele, que la han pillado, que la acusan de haber estado violando durante 17 años a un componente. “Dios, eso es mentira. O sea, están contando algo muy grave como si lo que vivimos de verdad no fuera grave”. Hay que montar una historia fantasiosa y muy de película, y resulta que era verdad, tía, . yo no lo sabía, estaba delante de esa persona y nunca lo vi, nunca nos dimos cuenta. O sea, a uno nos contaba una cosa, y a mí me separó, por ejemplo, de esa persona, me separó de él diciendo “él es gay”, que a Fernando le gustaba mi marido, y que claro, como yo era su amiga, él tenía como argumentos para estar con Roberto, entonces yo me separé de

Fernando, por lo que había dicho Candela, y a él le dijo (imitando a Candela) “es que Carmen está enamorada de ti, aunque seas gay, lo que te da a ti no se lo da a su marido”.

Entonces nos contó lo que se le dio la gana, y cuando nos quisimos dar cuenta, el grupo de 12 nunca más pudimos ni quedar en la calle, ni en nuestras casas, aquello desapareció, aquella relación, ni con mi pareja.

E: Entonces, por lo que estoy escuchando, a ver si es correcto... Entraste en un momento donde no tenías muchas relaciones entre la familia y los amigos, eran más tu marido y tus hijos.

A: Sí.

E: Y estabas, en un momento muy vulnerable, y cuando entraste al grupo, ella te resaltó delante de los demás, también eso cambió entonces la forma en la que te veías...

A: Hombre, yo pase a verme como una mujer con posibilidades, empecé a crearme que no tener estudio era un privilegio, claro, ¿sabes? empezó a manipularme de manera que yo me.... pero llegó a utilizar ella (imitando a Candela) “Carmen en mi mano derecha” “Es que mira cómo lo hace Carmen”, pero al principio lo utilizaba muchísimo. En los últimos años era (imitando a Candela) “No hagas lo que hace Carmen”, “Mira como está Carmen”, “Mira lo que ha hecho Carmen”, o sea, cambió completamente la dinámica, ¿Sabes? O sea, empezó de una manera y acabó, o sea, acabé absolutamente sumisa, sumisa, anulada.

Por eso, cuando has dicho lo del cambio, para mí el quiebre fuerte te he hablado de este Gonzalo, que es un amigo mío, es gay, se acaba de casar con su pareja, acaba de salir la ley de que se pueden casar, tiene un buen trabajo, yo le hablo de todo esto y me lo llevo para allá. Lo llevo para la escuela. Y Gonzalo sí que había tenido ya un toque con la filosofía sectaria y tal y cual ya había escapado de xxxx (nombre de una secta). Yo no tenía ni idea, en aquel momento nunca había oído de xxxx (nombre de una secta). Entonces él me cuenta un poco, (imitando a Gonzalo) “Pues es algo parecido, pero más esotérico, pero más cristiano”, que él se fue que estuvo 11 años en los xxxx (nombre de una secta), pero que él se fue cuando vio que le empezaban a dominar, y a decir “aquí sí y aquí no”, y con su homosexualidad, y que de repente él salió de xxxx (nombre de una secta). Entra conmigo en este grupo, y dice que esto era otra cosa, que no tiene nada que ver con xxxx (nombre de una secta), esto como que Gonzalo decía “esto es real, esto sí que me sirve, esto tiene sentido psicología, es coherente”, estaba todo tan argumentado. Claro, la tía es escritora Entonces, cuando él, que ya venía con antecedentes, ni se enteró. El que se enteró es Javi, que es su marido, empieza a notar algo, ya llevaba a Gonzalo, seis o siete años. Y Javier se da cuenta y le dice a Gonzalo que quiere ir a terapia también, y entonces empieza a ir a terapia a Javier con Candela, y empieza a confrontarla, (imitando a Javier) “Esto no es así, esto no sé qué”, Javier fue el que la Y cuando nos queremos dar cuenta, hecha, yo estaba delante, soy la única

que lo vi porque fue en el pasillo de la escuela y estábamos yo, Gonzalo, Javier y Candela, y le hecho, por una conversación con Javi, con su marido, estábamos los cuatro y pues, (imitando a Candela con un tono furioso) “No vuelvas a venir si seguís pensando, porque si Javier piensa así, tú no puedes seguir en la escuela”, y como que le echa. Luego en la escuela delante de mí contó que él se había ido, que no le había echado ella. Entonces ahí ¿sabes? Fue como la primera.. Entonces recuperé lo de xxxx (nombre de una secta). A mí me negó por completo volver a hablar con Gonzalo, yo me he tirado 16 años sin hablar con Gonzalo, he recuperado mi relación con él hace un año. Él era amigo mío, no de la escuela, mío mío.

E: Sí, personal.

A: Personal. Yo empiezo a hilar un poco con xxxx (nombre de una secta) secta, ¿que es una puta secta?. Es que yo no sabía. ¿Qué pasa? Acabas de empezar internet, yo no sé cómo controlar el internet para nada, acaba de llegar el ordenador a casa y yo a escondidas de mi marido busco “secta”, pero no sé borrar el historial. ¿Qué pasó? En cuanto él entró en el ordenador, vio mi historial de búsquedas y vio “sectas, no sé qué sectas, no sé cuánto”. El miércoles cuando tuvimos terapia de grupo, tal como llegamos lo soltó, que yo estaba mirando sectas, porque nos habíamos convertido todos hijos, padres, hermanas, todos policías de todos, si te pillan en una falla a ti y lo puedes acusar, no te van a acusar a ti, que este miércoles le griten a este, porque mientras a le griten a este no me gritan a mí. Pero Roberto era un hombre.... (piensa) Bueno, pues eso. Y entonces él llegó y lo soltó, hubo una una rueda en la que pusieron en medio, ahí me dijeron de todo, de todo.

E: Me imagino.

A: Tuve que pedir perdón, (imitando lo que le dijeron) “cómo le estás haciendo a tus hijos, con lo yo hice por ti” y todo el mundo gritándome. Y de repente, durante varios años, lo de la sectas se fue. No volví a. a pensar en ello, me volví la más obediente, la más puntual, la que hacía mejores apuntes, biografías, búsquedas, si pedía que leyéramos la primera que lo leía, no voy a cometer el más mínimo fallo ni con Roberto, ni con Candela, o sea, “no puedo más, no puedo más, tengo que ser perfecta”. Y ahí fui bajando, bajando, bajando, hasta hasta el último día, cuando ella (Candela) me echó delante de todos y yo le cogí la palabra y dije “menos mal”, y me fui. Mandó a una persona a salir detrás de mí porque yo salí corriendo como en una peli corriendo. Llegué donde se acababa la acera y veo por detrás a Macarena que salía corriendo detrás de mí que le había dicho Candela, (imitando a Macarena) “Me ha dicho Candela que te lleve para adentro, que no te vayas, no me hagas esto a mí, yo tengo que volver contigo, si yo no vuelvo contigo me voy a llevar la bronca yo”, me decía Macarena, y yo me acuerdo que cuando me cogió del brazo antes de cruzar, venían los coches y dije “o me sueltas o ahora mismo acabamos las dos debajo de los un coche” o sea, la amenacé con matarla a ella y a mí en ese momento.

Yo estaba gritando en la calle en plena ciudad. La gente mirándonos, delante de un parque y yo tal como me soltó el brazo, crucé la calle y son 3 km, y yo corriendo, o sea, hasta que cogí un tren, llegué a mi casa, cogí un auto, fue como “he escapado, he escapado” mis hijos dentro, mi marido dentro, no podía volver a mi casa, no podía volver a mi trabajo, pero era como “lo conseguí, he escapando”. Luego fue mal, no, fue un año muy todo, porque empezaron mis hijos a acosarme, me mandaron a gente a casa a buscarme, me encontraron, no di mi dirección y me encontraron, porque Roberto se paseó hasta que encontró mi coche aparcado, le preguntaron a vecino dónde vivía la chica nueva. Y yo me volví loca, y yo ya decía, “es que ya no sé dónde esconderme”, o sea “o me muero”, lo de los intentos los tengo hace tiempo, yo intenté suicidarme, por suerte no lo conseguí afortunadamente, a los 16. Me rompí los dos brazos, uno de ellos no me quedó bien, el otro sí, pero es un estigma que está ahí visible toda la vida. Y claro, cuando yo llego a pedirle a Candela la ayuda, el primer encuentro con ella es “me quiero suicidar, tengo un trauma con mi infancia, no sé exactamente como tal, pero me quiero morir y tengo un niño de un año”, y eso la ha utilizado muchos años, me ha llegado a decir (imitando a Candela en tono enojada) “La gente que se quiere suicidar no lo dice”, imagínate qué frase, o “mujeres que son maltratadas son las que han provocado al marido”. O sea, pero eso me lo ha llegado a decir y yo era “claro, la culpa es mía”.

E: Claro, en ese contexto le creías cualquier cosa (me interrumpe)

A: Claro, es que ella te da un sentido, por ejemplo, (diciendo lo que le decía Candela) mi padre es una persona con sus características, según ella, yo he integrado a ese hombre dentro de mí, la imagen primaria que yo tengo de un hombre dentro de mí es la imagen de un hombre tóxico, enfermo, con todas las calificaciones que quieran, yo atraigo a mi vida a hombres iguales, que la que tiene que cambiar por dentro es su visión del hombre, y lo que pasa, yo atraigo a un Leandro, yo atraigo a un Roberto, porque es el padre que yo estoy atrayendo, porque no lo tengo sanado. Entonces, toda la puta vida trabajando la infancia, ¿cuántos años tengo que trabajar? ¿Cuántos parentales tengo que hacer? ¿Cuántas capas tengo que quitar?, pero lo veo ahora, yo el primer año (que salió de la secta) yo me sentía “no he dado la talla, no he podido más, he fallado a mis hijos, he fallado mi pareja, he perdido mi casa, he perdido mi trabajo, lo he perdido todo”, es que más argumento para suicidarme no tenía más ya. Ese año sí que fue muy difícil, donde más asustaba he estado. Porque eran todos los días, luego estos dos últimos años también he tenido momentos, pero han sido momentos. Una la mañana, una tarde, una noche, pero en aquella época eran me levantaba por la mañana y era un día detrás de otro, un día detrás de otro. Para mí creo que fue la etapa más difícil.

E: Y en ese momento, una vez que vos tomas la decisión de irte, ¿cómo reacciona el grupo? ¿Hay alguien que se acercó o directamente o... ?(me interrumpe)

A: No, no se acercó nadie. Igual que la gente que pudo salir antes que yo, nunca más pude relacionarme con Gonzalo y él se fue antes que yo. A ver, no, no. O sea, (imitando el diálogo del grupo) “él se ha ido, él está tóxico, él no valora el aprendizaje, él nos estaba engañando, él se lleva esto que es un pastel y se lo tira por ahí a los cerdos, se carga de nosotros y luego se va por ahí a follarse a tíos porque es gay”, y todo el argumento, en mi caso eran cartas, te vendría de puta madre que te mandara las cartas, porque es que..

E: ¿Te mandaban cartas los miembros?

A: Josefina, esta tal Josefina utilizando el parto de sus hijas (diciendo lo que le decían) “Lo que lo que les estás haciendo a tus hijos”. Todo está escrito, es que está por escrito, es que no lo tengo ni que recordar, ni que rememorar, que van a ir al juicio esas cartas. Porque claro, te acosaban, o sea, si no esto no es acoso... o que se presentarán en la puta puerta de mi casa (imitando un tono de grito) “Lo que le estás haciendo a Candela”, en la puerta de mi casa, y yo estaba escondida, y mis hijos, llamándome, Luciano y Camilo, el primer año tenían prohibido relacionarse conmigo, (imitando lo que dijo Candela) “O traes a Carmen de vuelta o si no nunca más vais a poder verla”, “porque mira lo que ha hecho con toda lo que le hemos dado”. Entonces, la llamada sobre todo de Luciano, que es psicólogo, lo hizo estudiar psicología, (decía Luciano) “Lo que me estás haciendo a Candela, esto es insostenible, esto es intolerable”, eran gritos y gritos por teléfono, mensajes grabados, tal y cual. Y Camilo, que en aquel momento tenía 16, que yo me he enterado ahora estos dos últimos años. El venía a verme Y me decía que (Candela) lo sabían y que lo dejaban y luego llegaba allí y no decía que me había visto. Entonces él tenía como una esquizofrenia, muy manejable en el que podía estar en un personaje cómodamente y en otro personaje cómodamente. Pero es que luego me ha contado que tenía otro personaje que era el del instituto. O sea, que Camilo con 16 años manejaba diferentes personajes y mentía, pero con una naturalidad que ni Candela se daba cuenta. O sea, ese es mi hijo. ¿sabes?. Entonces, que viniera escondidas a ver a su madre, ¿sabes?, porque no lo dejaban estar ahí, y Roberto, por ejemplo, se fueron un año y pico después (de la secta), los cuatro, Roberto, mis dos hijos y la pareja de Luciano, Sabrina, que también llevaba allí 15 años. Se fueron los cuatro, porque según palabras de Luciano, se volvió tan insostenible que yo no volviera, y el ataque contra ellos, porque teníamos un vínculo materno filial. Y que esa comunicación mística estaba... y que si yo no estaba les afectaba a ellos. Y claro, les exigía, les gritaba, los manipulaba, les hizo de todo. Y que ya hubo un consenso entre los cuatro y que decidieron que ya se acababa.

E: Entonces eso es lo que desencadenó la salida de ellos, ¿y la tu salida fue entre más bien que ya tenías algunas dudas y que ella te terminó de echar? ¿o entendí mal?

A: Yo en aquel momento no tenía dudas, solamente quería escapar de allí. Yo no tomé la decisión de irme, yo esa mañana fui a supervisión de terapeutas, empezaba a las 8:30 y media y nos dijo que estábamos hasta las 12, éramos los 10 o 12 terapeutas veteranos, por decir, porque a las 12:30 venía el grupo del sábado a pasar todo el sábado a hacer respiración holotrópica con alumnos, y nosotros éramos el apoyo de Candela. Yo estaba en supervisión, fue tan brutal el ataque de Candela (Imitando gritos de Candela) “Tú no hay te aguante, no vas a poder ser terapeuta, es que das vergüenza, siempre dando pena, es que mira qué cara qué, qué energía”, con tal bronca, a las 12:30 estábamos en la sala todavía afuera del pasillo y había llegado todo el mundo, ya estaba todo el mundo esperando para entrar. Y nosotros teníamos técnicamente media hora desde las 12 a las 12:30 que entraba, para salir, y entonces cuando salimos, yo me fui directamente a la entrada y me fui a cogí el bolso para cogerme un cigarro, estaba llorando, (pensaba) “voy a fume un cigarro fuera, no puedo más”. Pero Candela estaba detrás de mí con una furia, (imitando gritos de Candela) “¿Dónde vas?” “¿Ves lo que haces para ridiculizarme?”, “¿Como salgas por la puerta, no vuelvas a entrar”. Y estaba con el bolso sacando el tabaco, cogí el bolso y subí las escaleras dando tres saltos, y es que tal como cerré la puerta al segundo salía Macarena detrás de mí, y pasó lo que pasó, yo no decidí que me iba a ir, fue una reacción de ese momento y fue como,” me he ido, me he ido, me he ido sin marido, sin hijos, sin casa”, yo no me fui con decisión de que me iba a ir de una secta, yo en aquel momento no era consciente de que estaba en una. Porque mis hijos, o sea, Candela nos condicionó para ni pensar mal de ella. O sea, yo entraba por el pasillo, por la entrada de la escuela, ella salía del despacho y dice, (imitando gritos de Candela) “¿Qué traes?” “¿Qué me traes?” “¡Mira cómo vienes!” “Y mira como...”, y yo (imitando lo que decía ella) “que te he hecho hoy que si no he salido de casa, no he hecho nada”, (imitando respuesta de Candela) “Es tu pensamiento, porque seguro que has estado pensando mal de mí, el otro día reventó una vela en mi casa y estaba pensando en ti. Sé que estás pensando mal de mí”. Y era como, sí, (imitando a Candela) “Es que no te das cuenta, eres tan inconsciente que no te das ni cuenta de que piensas mal”. Llegaba un momento en el que decías (recordando su pensamiento), no será que estoy pensando mal porque ella lo nota y yo no me entero.

La manipulación era...

E: Enorme.

A: Hasta ese día. O sea, yo no me fui de allí pensando me voy de la secta. Mis hijos y Roberto tampoco. O sea, ellos toman la decisión de irse, pero no se fueron de una secta. Se fueron más atenuadas, con la sensación de “no damos la talla” “no somos capaces de dar la talla”. Entonces, yo salgo de la secta, pasa un año y pico salen mis hijos de la secta y yo no puedo hablar con ellos hasta ocho años después de lo que vivimos allí. Y ha sido cuando vi a Candela en la tele. Me llama Camilo, y me dice “mamá, está en la tele, Candela, la policía, no sé”, salió en todas las cadenas, de varios días. Y de repente aparece alguien (Luciano) por esa puerta llorando, temblando (imitando llanto de Luciano) “¡Mamá, mamá, mira lo que me

está pasando a Candela!, ¿Por qué no?”, pero llorando, pero con un ataque, por lo que le estaba pasando a Candela. Y ahí salté por primera vez en mi vida, estaba llorando Luciano y yo me puse a gritarle “¡ Ni una puta lágrima por esta tía, no te diste cuenta te das cuenta de lo que nos hizo, lo que nos ha hecho a todos! Bendito sea lo que está pasando”. O sea, eran gritos, y él llorando por una cosa, y yo la estaba gritando, y ya no sabía si lloraba porque yo la gritaba, o sea, catártico, tío. Él ya llevaba seis años fuera. Esa pregunta de cuando tú decides salir de la secta...

E: Claro, no fue una decisión.

A: Ni por parte mía, que me fui, así de pronto, ni ellos que se fueron.

Yo me he puesto en contacto solamente con una persona que ha estado en una secta, que me la derivó mi pobre psicólogo de la Seguridad Social. El pobre hombre, cuando fui a pedirle ayuda me dijo “no tengo ni idea de ese tema, ¿manipulación coercitiva?.Tengo un paciente que estuvo en xxxx (secta religiosa), le voy a decir que ya lleva varios años fuera, pues si quiere hablar contigo a lo mejor te viene bien”. Y quedé con él, se llama Antonio, estaba seguía ahí, seguía la secta, tía, seguía.

Yo con lo poco que pude confrontarle, porque no me puse ni a discutir, ni a darle consejos, ni filosofía, pero con lo poco que pude, intenté decirle sigues allí.

(Imitando lo que le dijo Antonio) “No celebres tu cumpleaños, la energía mental afecta las cosas, porque la física cuántica...”, o sea, sales de xxxx (secta religiosa) y te pones a lo que yo estoy escapando, o sea, tu filosofía ahora es de la que yo he tapado, intento explicarte que eso también es una manera de manipularte y llevarte, ¿Y tú me vas a ayudar a mí porque llevan varios años fuera de una secta?

E: Claro, ¿Y qué sentís qué fue lo que más te ayudó en este momento?

A: Mi terapeuta , sinceramente. Tuvo que soportar el primer año sesiones de no me entendía hablando porque yo solo lloraba. Lloraba, lloraba, lloraba, y él me aguantaba la hora de sesión. Hablamos de alguna pregunta del cuestionario, pero sobre todo era un poco lo que estaba pasando en este momento con la policía, con las denuncias, con toda la gente que estaba saliendo, somos 30 personas denunciando, y este y el otro, y quieren reunirse, quieren hablar, no quiero. Fue un poco el primer año con mi terapeuta, fue sujetar todo eso, ¿no? y poder ponerle palabras a lo que me pasó y lo que yo creo que me pasó, (Imitando lo que le decía el terapeuta) “sí se llama así”, y empecé a darme cuenta y pude... Ahora estoy mejor, también estoy medicada. He tardado un año y medio medicarme, llevaré seis meses, porque fue tal la doctrina, Candela siempre lo decía “Aquí viene la gente medicada y a las dos semanas ha dejado la medicación, con terapia en condiciones, afrontando sus miedos y viviendo su drama y viviendo su trauma” ,”Porque claro, las pastillas lo que hacen es solapar, camuflar, y entonces no se puede trabajar desde ahí no se puede trabajar”, “Eso es una cobardía”. Entonces lo tengo tantos años que desde el principio me dijeron (médicos) “tienes que tomarte algo para bajar este nivel” , me lo

dijo mi terapeuta, me lo dijo un contacto de una asociación anti-sectas , mi médica de cabecera, que fue la que lo consiguió. Hasta hace seis meses no empecé a medicarme, yo hasta hace seis meses seguía teniendo esos momentos.

E: y entonces ¿crees que hay todavía momentos donde sentís, por así decirlo, la voz del grupo? o quizás algo... (me interrumpe)

A: Sí, la tengo ahí todavía. Y ahora que ha nacido mi nieto, la noto mucho, porque ella (Candela) me metió en la cabeza que yo... Mi padre tiene tendencia pederastas, ¿no? entonces, como está en mí, pues yo también las tengo. Según Candela (se le humedecen los ojos). Y entonces llegó un momento en el grupo que no me dejó acercarme a los niños, "porque los abrazaba mucho y era demasiado cariñoso con ellos, y que a los niños no hay que tocarles tanto". Y con mi nieto Pedro, que tiene cinco años, he trabajado mucho con el tema con mi terapeuta, y estos días, pues estoy con Luis, con el pequeñín, pues me cuesta... (se quiebra su voz) todavía me cuestan muchas cosas (llora) ¿lo ves?.

E: Entiendo, fue mucho tiempo y en una situación donde le crees cualquier cosa.

A: Ay Dios mio... (sigue llorando)

E: Pero también fuiste tan valiente de que pese al tiempo que estuviste, y todas esas palabras en tu cabeza, pudiste salir y estás reconstruyendo tu vida, por como lo veo yo al menos.

A: Sí, bueno, me lo decís todos, me sienta bien que me lo digáis, pero prefiero ser valiente subiéndome a un barco que me da miedo. No puedo decirte que esta valentía, la vida, cuando... no sé, estoy viva. Entonces, veo a mi nieto y yo digo, pues lo veo y lo conozco (llora).

Lo he tenido en estos últimos años, he tenido dos momentos que me asusté mucho. Y casi todo tiene que ver con lo con mi nieto, o con lo que siento ,o lo que me viene de esa hija de puta (Candela) a mi cabeza. Siento que le puedo hacer algo a mi nieto porque lo quiero abrazar, ¿sabes? (llora).

E: No, es que te agarro por la fibra más sensible. Entiendo la verdad, este enojo.

A: Voy a llenar la botella (se va un minuto)

E: Obvio.

A: ¿Cuánto llevamos ya?

E: Vamos una hora, vos avísame si en algún momento te tenés que ir o tenés otra cosa que hacer.

A: Para ti.

E: Muchísimas gracias. Te agradezco muchísimo por la confianza y por estar abriendo esta parte tan vulnerable.

A: No, no lo hago... o sea lo hago por mi terapeuta, porque me hablo de ti. Fueron tantos años de no hablar con nadie ni nada, llegó un momento que cuando saltó a la luz pública, era como que no estaba preparada para ni siquiera hablar del tema, o sea, ya había ido como bajando la intensidad, tenía menos recuerdos, pero cuando salió todo de repente fue como... leer los atestados, las declaraciones de mis compañeros, recordar cosas que yo había olvidado, y de repente era ¿cómo hemos permitido que pegara a las personas?, ¿Cómo hemos permitido...? Pues a mi hijo, por ejemplo, a Luciano, lo obligó (Candela) a ponerse encima de xxxx (nombre de una amiga de Alicia), una amiga mía homosexual, así a horcajadas, moviéndose sexualmente y preguntándole (Candela) a xxxx (nombre de la amiga), “¡Ah, no te pone Luciano? que es tu sobrino postizo, es un hombre”. Un hombre que tenía 16 años, un crío, un crío. (Imitando gritos de Candela) “No sientes nada por el. Claro, homosexual, homosexual”. O sea, yo estaba delante, y su padre y no hicimos nada, ¿sabes? (se angustia).

(Breve pausa)

E: ¿Y en esta en estas situaciones, cuando estabas dentro del grupo, habían cosas que sentías que debías hacer o pensar, aunque no estuvieses totalmente convencida?, por ejemplo, esta situación ¿tenías la capacidad de pensar críticamente o no?

A: Espíritu crítico cero. No tenía ninguna capacidad, era sumisión. Era obedecer, pasar inadvertida, ser obediente, intentar no pensar, iniciar de ninguna manera que no fuera desde.. o sea, es que ni pensar. o sea, cuando empezamos a hablar mis hijos y yo de Candela, yo utilizaba palabras como “la hija de puta” o “esta señora”, muy despectiva, ¿no?. Y a Luciano todavía se le cambiaba la cara, (imitando a Luciano) “mamá es que me sienta mal que hables así con todo lo que...”, o sea, te estoy hablando de estos últimos dos años, y es psicólogo. Hubiera estado bueno que hables con Luciano, aunque ahora está muy ocupado con el nacimiento de su hijo. Pero ahora tiene otra perspectiva, hizo un curso con mi terapeuta, o sea, ya ha leído la tesis de mi terapeuta.

E: ¿Y en el proceso de salida tuviste algún momento donde pensaste en volver al grupo?

A: No, eso sí que lo tuve clarísimo. Ni por mis hijos, te fue ahí donde... Mira, ni siquiera me lo planteé, quizá un segundo, pero no. Que esa historia también la quiero verificar... Dentro del grupo éramos tres súper súper amigos, Fernando, el que te digo que es homosexual al que estuvo violando (Candela) muchos años, Leandro y yo. Leandro y

Fernando homosexuales, yo con mi pareja y mis hijos, pero eran mis amigos con los que tenía confianza y tal.

Leandro acabó heterosexualizado con la hermana de Candela, conviviendo con ella, incluso manteniendo relaciones sexuales. Llega un momento que él dijo, "No puedo, o sea, yo no soy heterosexual, soy homosexual, quiero mucho a Raquel. Puedo estar muy a gusto con una mujer, incluso puedo follar con una mujer. Pero esta no es mi realidad". Claro, despreciar a la hermana de Candela. Entonces, claro, Leandro tuvo que irse. Entonces se fue y dejó la escuela. Fue muy criticado, nunca más volvimos a hablar con él. Y cuando yo llevo como cinco o seis meses fuera de la escuela, mis hijos y Roberto dentro todavía.

Me llaman una noche y me pillan en casa justo había ido a la estación de trenes, no había podido coger el tren porque la había perdido, me había tenido que volver a la montaña, llegué a casa agotada. Y tal como entré por la puerta como a las 11 de la noche, otra vez a mi casa con la maleta y tal, suena el teléfono y me dice Luciano, "Mamá", suave, sin gritos, "Mamá, que Leandro se ha muerto, y que vamos a juntarnos todos para hacer algo juntos". En ese instante ... Mira, te lo cuento y todavía todo el corazón me palpita. Fue un momento que dije, ¿cómo no voy a ir a despedir a Leandro?. Pero fue un instante, dije, "no lo vais a conseguir". Y entonces ahí me contestó Luciano (imitando gritos), "Pues tú sabrás lo que haces, no estás honrando". Quiso pillarme Luciano, aleccionado por Candela, o sea, porque frases exactas de Candela. Y Luciano todavía reconoce muchas frases (imitandolo) "Es que es que tengo muchas frases todavía de Candela". Claro, Luciano tenía 11 años cuando llegó allí. Luciano llegó (a la secta) cuando fue un atentado terrorista, y nosotros vivíamos allí, varias familias vivían cerca de las estaciones. Yo ya llevaba dos o tres años en terapia y cuando le dije a Candela que Luciano tenía pesadillas, me dijo que tenía que hacer terapia. Ya a los 11 años empezó terapia con el tema de lo que pasó en el atentado, yo a sus 11 años, yo perdí a mi hijo. Entonces se fue de casa con 19 a vivir con Sabrina, siguen juntos. Y yo ya perdí mi relación con él, a partir de los 11, su madre fue Candela, no yo. Imagínate con Camilo, que tenía dos añitos. O sea, Camilo no me reconoce prácticamente. Ahora vive conmigo, lleva dos semanas viviendo conmigo porque como nació su sobrino, pues ha venido a vivir a una localidad en España para estar cerca de su hermano para ayudarlo. Yo llevo 10 años viviendo sola y me está costando más de lo que pensé. Y se me junta la culpa, de no estuve con ellos, y ahora quiero y ahora no puedo, ni siquiera lo aguanto, no puedo no sé... vivo en una casa pequeñina, ahora que lo tengo no lo quiero y cuando no lo tenía lo quería...

E: Si, bueno, no es exactamente esto lo que quería, sino algo más gradual o..

A: No se ni lo que quiero... Lo que toca es lo que toca

E: Claro, y ¿cómo empezó el proceso de reconstruirte a vos misma post salir del grupo?

A: Yo creo que fue... No sé si la palabra adecuada es orgullo. Pero demostrarle a mis hijos, que yo iba a tirar palante, que no, o sea demostrarles que había vida después de la escuela. Entonces ahí yo llegué al barrio. En cuanto se enteraron de que había una nueva vecina, que era de una ciudad Española, que llevaba 30 años allí, me propusieron un préstamo, me mandaron un correo.

Si quiere usted montar algo aquí en el pueblo, les pedí 100000 Euros, y monté una pequeña tiendecita de artesanía. Lo llevé fatal, pero bueno, lo intenté.

Estuve dos años y medio con la tiendecita, pero vi que no, que no tenía nada que demostrar a nadie, no me gustaba, no quería atender al público, yo estaba fatal.

Y cogí una neumonía, al poco tiempo después de dejar la tiendecita, cogí una neumonía, me puse muy malita, tuve un desgarró intercostal de tanta tos, entonces me tuve que quedar inmovilizada, de repente no tenía trabajo, no tenía dinero para pagar el dinero que había pedido que todavía no la había devuelto todo, y ahí tuve un bajón muy muy gordo y justo murió xxxx cerca de donde yo vivía. Me pareció tan romántico, tan maravilloso, y en esa ocasión hablé con mi madre. Estaba con la costilla, con la neumonía, con la medicación, con el antibiótico, hecha una puta mierda. Y le dije a mi mamá, "me quiero morir, no sé qué voy a hacer, pero no puedo más, no puedo, no puedo sufrir más, no puedo toser más, no puedo llorar más, no puedo trabajar, mis hijos no quieren hablar conmigo, no se que hacer con mi vida, ayúdame", y ahí me trató muy mal, me dijo que no volviera a hablarle de ese tema, que yo quería pasarle la patata a ella y que bastante tenía ella con sus problemas, muy en su línea. Y ahí me asusté tanto, tanto, que cogí la furgoneta, dije, me voy a hacer kilómetros, voy a conducir, si me mato con el coche... tenía un familiar que murió joven, y pensé me mató como xxxx (familiar), un accidente con el coche rápido, era... Estaba buscando la manera porque yo decía si me muero aquí, mis hijos tendrán que ver mi cadáver. Pero si me muero en otra provincia, pues a lo mejor no me ve, no sé, yo tenía de que no me viera muerta. Porque tú imagínate en lo que piensa una persona que no está bien. Y acabé decidiendo venirme a otra ciudad a vivir, y ahora no es así, pero en aquel momento mi idea era me voy a un lugar remoto. (Pensó) Cómo estos (sus hijos) no me llaman ni en 15 días ni en un mes, cuando se enteren de que me he muerto... Ya está, ¿sabes?. Que no les pille mi cadáver cerca o algo así era una chorrada, pero... Y aquí sigo, llevo ya varios años aquí. Luciano se ha venido a vivir aquí, Camilo vive aquí.

Ahora estoy trabajando con un proyecto, no me está yendo muy bien porque estoy trabajando con un grupo, y pues hay días que lo llevo muy mal. Pero bueno, es lo que me ha llegado y es lo que me toca, y bueno, mi terapeuta ahí me está ayudando un mogollón, o sea, es una pasada es que mi terapeuta, he tenido mucha suerte porque no tenía recursos económicos. Y yo llegué a él por una xxxx asociación, me

dijeron que tenían una persona que no sé sabían si iba a tener un hueco, pero sé que había cogido casos.

Pero claro, lo que pasa es que con mi terapeuta habló cada mes, mes y medio, una hora. Claro.

Entonces, claro, se está haciendo el peritaje eterno, porque me está intentando hacer una peritaje para juicio, tenemos tiempo, pero me parece que llevamos una décima parte del peritaje. Todo lo que ha vivido, todo lo que ha salido a la luz, compartimos sus casos, me cuenta. También me involucro con lo de la tele con (periodista), pues también me ha hablado de ti. (Imitando lo que dice su terapeuta) “Como que háblalo, quítate, no tienes espectadores sanos para poder hablar de esto, entonces hazlo”. Me apoyó mucho en que hablara con mis vecinos, ellos veían que algo pasaba, que no estaba bien. Pero yo no me atrevía a hablar con ellos, (son) de mi edad, de mi anterior ciudad, no son gente de pueblo, son gente.... Y la verdad es que tardé dos años en hablar con ellos, pero cuando lo he hecho ha sido lo mejor que he hecho, con los dos. Me dan puntos de vista muy diferentes, me recogen de manera diferente, me apoyan y me preguntan cosas diferentes, pero ha sido muy liberador. Y también es un poco... cuando tú me decías anoche, “oye, que si no puedes, no pasa nada”, yo decía, es que no puedo, que quiero, quiero, pero de verdad que no podía, no me daba (debido a compromisos familiares).

E: Claro, es que no quería agobiarte, por eso no quería insistirte, ¿viste?, pero....

A: Lo entiendo perfecto, pero yo no quería hacerte sentir eso. Me has pillado con muchas cosas en este momento

E: Entiendo. Entonces ¿sentís que los apoyos que más te sirvieron para tu recuperación fue terapia y hablar, algo que no me hayas mencionado que quizás te ayudó en este proceso?

A: Hombre, cuando yo me pongo en contacto con Fernando, él automáticamente... Él vive en una localidad española, yo vivo aquí, y yo hablo con él martes por la mañana y el miércoles por la tarde estaba aquí. Él quería verme, quería hablar conmigo, quería contarme toda su versión. Y venía para pasar el fin de semana, para pasar dos o tres días y estuvo 15. Un amor tía, una sensación de amigos, de poder hablar, de poder hablar mal de Candela. Y además, me acuerdo una noche que nos dio una risa diciendo palabrotas contra ella y nos moríamos de la risa, lo que nunca habíamos podido ni pensar, para mí eso fue muy liberador aquí.

Al mes y medio así yo voy a la ciudad donde vive Fernando, y me voy a su casa, igual que la había estado la mía y de repente vi al Fernando de la escuela. Empezó a tratarme exactamente igual que en la escuela, igual. Entonces ya la segunda vez, digo ¿qué ha pasado? porque en mi casa... o sea, ¿qué ha pasado? Porque vengo aquí y de repente eres Fernando, el de la última etapa. Y he cerrado mi relación con él, en el último año no hemos vuelto a hablar. Pero me hizo mucho bien, porque vi la manipulación de Candela, ahí entendí.

Hay un documental, el de “Cómo convertirte maestro secta” o algo así, una de Netflix que sale la de Manson, luego sale no se quien, y luego sale un Venezolano o Colombiano, no me acuerdo, con un bañador, súper operado, y tal y cual, que no tiene nada que ver con la filosofía nuestra, pero su dinámica de manipulación era lo más parecido que he visto en todos los documentales que he visto en estos años... Cómo nos contaba cada uno una cosa, nos ponía en contra, triangulaba todo el rato, a este le contaba una cosa, al otro otra, y nos ponía en contra unos de los otros, y nunca nadie había hablado con nadie (se ríe) ¿Sabes? es que era muy fuerte, muy en contra de los demás y no teníamos nada, porque no habíamos interactuado entre nosotros, era solo Candela.

Ese documental, cuando lo vi, “es eso lo que hacía Candela con nosotros”, ¿sabes?. Entonces, al hablar con Fernando y ver lo que había hecho con él, que lo había estado violando delante de nosotros, le obligó a comprarse un piso al lado de la escuela para poder follárselo mientras Armando, su marido recogía la escuela. Ella le decía, “me voy con Fernando a su casa un rato”, Armandolo sabía que iban a follar, pero (decía Candela) “era terapia, era para heterosexualizarle”.

O sea, “aquel otro hizo...” “y el otro hizo...”.

Esa dinámica yo la utilicé con Luciano, y empiezo a darme cuenta de lo que le ha contado Luciano. A mí lo que me ayudó es darme cuenta de cómo nos fue manipulando eso fue (ruido de alivio). Porque y claro, yo estaba con mucho fantasma de que Roberto se había follado a Candela, pero ¿a quien se lo digo? ¿a mis hijos, a mis compañeros, o se lo digo a mi marido para que se lo diga a Candela, o a quien se lo digo?, nunca se lo dije a nadie. Claro, cuando Fernando me cuenta que lo abusó muchos años. digo, es que yo creo que con Roberto también lo hizo, y Fernando dice, “pues ahora que lo dices, cuadra, “me lo dices y no me extraña”. Con Roberto, es un hombre muy atractivo. Además, una de las cosas que Candela siempre me decía Roberto es que se parecía a su padre, un padre que perdió ella cuando era niña, tenía un altar para su padre. (Imita a Candela) “Y Roberto es que es igualito a mi padre, Roberto es igual que mi padre” “Es que es que Roberto...” Roberto estaba, pues igual que me hizo a mí, con con la confrontación entre compañero y hacerme a mí, a Roberto también le tenía también porque era el más manitas, el más hacendoso, cualquier cosa la arreglaba, cualquier cosa “Roberto, vente a casa y...”, Claro, a Roberto le tenía de paleta, de obrero de zanjas, de quita, de electricista. Y a mí me tenía de limpieza, de jardinera, de planchar, “pero la ropa no sé qué, a mano en la bañera de rodillas porque es muy delicada y me he gastado mucha pasta”. De rodilla limpiándole la ropa, sujetadores. O sea, es que yo no lo que yo con la edad que tengo, yo es que tenía cuarenta y tantos años tía y estaba o sea... flipo. Y yo sé que a Roberto, por ejemplo, de los 30 que somos denunciando no quiere denunciar. Qué curioso... La última discusión que tuvo con Camilo, con mi hijo Camilo con el que se quedó a vivir con él, el pequeño. Fue a hará no un año, pero casi, no tanto como un año pero casi, le dijo (Roberto) que él se había quedado en la escuela por el (por Camilo), porque él era el que se quería quedar, y que no iba a dejarlo solo en la escuela y que él había estado más en la escuela por tu culpa, le dijo a Camilo. Y Camilole dijo, “mira hasta que he llegado tío”, “encima me dices... o sea, mi madre se va, no me dejéis ir a verla. Me hacéis machacarla, me hacéis negar su existencia, tengo que... Y ahora me dices que te

quedaste en la escuela por mi culpa". O sea, dijo tres cosas (Roberto): qué estamos por dinero en la denuncia, que él solo quería quedarse con lo bueno, mira qué frase, después de todo lo vivido, de ver cómo me pega, de ver cómo nos humilla, de ver cómo sexualiza a sus hijos delante de él. O sea, eso con nuestros hijos y lo que ha hecho con los hijos de todos los demás. O sea, hemos visto mearse encima niñas pequeñas en meditación, delante de todos y no poder levantarse la niña, y si la madre iba a hacer algo porque la niña se ha hecho pis encima en la meditación, gritos a la niña por hacerse pis, y gritos a la madre por reaccionar. Claro, (en tono irónico) es que no te puedes rascar la nariz mientras meditas porque ya se te pasará el picor. O sea, era como una hora de meditación oso. Tía 15 años, ¿sabes?

E: Sí. ¿Y cómo fue el proceso de recuperar la capacidad de pensar por vos misma y tomar decisiones sin pensar en la voz del grupo en tu cabeza?.

A: Todavía no he llegado a eso, está más minimizado. Pero algo que yo he vivido que no lo ha compartido en general nadie. Yo me obsesioné tal como salió de Candela en la tele, ¿que es esto manipulación coercitiva, love bombing, gaslighting? ¿Y todo esto que es?, vi que en Netflix había documentales y tal y cual, entonces cogí Netflix solo por ver el que te comentaba, vi ese y al día siguiente, vi otro, puse secta en el buscador de Netflix y empezaron a salirme. Y ahora el de Antares, y ahora el de Dios del mundo, y ahora... y empecé. Y claro, Luciano, o hablábamos, " mamá, no puedes seguir así", porque yo estaba como constantemente revuelta, revuelta. Claro, mi terapeuta me decía, afloja, y es que no puedo. O sea, hay algo en mí que necesito verlos, necesito estar mal, pues no sé si es que necesito estar mal. Pero me los comí todos y sigo comiéndomelos todo, nuevo que sale nuevo que veo.

Claro, como yo reaccionaba hace año y medio a esos documentales, ahora no. El último que he visto este hace dos días, una serie de cinco o seis capítulos me ha dejado, lo han anunciado por redes para que la veamos, yo ya la había visto y era como (cara de indiferencia). Como que no, sabes como que siento que... pero como estoy con la medicación, pues no sé. Pero la medicación creo que sí que me está ayudando, creo.

E: Sí, y quizás también con todo lo que estás haciendo para reelaborar estos recuerdos y estas experiencias.

A: Claro, y ver los documentales, yo creo que empatizar con las víctimas me hacía sentirme formar parte de un grupo y no de me ha pasado a mí solo, pobrecita de mí, porque Candela me hizo creer que yo era un ser extraterrestre, que yo sentía las cosas diferente a los demás, y por eso yo estaba tan traumatizada y no me curaba. Y de repente veo en documentales con otro tipo de secta y otras dinámicas, pero las consecuencias es sumisión, acatar leyes que desde fuera y dice ¿pero cómo te vas a cortar las tetas?, y se la cortas. O sea, digo, es que ahora entiendo por qué acabó fregándole los suelos,

lo entiendo. Entonces no soy ni tan pequeña, ni tan baja, ni tan vulnerable, ni tan sumisa, que era protegerme, era salvarme, era... yo qué sé. Entonces a mí me ha ayudado mucho, fue muy jodido, mucho. Porque ha sido un año de estar llorando, noche sí. No hay ninguno (documentales), los he visto todos, y sino vuelvo a ver, el del juramento, otro que tiene nueve capítulos de hora y pico. Yo no sé, creo que me lo he visto tres veces. O sea, brillante, o sea, es como tan bien explicable, "es esto, esto es, esto es como lo mío, esto lo cojo, esto me sirve, esto lo entiendo". Eso para mí ha sido lo que más me ayuda. Y fue de las primeras cosas que compartimos mi terapeuta y yo, lo de los documentales.

Al principio me enfadaba mucho con la terapia con mi terapeuta porque era, digo, me revuelvo de lo más grande el rato que estoy con él y luego hasta dentro de un mes, un mes y medio no vuelvo a hablar con él. Entonces se me abre un canal. Y claro, como estaba tan acostumbrada en el grupo, me revuelvo y me sujeta, me revuelvo y me sujetan, y ahora es me revuelvo y no me sujeta nadie, y entonces ver los documentales era como tener algo. Desde el que critica estas dinámicas, esto tiene nombre, y esto se llama tal... Entender lo que me pasó.

Me dice Camilo, "mamá, hay un libro donde cuenta cómo hacer una secta, a) tenes que hacer esto b) tenes que hacer lo otro. Porque todas son iguales, sean la de los testigos de Jehová, los de los ovnis, los budistas o los o sea, da igual la filosofía, todos es lo mismo, todo el rato es lo mismo, se llamen cristianos, o sea, mamá, pero es que el fútbol es una secta", sí, cariño. O sea, es como darte cuenta de que lo sectario está en todos lados, y es tan fácil ver desde afuera ahora. Pero no me lo creo, que sea tan fácil de ver, pero allí... Y luego si alguna vez hice algún comentario, sobre todo porque yo daba clases de artesanía, y hubo una chica que se atrevió a decirme, "Oye Carmen, está Candela es un poco radical con vosotros y tal... porque, jolín, que no te puedas venir...", porque claro, me invitaban a pasar algún fin de semana con ellos y yo siempre decía "tengo una clase, tengo grupo". Y claro, llegó un momento que me lo decían desde que yo estoy en fallo, no que Candela era secta. ¿Sabes lo que te digo?, y me sentía juzgada, no me ayudaron a ver que eso era una secta, "eres muy sumisa" "tía, no tienes personalidad", ¿sabes?, y ahí no hubo ningún tipo de recogida. Hasta que empecé a hablar con mi terapeuta. es que ni con mis hijos había hablado, con nadie, y la segunda fue la médico de cabecera, mis vecinos, con Gerónimo (persona de asociación en contra de sectas). Y claro, con Gerónimo al ser alumno de xxxx que es el mismo profesor que tuvo Candela, a, es que había cosas que contaba Gerónimo de lo que había vivido con el profesor, es que frases literales de Candela, de boca de Candela, o sea que son frases del profesor.

Pues era como bendito Gerónimo, que hagas lo mismo, es que es que las mismas frases, para mí él fue ... (de gran ayuda). Lo que pasa es que yo sé que él no quiere, en el último año se ha querido distanciar un poco del tema sectario y quería más meterse en su rollo. Entonces, quiero relacionarme con él, pero más desde la amiga, y entonces tenemos a lo mejor una conversación cada dos meses, algún mensajito, alguna broma o alguna recomendación de algún documental, pero no hay terapia, no hay un compartir, le he dicho que quiero ir a conocerle y está encantado con la idea de hacer un documental juntos de todo esto y darle una forma un poco. ¿viste lo que hizo (periodista) con lo de la en la tele?, yo estuve dos

horas y media de entrevista con ella, un mes mi terapeuta y yo preparando las respuestas para que la emocionalidad no me perdiera, y saca que me quería suicidar, un minuto de dos horas y media preparadas. Claro, yo me molesté.

E: Y sí.

A: Digo, o sea, todo lo que me has hecho prepararme, o sea, yo en la entrevista con la periodista, todavía estaba con la medicación. Yo lo pasé fatal.

E: Me imagino.

A: Y luego hacen esto, no hablan de la sentencia ya contra esta secta, de mi terapeuta cogió dos pinceladas, no sé, o sea, dos meses de preparación para esta mierda. Yo me sentí defraudadísima.

E: Es que pasa mucho de eso, ¿no? por el rating quieren poner lo “polémico”, en vez de informar en serio.

A: Claro, claro, claro, es que ese era el tema. Digo la periodista, se vino desde (ciudad de España) con una limusina, un montaje. Para yo estar de espaldas con una chaqueta, porque no quiero que me vean, me transformaron la voz, no se me ve, tal y cual y saca eso. Digo, tía. Dice, solo te voy a hacer 10 preguntas, pero cada pregunta tenía cinco o seis puntos. O sea, al final te juntas allí con un montón de... claro, le dije a mi terapeuta, o sea, me has metido en una entrevista que la historia es concienciar de que la secta no es los amish o los mormones o la luz de Dios, sino que sectas cotidianas aquí en la calle de al lado las tenemos y que la manipulación coercitiva es algo mucho más sutil, pero también que te condiciona toda tu vida. De eso hablé con ella, y solo saca que me quería suicidar, y que a mi hijo no sé qué, vergonzoso.

Esta tía me viene a hablar de las sectas, y cuando me pregunta cómo empezó le digo, como todas, por el love bombing, y me pregunta “¿Love bombing?”, y le digo, mira, primero te recomiendo que hables con mi terapeuta se llama xxxx, no sé qué, o sea, tía, entérate primero de qué estás hablando.

Y entonces mi terapeuta me ha dicho que tiene un paciente, que es director de cine, que también fue víctima y que está buscando a alguien para hacer un documental, o una historia o no sé qué, Gerónimo también me lo ha dicho, y yo cada vez voy como que sí, que vamos a hacer algo serio. Y hombre, ahora salió el documental de testigos de Jehová varios, los del Opus, están saliendo varias cosas a nivel español...

E: Sí, bien hecha.

A: Algo así, sí. Y claro, cuando me dijo no, con Juana no es una entrevista, con Juana es hablar, cuéntale, ella sacará sus conclusiones porque es para el final de ella, el único en todo caso que lo va a leer soy yo me dijo, y si es lo suficientemente bueno se podría utilizar en el documental, pues toda la información que tú recopiles o incluso en alguna revista médica, como que hay que abrir puertas. Esto hay que sacarlo a la luz, y cuanta más gente se involucre, que no, que no ni cómo tratarnos.

E: Totalmente. (Pausa) Y Alicia, ¿cómo te ves tu identidad hoy? Después de toda esta historia y todo este proceso que hiciste vos para sanar y reescribir tu historia.

A: Mira, por ejemplo, me preguntas cómo lo sanaste, y ya no me gusta esa frase.

E: Okay

A: Porque es una frase que se ha utilizado todo el rato en terapia. Sí. Porque es para sanar, y yo no creo que me esté sanando.

E: ¿Qué palabra te gustaría que usemos en cambio?

A: Te lo digo como consecuencia de una pobre secta.

E: Claro, perfecto.

A: Entonces, cuando te relacionas con otras personas, es como esa frase me devuelve a la secta.

E: Perfecto, gracias por el feedback.

A: Claro, yo no siento que me este sanando, estoy empezando a entender que me engañaron, que me en que me estafaron, que utilizaron todo lo que pudieron para tener ahí un buen sueldo, es que eran 1500 € del solo ver a nuestra familia mensual. Por si tienes 15 familias al mes es una pasta, te compras hectáreas, puedes hacer lo que quieras. Entonces, yo no siento que me estés sanando, porque claro, ayer mismo tuve a Candela. Que tengo que bajarmela todavía, ¿sabes? está ahí. Y cuando voy a clase y tengo según qué situaciones, ahora mismo en el trabajo, no he sanado, me voy al baño, respiro, me meto un ventolín porque me ahogo. Entonces, yo creo... ay, no lo sé, he perdido a gente a lo largo de mi vida, tengo cierta edad y ya he vivido la muerte de seres que quiero, ¿no? es como que nunca se te pasa la pena de haber perdido a alguien, y aprendes a vivir con eso, ¿no? Y cada vez lo piensas y te duele menos, pero no te sanas de la muerte de tu hermano.

E: (En tono reflexivo) Sí, sí, entiendo...

A: Yo siento no siento que me este sanando, puedo hablarlo, ya no me derrumbo, no entro en ese llanto que no puedo controlar, me tiro cinco o seis horas llorando y no puedo parar, y me asusto porque no voy a poder parar, y me voy a morir llorando, y siempre voy a sufrir... Sabes como entro en un en una mierda de bucle, pero lo llevo mejor, qué es la medicación, puede ser que la medicación me esté haciendo estar más neutra, más ¿Cómo me percibo yo como.....? Ni idea, tía. Estoy un poco a lo que sale. Pues sale algún trabajo y dije, venga, voy a ver si me cogen, me cogieron y he ido. Me di de baja, pues yo creo que me di de baja como hace tres meses y estuve un mes de baja, porque tuvimos un tutor, un jefe de clase durante dos meses y me gustó muchísimo, pero había varias personas dentro del grupo, pues muy agresivas, “te pillo abajo y te pego dos tiros”. No, no, o sea, no mi terapeuta flipaba, decía “tía de verdad ¿qué te está pasando a ti?”. Pero con este chaval, lo supimos gestionar y cuando él acabó su ciclo y empezó la siguiente, la tía por las mañanas, ¿sabes lo que nos hacían? visualizaciones, hacía cerrar los ojos a todos, poner las manos en posición de agradecimiento, y nos ponía afirmaciones positivas para empezar el día de trabajo. Yo me daban tales ataques de ansiedad y es que me oían desde el pasillo, me oían, no podía respirar. Entonces fui a servicios sociales que desde el ayuntamiento de servicios sociales fue de donde me recomendaron este trabajo. Digo, a ver tía, yo te dije porque ella sí que le conté, psicóloga y le conté, “me ha pasado esto, me han recomendado tal, estoy en este proceso”, le conté un poco, y claro le digo, tía, ¿cómo me metes en esta situación?, o sea, la hice responsable a esta psicóloga. Entonces yo vengo a pedirte ayuda y me metes en una dinámica que, o sea, no es que me estes revictimizando porque revictimizarme es darme espacio para que sea la víctima, es que ni siquiera puedo revictimizarme, o sea, tengo que estar allí, porque ¿a quién le explico? ¿a quién a de esta gente le tengo que explicar de qué...? “¿Por qué te sientes mal por poner las manos así? pues si esto es maravilloso”. Había gente que no había meditado nunca en su vida, y había hecho una (que decía) “Yo lo voy a hacer todo los días en mi casa”, y yo estaba llorando en el cuarto de baño. Me di de baja y dije, no voy a volver, se acabó. Pues resulta que me dijeron que como no había cotizado los días suficientes, no iba a cobrar estando de baja y que tenía que volver. Y ahí fue cuando dije, me voy a meditar, porque no puedo. Y entonces ahora voy, a esta mujer no la echaron porque sé que no la echaron, pero a las dos o tres semanas se dio de baja, o sea, el viernes llamó diciendo que el lunes no volvía, y le importaba una mierda todo el grupo, si no teníamos ese supervisor todos los demás nos quedábamos sin trabajo. Y llamaron al chico anterior para decir “oye, por favor, rescata al grupo que se nos va a la mierda todo el proyecto”. Y me llama el profesor me llama “¿qué ha pasado?”, digo, ¿qué ha pasado de qué?, “no, que me han dicho que se ha ido la supervisora”. Digo, mira, yo te voy a contar lo que me ha pasado a mí con ella, he tenido un problema, yo a este chico no le había contado nada de mi historia. Yo he tenido un problema con ella y he ido y he contado, y de repente se va, pues no lo sé. Luego me he enterado de que se fue por las amenazas de muerte de la otra alumna. Pense que pues será que lo han hecho por mi culpa digo, pero no sé qué, pero qué poder puedo tener que o sea, pero claro, yo le decía a la psicóloga, a mí dame fuentes y contexto de que esto a mí en mi puesto de trabajo, si yo quiero meditar, lo hago por

la tarde, me voy a un centro de yoga o lo hago en mi casa, pero dame una fuentes que me demuestren que esto en el trabajo es bueno para mí, para mí, no sé si para los demás, pero para mí no. Y a las dos semanas se fue, dije, la culpa habrá sido mía, le habrán dicho algo, o le habrán cuestionado su... Decían ¿estás cuestionando a la docente?, No, yo no estoy cuestionando a la docente, yo lo que no quiero es decir namasté. ¿Sabes? Entonces, pues... Y ahora estoy mucho mejor, con este hombre, y estoy mejor, lo voy llevando mejor, he vuelto y vuelto tranquila y lo voy llevando.

E: Perfecto, ¿Y hay algo que te gustaría compartir que no te haya preguntado? No sé si quizás algo que no se me ocurrió preguntar o que crees que sea pertinente.

A: Me estoy remitiendo a la entrevista con la periodista, que me dio mucha rabia que yo le puse mucho énfasis a ese tema. Que no sé si en tu contexto si es irrelevante, pero para mí era muy importante. Todos tenían carrera en mi grupo, todos eran intelectualmente capaces de tener una conciencia crítica, profesores de universidad, sociólogos, uno que había dado la vuelta al mundo o sea, gente... ingenieros, cinco ingenieros. Fernando era uno, y Luca, ambos ingenieros. Abogados, una banquera, o sea gente que era la.... Entonces, hay mucho, cuando yo veo documental de la luz del mundo y tal, veo un nivel cultural muy bajito, con muy poquito te manipula. ¿sabes?. Esta mujer era brillante (Candela), porque utilizaba la manipulación coercitiva de una manera tan elegante, tan documentada, que hasta el más listo... Es lo que yo intentaba decirle a la periodista, que no es que “como tú eras vulnerable porque tú estabas de tu familia tal, y llegaste ahí y te manipuló”. No, no, no, no. Todo puedes ser todo lo ignorante que quieras y todo lo inteligente que quieras que te pillan por donde necesitan pillarte.

E: Claro, aparte sirve para cuando estás empezando, decís, “ah, si este hombre que hace esto, esto y esto, piensa que esto es correcto, como que también alimenta el... (me interrumpe)

A: Eso es, eso es. Claro, yo me sentía en un equipo de élite. Y que encima a mí me halagaba, que yo tenía una sensibilidad. Claro tía, que me sentía... A mí me pilló por el ego, la vanidad o la autoimportancia, me pilló porque no la tenía y ahí me pilló. Y a los otros como estaban aquí (hace gesto con las manos mostrando estatus alto del resto), les pilló. (Imitando a Candela) “Tienen que trabajar”, (imitando al resto) “claro, es verdad somos muy egocéntricos, tenemos que trabajar en lo mismo”, y a cada uno entraba. Mi mensaje con la periodista, era que la fantasía macabra que nos han pasado de los Amish, de los mormones, de de esta gente con las toquillitas rollo cristiano, que no, que no, que no. Que la manipulación coercitiva en los grupos es a gente de muy alto nivel intelectual, si es económico mejor todavía, ¿sabes? , porque luego había donaciones. Por ejemplo, Marcos, que es abogado, en la medida que empezó a hacer terapia, él estaba empezando y le iba más. Pero claro, cuando empezó a trabajar ya más con Candela, ya pasó más tiempo, tuvo casos más grandes y ganó mucho dinero. Había donaciones y él se sentía obligado a hacer donaciones porque había ganado una pila de millones de

euros, o miles de euros en un juicio. Y claro, de repente a Candela le llegaban unos millonadas, que claro, como no comprarse... Entonces tengas carrera... Gonzalo, el hombre del que te digo que yo llevé, estaba en su vida, o sea, que yo le llevé porque era bonito, maravilloso, era interesante, era... Y ahí le pilló durante ocho putos años le tuvo allí. ¿Sabes? Solo consiguió sacarle porque Javier le confrontó, si no, Gonzalo sigue allí, y ya había estado en una secta. O sea, mi mensaje es que todos, aunque ya en cualquiera lo dicen, "todos podemos ser en cualquier momento vulnerable". No, pero es que para mí es súper..., es de peso, es de raíz, de que va más allá. Mi hermana, ¿sabe lo que le ha pasado?. Tiene un buen trabajo, tiene mucho dinero, le ha ido muy bien la vida, ella ahora mismo está con un coach financiero, que le hablaba de energía del dinero, que le cobra, no sé si me ha dicho que por sesión online, no sé si eran 170 o 190 euros, y que menos mal que la ha dado sesión. Tía, ¿cómo te explico? (imitando a la hermana) "Que no, que no, que no, que esto es financiero, que esto es la energía de dinero, que todo". Entonces para mí lo importante es que yo le pudiera decir a mi hermana, que mi hermana ni le he dicho que lo vea (programa de la periodista) porque digo, es que lo que ha salido, le da la razón a ella, "que esto no es lo que yo viví". Por lo que he sacado, y yo lo que quería era que sacaran la parte en la que eso es una secta también, hermanita, ¿lo ves ahora?, y no sacaron todo eso. Entonces, para mí es... la clave. *La clave de la manipulación coercitiva es utilizar el momento adecuado, pero sin ser adecuado, ya te buscaré yo la vuelta para que sea lo adecuado que yo te quiero decir a ti.* A uno lo pillaría, pues por el arte y a él le pillaría por el arte o le pillaría por los libros interesantes, y tal y la sexualidad, era todo muy interesante.

E: ¿Y cómo hablaban de las propias personas del grupo en el grupo? ¿Tenían quizás alguna diferenciación entre nosotros y quizás la gente de afuera?

A: Claro, no sé si había algún término, término como tal, que luego lo he visto en otros documentales, "los no elegidos o el no sé qué", como que ahí no. Dentro del grupo sí que había ciertas jerarquías. Lo de fuera era cero, no hay fuera, solo existe lo de aquí, lo de afuera es todo tóxico. El mundo es todo mentira, todos son conspiraciones, nos echa Chemtrail, nos envenenan con las vacunas, nos manipulan con la economía, nos envenenan con la alimentación. Entonces, aquí estamos con comida sana, ¿sabes?. Entonces no había un término para los de fuera, era todo lo que no fuera adentro no cuenta. Y si vienes de fuera... yo entraba por el pasillo, y dos segundos después del primer grito era, "claro, he hablado con el de la panadería un minuto y hemos estado simpáticos, claro, a lo mejor él estaba, o yo seduciéndole". Y era algo, (imitando gritos de Candela) "¿Con quién has estado? Es que lo noto". O sea, todo lo de fuera era malo. No había un término como tal.

E: Claro, pero era el concepto de... Sí.

A: Era (imitando a Candela) “no leáis los libros que yo no les digo, mirad las películas que yo quiero que veáis, no veáis telediaros”, o sea eso, pero para nosotros era lógico ¿para que me voy a envenenar con el telediaro?, si salgo yo beneficiada si no lo veo, que es verdad, porque es verdad. Pero si el contexto era aislarte de todo lo que tú te pudieras enterar de fuera y solamente era lo que ella te hacía llegar. Me acuerdo una vez cuando empezó a hablarnos de xxxx, que ya te digo que es una filosofía que viene de los xxxx, pues había mucha biografía en FNAC, en librerías grandes, tenían seis o siete autores hablando de eso, pues yo creo que de los 15 o 20 que éramos en aquel momento en aquel en el curso, creo que casi todos por no decir todos compramos algún librito del tema. Nos hizo dárselos para que ella los tirara porque no podíamos informarnos del eneagrama. Solo nos podía adoctrinar sobre el tema ella, y nos hizo tirar todos los libros. Cuando yo en su momento a escondidas, ya conociendo el tema que ya nos había explicado yo era como “ya no me va a influenciar”. Entonces leía los libros y no era la misma información, ¿Sabes? ahí yo podía contrastar y era lo que no, era (pensaba), “es que no está bien escrito que no lo han entendido bien, es Candela la que lo dice bien”. Porque tiene tanto peso lo que me ha dicho ella, que está ahí.

Las casualidades, las casualidades es una cosa que me cuesta mucho. Eso sí que lo he hablado con mi terapeuta. Para ella lo de las casualidades eran señales divinas, eran mensajes, eran señales que había que... Entonces, en los últimos años no he sido consciente de casualidades, pero los últimos meses sí. Cosas muy... Y claro, me revuelve entera, me revuelven. (Para proteger su identidad censuraré esta historia, pero explica que su nieto fue llamado por un personaje de un libro que le recomendó a sus hijos, mismo nombre que le puso a su gato), mi gatito murió hace tres años, y cuando hablaron de nombres para el niño, a mí me salió ese (con una modificación). Bueno, pues el mismo día de hace tres años, el mismo día que nace mi nieto murió mi gato, fua, el mismo día. Y claro, yo llego del hospital, me pongo a mirar las fotos que le hemos hecho al niño recién nacido, tal y cual y de esto que te salen como fotos.

E: Sí, de recuerdo.

A: Sí. El mismo día en el 23, y empezó a salirme las fotos de la mañana cuando le pusimos la inyección al gatito, cuando la estaban enterrando, digo “no me digas que se murió hoy hace tres años”. Y me pongo a ... mira, mira, te lo estoy contando y me da sudor. Es como que no sé qué hacer con eso, como si tuviera que hacer algo con eso. Una casualidad, tengo que hacer algo, tiene un sentido, tiene un mensaje. Y claro, se lo dije a Luciano y digo, “Lu, mira, que es que mi gatito murió justo hoy”, Luciano se puso ojiplático, dijo “mamá” (con tono asustada). No pasa nada, unos se mueren y otros nacen. No le di más importancia, pero te lo estoy contando porque para mí la está teniendo. Que justo el día que murió el gato, él mismo, o sea, hay 365 días, tiene que morir el mismo día. Entonces como hoy iba bajando con el coche, y yo lo de los pensamientos de la muerte están ahí, con más o menos intensidad, pero están ahí. Y esta mañana bajaba con el coche y he querido adelantar, y he visto el último segundo que iba a adelantar y he dicho “no”. Y efectivamente venía un coche, y menos mal que no he adelantado, por un

momento iba a adelantar, si yo iba a adelantar en la curva hubiera tenido que hacer algo, y digo, menos mal, y de repente he empezado, y si me muriera aquí en la carretera, la casa no la tendría recogida, imagínate lo que he pensado, si tengo una casa recogida.

Esta mañana, pues estaba pensando en lo de la casa recogida y el que me venía de frente cruzando la curva se ha metido en mi jale y me han vestido. Y he tenido que salirme del arcén, esta mañana. Ya está Candela en mi puta cabeza, “esto son señales, esto ... porque algo te va a pasar”, yo qué sé tía, me vuelvo loca, me vuelvo loca por las casualidades. Justo estoy pensando, no me he dado la hostia, y estoy pensando y tal, y de repente se sale un coche un segundo después y me embiste, o sea, es como mi pensamiento lo atraigo yo, atraigo a mi vida estas cosas porque soy yo, porque la culpa es mía.

E: Claro, te vuelve todo, te remite a todo eso que viviste.

A: Es una putada

E: Claro.

A: Ya no se que me preguntabas, me he ido otra vez.

E: No te preocupes, es más interesante lo que me dijiste, así que...

A: No sé si queda algo más.

E: Más o menos fuimos abarcando, no exactamente las preguntas que había hecho, pero tocamos todos los temas que quería tocar sinceramente.

A: La sexualidad, por ejemplo, ha sido uno, en este caso. Quiero ver el documental de La chaparra, que me han dicho que he salido Movistar Plus, donde este tío Tony también tenía un tema con la sexualidad muy turbia y tal, y quiero verlo porque Candela el tema de la sexualidad, muy encubierto, nadie sabía nada, pero yo creo que hay mucha tela con el tema del sexo, y como se aprovechó de los hombres dentro, a las mujeres nos controlaban de manteniendo relaciones sexuales con nuestro marido porque teníamos que hacer abstinencia sexual,” o ahora no, ahora tenéis que follar todos los días. Y además tenéis que follar, meterla tres veces y salir para que el hombre no eyacule”. O sea, hasta eso, todo, como, cuando, de qué postura. A mí me cambió el nombre, dejé de ser Carmen para ser Leila. O sea, te desprende de todo tía, de tu personalidad, de tu nombre, de tus hijos, de tu pareja. Pero yo fui allí para, “me quiero separar de este narcisista hijoputa, que ya no puedo más con él. O sea, no quiero que me viole más, no puedo más, no puedo más”. Y he estado 17 años más con él por culpa de ella, y yo ahora llevo ya, pues llevo 15 años sin sexo. Y claro, no me veo una mujer tan vieja ni tan mayor como para no

intentar buscar amigos, no me pica abajo, para nada, o sea, es que no quiero tener relaciones sexuales, ni las echo de menos, ni siento que me estoy perdiendo nada, es como la sexualidad la viví, y para mí eso sí que siento que ha sido por culpa de Candela, porque me obligo a estar con una persona que mantuvo ese error conmigo durante 17 años más. Y lo que manipuló en la sexualidad de todos, de todos, de todos.

E: Es que pasa a estar como muy contaminado, tu sexualidad a través de toda tu historia.

A: Claro, pero no, pero en mi contexto cuadraba perfectamente porque yo tenía esa cojera, pero a todos, a los niños que no tenían sexualidad también los ha condicionado. A todos, a los hombres, a todos. O sea, los hombres eran violadores y las mujeres éramos putones, la energía sexual era así, los hombres tóxicos y las mujeres tóxicas, las mujeres seductoras y los hombres folladores. Y desde ahí teníamos que limpiarnos todo eso. Cualquier instinto sexual, si no fuera para una elevación de la conciencia, eso no. Y claro, pues y por ejemplo, Luciano se echó de novio con Sabrina con 12 años, tiene 34, y sigue con él cuando salió toda a la luz, el dijo, cuando vio que yo había pedido ayuda a mi terapeuta, me dijo, “voy a buscar ayuda también porque estoy teniendo muchos problemas con Sabrina, y tal, pero es que Candela nos dijo que no llegaríamos a nada, y aquí sigo”, el con Sabrina, por llevarle la contraria a Candela, y a los pocos meses Sabrina se quedó embarazada. Y bueno, pues eso, que no ha vivido otra cosa, que no ha vivido nada. Y en cambio, Camilo se las folla a todas. O sea, fue el que pudo vivir varios personajes, y no tiene pareja porque se ha vuelto en el pueblo opuesto, “no quiero tener relación con nadie”, folla amigos, empatía, cariño y compromiso es feo. Entonces estamos en lugares muy opuestos por culpa de todo esto. Roberto se ha vuelto un seductor, y él sigue yendo a grupos, no al de Candela, pero siguen en grupos, y va a Reiki, y va esto, va a lo otro y ahora es un hombre soltero, atractivo y que además tiene mucha sabiduría de este tema, porque se ha tirado muchos años, entonces ahora él está utilizando eso para seducir a mujeres, porque Roberto es muy interesante ahora. Y porque no tiene... Pero si este podría ser un gurú, mi ex tío.

Por eso te decía el palo o el filo del hacha, yo me he sentido que he sido palo muchas veces. Pero hay gente que ha sido hacha y ha aprovechado todo eso y es muy jodido.

La secta sigue operativa, no sé si lo sabes (se eliminó una parte debido a que puede saberse de qué secta se habla).

Mucho dinero, es que es una estafa muy gorda. Pero es que te quita dinero.

E: Es que por ahí pasa el control también.

A: Claro por ejemplo, nosotros no teníamos dinero porque no llegábamos a final de mes. Entonces llegaba el invierno y había que llenar el depósito de gasoil para la calefacción del invierno, entonces costaba 900 € llenar el depósito, claro, si teníamos para terapia, pero para llegar el depósito no, que

hacia Candela, nos dejaba los 900 euros para que llenáramos el depósito, y en la paga de Navidad de Roberto del trabajo se lo devolvíamos, nunca teníamos dinero, porque el poco que llegaba en la paga de Navidad se lo teníamos que devolver al día, claro, nos pillaba por el dinero. Es que había tantas cosas, tanto, tanto, tanto. No perder a mis hijos, si no veo a mis hijos aquí no puedo verlos, en casa no puedo hablar con ellos, no vive conmigo ya Luciano, si yo no vengo aquí no los veo, hizo muchos...

E: Sí, por todos lados los tenía.

A: Sí, sí.

E: Bueno, Alicia, te agradezco muchísimo en serio por tomarte tanto tiempo y explicar todo con tanta naturalidad y franqueza. Realmente admiro mucho cómo contás la historia y todos los recursos que te fuiste haciendo en este tiempo, de hacerte amigos nuevos, de contar tu historia, de ver documentales.

A: Eso sí, eso sí.

E: Lo has hecho y se nota.

A: Lo estoy haciendo y todavía me queda, hay veces, mira ahora me viene el pensamiento de “¿cómo me enfoco, y que quiero hacer?”, pues hay veces que me veo como muy reivindicativa, quiero hacer algo con todo esto, darle la vuelta y manifestar. Hay otra parte de mí que dices, mira, es que es como si siguiera ahí. Gerónimo me lo dijo, “yo el último año he tenido que parar, porque es que era como no haber salido del todo”. Entonces hay una parte de mí que le da pena como soltarlo, llevo tres días sin ver un documental de sectas, y hay otra parte que me dice, llevo ya tres días sin ver nada, tranqui, ¿sabes? como que tengo esa...

E: Sí, a veces pasa a ser sobreinformación, quizás ¿no?

A: Sí, sí.

E: Lo entiendo eso.

(Luego hablamos de mi TFG y nos despedimos)

ANEXO 2

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACIÓN EN INVESTIGACIÓN

Utilizado para: Trabajo final de grado de la Licenciatura en psicología

Investigadora: Juana Berruezo

Institución: Universidad de Málaga y Universidad de Belgrano (Buenos Aires)

Tutor: José Miguel Cuevas Barranquero

INFORMACIÓN SOBRE EL ESTUDIO:

El Trabajo Final de Grado que realizaré busca analizar la transformación de la identidad en las personas que han sido miembros de grupos de alto control, y como posteriormente reconstruyen su identidad al salir del mismo. Su participación consiste en asistir a una entrevista del estilo narrativa que durará aproximadamente 60-90 minutos sobre su experiencia.

VOLUNTARIEDAD:

- Su participación es completamente voluntaria
- Puede retirarse en cualquier momento sin dar explicaciones
- Puede negarse a responder cualquier pregunta, sin tener que explicar los motivos
- Puede solicitar pausar la entrevista en caso de requerirlo

CONFIDENCIALIDAD Y ANONIMATO:

- Su identidad **no** será revelada bajo ninguna circunstancia
- Se utilizará un seudónimo que usted puede elegir, sino lo elegirá la investigadora de forma aleatoria
- Cualquier dato identificable será eliminado (nombres de personas, lugares específicos, información identificables, fechas exactas si lo prefiere)
- La grabación será custodiada tras la transcripción
- Solo la investigadora y el comité que evalúe mi trabajo de grado tendrán acceso a la grabación original
- La transcripción será enviada para que la revise usted antes de ser utilizada en el trabajo, puede escribirme cualquier inquietud que le genere

USO DE LOS DATOS:

- Los datos se utilizarán exclusivamente para este Trabajo Final de Grado (TFG) académico y un posible trabajo de investigación en un futuro (previamente se le preguntará en caso de realizarse)
- Fragmentos de la entrevista serán citados en el trabajo escrito (anonimizado)
- La transcripción anonimizada de la entrevista será presentado en el anexo de mi Trabajo Final de grado
- El TFG será público en repositorio universitario
- Usted recibirá una copia del TFG final si lo desea

GRABACIÓN:

- ☒ Autorizo que se grabe el audio de la entrevista para la posterior transcripción
- ☐ NO autorizo la grabación (se tomarán notas escritas)

DERECHO A RETIRAR INFORMACIÓN:

Puede solicitar que los datos de la entrevista sean eliminados hasta dos semanas posteriores a la entrevista sin dar explicaciones.

CONTACTO:

Investigadora: juana.berruezo@comunidad.ub.edu.ar

Tutor: jmcuevas@uma.es

He leído y comprendido la información anterior. He tenido oportunidad de hacer preguntas y han sido respondidas satisfactoriamente.

Consiento participar voluntariamente en este estudio.

Nombre (seudónimo si lo prefiere): Alicia

Edad al momento de la entrevista: 56

Fecha: 29-4-2026

Firma:

Investigadora: Juana Berruezo Pichon Riviere

Fecha: 30-04-2026

Firma:

**Referencias bibliográficas:**

Canto, J. M., & Vallejo-Martín, M. (2020). Revisitando el concepto de la banalidad del mal desde la perspectiva del liderazgo de identidad.

- Escritos de Psicología, 13, 34-45.
- Canto Ortiz, J. M., & Cuevas Barranquero, J. M. (2006). Sectas: Cómo funcionan, cómo son sus líderes, efectos destructivos y cómo combatirlas. Ediciones Aljibe.
- Canto Ortiz, J. M., & Moral Toranzo, F. (2005). El sí mismo desde la teoría de la identidad social. Escritos de Psicología, 1(7), 59-70.
- Cialdini, R. B. (2022). Influencia: La psicología de la persuasión. HarperCollins.
- Cuevas Barranquero, J. M. (2016). Evaluación de persuasión coercitiva en contextos grupales [Tesis doctoral, Universidad de Málaga]. Repositorio Institucional UMA.
- Cuevas Barranquero, J. M. (2023). Sectarismo 3.0. Nuevas características del proselitismo, nuevas dependencias. Repositorio Institucional UMA.
<https://hdl.handle.net/10630/27140>
- Festinger, L. (1957). A theory of cognitive dissonance. Stanford University Press.
- Gómez, Á., & Vázquez, A. (2015). El poder de "sentirse uno" con un grupo: Fusión de la identidad y conductas progrupales extremas. Revista de Psicología Social, 30(3), 481-511.
<https://doi.org/10.1080/02134748.2015.1065089>
- Hassan, S. (1990). Cómo combatir las técnicas de control mental de las sectas. Urano.
- Hassan, S. (2013). Freedom of mind: Helping loved ones leave controlling people, cults, and beliefs. Freedom of Mind Press.
- Herman, J. L. (1992). Trauma and recovery. Basic Books.
- Lifton, R. J. (1989). Thought reform and the psychology of totalism: A study of

"brainwashing" in China. University of North Carolina Press.

Morales Domínguez, J. F. (2025). *Invitación a la psicología social*. Sanz y Torres.

Morales Domínguez, J. F., Moya Morales, M. C., Gaviria Stewart, E., & Cuadrado Guirado, I. (Coords.). (2007). *Psicología social* (3.^a ed.). McGraw-Hill Interamericana de España.

Payne, M. (2002). *Terapia narrativa: Una introducción para profesionales*. Paidós.

Reicher, S., Haslam, S. A., & Rath, R. (2008). Making a virtue of evil: A five-step social identity model of the development of collective hate. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(3), 1313-1344. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00113.x>

Rodríguez-Carballeira, Á., Saldaña, O., & Almendros, C. (2017). Sectas coercitivas: Delimitación, evaluación e intervención. *Papeles del Psicólogo*, 38(2), 61-69.

Rodríguez-Carballeira, Á., Saldaña, O., Almendros, C., Martín-Peña, J., Escartín, J., & Porrúa-García, C. (2015). Group psychological abuse: Taxonomy and severity of its components. *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 7(1), 31-39. <https://doi.org/10.1016/j.ejpal.2014.11.001>

Singer, M. T., & Lalich, J. (1997). *Las sectas entre nosotros*. Gedisa.

Swann, W. B., Jr., Gómez, Á., Seyle, D. C., Morales, J. F., & Huici, C. (2009). Identity fusion: The interplay of personal and social identities in extreme group behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(5), 995-1011. <https://doi.org/10.1037/a0013668>

White, M., & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos* (O. Castillo, M. Beyebach, & C. Sánchez, Trads.). Gedisa. (Trabajo original publicado en 1990)

ANEXO 3



Defensa Trabajo final de grado

*"Aprendes a vivir con eso, cada vez lo piensas y te duele menos":
Reconstrucción identitaria tras la salida de un grupo de alto control.*

Escrita por: Juana Berruezo
Tutor: José Miguel Cuevas Barranquero

Objetivos

Analizar el proceso de reconstrucción identitaria que atraviesan los miembros de grupos de alto control durante su permanencia y tras la salida.

En cuanto a los objetivos específicos, ellos son:

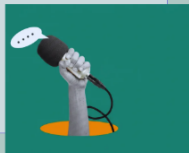
1. Identificar los mecanismos utilizados para transformar la identidad de los miembros del grupo, aplicando mecanismos aplicados para este fin
2. Analizar la experiencia de salida como crisis identitaria
3. Explorar los procesos de reconstrucción identitaria post-salida a largo plazo y aportes sobre los modelos de recuperación

Justificación

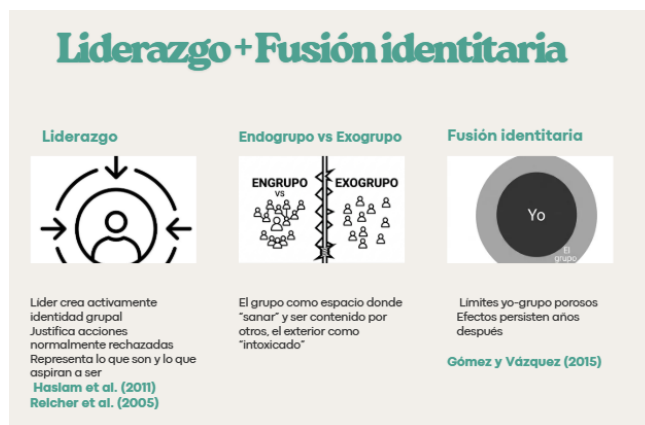


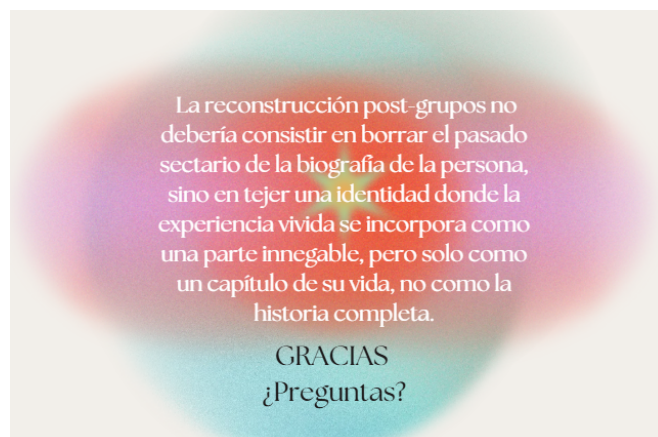
- Poca investigación sobre recuperación a largo plazo de ex-miembros de grupos de alto control
- Caso único: 15 años grupo, 10 años fuera permite observar el proceso completo, y dilucidar mecanismos empleados y recuperación post salida

Caso Alicia



- 56 años, residente de España
- Aproximadamente 15 años en un grupo de alto control de contenido Gestáltico
- Más de 10 años fuera de su salida
- Entrevista semiestructurada de 2 horas de duración





BIBLIOGRAFIA

Textos

Canto, J. M., & Vallejo-Martin, M. (2020). Revisitando el concepto de la banalidad del mal desde la perspectiva del liderazgo de identidad. *Escritos de Psicología*, 13, 34-45.

Canto Ortiz, J. M., & Cuevas Barranquero, J. M. (2004). Sectas: Cómo funcionan, cómo son sus líderes, efectos destructivos y cómo combatirlos. Ediciones Aljibe.

Canto Ortiz, J. M., & Moral Serrano, F. (2005). El sí mismo desde la teoría de la identidad social. *Escritos de Psicología*, 1(1), 39-70.

Cialdini, R. B. (2002). *Influencia: La psicología de la persuasión*. HarperCollins.

Cuevas Barranquero, J. M. (2016). Evaluación de persuasión coercitiva en contextos grupales [Tesis doctoral, Universidad de Málaga]. Repositorio Institucional UMA.

Cuevas Barranquero, J. M. (2019). *Sectarismo 3.0. Nuevas características del proselitismo, nuevas dependencias*. Repositorio Institucional UMA. <https://hdl.handle.net/10463/27340>

Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.

Gómez, A., & Vázquez, A. (2015). El poder de "sentirse uno" con un grupo: Fusión de la identidad y conductas grupales extremas. *Revista de Psicología Social*, 30(3), 481-511. <https://doi.org/10.1080/02044849.2015.1046589>

Hassan, S. (1990). *Cómo combatir las técnicas de control mental de las sectas*. Urano.

Hassan, S. (2013). *Freedom of mind: Helping loved ones leave controlling people, cults, and beliefs*. Freedom of Mind Press.

Herman, J. L. (1981). *Trauma and recovery*. Basic Books.

Lifton, R. J. (1986). *Thought reform and the psychology of totalitarianism: A study of "brainwashing" in China*. University of North Carolina Press.

Morales Domínguez, J. F. (2022). *Invitación a la psicología social*. Sanz y Torres.

Morales Domínguez, J. F., Mayas Morales, M. C., García Stewart, F., & Cuadrado Quiroga, I. (Coords.). (2007). *Psicología social (3.ª ed.)*. McGraw-Hill Interamericana de España.

Payne, M. (2002). *Terapia narrativa: Una introducción para profesionales*. Paidós.

Reicher, S., Haslam, S. A., & Barker, R. (2008). Making sense of evil: A five-step social identity model of the development of collective hate. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(3), 1331-1344. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00181.x>

Rodríguez-Carballeira, A., Saldaña, O., & Almendros, C. (2017). Sectas coercitivas: Delimitación, evaluación e intervención. *Papeles del Psicólogo*, 38(2), 43-69.

Rodríguez-Carballeira, A., Saldaña, O., Almendros, C., Morán-Pardo, J., Escartín, J., & Pardo-García, C. (2016). Group psychological abuse: Taxonomy and severity of its components. *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 7(1), 33-39. <https://doi.org/10.1016/j.ejpal.2014.11.001>

Singer, M. T., & Lesh, J. (1997). Las sectas entre nosotros. Gedisa: Swann, W. B., Jr., Gómez, A., Seyle, D. C.

Morales, J. F., & Hanks, C. (2019). Identity fusion: The interplay of personal and social identities in extreme group behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(5), 995-1018. <https://doi.org/10.1037/a0051368>

White, M., & Epston, D. (1990). *Medios narrativos para fines terapéuticos* (J. Castells, M. Baylebach, & C. Sánchez, Trad.). Gedisa. (Trabajo original publicado en 1990)

Imágenes

<https://www.shutterstock.com/es/>
<https://www.canva.com/>
 Generar generación de imágenes

