

Título original: *Narrative means to therapeutic ends*

Publicado en inglés por W. W. Norton and Co., Nueva York - Londres

Traducción de Ofelia Castillo (cap. 1)

Mark Beyebach y Cristina Sánchez (caps. 2, 3 y 4)

Cubierta de Eskenazi & Asociados

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier método o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

© 1980 by Dulwich Centre, Adelaida, Australia

© 1993 de todas las ediciones en castellano,

Ediciones Paidós Ibérica, S.A.,

Av. Diagonal, 662-664 - 08034 Barcelona

<http://www.paidos.com>

ISBN: 978-84-7509-925-5

Depósito legal: B-3.069/2007

Impreso en Book Print Digital

Botànica, 176-178 - 08908 L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Impreso en España - Printed in Spain

3. UNA TERAPIA RELATADA

Creemos que siempre se debe cuestionar y poner en duda la conveniencia de aplicar el pensamiento lógico-científico y las teorías al campo de las ciencias humanas, sobre todo las relacionadas con la organización social. Con este fin resulta útil distinguir entre el pensamiento que da lugar al cientifismo y el pensamiento que consideramos apropiado para la interpretación de los acontecimientos en los sistemas humanos.

Jerome Bruner (1986) establece esta misma distinción. Contrasta el pensamiento lógico-científico con el «narrativo».

Hay dos modos de funcionamiento cognitivo, dos modos de pensamiento, y cada uno aporta diferentes formas de ordenar la experiencia, de construir la realidad. (...) Una buena historia y un argumento bien construido pueden pertenecer a dos categorías diferentes. Ambas pueden usarse para convencer a otro. Pero aquello de lo que convencen es básicamente diferente: los argumentos le convencen a uno de su veracidad, las historias de su realismo. La primera se verifica acudiendo eventualmente a procedimientos que establezcan la verdad empírica y formal. El otro no establece verdad sino verosimilitud (pág. 11).

Por tanto, las actividades que derivan del pensamiento lógico-científico son muy diferentes de las actividades derivadas del pensamiento narrativo. Y los criterios para establecer un buen argumento lógico y para establecer un buen relato son también irreductibles.

El pensamiento lógico-científico incluye procedimientos y convenciones que lo legitiman en la comunidad científica, procedimientos y convenciones que prescriben la aplicación de la «lógica formal», el «análisis riguroso», los «descubrimientos empíricos guiados por hipótesis razonadas», el hecho de llegar a «condiciones

de verdad» universales y no particulares, y una teoría cuya veracidad pueda verificarse. Este modo indicativo proporciona el contexto para esta empresa, por cuanto el pensamiento paradigmático o lógico-científico:

(...) trata de alcanzar el ideal de un sistema matemático y formal de descripción y explicación. Utiliza la categorización o conceptualización y las operaciones por las cuales estas categorías se establecen, encarnan, idealizan y relacionan unas con otras para formar un sistema (...). En un nivel global, el pensamiento lógico-científico (...) se ocupa de causas generales y de su establecimiento, y emplea procedimientos para asegurar referencias verificables y para comprobar la verdad empírica. Su lenguaje requiere consistencia y no-contradicción (Bruner, 1986, págs. 12-13).

Por otra parte, el pensamiento se caracteriza por buenas historias que ganan credibilidad gracias a su realismo. No se ocupan de procedimientos o convenciones para crear teorías abstractas y generales, sino de las particularidades de la experiencia. No establecen condiciones de verdad universales sino una sucesión de acontecimientos a través del tiempo. El modo narrativo no genera certidumbres, sino perspectivas cambiantes. En este mundo de la narración el modo subjuntivo prevalece sobre el modo indicativo.

Jerome Bruner (1986), al analizar qué es lo que convierte una historia en una buena historia, qué es lo que constituye un relato con valor literario, hace referencia a la presencia de ciertos mecanismos que convierten el texto en indeterminado y que involucran al lector «en la representación de significados a través del texto», de forma que el texto se convierte en un texto virtual en relación al auténtico. Estos mecanismos son los que «subjuntivizan» la realidad; Jerome Bruner describe tres de ellos:

El primero consiste en desencadenar la *presuposición*, en crear significados implícitos más que explícitos. Porque ante lo explícito, la libertad de interpretación del lector queda anulada (...). El segundo es el que llamaré *subjetificación*: la descripción de la realidad, no a través de un ojo omnisciente que ve una realidad atemporal, sino a través del filtro de la conciencia de los protagonistas de la historia (...). El tercero es la *perspectiva múltiple*: contemplar el mundo no unívocamente sino simultáneamente a través de un conjunto de prismas cada uno de los cuales capta una parte de él... Estar en el modo subjuntivo es, pues, moverse en el campo de las posibilidades humanas más que en el de las certezas establecidas.

Autores de otros campos de estudio también han destacado la importancia que tiene la subjuntivización de la realidad en la creación

de un contexto para la aparición de transformaciones o nuevas posibilidades, y por tanto en la representación de nuevos significados. Por ejemplo, Victor Turner (1986) asoció el modo subjuntivo con la zona limítrofe existente entre las etapas del ritual llamado rito de paso.

A veces creo que esta fase fronteriza se encuentra sobre todo en el modo subjuntivo de la cultura, el modo del quizá, del podría ser, del como si; el modo de la hipótesis, la fantasía, la conjetura, el deseo, según cuál de los tres aspectos de la tríada cognición, afecto y conación domine en esa situación (pág. 43).

Aunque los comentarios sobre narrativa de Jerome Bruner se refieren a la estructura de los textos con valor literario, creemos que las personas generalmente adscriben significado a su vida convirtiendo sus vivencias en relatos, y que esos relatos dan forma a sus vidas y a sus relaciones. También afirmamos que la mayoría de las conversaciones, incluyendo las conversaciones que la mayoría de las conversaciones, incluyendo las conversaciones con uno mismo, se ajustan al menos a los requisitos más elementales de un relato: tienen planteamiento, nudo y desenlace. Por tanto, la narrativa no se limita a los textos literarios.

Nuestras vidas están constantemente entrelazadas con la narrativa, con las historias que contamos y que oímos contar, con las que soñamos o imaginamos, o con las que nos gustaría contar. Todas ellas son reelaboradas en el relato de nuestra propia vida, que nos contamos a nosotros mismos en un episódico, a veces semiconsciente, pero virtualmente ininterrumpido, monólogo. Vivimos inmersos en la narrativa, recontando y reevaluando el significado de nuestras acciones pasadas, anticipando el resultado de nuestros proyectos futuros, situándonos en la intersección de diversas historias aún inconclusas (Brooks, 1984, pág. 3).

DISTINCIONES ENTRE EL PENSAMIENTO LÓGICO-CIENTÍFICO Y EL NARRATIVO

En la siguiente discusión se destacan las diferencias entre el modo de pensamiento lógico-científico y el narrativo, considerando varias dimensiones.

Experiencia

En la modalidad lógico-científica, las particularidades de la experiencia personal son eliminadas en favor de constructos cosificados, clases de eventos, y sistemas de clasificación y diagnóstico.

Por el contrario, el modo narrativo de pensamiento da mayor importancia a las particularidades de la experiencia vivida, que es el elemento «vital», siendo los puntos de unión entre los diversos aspectos de la experiencia vivida los generadores de significado.

El tipo de estructura relacional que llamamos «significado» emerge únicamente cuando relacionamos la experiencia presente con el resultado acumulado de experiencias pasadas, semejantes o al menos relevantes, de similar potencia (Turner, 1986, pág. 36).

Tiempo

Dado que el pensamiento lógico-científico se ocupa de fabricar leyes generales de la naturaleza y construir un mundo de hechos universales que se consideran verdaderos en todo tiempo y lugar, la dimensión temporal queda excluida. No es sólo que la dimensión temporal no tenga nada que ver con la interpretación de los eventos en el mundo, sino que esas interpretaciones deben situarse más allá de los efectos del tiempo: tienen que «pasar el test del tiempo» y demostrar su invariabilidad para considerarse «verdaderos».

En contraste con esto, la temporalidad es una dimensión crítica en el modo narrativo de pensamiento, pues en éste los relatos existen en virtud del desarrollo de los acontecimientos a través del tiempo. Esta secuencia lineal de los eventos en el tiempo es necesaria para que se pueda dar un relato «con sentido». Las historias tienen un principio y un final, y entre estos dos puntos transcurre el tiempo.

Esta definición transitoria muestra inmediatamente la función relacional de la trama entre uno o más eventos y la historia. Una narración está *constituida* por eventos en la medida en que la trama *convierte* los eventos en una historia. La trama, por tanto, nos sitúa en la encrucijada entre temporalidad y narratividad (Ricoeur, 1980, pág. 171).

Lenguaje

El modo lógico-científico se centra en prácticas lingüísticas que se basan en el modo indicativo para reducir la incertidumbre y la complejidad. Estas prácticas constituyen un intento de consolidar la realidad, de dar al hablante un sentido de sustancia, materialidad y seguridad en el mundo en el que habita.

Como la consistencia y la no-contradicción son los criterios de construcción de este mundo, se excluyen los significados alternativos mediante el uso unívoco de las palabras, y se prefieren las descripciones cuantitativas a las cualitativas. Se desarrollan lenguajes técnicos para evitar los riesgos de la polisemia; es decir, la posibilidad de que las palabras tengan más de un significado, y la posibilidad de que los significados de las palabras vengan determinados por el contexto en el que se usan. El propósito declarado es asegurar la identidad del significado hasta el final del «argumento».

El pensamiento narrativo se centra en prácticas lingüísticas basadas en el modo subjuntivo para crear un mundo de significados implícitos más que explícitos, para ampliar el campo de posibilidades a través del «desencadenamiento de la presuposición», para introducir la «perspectiva múltiple», y para encaminar a los lectores hacia representaciones únicas de significados. Estas prácticas lingüísticas tienen en cuenta la complejidad y la subjetividad de la experiencia.

En vez de preferir el uso unívoco de las palabras, se aprovecha su polisemia. Se fomenta más de una línea de interpretación o lectura en cada momento, y se ensancha el abanico de realidades posibles a través del aumento de nuestros recursos lingüísticos. Se favorece el carácter extraordinario de las descripciones coloquiales, poéticas o pintorescas frente a las descripciones técnicas, y la conversación se hace más exploratoria y menos dirigida a un propósito determinado.

Agencia personal

El modo lógico-científico representa a la persona como un escenario pasivo que reacciona ante determinadas fuerzas —impulsos, impactos, transferencias de energías, etc.— impersonales. Esto está implícito en sus propios términos. Asume, a efectos de investigación, que alguna fuerza o fuerzas internas o externas a la persona actúan sobre ella, y que son éstas las que moldean y constituyen la vida. A veces, en esta investigación científica, las personas quedan reducidas a autómatas de alto nivel.

El modo narrativo sitúa a la persona como protagonista o como participante en su propio mundo. Es un mundo de actos interpretativos, un mundo en el que volver a contar una historia es contar una historia nueva, un mundo en el que las personas participan con sus semejantes en la «re-escritura», y por tanto en el moldeado, de sus vidas y relaciones.

Posición del observador

El modo lógico-científico excluye al observador de lo observado en aras de la objetividad. El objeto está «al otro lado» del observador y, por definición, es aquello sobre lo que se debe actuar. El observador no está implicado en la creación de los fenómenos que están siendo observados, y se afirma que lo observado es inmune a los efectos de esta observación. Todo ello sirve para colocar al observador por encima y más allá de lo observado.

El modo narrativo redefine la relación entre el observador y lo observado. Tanto el «observador» como «lo observado» se sitúan dentro de la narración «científica» que se está desarrollando, en la cual al observador se le ha asignado el papel de autor privilegiado de su construcción.

Cuando situamos una terapia en el contexto del modo narrativo, se considera que los relatos vitales se han construido a través del «filtro de la conciencia de los protagonistas». Así, el trascendente «nosotros» y el «ello» de la persona subjetivizada se sustituyen por los pronombres «yo» y «tú» de la persona personificada.

Práctica

Una terapia situada en modo narrativo de pensamiento:

1. Da la máxima importancia a las vivencias de la persona;
2. Favorece la percepción de un mundo cambiante mediante la colocación de las experiencias vividas en la dimensión temporal;
3. Invoca el modo subjuntivo al desencadenar presuposiciones, establecer significados implícitos y generar perspectivas múltiples;
4. Estimula la polisemia¹ y el uso del lenguaje coloquial, poético y pintoresco en la descripción de vivencias y en el intento de construir nuevos relatos;
5. Invita a adoptar una postura reflexiva y a apreciar la participación de cada uno en los actos interpretativos;
6. Fomenta el sentido de la autoría y la re-autoría de la propia vida y de las relaciones de cada persona al contar y volver a contar la propia historia;

1. Gianfranco Cecchin (1987), refiriéndose a la terapia sistémica, propone una «orientación polifónica» y el fomento de la «multiplicidad».

7. Reconoce que las historias se coproducen e intenta establecer condiciones en las que el «objeto» se convierta en autor privilegiado;
8. Introduce consistentemente los pronombres «yo» y «tú» en la descripción de los eventos.

El material que se presenta a continuación refleja nuestra utilización de medios narrativos en el contexto de una terapia de este tipo: una terapia relatada.

CARTAS DE INVITACIÓN

Las cartas de invitación son tan frecuentes en la vida cotidiana que no necesitan presentación. Sin embargo, dichas cartas pueden parecer «extrañas» en el contexto de la relación profesional-cliente, que suele depender de que el cliente pida una entrevista y de que se le dé una hora. Yo [D. E.] utilizo cartas de invitación cuando creo que es importante incluir en la terapia a personas reacias a participar en ella.

Sally²

Seis semanas después del suicidio de su marido, la señora Jones empezó a vagar por las noches en estado de trance, acompañada por su nieto de 12 años. Le decía a su vecina que estaba buscando un refugio para su nieto, al que ella confundía con sus hijas, ante los abusos sexuales de su marido. Sus hijas Sally (de 30 años), Margy (27) y Joan (25), vivían ya por su cuenta. La señora Jones acudió por decisión propia a un Servicio Psiquiátrico Comunitario, donde gradualmente se la ayudó a «recordar» y dar algún sentido a una pesadilla de 30 años de torturas sexuales. Una corta estancia en un hospital la ayudó en este proceso.

Margy y Joan, tres años antes, se habían confesado mutuamente que su padre había abusado de ellas. Se alarmaron e indignaron sobremanera al oír sus respectivas revelaciones. Aparte de su propio problema, también estaban preocupadas por los abusos que habían sido sometidas las hijas de Joan, de siete y cuatro años de edad. Toda la familia fue enviada al Centro Leslie para valorar el abuso cometi-

2. Los terapeutas fueron David Epston y Eileen Swan, Centro Leslie, Auckland.