

Título del original en inglés:  
*Re-Autoring Lives. Interviews & Essays*  
© 1995 by Dulwich Centre Publications

Traducción: Verónica Tirotta

Primera edición: enero del 2002, Barcelona

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© Editorial Gedisa, S.A.  
Paseo Bonanova, 9 1º-1ª  
08022 Barcelona, España  
Tel. 93 253 09 04  
Fax 93 253 09 05  
Correo electrónico: [gedisa@gedisa.com](mailto:gedisa@gedisa.com)  
<http://www.gedisa.com>

ISBN: 84-7432-847-0  
Depósito legal: B. 2783-2002

Preimpresión: Editor Service, S.L.  
Diagonal 299, entresol 1ª  
Tel. 93 457 50 65  
08013 Barcelona

Impreso por:  
Carvigraf  
Cot, 31, Ripollet

Impreso en España  
Printed in Spain

Queda prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio de impresión, en forma idéntica, extractada o modificada, en castellano o en cualquier otro idioma.

## Índice

Introducción ..... 9

### ENTREVISTAS

1. La perspectiva narrativa en la terapia ..... 15
2. Los aspectos políticos de la terapia ..... 47
3. Por fuera del conocimiento experto ..... 65
4. Nombrar el abuso y liberarse de sus efectos ..... 87
5. Experiencia psicótica y discurso ..... 117
6. Una conversación sobre la responsabilidad ..... 159

### ENSAYOS

7. El trabajo con el equipo de reflexión como ceremonia de definición ..... 175
8. Nuevas consideraciones sobre los documentos terapéuticos ..... 201
9. El comportamiento y sus determinantes o la acción y su sentido: sistemas y metáforas narrativas ..... 215

cho más, quisiera agradecer especialmente las conversaciones que Cheryl White y yo hemos compartido a lo largo de la historia de nuestra relación. Conversaciones en el contexto de una relación en la cual Cheryl ha cuestionado constantemente los límites de lo que soy capaz de pensar con respecto al género y, por otra parte, la cultura y la raza. He vivido esta relación como una fuente generadora de muchas cosas.

También está la contribución de todas las personas que me han consultado a lo largo de muchos años. De innumerables maneras, han sido una fuente de renovación constante para este trabajo y su *feedback*, tan generosamente brindado, me ha ayudado a distinguir las ideas provechosas de las que no lo son. Está el apoyo, el entusiasmo, la buena voluntad y, por supuesto, las preguntas y comentarios de todos los terapeutas que asistieron a cursos de formación aquí en Adelaida y en otros lugares, y que han contribuido de muchas maneras a la definición de este trabajo. Están los amigos y los colegas a quienes tengo que agradecer por darme su aliento. No los nombraré aquí, porque no sé dónde terminaría la lista o incluso si efectivamente podría completarla. Haré una mención especial: David Epston, mi íntimo amigo y colega, que desde hace tiempo estuvo alentándome a armar esta recopilación. En mi relación con David, siempre he encontrado esa camaradería, la que ha sido una fuente de fortaleza personal y que me ha brindado un sentimiento de camaradería en este trabajo, que ha sido esencial para que llevara este trabajo hacia contextos desconocidos y, en ocasiones, hostiles.

Por último, quisiera expresar mi agradecimiento a quienes realizaron las entrevistas que forman el cuerpo principal de esta recopilación: Donald Bubenzer, John West, Shelly Boughner, Lesley Allen, Andrew Wood, Christopher McLean y Ken Stewart. Estas personas lograron mucho, gracias a la cuidadosa preparación que dedicaron a cada entrevista: fueron capaces de abordar muchas de las preguntas más importantes y los temas más destacados.

## 1

## La perspectiva narrativa en la terapia\*

ENTREVISTA DE

DONALD L. BUBENZER, JOHN D. WEST Y SHELLY R. BOUGHNER\*\*

### Influencias sobre el enfoque terapéutico

DONALD: Michael, ¿por qué no comienzas por contarnos algunas de las ideas y teorías que han influido en tu vida profesional?

MICHAEL: Desde el punto de vista de las teorías, digamos que al principio de mi carrera estaba interesado en seguir algunas de las escuelas de terapia familiar. Hacia fines de los setenta me interesé más en examinar algunas de las ideas en que se apoyaban las escuelas de terapia familiar. Decidí volver hacia atrás y hacer mi propia interpretación de esas ideas, en lugar de simplemente aceptar

\* Publicado originalmente en *The Family Journal: Counseling and therapy for couples and families*, 1994, 2 (1), págs. 71-83 y reimpresso con autorización. Copyright ACA. No se autorizan ulteriores reproducciones sin un permiso escrito de la American Counseling Association.

\*\* Donald L. Bubenzer y John D. West son integrantes del cuerpo docente y Shelly R. Boughner es una aspirante al doctorado del Counseling and Human Development Services Program en la Kent State University, en Kent, Ohio. Se les puede escribir al 310 White Hall, Kent State University, Kent, Oh. 44242, USA. (Esta entrevista fue realizada en Atlanta, en marzo de 1993).

las interpretaciones de los fundadores de estas escuelas. Comencé a hacerlo a finales de la década de 1970 y entonces me interesó especialmente el trabajo de Gregory Bateson. Recuerdo que me sentía muy entusiasmado ante las posibilidades asociadas con interpretar yo mismo estas ideas y explorar las implicaciones de estas interpretaciones en el trabajo con familias. Además, a principios de la década de 1970 me había interesado en la filosofía de la ciencia, especialmente en el fenómeno de la revolución científica dentro de la comunidad científica. Este interés me condujo a observar cómo determinados paradigmas son abandonados y reemplazados por otros, es decir este trabajo tiene que ver realmente con una transformación radical en los sistemas sociales. De las muchas ideas que captaron mi atención en la década de 1980, las de Michel Foucault (1973, 1979, 1980, 1984), un intelectual francés, han sido las que más influencia han tenido sobre mí. Siempre estuve más interesado en leer por fuera de los límites de la profesión que al interior de esta. La teoría feminista también ha sido muy importante y he abrevado bastante fuertemente en la teoría literaria, la antropología, la teoría crítica, etcétera: de hecho, en muchas disciplinas que han contribuido a la exploración de los desarrollos más recientes en teoría social.

**DONALD:** Parece que todos los profesionales con quienes hablamos, tanto los que se ocupan de la práctica clínica como los que se dedican a la formulación teórica, señalan que su inspiración proviene de un campo ajeno a la propia disciplina o teoría. ¿Qué piensas acerca del modo en que esta perspectiva externa alienta nuevas ideas?

**MICHAEL:** Pienso que leer por fuera de la disciplina más probablemente nos proporcionará metáforas que alienten nuevas maneras de pensar sobre la terapia. Y pienso que dichas lecturas, especialmente cuando se vinculan con los desarrollos más recientes en la teoría social, entre ellos la teoría crítica, también nos ayudan a considerar las diversas maneras en que estamos —o podríamos estar— reproduciendo la cultura dominante dentro de la disciplina terapéutica. También nos ayuda a considerar la manera en que diversos aspectos de esta reproducción cultural pueden resultar dañinos para las personas que solicitan nuestra ayuda y, asimismo, para

nuestras propias vidas. De manera que, si bien creo que dentro de la disciplina se están diciendo algunas cosas realmente brillantes, y alentaría a los terapeutas a que se mantengan actualizados con las lecturas pertinentes, realmente pienso que es muy provechoso utilizar ideas provenientes de otros campos, puesto que algunas de estas ideas nos permiten reflexionar más críticamente acerca de la así llamada disciplina de la terapia de familia. Aquí, no utilizo «crítica» en un sentido negativo, sino señalando que nos permite estar más en contacto con las prácticas y maneras de pensar sobre la vida y la terapia que damos por sentadas. El pensamiento crítico nos alienta a revisar nuestros supuestos y a hacer visibles algunas de nuestras prácticas cotidianas de vida y de relación que damos por sentadas. Una consecuencia de esto es que nos hacemos más conscientes de los efectos que tienen estas maneras de pensar y de actuar y una segunda es que se nos hace más factible responsabilizarnos por los efectos reales de nuestro trabajo en las vidas de las personas que solicitan nuestra ayuda.

**DONALD:** ¿De dónde te surgió entonces esta idea de «relato»?

**MICHAEL:** Inicialmente, fue el trabajo de Gregory Bateson el que me introdujo a esta idea. Pero quienes me alentaron a interpretar mi trabajo de acuerdo con la metáfora narrativa y a emprender una exploración más específica de esta metáfora fueron Cheryl White y David Epston. Así fue como me empecé a interesar mucho por la estructura de los textos.

### **Las ideas que subyacen al enfoque narrativo**

**DONALD:** ¿Podrías por favor explicar para los lectores a qué te refieres con el concepto de «la vida como relato o narrativa» que está en la base de tu trabajo?

**MICHAEL:** Es afirmar que los seres humanos son seres interpretantes: que interpretamos activamente nuestras experiencias a medida que vamos viviendo nuestras vidas. Es afirmar que no nos es posible interpretar nuestra experiencia si no tenemos acceso a algún marco de inteligibilidad que brinde un contexto para nues-

tra experiencia y posibilite la atribución de significados. Es afirmar que los relatos constituyen este marco de inteligibilidad. Es afirmar que los significados derivados en este proceso de interpretación no son neutrales en cuanto a sus efectos en nuestras vidas, sino que tienen efectos reales en lo que hacemos, en los pasos que damos en la vida. Es afirmar que es el relato o historia propia lo que determina qué aspectos de nuestra experiencia vivida son expresados y es afirmar que es el relato o historia propia lo que determina la forma de la expresión de nuestra experiencia vivida. Es afirmar que vivimos a través de los relatos que tenemos sobre nuestras vidas, que estas historias en efecto moldean nuestras vidas, las constituyen y las «abrazan».

Muchas personas confunden la propuesta narrativa con una forma de representacionismo. Algunos suponen que cuando invoco la metáfora narrativa estoy hablando de una descripción de la vida, no de la estructura misma de la vida; suponen que estoy sugiriendo que el relato es un espejo de la vida, un reflejo de la vida tal como es vivida: un mapa del «territorio» de la vida. Y algunos suponen que estoy proponiendo algún tipo de idea perspectivista: que un relato de vida específico nos presenta tan sólo una de las muchas perspectivas de la vida igualmente válidas, de manera que si las personas relatan experiencias dolorosas, todo lo que tenemos que hacer es alentarlas a adoptar una perspectiva diferente sobre sus vidas y contar una historia diferente. Esos son supuestos representacionistas que se basan en la tradición del pensamiento fundacionalista, no en la orientación construccionista que acompaña la metáfora narrativa.

Si suponemos que nuestras vidas son constituidas a través de la narrativa, se hace realmente imposible que tomemos la posición de que «un relato es tan bueno como otro». El relativismo moral queda descartado. En cambio, nos ocuparemos especialmente de atender a los efectos reales de esas historias que constituyen las vidas de las personas.

DONALD: ¿Hay un sistema de valores subyacente con el cual evaluas el valor relativo de las historias?

MICHAEL: Sí, siempre. Pero no es un sistema de valores aliado con las normas establecidas o los llamados «universales».

DONALD: Entonces es algo así como una perspectiva construccionista, dentro del contexto de un sistema de valores subyacente.

MICHAEL: Pienso que no existe ninguna posición construccionista que pueda eludir una confrontación con cuestiones de valores y ética personal. De hecho, a mi entender, la posición construccionista pone el acento en estas cuestiones y exalta esta confrontación. Por lo tanto, la idea de que las posiciones construccionistas conducen a un estado de relativismo moral (en el que no hay ninguna base para tomar decisiones acerca de diferentes acciones) no concuerda con lo que yo sé sobre esta posición. Si reconocemos que lo que compone o moldea o constituye nuestras vidas son las historias que se han negociado sobre nuestras vidas, y si en la terapia colaboramos con las personas en la negociación ulterior o renegociación de las historias de sus vidas, estamos entonces realmente en la posición de tener que enfrentar y aceptar, más que nunca, alguna responsabilidad por los efectos reales que tienen nuestras interacciones en las vidas de los otros. Nos vemos confrontados con un grado de responsabilidad en la evaluación de los efectos reales que producen los autorrelatos alterados o alternativos.

SHELLY: Cuando hablas de que los relatos moldean nuestras vidas, me recuerdas el concepto de que «el relato nos vive», en lugar de ser nosotros quienes vivimos nuestra historia. ¿Cuál es tu visión a este respecto?

MICHAEL: Esta idea acerca de que los relatos nos viven es una parte importante de la ecuación. Sin embargo, es probable que al señalar que nuestras vidas son abrazadas por los relatos, privados pero construidos, que tenemos sobre la vida haya sido demasiado enfático. Si la idea de que los relatos «nos viven» o «abrazan nuestras vidas» conduce a la noción de que las personas van por la vida más bien a la deriva, representando una y otra vez o reproduciendo estos relatos, entonces me parece que es una idea problemática. Los relatos proporcionan el marco que nos hace posible interpretar nuestra experiencia y estos actos de interpretación constituyen logros en los que nosotros somos parte activa. Además, un único relato no puede vivir por nosotros completamente, porque no existe relato que esté libre de ambigüedad y contradicción y que además

pueda manejar todas las contingencias de la vida. Estas ambigüedades, contradicciones y contingencias amplían nuestros recursos para la creación de significados. Nos esforzamos realmente para resolver o darles sentido a estas contradicciones y ambigüedades y a nuestra experiencia de estas contingencias: darles sentido a experiencias significativas que no pueden ser interpretadas tan fácilmente por medio de los relatos dominantes sobre nuestras vidas con los que contamos, darles sentido a experiencias que amenazan con dejarnos desconcertados, confundidos o perplejos. En este proceso, a menudo exaltamos o invocamos algunos de los subrelatos de nuestras vidas y es precisamente esta índole multi-relatada de la vida la que requiere al menos algún grado de mediación activa de nuestra parte.

DONALD: Cuando las personas solicitan asesoramiento psicológico, ¿cuáles son tus supuestos respecto de lo que constituyen problemas humanos?

MICHAEL: Cuando las personas vienen a consultarme, supongo que sus maneras de ser y pensar, o las maneras de ser y pensar de otros, de alguna manera son problemáticas para ellos (que los efectos reales de estas maneras de ser y pensar son vividos como negativos). Algunas personas son más capaces que otras de expresar claramente su vivencia de estas maneras de ser y pensar. Por ejemplo, algunas personas hacen claras afirmaciones acerca de las experiencias de la vida que consideran que sojuzgan o descalifican sus maneras preferidas de ser y pensar.

DONALD: ¿Podrías hablar un poco sobre el tema de la «cultura como relato» y sobre cómo se vincula también con los problemas que las personas pueden experimentar en la vida?

MICHAEL: En nuestra cultura hay un relato dominante acerca de qué significa ser una persona moralmente valiosa. Este relato exalta la seguridad en sí mismo, la autonomía, la realización personal, etcétera. Desde la posición que estamos discutiendo aquí, se considera que estas ideas especifican o prescriben una manera de ser y pensar que moldea eso que suele llamarse «individualidad». Esta individualidad es una manera de ser que, en realidad, no es más

que una manera culturalmente preferida de ser. Por ende, para nosotros las nociones que acompañan este relato dominante acerca de lo que en nuestra cultura significa ser una persona moralmente valiosa no representan un modo de vida auténtico o una expresión real o genuina de la naturaleza humana sino, más bien, una especificación o prescripción de preferencias culturales. No podemos hablar de seguridad en sí mismo o realización personal sin hacer una descripción o contar una historia sobre cómo sería una vida si fuese segura de sí y personalmente realizada. Y estas mismas descripciones o relatos de cómo sería una vida si fuera «correcta» moldean la vida. Y lo «correcto» es específico de cada cultura. Lo «correcto» requiere de ciertas operaciones sobre nuestras vidas, muchas de las cuales tienen una especificidad de género y de clase. Por medio de estas operaciones, gobernamos nuestros pensamientos, nuestras relaciones con los demás, nuestra relación con nosotros mismos, incluso la relación con nuestros cuerpos (nuestros gestos, la disposición de nuestros cuerpos en el espacio, incluso el modo en que nos sentamos y nos movemos, etcétera). Todo al servicio de reproducir la «forma privilegiada» o el modo de ser dominante de una cultura.

DONALD: «Diversidad» es una de esas palabrejas que nadie comprende demasiado bien que circulan para describir nuestro tiempo, y supongo que es probable que el construccionismo social esté poniéndose a la vanguardia porque puede adaptarse a esta diversidad cultural mejor que otros paradigmas. ¿Qué piensas acerca del motivo por el cual el construccionismo social parece expresar mejor nuestro mundo en este momento?

MICHAEL: Espero que «diversidad» no sea tan sólo un neologismo rimbombante y vacío de nuestro tiempo. Pero temo que pueda serlo y yo no estoy para nada convencido por esas argumentaciones que postulan que estamos siendo testigos de la emergencia de una cultura «posmoderna». Algunas de estas argumentaciones se basan en los presumibles efectos de los recientes y extraordinarios desarrollos en la tecnología de las comunicaciones: que estos desarrollos exponen a las personas a múltiples realidades y las incitan a participar en ellas y que tienen el efecto de sacudir todas las viejas «certezas» e introducir a las personas en experiencias alternati-

Muy interesante

vas del yo y en la diversidad. Pero yo pregunto: ¿es posible que el desarrollo mismo de estas tecnologías de las comunicaciones esté desvinculado de la ideología? No lo creo. ¿Es posible que estas tecnologías atenúen la supremacía de las ideologías dominantes? No lo creo. Puede argumentarse sólidamente que sucede justamente lo contrario: que estas tecnologías contribuyen a la producción de un yo transcultural «monolítico». Tomemos el ejemplo de la televisión: sin duda, a través de este medio ahora se nos confronta con muchas otras imágenes de la vida (de la vida vivida de otro modo), pero en la presentación de estas imágenes siempre hay una interpretación. Es decir que la presentación y recepción de estas imágenes y de los significados atribuidos a ellas son mediadas por la ideología dominante. De modo que creo que hay un riesgo muy real de que estemos desarrollando algo más parecido a una monocultura internacional, y es obvio que esto podría tener el efecto de reducir aun más los márgenes de libertad personal y cultural. Pienso que Chomsky (1988) así lo ha establecido en sus observaciones acerca de la «fabricación del consenso» y lo que argumenta me parece muy convincente.

Pero no tenemos porqué resignarnos a un yo monolítico transcultural o al desarrollo de una monocultura. Muchas personas, quizá más que nunca antes, están proponiéndose desafiar muchos de los «grandes conceptos» tradicionales y su cuestionamiento ha tenido algún éxito. Tomemos por ejemplo el gran concepto de familia nuclear. En realidad no se ajusta a lo que está sucediendo en el mundo (nunca en verdad lo hizo). Después de todo, fue básicamente una producción de la ideología dominante de la década de 1930.

Creo que es cada vez más evidente, para todo aquel que se tome el trabajo de observar y escuchar, que allí afuera hay virtualmente tantas formas de familia como familias existentes y que muchas formas significativamente diferentes parecen funcionar bastante bien. En algunos círculos, existe ahora un mayor interés en explorar cómo funcionan las formas familiares alternativas por el expediente de consultar a dichas familias. De este modo, es menos probable que las personas que pertenecen a familias que no cumplen con los requisitos del modelo de la familia nuclear se sientan marginadas. Y, asimismo, pueden exaltarse y comunicarse más ampliamente saberes alternativos sobre la vida familiar. Creo que las investigadoras feministas han liderado la exploración y exaltación

de otras formas de organización social y, como terapeutas, creo que ya es hora de que dejemos de renunciar a nuestra responsabilidad y de que en cambio comencemos a tener un rol más activo: en otras palabras, es hora de sumarnos a ellas en esta importante tarea.

De manera que, si «diversidad» es tan sólo un término ampuloso y vacío, realmente pienso que con la ayuda de lo que llamamos construccionismo social, podríamos hacer un aporte importante para darle vida y contenido a esta palabra. El construccionismo social podría aplicarse a esta tarea no sólo porque conduce a consideraciones que facilitan la expresión de la diversidad, sino también porque constituye dicha diversidad.

DONALD: Volviendo a la terapia, tú argumentas que allí afuera existen múltiples relatos y propones maneras en que podríamos intentar incorporarlos en nuestro trabajo, en lugar de intentar, como lo hemos hecho en el pasado, producir un relato cultural dominante que, como tú dices, margina a esas otras formas y las mantiene fuera de la corriente cultural principal.

MICHAEL: Pienso que algunos de los desarrollos recientes en nuestra disciplina, en las áreas de teoría, práctica e investigación, efectivamente desafían algunas de las políticas centrales a la preocupación por la reproducción de la cultura dominante en el ejercicio del asesoramiento psicológico y en la terapia. Por ejemplo, ha habido un desafío generalizado a algunas de las prácticas de poder que incitan a las personas a medir sus vidas, relaciones, familias, etcétera, según alguna idea acerca de cómo deberían estas ser; y también se ha cuestionado hasta qué punto los terapeutas han obrado intentando moldear a las personas y las relaciones para que se ajustaran a las estructuras «ideales» que sustentan estas ideas. Me gustaría reiterar que no creo que nuestra misión sea la de cómplices absolutos con la reproducción de la cultura dominante y, al menos hasta cierto punto, algunos de los recientes desarrollos en la teoría y la práctica en efecto nos permiten alejarnos de esa posición. Estos desarrollos nos alientan a reconocer y cuestionar el aspecto político de la terapia, rechazar el ejercicio de la terapia como forma de dominación sobre las personas y considerar algunas de las cuestiones de poder que forman parte de toda interacción terapéutica.

DONALD: Desde tu punto de vista, ¿cuáles serían los criterios que definirían una terapia exitosa?

MICHAEL: Estoy especialmente interesado en lo que las personas determinan que son sus maneras preferidas de vivir y de interactuar consigo mismas y con los demás. Este es uno de mis mayores intereses en este trabajo. Si, por cualquier razón, las maneras de vivir y pensar que las personas traen a terapia no están funcionando bien para ellos, lo que me interesa es brindarles un contexto que contribuya a la exploración de otras maneras de vivir y de pensar. Siempre existe un reservorio de historias alternativas acerca de cómo podría ser la vida, otras versiones de la vida en tanto vivida. Me interesa ver cómo puedo ayudar a las personas a internarse en esos relatos que ellos juzgan preferibles: poner en práctica las interpretaciones o significados alternativos que estos relatos alternativos hacen posibles. Por supuesto, esta tarea no está exenta de problemas, y en nuestra sociedad existen muchas instituciones que la obstaculizan. En ocasiones, esta tarea implica acompañar a las personas en el cuestionamiento de determinadas estructuras que hacen posible esta dominación. De modo que, a veces, esta práctica terapéutica incluye alguna forma de acción política, a lo que nosotros llamamos «nivel local».

DONALD: ¿Cómo defines el punto en que la terapia ha concluido?

MICHAEL: Bueno, sin duda no es cuando las personas tienen concepciones diferentes del mundo. Algunos suponen que el trabajo al que me refiero está informado por la teoría cognitiva. Esta no tiene que ver conmigo, si bien no podría decir que estoy en modo alguno al día en cuanto a los desarrollos en teoría cognitiva. Una parte importante de mi trabajo se vincula con facilitar la expresión de aspectos de la experiencia vivida que previamente han sido desatendidos y con apuntar a una nueva expresión —a través de marcos de inteligibilidad alternativos— de otras experiencias de vida. De manera que, inevitablemente, al privilegiar y revivir diversos aspectos de la experiencia, este trabajo es intensamente emotivo. En el proceso de la terapia, a medida que la experiencia estructura la expresión y a medida que la expresión estructura y reestructura la experiencia, las respuestas emotivas de todos los participantes en la interacción terapéutica pueden ser muy intensas.

Me preguntaste por el punto en que una terapia ha concluido y en mi respuesta quisiera destacar la índole transformadora de este trabajo. Al abrirse un espacio para que los integrantes de la familia pongan en práctica los relatos alternativos y preferidos de sus vidas y para el reconocimiento de muchas de las afirmaciones alternativas asociadas con esas puestas en práctica, el terapeuta va siendo cada vez más desplazado del lugar central hasta que se lo despiden de la terapia. La despedida del terapeuta no suele demorar en suceder y rara vez sorprende mucho cuando sucede. Si bien el terapeuta ha desempeñado un papel importante en la coautoría de los relatos alternativos y preferidos de las vidas de las personas, también ha trabajado para asegurarse de que las personas consultantes resulten las coautoras privilegiadas en esta tarea en colaboración. Por ende, a medida que las personas avanzan un poco en la articulación y la experiencia de otras maneras de ser y pensar que están a su disposición, a medida que experimentan algunos de los objetivos, valores, creencias, compromisos, etcétera que están asociados a estos relatos alternativos de la vida, se acercan a un punto en el cual la contribución del terapeuta ya es innecesaria. Es perfectamente sensato despedir en este punto al terapeuta, lo que es de celebrar.

### Herramientas y técnicas de la perspectiva narrativa

DONALD: Pasemos a hablar de las herramientas y técnicas utilizadas al trabajar desde la perspectiva narrativa. Exploremos cómo se empieza, cómo se introduce el cambio, cómo se sostiene, etcétera. Cuando te sientas con una familia por primera vez y estás comenzando a introducir el proceso de cambio, ¿qué es lo que piensas y qué técnicas utilizas?

MICHAEL: ¡Bueno, esa sí que es una pregunta difícil! [Se ríe] Yo estoy realmente interesado en los relatos que las personas hacen de su experiencia. Quiero en verdad entender cómo ha sido la vida para ellas. Por ende, supongo que la primera parte de mi trabajo consiste en tratar de obtener algún conocimiento acerca de aquello por lo que han estado atravesando estas personas. Pienso que es importante que logre alguna comprensión de ello y pienso que es im-

portante que las personas sepan que he logrado al menos algún grado de esta comprensión. En realidad, esto es bastante básico, y hace años que muchas personas en esta disciplina lo vienen enunciando. No obstante, al afirmarlo, yo no estoy postulando que la interacción con las personas durante el desarrollo de esta comprensión sea neutral, ni que el desarrollo de esta comprensión sea neutral en cuanto a sus efectos en la forma que tome la terapia y, de manera más general, con respecto a las vidas de las personas. De modo que tenemos que estar bien conectados con los efectos reales —sean espontáneamente expresados por las personas o sean indagados por nosotros— de nuestra interacción con las personas durante el desarrollo de estos esfuerzos de comprensión y de los mismos entendimientos así logrados, a medida que evolucionan. Todos sabemos que hay maneras diversas de hablar de nuestra experiencia: algunas son profundamente dañinas y otras abren nuevas posibilidades.

A menudo logro esta comprensión necesaria explorando con las personas sus experiencias del problema. Lo que produce el efecto de introducir una específica clase de conversación, a la que me refiero como *conversación externalizadora*. En ella, aliento a las personas a que relaten de qué manera el problema ha estado afectando sus vidas y sus relaciones. Con frecuencia, al menos al principio, para que las personas se entreguen a estas conversaciones es necesario algún cambio.

No es nada raro encontrarse con personas ocupadas en conversaciones internalizadoras acerca de lo que resulta problemático. En gran medida, se trata de un fenómeno cultural, fenómeno que muy a menudo reproduce los mismos problemas que las personas están intentando resolver. Así, es probable oír a los padres decir: «El problema es Johnny». En respuesta, yo formulo preguntas que introducen una conversación más externalizadora acerca de lo que resulta problemático: «¿De qué modo está el problema afectando la vida de Johnny? ¿Qué le está haciendo a sus amistades? ¿Cómo está interfiriendo en su relación con ustedes como padres? ¿Cómo piensan que está afectando el modo en que Johnny se siente respecto de sí mismo? ¿Cómo está afectando el problema la imagen que Johnny tiene de sí mismo como persona? ¿Qué tipo de interacciones le está imponiendo en sus relaciones con otras personas? En tanto padres de Johnny, ¿cómo los afecta a ustedes personalmente

este problema? ¿Alguna vez hace que hagan o digan cosas opuestas a su criterio ideal?» etcétera. Y, por supuesto, le pido a Johnny su opinión sobre las mismas preguntas. Esta línea de indagación conduce a conversaciones externalizadoras acerca de aquello que es problemático.

DONALD: Lo que dices es, primero, que intentas comprender a las personas que acuden a ti y que quieres que ellas sepan que tú las entiendes, como un modo de construir confianza entre ambas partes y como un modo de establecer nuevas posibilidades. Y luego, en segundo lugar, tratas de crear una atmósfera diferente alrededor del problema, en la cual las personas ven al problema no como intrínseco a ellas sino como algo que está actuando sobre ellas desde el exterior.

MICHAEL: Sí. Con el tiempo, las personas llegan a creer que el problema expresa su identidad. Muy a menudo los problemas les presentan a las personas lo que ellas toman como verdades sobre su carácter, naturaleza, objetivos, etcétera, de modo que estas verdades tienen un efecto totalizante sobre sus vidas. Las conversaciones externalizadoras cuestionan todo esto. Las conversaciones internalizadoras en las que las personas han participado acerca de lo que es problemático para ellas invariablemente han tenido efectos negativos sobre sus vidas.

La interacción sobre la base de la idea de que los problemas son inherentes a determinadas relaciones o intrínsecos a las vidas de las personas generalmente refuerza estas verdades y perpetúa aquello que las personas perciben como problemático. Y estas conversaciones internalizadoras sobre lo problemático también hacen muy difícil que las personas puedan experimentar nuevas posibilidades para la acción. Si tú eres el problema, si tu relación es el problema, entonces no será mucho lo que puedas hacer, a excepción, quizá, de actuar contra ti mismo. Las conversaciones externalizadoras ponen en entredicho todo esto. Hacen posible que las personas experimenten una identidad distinta o separada del problema. A través de las conversaciones externalizadoras, el problema queda en cierto modo inhabilitado, puesto que ya no les comunica a las personas la verdad acerca de quiénes son como personas o acerca de la verdadera naturaleza de sus relaciones, lo que abre nuevas

posibilidades para la acción. En la evolución de estas conversaciones externalizadoras, las personas siguen revisando su relación con sus problemas.

DONALD: Creo que has utilizado la expresión *trazar el mapa de los efectos del problema* para describir esta parte del proceso.

MICHAEL: Sí. Hablé de trazar el mapa de los efectos del problema en las vidas de las personas y en sus relaciones. Este procedimiento resulta particularmente útil cuando el problema está especialmente arraigado o parece especialmente intratable. En estos casos, lo apropiado parece ser que la conversación externalizadora sea muy amplia. Tomemos el caso de la anorexia nerviosa, en la que las jóvenes realmente creen que determinadas maneras disciplinarias de operar sobre sus cuerpos, sus pensamientos y sus almas, están al servicio de moldear una auténtica manera de ser. A fin de que estas personas experimenten algún grado de extrañeza respecto de estas maneras de llevar su vida, a fin de que de alguna manera experimenten algún desencanto con las fuerzas de la anorexia nerviosa, las conversaciones externalizadoras generalmente tienen que ser muy amplias.

SHELLY: Me pregunto si has pensado en esto en términos de permitir que se abra la puerta a la esperanza. Cuando las personas sienten que el problema es todo lo que existe y que representa la totalidad de la realidad, el solo hecho de sentir que las cosas podrían ser diferentes debe ser esperanzador.

MICHAEL: La gente dice que siente que este proceso es liberador, o que les abre nuevas posibilidades. De manera que pienso que introduce mucha esperanza.

DONALD: ¿El resultado de estas conversaciones externalizadoras sería lo que tú llamas desconstrucción?

MICHAEL: Sí. Desde mi punto de vista sería una forma de desconstrucción. Esta forma tiene que ver con desconstruir las así llamadas «verdades» que las personas sienten que tanto aprisionan sus vidas. Podemos formular otras preguntas que profundicen este

proceso, quizá algunas que expliciten la historia de determinadas «verdades», por ejemplo: «¿Cómo cree que fue entrenado para creer en esta idea acerca de quién es usted?». Creo que así como las conversaciones internalizadoras ocultan el aspecto político de la experiencia, las conversaciones externalizadoras lo ponen de relieve. Y siempre que se pone de relieve el aspecto político de la experiencia hay posibilidades de desconstrucción.

DONALD: ¿La desconstrucción es siempre un preludeo de la re-narración?

MICHAEL: Si te refieres particularmente a las conversaciones externalizadoras, la respuesta es no. Las conversaciones externalizadoras parecen de especial importancia cuando los problemas que las personas experimentan tienen un efecto totalizante sobre sus vidas, en otras palabras, cuando parece que los relatos que los integrantes de la familia tienen acerca de sus vidas y cada uno de ellos están completamente saturados por el problema. En estas ocasiones, las conversaciones externalizadoras en tanto conversaciones destructivas son muy útiles. No obstante, hay muchas ocasiones en las que las personas vienen a terapia y es claro que tienen a disposición otras narrativas del yo y de las relaciones, a pesar de estar algo eclipsadas por los relatos más dominantes de sus vidas.

Cuando estas narrativas alternativas proveen los relatos preferidos de sus vidas, la terapia estructurada a su alrededor crea la oportunidad para que las personas se internen más de lleno, y bien desde el principio, en maneras preferidas de ser. Pero esta re-narración en sí misma está desconstruyendo los relatos dominantes de las vidas de las personas: las verdades asociadas a estos relatos dominantes. Probablemente esta sea una versión de desconstrucción más de acuerdo con el sentido derridiano (Derrida, 1977) de la misma.

DONALD: De modo que te preguntas cuán ubicuo es ese relato dominante en las vidas de las personas y en qué medida son capaces de enfocar el re-narrar sus vidas. Si no pueden enfocar una re-narración, esto es para ti un indicio de que debes centrarte en la desconstrucción a través de conversaciones externalizadoras.

MICHAEL: Así es. Si las personas encuentran realmente difícil dar sentido a un acontecimiento que contradice el relato dominante, con frecuencia es necesario emprender una conversación más externalizadora. Sin embargo, hay muchas ocasiones en que no es tan difícil dar sentido a una contradicción. Yo suelo facilitar este proceso por medio de una serie de preguntas como estas: *¡Espera un poco! Lo que acabas de decir no parece ajustarse a todas las otras cosas de las que vienes hablando. Cuéntame más sobre esto. ¿Cómo diste ese paso? ¿Dirías que este es un acontecimiento positivo o negativo? ¿Cuáles crees que son los fundamentos de este paso? A medida que vamos reflexionando sobre este acontecimiento ¿qué te dice esto acerca de cómo quisieras realmente que fuesen las cosas?,* etcétera. Con mucha frecuencia, la gente es capaz de entrar en estas conversaciones muy rápidamente, sin una conversación externalizadora muy larga.

DONALD: Parece que otros terapeutas construccionistas, más orientados hacia la solución, se están distanciando de esta idea de desconstruir un relato. Están tratando de centrarse en cómo lograr que el cliente trabaje en pos de un objetivo. Tu trabajo de desconstrucción parece ser una dimensión adicional que falta en el trabajo de otros en la misma área.

MICHAEL: No sé muy bien cómo responder tu pregunta. No soy ninguna autoridad en las complejidades de la terapia orientada hacia la solución y, ciertamente, no me gustaría describir mi trabajo en estos términos. Al decir esto no estoy sugiriendo que mi trabajo no esté orientado hacia las soluciones y tampoco estoy opinando sobre la terapia orientada hacia las soluciones. De hecho, creo que los terapeutas orientados hacia la solución han realizado una contribución muy importante. Pero no me satisface describir mi trabajo como «orientado hacia la solución»; siento que no capta el espíritu de mi trabajo. Y, ciertamente, no diría que mi trabajo está principalmente orientado hacia objetivos. Estoy vivamente interesado en la historia. Pienso que tener la oportunidad de identificar los efectos reales que determinadas maneras de ser y pensar tienen en las vidas y las relaciones de las personas es muy importante. Para hacerlo, necesitamos la reflexión crítica; y para la reflexión crítica necesitamos la historia. La historia es doblemente importante,

porque es en gran medida por medio de la historia que los *acontecimientos extraordinarios* o las *excepciones* producen relatos alternativos. Destaco «en gran medida», porque los acontecimientos que son imaginados para el futuro de la vida de una persona también cumplen un rol en la transformación de los acontecimientos extraordinarios en relatos alternativos. Sin embargo, rara vez resulta difícil lograr esta narración del acontecimiento extraordinario por medio de un proceso de historización. Incluso el hecho de que las personas juzguen positivos estos acontecimientos extraordinarios indica que deben ajustarse, de algún modo, a alguna concepción previa que la persona tiene acerca de qué es una vida mejor. Así, una vez que esta concepción ha sido expresada claramente, tiene mucho sentido mostrar interés en la historia de dicha concepción y en las experiencias de vida que se vinculan con ella. A través de esta exploración, las excepciones o acontecimientos extraordinarios llegan a enraizarse profundamente. Y, al reflexionar sobre estas historias alternativas, a las personas se les abre la posibilidad de identificar valores y compromisos preferidos para la vida. Quizá esta atención prestada a la historia distinga la orientación narrativa que yo y otros venimos desarrollando de la terapia orientada hacia la solución. Pero no es la única distinción que podría hacerse.

SHELLY: Me pregunto si también es distintivo de tu trabajo, en relación con el de otros en esta área, el que tú prestes atención al «público», o sea a las personas que puedan ser afectadas por la re-narración, en lugar de centrarte simplemente en la familia con la que estás trabajando.

MICHAEL: Esta es una parte vitalmente importante de este trabajo. Si los relatos de las vidas con los que contamos son negociados y distribuidos dentro de comunidades de personas, entonces tiene mucho sentido hacer participar a las comunidades de personas en la renegociación de la identidad. Por lo tanto, esté trabajando con un individuo, una pareja o una familia, siempre estoy pensando en los públicos posibles de los desarrollos que va desplegando la terapia y pensando en cómo podría invitarse a este público a participar en la autenticación de las afirmaciones preferidas que están surgiendo en el proceso de la terapia. Y soy muy activo en la genera-

ción de estas posibilidades de autenticación, incluso aunque jamás tenga la oportunidad de conocer a las personas que son invitadas a cumplir este rol. No obstante, en muchas ocasiones sí tengo esta oportunidad y, a medida que va avanzando la terapia, se van sumando personas a mi consultorio, cuya contribución directa es reconocida. En mis esfuerzos por rastrear la historia de estos relatos alternativos, a menudo me topo con personas a quienes las personas que me consultan no han visto por años. Entonces, al facilitar importantes reencuentros, que restablecen fuertes lazos, compartimos algunas experiencias muy, pero muy conmovedoras. Realmente agradezco la oportunidad de entrevistar a esas personas «del pasado» en presencia de quienes me han consultado: *Vea, estábamos conversando con Jane, y le pregunté si había alguna persona en su vida que pudiera contarme una historia que me ayudara a entender cómo fue que dio este paso reciente, y fue así como surgió su nombre. Dijo que no se veían desde hacía 15 años y realmente me alegra que haya logrado dar con usted y que le gustara la idea de reunirse con nosotros. ¿Le podría hacer algunas preguntas sobre Jane? Por lo que recuerda, ¿qué historias podría contarme sobre Jane que me pudieran ayudar a entender cómo fue que ella dio este paso?, etcétera.* Generalmente, las respuestas de estas personas del pasado nos resultan verdaderamente estimulantes.

DONALD: Resulta entonces que eres algo así como un antropólogo terapéutico.

MICHAEL: No estoy seguro, pero me encanta esa descripción.

DONALD: Hablemos del proceso de re-narración. ¿Cómo procedes en el proceso de crear un nuevo relato, o re-narración?

MICHAEL: Bueno, pienso que aquí suceden dos cosas. La vida es multi-relatada, no mono-relatada. Además de los relatos dominantes de nuestras vidas, siempre existen sub-relatos, y en nuestro trabajo con individuos, parejas y familias estos sub-relatos están relativamente a nuestro alcance. Segundo, en sus vidas, las personas tienen muchas experiencias que no son fácilmente inteligibles por vía de los relatos dominantes o sub-relatos de sus vidas. Son los mismos sub-relatos, y también esos aspectos de la experiencia

que están al margen de los relatos dominantes, los que realmente brindan un punto de entrada para el trabajo de reescritura de la vida. En realidad es en esto en lo que me estoy centrando.

DONALD: Parece que esto implica una autoría conjunta entre tú y la familia, con mayor énfasis en el aporte de la familia y menos en tu sugerencia de terapeuta que *esta* sería una buena historia.

MICHAEL: Sí. Yo puedo hacer una infinidad de preguntas que tienen el efecto de privilegiar estos sub-relatos y estos aspectos desatendidos de la experiencia, pero no puedo completar los detalles de los paisajes de vida alternativos que son asociados con ellos. Por ejemplo, yo puedo sentir mucha curiosidad acerca de determinados acontecimientos, acerca de cómo determinados eventos podrían estar vinculados con otros, pero en realidad no puedo saber de qué manera podrían estar vinculados o qué es exactamente lo que habría de vincularlos o qué papel específico podrían cumplir en una concepción alternativa del curso de la vida de otra persona. Puedo hacer preguntas acerca de un hecho aquí, en este momento, y acerca de otro evento que ocurrió dos meses antes que podría estar vinculado de alguna manera con este. Quizá podría preguntar: *¿Qué fue lo que lo preparó para este paso? y ¿Es posible que haya alguna conexión entre este acontecimiento y este otro de hace dos meses?* Quiere decir que puedo mostrar mi curiosidad por las vinculaciones. Puedo expresar mi curiosidad acerca de otros acontecimientos que, de alguna manera, podrían relacionarse con lo que las personas determinan que son los desarrollos preferidos de sus vidas, pero no puedo conocer los detalles. Uno de los resultados de este proceso es que las personas comienzan a situar estos otros acontecimientos de sus vidas en secuencias específicas de acontecimientos a lo largo del tiempo.

Llegado un punto, generalmente aliento a las personas a que reflexionen acerca de estos desarrollos con el objetivo de formularlos claramente. Quizá podría decir que eso es como la formulación de una «contra-trama» o una «trama alternativa» que, una vez realizada, posibilita que los integrantes de la familia puedan dar sentido a una diversidad de otras experiencias que se ajustan a esta trama alternativa. Se ha argumentado que la memoria se estructura según una narrativa y en este trabajo vemos muy a menudo una reestructuración de la memoria.

DONALD: ¿Crees que es importante que las personas formulen ambas tramas, la trama dominante y la trama alternativa?

MICHAEL: Cuando las personas se presentan a terapia, la discusión del problema está definida por una estructura narrativa: por un relato de los acontecimientos que se van desarrollando en una secuencia temporal específica y de acuerdo a lo que yo considero que es una trama dominante. En el trabajo que vengo analizando aquí, a veces hay una reformulación de la trama dominante, pero siempre hay una formulación de una contratrama o trama alternativa. Este proceso de reformulación y formulación es realmente importante. La formulación de una trama alternativa facilita enormemente la adscripción de significado a toda una serie de experiencias que anteriormente habían sido desatendidas.

DONALD: Tu manera de trabajar parece consistir, casi enteramente, en hacer preguntas. Cuando estabas hablando acerca de la capacidad de las familias para ir estableciendo las relaciones para crear este relato alternativo me preguntaba si tú sugieres esas conexiones a través de tus preguntas.

MICHAEL: A través de las preguntas se sugiere alguna clase de conexión. Además, aquí yo también estoy teniendo un rol activo en otros sentidos. Puede haber alguna información que las personas hayan compartido conmigo que yo crea que puede dar alguna pista acerca de la índole de la relación y entonces puedo decir: *Bueno, ¿esto encaja? ¿Es posible que estos dos hechos estén conectados de alguna manera?*

DONALD: Pero sería raro que dijeras: «Esto parece llenar la brecha».

MICHAEL: Bueno, a veces lo hago, me escucho decir algo como eso. Y no siempre me arrepiento.

DONALD: Eso se ajusta a la idea de que las personas validan sus propias vidas. En términos del ejercicio profesional, ¿reduce esto la posibilidad de que las personas rechacen la idea si esta es introducida en forma de pregunta?

MICHAEL: No, el tema no es si las personas rechazarán o no una idea, sino una cuestión relacionada con el aspecto político de las relaciones. De hecho, es muy fácil imponer ideas. Para nosotros es muy fácil imponer «verdades», porque hay un desequilibrio de poder en nuestras relaciones con las personas que solicitan nuestra ayuda. Si somos capaces de apreciar esto, es más posible que tomemos medidas para evitar la imposición de tales «verdades». Esta consideración informa el enfoque para la formulación de preguntas en nuestro trabajo con las personas. Esta consideración no significa que no pueda hacer observaciones, pero sí moldea el modo en que he de hacerlas: *Bueno, yo me pregunto si esta experiencia no pudo haber tenido alguna influencia en este acontecimiento reciente ¿o le parece que ese no es en absoluto el caso? Tengo tres ideas sobre los fundamentos de este reciente paso, pero no estoy seguro de que ninguna de ellas venga al caso. No estoy seguro de si alguna de ellas ofrece pistas razonables para comprender este reciente logro. Permítanme que les cuente las ideas que tengo y luego les quisiera hacer algunas preguntas para saber qué opinan.* Pienso que este enfoque para la formulación de preguntas se vincula con un compromiso con un modo de trabajo en colaboración con las personas.

SHELLY: Me da la impresión de que eliges tus palabras muy cuidadosamente. ¿Esta atención a la elección de las palabras también proviene del deseo de evitar el abuso de poder?

MICHAEL: Tenemos que ser muy sensibles al tema del lenguaje. ¡Las palabras son tan importantes! De muchas maneras, las palabras son el mundo. Espero, por lo tanto, que en mi trabajo con personas, así como en mi escritura, se muestre alguna sensibilidad hacia el lenguaje. De todos modos, al decir esto, probablemente hoy reescribiría muchas de las cosas que he escrito. Las escribiría de manera diferente. [Se ríe.] Y, pensándolo un poco, probablemente haría esta entrevista de otra manera si la hiciéramos de nuevo.

DONALD: Aquí hemos hablado un poco de re-narrar o reescribir la vida. Una de las cosas de las que también has hablado en este contexto son los *paisajes de la acción* y los *paisajes de la conciencia*. ¿Podrías analizar estos dos conceptos en relación con el proceso de reescritura de la vida?

MICHAEL: En realidad tomé prestados esos términos de Jerome Bruner (1986) quien, a su vez, más o menos los tomó de algunos teóricos literarios. La idea es que los relatos tienen paisajes duales: paisajes de la acción y paisajes de la conciencia o, si quieres, paisajes de significado. El *paisaje de la acción* está constituido por experiencias de acontecimientos que están reunidos en secuencias que se desenvuelven en el tiempo y según tramas específicas. Esto nos proporciona la estructura rudimentaria de los relatos. Si elimináramos alguna de esas dimensiones —las experiencias de los acontecimientos, las secuencias, el tiempo— no tendríamos relato. Estos elementos, en conjunto, constituyen el paisaje de la acción. Cuando las personas vienen a terapia y hablan de lo que los trajo a verte, generalmente suelen hacer una descripción del paisaje de la acción del relato dominante.

En ese momento, las personas también harán una descripción del *paisaje de la conciencia* o paisaje de significado del relato dominante. A medida que hablan de determinados eventos, irán indicando qué piensan que esos eventos reflejan acerca del carácter, los motivos, los deseos, etcétera, de diversas personas de sus redes sociales. También reflexionarán sobre lo que estos eventos dicen acerca de las cualidades de algunas relaciones específicas. Por ende, el paisaje de la conciencia tiene que ver con las interpretaciones que se hacen por medio de la reflexión sobre los eventos que están desenvolviéndose en los paisajes de la acción. Repito, el paisaje de significado se deriva, por medio de la reflexión, de los eventos en el paisaje de la acción, para determinar qué podrían decir dichos eventos acerca de los deseos, preferencias, cualidades, características, motivos, objetivos, anhelos, metas, valores, creencias y compromisos de diversas personas. Pero aquí mi descripción de este proceso es algo parcial y simplista. Oscurece la naturaleza recursiva del proceso, puesto que las descripciones establecidas de características, motivos, compromisos y demás informan a su vez la disposición de las experiencias de los eventos en el paisaje de la acción.

En el trabajo de reescritura, invitamos a las personas a practicar un intercambio entre ambos paisajes —reflexionando acerca de lo que podrían significar los acontecimientos alternativos en el paisaje de la acción y determinando qué eventos en el paisaje de la acción reflejan mejor las descripciones preferidas de características, moti-

vos, creencias, etcétera— de manera que generan paisajes alternativos de la acción y de la conciencia. Sé que a menudo se supone que un motivo es un tipo de fuerza interna relativamente fija que determina las acciones de las personas. Pero creo que esta opinión es insostenible, que los motivos no son intrínsecos y no están grabados en la roca. Más aun, argüiría que, puesto que nuestras vidas son multi-relatadas, todos estamos multi-motivados y que algunos de nuestros motivos tienen efectos positivos reales en términos de nuestras vidas y en términos de nuestras ecologías de relación y algunos, claramente, tienen efectos reales muy negativos.

SHELLY: Parece que necesitas progresar en ambas áreas simultáneamente. Si el paisaje de la acción cambia, pero la manera en que es interpretado no lo hace, no hay una verdadera diferencia.

MICHAEL: Sí. Estuve intentando poner de relieve que se trata de un proceso «zigzagueante». Podemos estar en algún momento de la historia hablando de lo que determinados eventos podrían reflejar: *Bueno, al revisar estos eventos que sucedieron en aquel entonces, ¿qué le dicen acerca de lo que usted creía que era realmente importante en su vida?* Así, al referir un paisaje a otro, hemos saltado del paisaje de la acción al paisaje de la conciencia. Y podemos hacer el recorrido inverso: *¿Tiene usted conciencia o registro de otros acontecimientos en su vida que reflejen esta creencia específica acerca de lo que usted considera importante?* Así estamos de vuelta en el paisaje de la acción.

Este proceso puede incluir una consideración de los acontecimientos que se extiende hacia el futuro cercano de los paisajes de la acción y de la conciencia: *Simplemente piense en sus próximos pasos. Imagine que lo que ahora entendemos que es importante para usted va a tener un lugar más prominente en su vida en el futuro cercano. ¿Cómo afectaría este hecho sus acciones con respecto al tema que lo viene preocupando? Si se viese a sí mismo dando esos pasos, ¿cómo cree que afectaría eso la imagen que tiene de usted mismo como persona? Si se internara más en esta imagen de quién es usted realmente, ¿qué efectos piensa que tendría en sus próximos pasos? O: Suponga que esta claridad acerca de lo que quiere para su vida ha de tener influencia en los acontecimientos futuros. ¿En qué cambiaría lo que suceda en su vida durante los próximos*

*7 o 14 días? ¿Si hubiera de reconocer las contribuciones que realizó para que se produjeran dichos acontecimientos, qué le diría este conocimiento acerca de con qué cosas está usted comprometido? ¿Qué diferencia cree que produciría en el modo en que conduce su vida el saberlo?* Aquí tenemos entonces algunos ejemplos que remiten acontecimientos futuros en los paisajes de la acción a descripciones alternativas e históricamente situadas en paisajes de la conciencia. Luego, ejemplos de remisión de acontecimientos futuros del paisaje de la conciencia a las descripciones de eventos en los paisajes de la acción alternativos en el futuro próximo. Y luego ejemplos de remisión de acontecimientos futuros en los paisajes de la acción a aquellas descripciones en los paisajes alternativos de la conciencia del futuro próximo, etcétera.

Espero que esto describa a qué me refiero cuando hablo de un proceso «zigzagueante». No obstante, al dar estos ejemplos, no quisiera que los lectores supusieran que en este trabajo sigo algún orden formal de sucesión de las preguntas o que hay un orden correcto.

DONALD: ¿También alternas entre preguntas sobre el futuro y sobre el pasado?

MICHAEL: Sí. El movimiento no necesariamente va desde la historia reciente o lejana hacia el futuro próximo. De hecho, en ocasiones puede ser al revés.

DONALD: Mencionaste que una de las maneras en que mantienes activo el proceso de cambio es haciendo participar a un círculo mayor de personas en el mismo. ¿Qué otros aspectos te ayudan a mantener la nueva narrativa en marcha?

MICHAEL: Una vez establecidas, estas narrativas continúan brindando un marco alternativo para la atribución de significado a aquellas experiencias de vida que, de otro modo, habrían sido desatendidas, lo que continúa teniendo efectos reales sobre la vida en tanto vivida. Sé que es expresarlo toscamente, y generalmente evito usar metáforas del mundo físico, pero se alcanza un punto en que estos relatos parecen ganar impulso propio. Como señalaste, es sin duda importante alentar a las personas a identificar y elegir

algún público para que sea testigo de los desarrollos preferidos de sus vidas: este público brinda una poderosa autenticación de dichos desarrollos preferidos.

En este trabajo, me intereso en las metáforas de «solidaridad», «alianza», «colaboración» y «asociación». De manera que nos centramos considerablemente en la identificación de aquellas personas que podrían contribuir a los desarrollos preferidos de las vidas de los otros y en cómo podríamos comprometer a esas personas en este proyecto. Las cartas y otras formas de documentación a menudo ayudan en el logro de estas metas.

DONALD: Pienso que nuestros lectores apreciarían un ejemplo de dichos documentos...

MICHAEL: De acuerdo. Fui consultado por un hombre que tiene una larga historia de considerarse un fracaso como persona. Esta persona, a quien llamaré aquí Harry, tenía un historial psiquiátrico bien establecido y reconocido, que incluía una serie de internaciones posteriores a otros tantos «episodios agudos». A lo largo de esta historia, Harry había coleccionado muchos diagnósticos, desde esquizofrenia hasta enfermedad maníaco depresiva. Ahora, en nuestro trabajo conjunto, Harry simplemente dejó de torturarse. En sus intentos por lograr un sentimiento de valía moral en su comunidad, había estado operando sobre sus pensamientos, su cuerpo, su estilo de vida, su alma, etcétera. Había estado haciendo todo esto en nombre de la compostura, la autonomía, la autodependencia, etcétera. No fue nada especial, sólo la clase de especificaciones para el concepto de persona que son valoradas por nuestra cultura. Bueno, desistió. De pronto renunció a todo esto y, en cambio, comenzó a respetar y valorar su protesta contra todas estas exigencias. Como resultado de esto, todas esas ambiciones y expectativas que lo estaban atormentando y estresando y que contribuían a su vulnerabilidad a los «episodios agudos», fueron de pronto tiradas por la borda sin pedir ninguna disculpa, sin poner ninguna excusa.

Fue un momento glorioso. Y nos reímos tanto juntos, que lloramos. Me sentí tan privilegiado de ser parte de esto. En consecuencia, por primera vez sintió que su vida avanzaba de modo positivo y encontró ese estado mental que durante tanto tiempo había estado buscando: «serena cordura». Después de un tiempo, Harry estuvo

listo para dar ciertos pasos en la dirección de presentarles su logro a otros integrantes de su comunidad y conseguir su ayuda para su proyecto. Creía que esto desalentaría a los demás de la idea de someterlo a expectativas inadecuadas, reduciría aún más las tensiones en su vida y contribuiría a mejorar su calidad de vida. Sugerí que la mejor manera de lograrlo sería por medio de una declaración que expusiera los detalles de su proyecto y que extendiera a los demás una invitación a unirse a él en este. Fue así que, después de hacerle a Harry una serie de preguntas, entre los dos armamos el siguiente documento:

### Las expectativas y mi vida

1. He aprendido mucho acerca de las expectativas y lo que les exigen a las personas.
2. Las expectativas pueden tener un efecto muy destructivo en mi vida y en las vidas de otras personas.
3. Las expectativas hacen que me sienta mal conmigo mismo y que me presione de maneras destructivas.
4. Si quieres ayudarme con mi vida, entonces no me presiones y no esperes de mí que sea otra persona, la que tú quieres que sea. Aquí se incluyen las expectativas acerca de la salud: no seré la persona de la culpa.
5. Si así lo prefieres, te haré una descripción más profunda y más completa de los efectos en mi vida de las expectativas, de lo que en el pasado las expectativas le hicieron a mi vida.
6. Gracias por tu tiempo.

Harry se fue con treinta copias firmadas de este documento y logró con éxito comprometer a otros en la renegociación de su identidad y extender su estilo de vida elegido de «serena cordura».

DONALD: Además de documentos como este, has mencionado el uso de cartas en tu trabajo. En estas cartas, ¿te centras más en la re-narración o en la desconstrucción? ¿y cómo lo decides?

MICHAEL: Estas decisiones en realidad están determinadas por el lugar en que nos encontramos en el trabajo mismo y por la re-orientación que recibimos de las personas acerca de qué es lo que más les interesa. Pero haré algunos comentarios generales acerca de estas cartas. Estas cartas no son cartas estratégicas, sino que son más o menos un relato de los acontecimientos que están teniendo lugar en la terapia. De manera que sólo muy rara vez incluyen información nueva. Las cartas ponen un énfasis especial en el relato al pie de la letra de estos acontecimientos.

Un párrafo podría empezar: *Cuando analizamos el efecto de este problema en su vida, esto es lo que usted dijo...* El próximo podría empezar: *Hubo algunos otros acontecimientos que llamaron nuestra atención durante la entrevista y yo le hice algunas preguntas sobre ellos. A usted se le ocurrió un consejo para darse a sí mismo, y esto es lo que dijo...* En diferentes cartas hay diferentes énfasis. Por ejemplo, en algunas cartas puede asignarse un espacio importante a la reformulación de la trama dominante. Este es a menudo el caso con las personas que han sido víctimas de abuso. Muy a menudo, al principio de la terapia estas personas presentan una descripción de sí mismas muy negativa y una versión de la trama dominante que sugiere una complicidad de su parte en el abuso del que han sido objeto. La reformulación de la trama dominante como una de supervivencia frente a la tortura, la tiranía, la explotación, etcétera, avanza en el sentido de desconstruir esas «verdades» negativas en las que estas personas fueron inducidas a creer como resultado del abuso. Y la reformulación de la trama dominante por escrito es de gran significación y contribuye a una forma de testimonio que puede tener el efecto de liberar a las personas sustancialmente de muchos de los efectos reales del abuso que ha sido perpetrado contra sus vidas.

DONALD: ¿Podrías referirte a lo que quieres decir con la frase «trabajar detrás de los clientes»?

MICHAEL: Es muy fácil que, de muchísimas maneras, los terapeutas nos adelantemos a las personas que solicitan nuestra ayuda. Y si estamos parados en el medio bloqueando su visión, las personas no pueden ver hacia adelante con ninguna claridad. Por lo tanto, es más adecuado pararse detrás de estas personas o quizás incluso

al lado de ellas: sin indicar cómo deberían ser las cosas en sus vidas, sin prescribir una dirección para sus vidas. En lugar de adelantarnos a ellas, podemos pedirles, de infinidad de maneras, que nos pongan al tanto de los acontecimientos en sus vidas. Si somos capaces de preguntarles de manera consecuente cómo fue que dieron esos pasos que dieron, en qué se basaron dichos pasos, qué efectos reales tuvieron en sus vidas y relaciones, etcétera, creo que entonces estamos haciendo distinciones que generan en las personas un sentimiento de habilitación y validación personal, en lugar de ser invalidantes.

Al «poner a los terapeutas al día» sobre los acontecimientos significativos en sus vidas, las personas se hacen una clara idea de cómo, de otro modo, las cosas podrían haber sido diferentes en sus vidas y esta distinción proporciona la base para otras acciones preferidas. Por otro lado, si nos mostramos abiertamente entusiasmados por los acontecimientos o adherimos a «señalar lo positivo» como metáfora central en este trabajo, corremos el riesgo de contribuir a generar distinciones que pueden ser vividas como totalmente invalidantes de las personas. En estas circunstancias, es muy fácil que las personas supongan que el terapeuta cree que han llegado a un punto en el que estas personas no creen estar o que supongan que el terapeuta tiene la expectativa de que pronto darán algunos pasos que ellas no se sienten realmente capaces de dar. Esto crea el contexto para que las personas se sientan fracasadas y para la dependencia de la autoridad del terapeuta a fin de «poner las cosas en orden» en sus vidas. Y el resultado de todo esto es sin duda un deterioro del estado de cosas.

DONALD: ¿Cuáles son las limitaciones del enfoque narrativo?

MICHAEL: Bueno, puesto que yo no lo definiría como un enfoque, me resulta difícil hablar de limitaciones en el sentido habitual. ¿Este trabajo se define mejor como una visión del mundo? Quizá, pero ni siquiera esto es suficiente. Quizá sea una epistemología, una filosofía, un compromiso personal, una política, una ética, una práctica, una vida, etcétera. Y como, fuera lo que fuese, sucede que está íntimamente ligado a los desarrollos recientes en teoría social a los que generalmente se denomina «no fundacionalistas» o quizás «posmodernos», fuera lo que fuese, resulta ser también una teoría.

De modo que quizá la mejor manera de contestar tu pregunta es como sigue. En este trabajo, sin duda me encuentro con mis propias limitaciones personales, a las que quiero entonces explorar. Son limitaciones con respecto al lenguaje, limitaciones en cuanto a mi conciencia de los aspectos políticos de las relaciones, limitaciones en mi capacidad para sortear algunos de los dilemas personales con los que estamos confrontados a cada paso en este trabajo, limitaciones de experiencia, limitaciones en mi percepción de opciones para la expresión de determinados valores que abren el espacio para nuevas posibilidades, etcétera.

Quiero explorar estas limitaciones, conversando sobre ellas con las personas que solicitan mi ayuda, hablando sobre ellas con otros terapeutas, a través de mi reflexión personal, a través de la lectura, etcétera. Al explorar de este modo estas limitaciones, puedo ampliar los que para mí eran los límites conocidos de ese trabajo.

DONALD: ¿Hablarias un poco del tema de la formación? ¿Cómo hace la gente para aprender más sobre esta visión del mundo y sobre cómo utilizarla productivamente?

MICHAEL: Bueno, pueden acercarse a alguien que esté comprometido en participar de este relato acerca de la terapia y acerca de la vida y en explorarlo.

DONALD: Sin duda podrían ir a Australia, al Dulwich Centre.

MICHAEL: Así es. Pero también hay muchos fantásticos desarrollos de este tipo de trabajo aquí en los Estados Unidos, de los que los lectores podrían ponerse al tanto. Hay muchos terapeutas familiares que están adoptando la metáfora narrativa y otros desarrollos recientes en teoría social y, asimismo, la noción de que la terapia es, inevitablemente, una actividad política. Y hay muchos institutos y organismos que están uniendo la exploración de la metáfora narrativa a cuestiones de justicia social.

DONALD: ¿Qué les sugerirías que leyeran?

MICHAEL: Para llenar algunas de las lagunas que les quedarán luego de leer la transcripción de esta entrevista, sugeriría que empe-

zaran por leer un capítulo titulado «Deconstruction and therapy». Está incluido en un libro llamado *Therapeutic conversations*, compilado por Steven Gilligan y Reece Price. En este libro también se incluye un comentario de Karl Tomm sobre este trabajo, otros capítulos escritos por terapeutas que están trabajando con orientaciones narrativa y enfocada hacia la solución y algunas comparaciones entre ambas orientaciones. Recomendaría este libro vivamente. El mismo capítulo, «Deconstruction and therapy» también aparece en un libro que escribimos con David Epston. El título de este libro es *Experience, contradiction, narrative and imagination*. Este libro incluye diversos capítulos que se centran en los desarrollos recientes en este trabajo, que también les recomendaría calurosamente a aquellos lectores que están interesados en completar algunas de las lagunas que les quedarán después de leer la transcripción de esta entrevista. Una buena fuente para enterarse de los permanentes desarrollos en este tipo de trabajo es la *Dulwich Centre Newsletter*, una revista trimestral que también tiene el distribuidor en Vancouver. Y, por supuesto, pueden consultar *Narrative Means to Therapeutic Ends*, cuya autoría comparto con David Epston.

DONALD: Y, por último, ¿quedan preguntas que te gustaría que te hiciéramos? ¿Hay alguna cosa que no te hayamos preguntado y que te gustaría comentar?

MICHAEL: No, pienso que hicieron muchas preguntas realmente interesantes. Espero que mis respuestas también lo hayan sido y no haber resultado machacón.

DONALD: No, no creo que lo hayas sido en absoluto. Y nosotros y nuestros lectores te agradecemos mucho el tiempo que nos has dispensado. El que estás haciendo es un trabajo realmente importante y valoramos mucho esta oportunidad de saber más sobre él. Gracias.

## Bibliografía

Bruner, J. 1986. *Actual Minds: Possible Worlds*. Cambridge, MA, Harvard University Press. [*Realidad mental y mundos posibles*, Barcelona, Gedisa, 1988.]

- Chomsky, N. y Herman, E. S. 1988. *Manufacturing Consent: The political economy of the mass media*. Nueva York, Pantheon Books.
- Derrida, J. 1977. *Of grammatology*. (Trad. de G. C. Spivak) Baltimore, MD, Johns Hopkins University Press.
- Epston, D. y White, M. 1992. *Experience, contradiction, narrative & imagination*. Adelaida, Dulwich Centre Publications (PO Box 34185 Station D, Vancouver, B.C. V6J 4N1, Canada).
- Foucault, M. 1970. *The order of things: an archaeology of the human sciences*. Nueva York, Random House. [*Las palabras y las cosas: una arqueología de las ciencias humanas*, Madrid, Siglo XXI, 1999.]
- Foucault, M. 1973. *The birth of the clinic: an archaeology of medical perception*. Londres, Tavistock. [*El nacimiento de la clínica*, Madrid, Siglo XXI, 1999.]
- Foucault, M. 1979. *Discipline and punish: the birth of the prison*. Middlesex, Peregrine Books. [*Vigilar y castigar: el nacimiento de la prisión*, Madrid, Siglo XXI, 2000.]
- Foucault, M. 1980. *Power / Knowledge: selected interviews and other writings*. Nueva York, Pantheon Books.
- Foucault, M. 1984. *The history of sexuality*. Gran Bretaña, Peregrine Books. [*Historia de la sexualidad (3 vols.)*, Madrid, Siglo XXI.]
- Gilligan, S. y Price, R. (comps.). 1993. *Therapeutic conversations*. Nueva York, W. W. Norton.
- White, M. y Epston, D. 1990. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. Nueva York, W. W. Norton. [*Medios narrativos para fines terapéuticos*, Barcelona, Paidós, 1993.]