

Post-estructuralismo y terapia -¿de qué se trata?¹

La Terapia Narrativa está muy influenciada por las ideas del post-estructuralismo, por lo tanto, para muchos de nosotros puede representar todo un desafío entender qué es el post-estructuralismo. Personalmente, pienso que hemos estado muy entusiasmados, desafiados, esforzándonos y algunas veces hasta exhaustos tratando de entender lo que puede significar para nuestra práctica como terapeutas.

Aunque es un tema complejo, esto es solo una breve pieza. Nos hemos enfocado en unas pocas áreas y tratado de ofrecer algunas respuestas a preguntas comunes. No tratamos de implicar que son las respuestas correctas, solo esperamos que las encuentres útiles. Hemos aprendido mucho al reunirlos.

Para explicar el post-estructuralismo, vamos a ver las diferencias del estructuralismo, pensamos que así será más fácil. Queremos mencionar que de ninguna manera queremos deshonrar o faltarle al respeto a aquellos que prefieran engancharse con maneras de trabajar estructuralistas. Todos nos interesamos en ideas y prácticas terapéuticas diferentes. Todos creamos maneras de hacer terapia únicas. Aquí solamente trataremos de explicar cómo es que entendemos las ideas post-estructuralistas y cómo le dan forma a nuestro trabajo.

1.- ¿Qué es el estructuralismo y cómo ha influido en el mundo de la terapia?

Como lo entendemos, hubo un tiempo al que a veces se le denomina como "Revolución Científica", cuando varias personas en Europa empezaron a creer que el universo y todo en él podía entenderse si descubrimos las leyes (estructura) que gobierna al mundo físico. Asumieron que hay estructuras fundamentales que gobiernan todo, desde el cosmos hasta el comportamiento de las partículas más diminutas. Se desarrollan métodos científicos de investigación para aprender de las estructuras. Se aceptó que la exploración científica era objetiva y podía proveer de un conocimiento confiable, válido, universalmente aplicable al conocimiento del mundo. Este acercamiento llevó a progresos enormes y significativos en las ciencias físicas y los inventos y las tecnologías que se difundieron por el mundo lo transformaron de muchas maneras.

No es de sorprenderse que las ideas "estructuralistas" influenciaron las ciencias sociales, y una gran variedad de disciplinas (antropología, lingüística, sociología, psicología, terapia familiar) empezaron a buscar por las "estructuras" internas en las personas, familia, sociedades, cultura, lenguaje, etc. Uno de los efectos del estructuralismo en las ciencias sociales es creer que las personas se pueden estudiar en la misma forma que los objetos. Esto involucra a ver a las personas como separadas, como unidades distintas sin relación con otras. El estructuralismo implica también que se puede estudiar a las demás personas de manera imparcial y con objetividad. Esta manera de ver el mundo llevó a muchos "descubrimientos" en la ciencias físicas y se volvió popular. De hecho, particularmente en las profesiones, rodearon el mundo y hay muy pocos lugares a donde el estructuralismo no ha llegado.

Las ideas estructuralistas ciertamente influyeron el mundo de la terapia. En la psicología, estas ideas nos llevaron a creer que si queríamos saber "la verdad" acerca de las personas,

¹ Co-ordinado por Leonie Thomas. Narrative Therapy: Responding to your questions. Compiled by Shona Russel and Maggie. Carey. Dulwich Centre Publications 2004 Adelaide, South Australia. Traducido por Marta Rivera

necesitábamos pelar "las capas" del self. Y que ahí dentro en lo profundo, encontraríamos el self interno y por lo tanto, "la verdad" de la identidad de la persona. El estructuralismo llevó a creer que el "comportamiento" de las personas se debía a la influencia de estas estructuras fundamentales. Los terapeutas y otros empezaron a desarrollar maneras de interpretar el comportamiento de las personas como si estuvieran relacionado de alguna manera con esos trabajos del self interno, psiqué profunda o naturaleza interna. Cuando alguien actúa en la forma deseable se decía que su self interno trabaja bien y cuando alguien actuaba de manera menos deseable, se dice que se debe a algún desorden o déficit o distorsión del self interno de su ser.

La influencia del estructuralismo aun se puede ver en el mundo de la terapia. El estructuralismo anima a terapeutas y otros profesionales a creer que es nuestro rol saber las "verdades" emocionales y psicológicas acerca de aquellos con los que trabajamos, que es nuestro papel ser capaces de interpretar/diagnosticar el comportamiento como si estuviera relacionado con el trabajo del self/naturaleza/psiqué interno o profundo de la persona, y que es nuestro rol desarrollar un tratamiento para esa persona.

Es obvio que la manera como cada terapeuta lo hace es muy diferente. Todo lo que hemos hecho aquí es tratar de explicar lo que creemos que significa el estructuralismo y mencionar algunas tendencias generales en relación a cómo ha influido el campo de la terapia.

2.- ¿Qué es el post-estructuralismo y cómo es relevante en el mundo de la terapia?

El post-estructuralismo es una manera de pensar que está cuestionando algunas suposiciones del estructuralismo. Sus orígenes se pueden trazar a varios filósofos franceses, como Michael Foucault y Jaques Derrida, y ha estado influyendo en muchos de los diferentes campos donde había prevalecido el pensamiento estructuralista.

Para explicar las diferencias entre estructuralismo y post-estructuralismo hemos creado una tabla:

El estructuralismo piensa:

Anima a investigar las "estructuras profundas" o "verdades esenciales" de las personas.
Esta búsqueda de las "estructuras profundas" o "verdades esenciales" puede ser objetiva
Es la "estructura profunda" (por ejemplo, el ser interior) lo que le da forma a la vida.
Nuestras ideas, problemas, cualidades, están ligadas a ese self interno.
Nuestras identidades son fijas y esenciales para ser encontradas dentro de nuestro ser profundo
Nuestras identidades son siempre consistentes

El Post-estructuralismo piensa:

Piensa que es importante poner atención a los efectos reales del proceso de ver las "estructuras profundas" o "verdades esenciales". Uno de estos efectos en las profesiones de la salud ha sido el desarrollo de varias normas e ideas acerca de cómo "deben" lucir las vidas de las personas para ser "sanas".
Que lo que buscamos, lo que creemos y donde partimos dará forma tanto cómo buscamos como lo que encontremos.
El lenguaje y el uso del lenguaje juega un papel vital en la formación de la vida.

Lo que las personas dicen y hacen y cómo nos relacionamos entre nosotros da forma a nuestra vida. Los significados que le damos a los hechos de nuestras vidas, y cómo los organizamos en historias acerca de nosotros y los demás, da forma a la vida.
Nuestras ideas, problemas y cualidades son productos de la cultura y de la historia. Se han creado con el tiempo y en contextos particulares.
Nuestras identidades están siendo constantemente creadas en relación con los demás, con las instituciones y con las relaciones de poder mas amplias.
Nuestras identidades se hacen, y continuamente se están construyendo, de muchas, (algunas veces contradictorias) historias.

El pensamiento post-estructuralista nos invita a terapeutas a:

Asistir a las personas (cuando es relevante) a dejar de medir su vida de acuerdo a ciertas normas sociales que dicen cómo "debería" ser la vida.
Cuestiona la "objetividad", ser "experto" y las "prácticas de interpretación" del terapeuta
Cuestiona ideas dadas por hecho y suposiciones que se puedan sostener a través del lenguaje que usamos en terapia
Consideran cómo las historias y los rituales y otros aspectos son relevantes al entendimiento del proceso de terapia
Externaliza ideas, problemas y cualidades en la conversación terapéutica
Toma muy en serio como con cada conversación de la terapia se formará la identidad (hasta cierto grado) tanto de la persona que consulta al terapeuta como a la terapeuta. Cómo podemos involucrar a testigos que aprecien el trabajo que ocurre en el lugar de terapia
Desarrollar prácticas confiables para checar el efecto real de la conversación terapéutica con aquellos que nos consultan
Considerar cómo las historias de nuestra vida dan forma a nuestra vida y con la terapia se puede enriquecer la descripción de la identidad preferida.

3.- ¿El post-estructuralismo está influyendo solo a la terapia o es un fenómeno más amplio?

¡El post-estructuralismo es un fenómeno diseminado! Desde 1960 ha habido un progreso exponencial en la investigación post-estructuralista en una gran variedad de campos incluyendo la filosofía crítica, antropología cultural, lingüística, teoría literaria, y sociología. Progresos relacionados están ocurriendo también en los campos del arte, educación, arquitectura así como en matemáticas y física.

4.- ¿Cómo se relaciona el feminismo con el post-estructuralismo?

Así como el post-estructuralismo cuestiona lo dado por hecho, el feminismo cuestiona y desafía las maneras dominantes de entender las relaciones y los efectos del patriarcado en la vida de las personas. Hay muchas formas de feminismos basados en entendimientos estructurales que promueve ideas de la naturaleza o esencias únicas de la mujer. Otras formas de feminismo, el post-estructuralista o no estructuralista cuestiona las ideas de un "self femenino" o "self masculino" y hablan de muchas masculinidades y feminidades. Han

trazado las historias de la forma de ser de la mujer, creada en un contexto específico de cultura, raza, clase y sexualidad y otras formas de poder.

5.- ¿Es siempre tan difícil de entender el post-estructuralismo? Si es así, ¿Por qué?

El post-estructuralismo no siempre es difícil de entender, aunque a veces si lo es. Esto se debe a muchas razones. Algunas ideas vienen de filósofos y puede ser un poco difícil interesarse en sus maneras de escribir y entender todas las discrepancias de lo que están tratando de manejar. Algunos de estos escritores escribieron originalmente en un lenguaje que no es el español² (principalmente en francés) y sus escritos tienen que ser traducidos y esto no necesariamente facilita la lectura. Pero otra razón es porque no estamos acostumbrados/as a estas ideas. El pensamiento estructuralista ha sido muy común por aproximadamente 300 años y por eso, el post-estructuralismo puede parecernos poco familiar y a veces confuso. Lo que es más, para muchos de nosotros/as solo si te introducen al post-estructuralismo es que piensas acerca del estructuralismo. Aprender sobre estos dos marcos de entendimiento para entender nuestro mundo social y las diferencias entre ellos, puede ser un reto. Como todo lo diferente a lo que estamos acostumbrados, entender el post-estructuralismo invita a estirar nuestras mentes a trabajar con lo que estemos de acuerdo, con lo que no estamos de acuerdo y traer a colación con nuestro propio entendimiento.

6.- ¿Qué es lo que han encontrado de más ayuda acerca del post-estructuralismo en relación a las prácticas terapéuticas?

Aquí hay algunas cosas que varios terapeutas están encontrando con ayuda de las ideas post-estructuralistas:

- Entender que las identidades no son fijas, que siempre están en el proceso de ser creadas me ha ayudado a entender la manera diferente lo que pasa en la oficina de la terapia. Me hace pensar que nosotros/as como terapeutas estamos en la profesión de asistir a las personas en la creación y re-creación de sus identidades. Me gusta esta idea.
- La idea de que la identidad es algo creada por nuestra relación con los demás, en lugar de algo interno, digo, estoy tratando ahora de crear un audiencia para que sea testigo de los cambios que alguien está haciendo en su vida. Ya sea si es invitando a alguien a la oficina o con otros a través de la escritura, me ocupo pensando quien sería bueno para ser testigo de estos progresos.
- Reconocer que las identidades son creadas socialmente significa que ahora estoy más en buscar cómo nuestras vidas están influenciadas por la historia, la cultura, el género, la sexualidad, la clase social y otras extensiones de las relaciones de poder.
- Pienso que siempre he sido terapeuta sensible con aquellos que acuden a verme y siempre he tratado de escuchar qué diferencia ha hecho la terapia en sus vidas. Ahora, estoy con más determinación a checar las cosas en la terapia. No creo que entienda completamente el post-estructuralismo, pero me gusta la idea de que no puedo saber "la verdad" acerca de las identidades de las demás personas. Eso realmente me checa, siempre me ha checado. Ahora solo tengo una manera diferente de entender el por qué.

² la traducción literal sería "que no es el inglés". (nota de traductora)

- Al interesarme en ideas post-estructuralistas, me estoy dando cuenta que mis entendimientos nunca son objetivos, neutrales o sin evaluación. Esto me está animando a examinar mis propias perspectivas y me previene de imponer mis ideas sobre otros. Me está manteniendo en mis zapatos y creo que es una cosa buena.
- Las ideas post-estructuralistas me están ayudando a buscar tiempos, lugares, sucesos, maneras de ser que no checan con "lo normal". Me gusta más celebrar esto ahora. Claro, no me estoy refiriendo a cosas que son de alguna manera hirientes a otros, solo las peculiaridades de la vida. Estoy lista para observar las diferentes maneras en que las personas intercambian sus vidas y explorar la historia de esto y lo que significa para las personas. Con esto encuentro conversaciones verdaderamente interesantes.

Últimas palabras:

¡Eso es todo por ahora! Esperemos que estas preguntas y respuestas hayan sido de ayuda. Es un gran tema que también encontramos realmente emocionante. Las ideas post-estructuralistas parecen abrir nuevas posibilidades para formas creativas de escucha y de trabajo con las personas.

Acerca de estas preguntas y respuestas:

Hemos recogido estas respuestas a estas preguntas frecuentes acerca del post-estructuralismo y la terapia en respuesta a algunas requerimientos comunes. Leonie Thomas con la asistencia de otras personas que trabajan para las Publicaciones del Dulwich Centre generaron las preguntas y las mandaron a varios practicantes. Algunas de las conversaciones se llevaron a cabo aquí en el Dulwich Centre. Las respuestas son combinaciones y los borradores circularon ampliamente para su discusión y refinamiento.

Agradecimientos:

Queremos agradecer a las siguientes personas que se involucraron en la generación de esta pieza: Leonie Thomas, Bec Gooden, Gene Coombs, Susanna Chamberlain, Michael White, Helen Gremillion & Kiwi Tamasese. Queremos reconocer especialmente el papel de David Denborough para reunir toda esta contribución.

Lecturas Recomendadas:

Burr V. 1995. *An Introduction to social Construction*. London: Routledge.

Foucault, M. 1980: *Power/Knowledge: Selected interviews and other writings 1972-1977* (ed. Colin Gordon). New York: Pantheon.

Weedon, C. 1987: *Feminist Practice & Poststructuralism Theory*. Oxford: Blackwell.