

La intención que nos convoca a editar este libro está relacionada con reunir relatos múltiples de colegas que han tenido interés en dar forma a sus prácticas desde las ideas narrativas. En la mayor parte del territorio latinoamericano, las ideas narrativas han sido de muy difícil acceso, ya sea porque no hay publicaciones disponibles, o porque éstas resultan muy caras; también porque la narrativa es una práctica que nace en el mundo angloparlante, y ni siquiera ahí es completamente parte de la cultura dominante de la terapia.

Intentamos con este libro, con esta reunión de relatos latinoamericanos de terapia narrativa, abrir un espacio que nos permita a todas las personas que estemos interesadas en estas prácticas, seguir desarrollando formas locales de trabajo. Estamos conscientes de que este libro sólo representa una proporción de todo esto, sabemos y honramos a todas y todos los colegas que trabajan desde éticas y políticas armónicas con la narrativa y esperamos continuar las conversaciones con todas ellas.

VOL. II:

Este volumen se compone de relatos con voces desde Brasil, Uruguay-México, México y Colombia-EEUU.



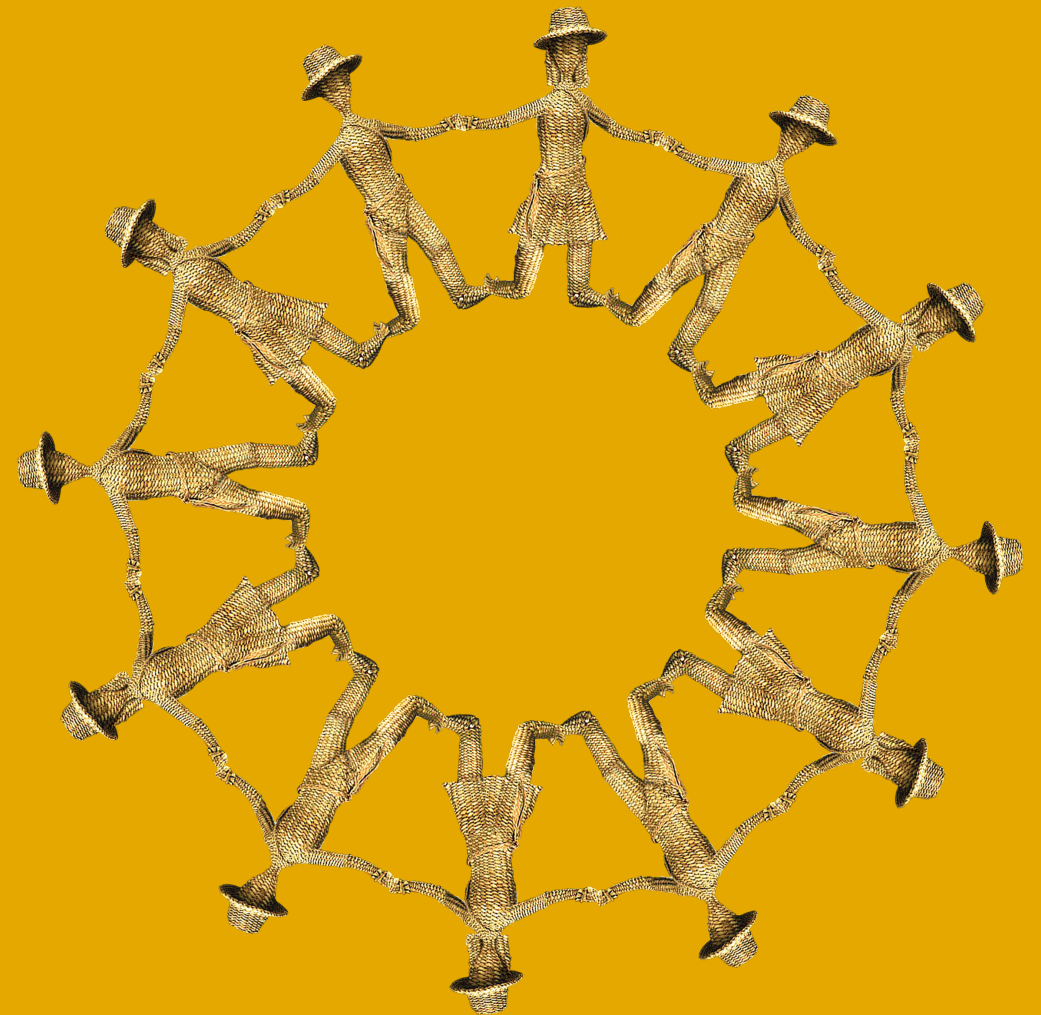
ÍTALO LATORRE-GENTOSO es co-desarrollador, junto a Carolina Letelier, de Pranas Chile y Pranas Chile Ediciones. Titulado de psicología, estudió prácticas narrativas primero de manera autodidacta y luego en Australia. Actualmente trabaja como terapeuta, docente y editor.

PRÁCTICAS DE TERAPIA NARRATIVA

Voces latinoamericanas tejiendo relatos preferidos

VOLUMEN II

ÍTALO LATORRE-GENTOSO (Ed.)



PRÁCTICAS DE TERAPIA NARRATIVA

PRÁCTICAS DE
TERAPIA NARRATIVA

Voces latinoamericanas tejiendo relatos preferidos

VOLUMEN II

PRÁCTICAS DE TERAPIA NARRATIVA.
VOCES LATINOAMERICANAS TEJIENDO RELATOS
PREFERIDOS.

VOLUMEN II

© Pranas Chile Ediciones

© Ítalo Latorre-Gentoso

Compilación y edición: Ítalo Latorre-Gentoso

Coordinación editorial: Mónica Nepote

Cuidado de edición: Leticia Uribe Malagamba

Diagramación y diseño: Javier Alcaraz - elcerezo

Diseño de portada: Gabriela Díaz

Primera edición: enero de 2018, Santiago de Chile

Pranas Chile Ediciones es una editorial independiente,
ubicada en Santiago de Chile.

pranas@pranaschile.org

pranaschile.org

ISBN: 978-956-9719-04-2



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN. Cocinando con ingredientes propios. <i>Carolina Letelier Astorga</i>	11
--	----

BRASIL

Domando a Caballo de Viento. La historia de Luisa, una experta en hacer planes para ser feliz. <i>Marilene Grandesso</i>	15
--	----

MÉXICO-URUGUAY

El reencuentro con las voces perdidas. Reclamando la dignidad olvidada. <i>Nurit Zylbersztein</i>	37
---	----

MÉXICO

Decir: ¡hola! de nuevo. Una celebración diferente para recordar a nuestros seres queridos difuntos. <i>María de los Ángeles Díaz Rubín (Cuqui Toledo)</i>	53
Confianza, postura y defensa de la identidad preferida.	
Acciones contra los malos tratos (bullying) en la escuela. <i>Ana Patricia Gutiérrez Fraire</i>	71
Cuidando mi propia luz. La búsqueda de cuatro mujeres para salir de relaciones de violencia. <i>Leticia Uribe Malagamba</i>	85
Son puros cuentos. <i>María Alejandra Usabiaga del Moral</i>	101
El arte y efecto de politizar una experiencia.	
<i>Andrea Angulo Menassé</i>	113
Cambiando de territorio. <i>Marta Rivera</i>	123
Proyecto MODIAJ. <i>Rosa María De Prado González</i>	137

Darle tiempo al tiempo. <i>Alfonso Díaz Smith</i>	157
Lo ausente pero implícito en el Árbol de la vida. <i>Marta Campillo R.</i>	181
Escuchando las voces de la esperanza en niñas, niños y jóvenes que trabaja- jan en las calles de México. <i>Jacqueline Sigg</i>	201
Conversaciones sobre Discapacidad. <i>Marina González</i>	221

COLOMBIA (EN EE.UU.)

La lucha de una mujer mexicana y su hijo: De trampas de vida a ventajas de vida. <i>marcela polanco</i>	239
--	-----

EPÍLOGO. Narrative Practices Adelaide: honrando el legado de Michael White. <i>Maggie Carey, Shona Russell, Ítalo Latorre Gentoso</i>	255
--	-----

AUTORES: IDENTIDADES PREFERIDAS	271
---	-----

Dedicado a la memoria de Pati, “de corazón a corazón”
y a Cuqui, la abuela de la narrativa

INTRODUCCIÓN

COCINANDO CON INGREDIENTES PROPIOS

Carolina Letelier Astorga

Como creemos discursos que no reflexionamos, decimos: “ellos son poderosos”
¿qué es eso? ¡Nosotrxs somos poderosxs!

NACHITA. ZAUTLA, SIERRA DE PUEBLA,
MÉXICO (ABRIL 2014).

En la introducción al volumen I hicimos énfasis en que estos libros están muy lejos de querer ser un manual, más bien todo lo contrario, dijimos que con esta compilación intentamos “abrir un espacio que nos permita a todas las personas que estamos interesadas en estas prácticas, seguir desarrollando formas locales de trabajo” (p.26).

En ese primer volumen pudimos conocer relatos de prácticas ubicadas territorialmente en lo que llaman el cono sur de América Latina. En general corresponden a prácticas de personas que conocieron —conocimos— la propuesta de White y Epston recién hace una década y algunxs, bastante menos que eso, posiblemente por encontrarnos más lejos del “centro” del mundo.

En este segundo tomo, con el que se cierra la colección, lxs lectores encontrarán los relatos de practicantes de la parte centro-norte del mapa de América Latina. Por lo mismo, muchxs de ellxs, tuvieron acceso a estas ideas algunos años antes y de “primera mano”,

convirtiéndolos en relatos que vienen de lugares donde se ha tenido mayor difusión y formación en estas prácticas. Está compuesto por textos de Brasil, Uruguay-México, México y Colombia-EE.UU., ilustrando respuestas narrativas a diversos problemas en terapia y trabajo con grupos y colectivos en torno a temas como el duelo, patologización de la infancia, experiencias asociadas a trastornos del desarrollo, exploraciones con el tiempo, migración, etcétera. Y cierra con la transcripción de una entrevista que hizo Ítalo a Maggie Carey y Shona Russell del Narrative Practices Adelaide, en Adelaide, en 2012.

Esperamos que al entrar en los mundos que nos abren estas historias, podamos seguir aprendiendo de ellas, además de reconocernos, cuestionarnos y mantener el esfuerzo de traducción permanente de estas prácticas a los contextos en los cuales trabajamos.

Creemos que escuchar nuestras voces —las de compañeras y compañeros en esta aventura y las de las personas con quienes trabajamos— ubicados en los distintos espacios institucionales, privados y comunitarios, nos permite apropiarnos de los saberes que emergen en la construcción de los relatos preferidos. Saberes propios, ajenos, sugyugados, ancestrales y colectivos y que son una respuesta que nos evidencia el poder que tenemos para cambiar nuestras vidas y el mundo en que queremos vivir. Son saberes que nos permiten cuestionar esos discursos dominantes que, como dice Nachita, nos quieren hacer creer que no tenemos poder. Saberes que en el contexto del trabajo que hacemos, permiten que las personas muevan sus vidas según sus propias definiciones, propósitos y valores.

Imagino este proceso de aprendizaje, traducción y enriquecimiento de estas ideas y prácticas como un proceso continuo, sin punto de llegada. Como eso que hacemos comúnmente en muchos y diversos lugares de esta rica geografía: el ritual compartido de jun-

tarnos a comer, reunidos en torno a un fuego. Toda la gente aporta algo. Una llega con tomates frescos, otro con su ensalada preferida y siempre, muchxs que llegan con sus manos amorosas dispuestas a la tarea de la preparación de lo que va a resultar un plato exquisito. Exquisito porque lo hicimos juntxs.

Espero que podamos compartir muchos de estos encuentros, en la cocina chilota del sur de Chile, hasta el comal en México, aportando nuestros ingredientes propios, como estos que nunca pueden faltar:

En el centro de mi ramo
la rosa del corazón,
el árbol más amistoso
y el fruto de la pasión.

Violeta Parra, *Es una barca de amores*, 1963.

Nuevamente agradecemos a todas las personas que generosamente compartieron sus historias de vida con nosotrxs, esperamos que esto contribuya de alguna manera a que sientan orgullo de ellas.

Brasil

Domando a Caballo de Viento

LA HISTORIA DE LUISA. UNA EXPERTA EN HACER PLANES PARA SER FELIZ

Marilene Grandesso

Cuando un niñ@ sufre algún tipo de malestar, cuando algo no anda bien con su desarrollo o con su conducta, es común que los padres se sientan fracasados como padres y que los sistemas involucrados se culpabilicen los unos a los otros, la escuela responsabiliza a los padres y los padres culpabilizan la escuela, por ejemplo: “¿dónde me equivoqué?”, “¿qué hicimos o dejamos de hacer?”, “esta escuela es muy exigente”, “los padres son negligentes”, declaraciones de este tipo forman parte de los discursos que organizan prácticas de poder que, antes de resultar una invitación a emprender acciones colaborativas para lidiar con dificultades y problemas, conforman patrones de clasificación normalizadora, dividiendo a las personas entre competentes (normales) e incompetentes (anormales). Además resultan formas de entendimiento apoyadas en discursos de causalidad lineal pues comprenden las identidades como provenientes de la influencia de los padres, de la química del cerebro, de factores innatos, del desarrollo o de algunos de esos factores combinados (Marsten *et al*, In Cruz, 2012). La insatisfacción con las consecuencias de tales formas de discurso contribuyó a que Michael White y David Epston (1993), sensibilizados por el sufrimiento de varios padres y ante el desempoderamiento que experimentaban cuando sus hij@s tenían algún problema, buscaron en las conversaciones externalizadoras

una forma de hacer frente a las vicisitudes de la vida y al mismo tiempo logran valorar el saber y la competencia de padres e hij@s ante los problemas que afrontaban. Entre las muchas diferencias de esas formas de comprensión a las dificultades como circunstancias de la vida y no como algo inherente a las identidades de las personas, se destaca la posibilidad de que existan niñ@s y padres que sean protagonistas de sus historias y autores de sus propias vidas (Grandesso, 2012; Epston, 2008; White y Morgan, 2006; Freeman, Epston y Lobovits, 2001; Zimmerman y Dickerson, 1996).

Además de eso, dependiendo del problema vivido por el o la niñ@, es común que se le atribuya a algún factor interno volviendo al problema algo inherente a la persona. Cuando este es el caso, es muy fácil que l@s profesionales involucrad@s encaminen al niñ@ a un tratamiento medicamentoso o hacia algún tipo de terapia “reparadora” o “restauradora” de la conducta del niñ@ para que pueda seguir adelante en su camino evolutivo. Cuando el niñ@, por ejemplo, vive algún tipo de miedo o una dificultad al estar lejos de sus padres: miedos nocturnos, pánico, ansiedad, vive en un ritmo más acelerado que otr@s chic@s, tiene temperamento difícil y atención flotante y termina por ser un blanco fácil para ser encaminado a un tratamiento médico, apoyado por una visión organicista de enfermedad o déficit. Esta es una tendencia que heredamos de una psicología moderna, centrada en el individuo y en el mundo interno. Especialmente cuando se refiere a niñ@s, es común transformar l@s en receptores pasivos de la terapia y l@s terapeutas en interventores especialistas:

Los profesionales tienen la tendencia de intervenir como agentes conductores; a los padres se les orienta a las posiciones de responsabilidad y a los niñ@s, normalmente, se los coloca como objetos de investigación y consecuente evaluación (Marsten, D.; Epston, D. y Johnson, L., 2012, p. 23).

Así, según lo comprendo, la terapia que involucra a l@s niñ@s, como cualquier otra forma de terapia, establece relaciones de poder. Si el/la terapeuta asume una posición de especialista, el/la niñ@ y la familia se pondrán en la condición de pacientes a quienes se debe conducir u orientar, es decir, como recipientes pasivos con poca o ninguna consideración de sus saberes. Tales posturas se sostienen por discursos universales sobre problemas y criterios de normalidad. En este panorama, el niñ@ y la familia son blancos de intervenciones normalizadoras y el saber está en manos del terapeuta.

La terapia narrativa, que abarca a niñ@s y sus familias, sin embargo parte de otros principios. Comprendiendo a cada persona como retenedora de un saber *insider*, es decir el saber que proviene de lo vivido, la terapia narrativa parte del presupuesto que las personas, ya sean adultas o niñ@s, son autoras de sus historias. Comprende que ninguna historia se construye en el aislamiento, y que tiene los ecos de los discursos que construyen los significados de las experiencias vividas (White, 2007).

Este capítulo, presenta el camino de Luisa, una linda niña de ocho años, en la construcción de historias más liberadoras y que resume el comando sobre su vida de niña en el ejercicio de su libertad de vivir naturalmente en la alegría de cada momento.

Las múltiples historias de Luisa

Luisa por ella misma

Soy una niña alegre que vive feliz la mayor parte del tiempo. Me gusta conocer lugares nuevos, amo la naturaleza y la equitación. Quiero vivir con mi papá y mi mamá toda mi vida.

Pero, a veces la felicidad se va y la Tristeza, la Añoranza y el Miedo se asoman y me pongo triste. El Miedo, la Tristeza y la Añor-

ranza aparecen cuando tengo que despedirme de mamá y cuando mamá me deja en la escuela y se va. Ell@s entran detrás de mí, sin que yo me entere. Aprovechan cuando me despido de mamá y entran a mis espaldas.

Cuando la Añoranza, el Miedo y la Tristeza entran en mí, me pongo triste y entonces lloro. El Miedo, la añoranza y la Tristeza se quedan en todo mi cuerpo, desde los pies hasta la cabeza.

Mamá se apiada de mí, pero ella sabe que yo tengo que vencer mis miedos. Eso pasa todas las tardes, me pongo muy triste. La felicidad se va y yo lloro. El peor día es el miércoles, porque tengo que quedarme en la escuela todo el día.

Luisa por mí y por sus padres

Desde nuestro primer encuentro, Luisa llamó mi atención por la forma participativa que asumió en nuestras conversaciones. Sus padres hablaron de la preocupación respecto a su única hija por el sufrimiento que atestiguaban en las situaciones de despedida, cada día, en la puerta de la escuela, y por el sufrimiento de la niña cuando el padre emprendía viajes de trabajo. La escuela también estaba preocupada por eso, pues era visible que Luisa se ponía muy triste, lloraba y le tomaba un tiempo para adaptarse a las actividades de su clase, y librarse de la tristeza y el llanto. La niña pedía todo el tiempo que llamaran a su madre para que viniera a buscarla.

Aunque desde siempre existía una cierta dificultad para despedirse de la madre en la puerta de la escuela, esto empeoró a raíz de que la madre y el padre viajaron al mismo tiempo; él a un viaje de trabajo, y ella por estudios. Estuvieron ausentes durante una semana dejando a Luisa en casa con l@s abuel@s. Luisa añadió que se sintió muy triste, tuvo miedo de que los padres no volvieran y les extrañó.

Los padres estaban realmente preocupados y la madre afirmó que sentía... “El corazón angustiado. Ver a una niña sufrir de esta

manera... No sé qué hacer. Ya sentí hasta rabia, pero es muy duro ver su sufrimiento”. Los padres intentaron todos los recursos que habían imaginado, pero no veían resultados que aliviaran el sufrimiento de la hija. Y formaba parte de sus planes buscar una ayuda psicofarmacológica.

Entre las cosas que destacaron en relación a las cualidades de Luisa, los padres resaltaron su dulzura y su rapidez para argumentar y el hecho de que no desistía tan fácilmente de sus argumentos. Era excelente en la equitación. Desde la primera vez que montó un caballo, a los cuatro años, Luisa se destacó, estaba en un nivel arriba de lo esperado para su edad y estatura. A pesar del sufrimiento, Luisa adoraba la escuela, según informaron los padres, y tenía muchos amigos. Hija única, muy apegada al padre quien cuando no viajaba por el trabajo, tenía el privilegio de estar en casa con Luisa, algo que la niña apreciaba mucho. Cuando estaban juntos era el padre quien la llevaba a la escuela. En esas ocasiones, la Tristeza, la Añoranza y el Miedo también surgían, aunque no eran tan fuertes como cuando la mamá era quien la llevaba a la escuela. Pero durante los viajes del padre, Luisa se resentía: “quedarse sin el padre para correr en el parque, llevarla a pasear, subirla en la punta de los pies para el baño...”

Iniciando nuestra conversación

Desde el primer encuentro con Luisa y sus padres, elegí el camino de invitarlos a referirse a los problemas que traían a la conversación como entidades separadas de la identidad de Luisa. Hablar de tristeza, miedo y añoranza se mostró como una forma natural de contemplar lo que afligía a la familia y, al mismo tiempo, de abrir un espacio para conversaciones futuras de reautoría (White, 2007) que incluían una participación activa de la niña en la administra-

ción de sus dificultades. Situaciones como la de Luisa se encaminan fácilmente para un tratamiento psicofarmacológico, pues son diagnosticadas como ansiedad de separación, arraigo ansioso, síntomas de depresión u otros problemas así. Sin embargo, ese no era el deseo de los padres. Luisa contestó mis preguntas de forma que podía hablar de lo que sentía, nombrando y estableciendo distinciones entre lo que estaba dentro del “paquete de su malestar”: tristeza, miedo y añoranza. Pudo decir que todo venía junto y que eran similares en intensidad. No establecimos un nombre que juntara las tres cosas en una sola palabra, hasta que me pareció que podía ser interesante dejar que las tres características compusieran lo que representaba el malestar de Luisa. Una de las cosas que se me ocurrió fue pensar que extrañar, en nuestra cultura, es una disposición afectiva que forma parte de nuestras prácticas de vida. Solemos decir que extrañamos a las personas queridas cuando no las vemos. También propuse que, al darles un nombre diferente, tal vez pudiera favorecer formas distintas de lidiar con cada uno de esos sentimientos.

En nuestra conversación externalizadora, pudimos explorar cómo el Miedo, la Tristeza y la Añoranza aparecían y por dónde entraban, y qué parte del cuerpo de Luisa ocupaban; qué pasaba con ella cuando éstos surgían, cómo interferían en su relación con sus padres, y cómo perjudicaban su vida en la escuela. Pudimos ver también que el Miedo, la Tristeza y la Añoranza no le impedían ser una buena practicante de equitación, ni tampoco tener muchos amigxs y ser querida por ellxs.

Todas esas conversaciones contribuyeron para que Luisa se ubicara en relación a ese malestar que resultó en un plan de acción titulado por ella: “Echando al Miedo, a la Añoranza y a la Tristeza”. Conversábamos, y conforme Luisa contestaba mis preguntas, ella, espontáneamente, hacía dibujos y empezamos a hacer una especie de libro. Luisa lo denominó como “Capítulo 2”.

2. Echando a la Añoranza, a la Tristeza y al Miedo

Luisa tomó una posición y dijo que ya no quería dejar que su vida se viera perjudicada por la tristeza, la añoranza y el miedo. En el siguiente encuentro, Luisa trajo una foto suya montando su caballo. Algo que me llamó la atención fue el contraste entre aquella niñita tan pequeña y el enorme caballo que montaba. A principio, ni siquiera la había reconocido. Cuando le pregunté si el Miedo, la Tristeza y la Añoranza no surgían mientras ella montaba, me respondió que no. Y le pregunté cómo hacía para que el Miedo no surgiera en aquel momento cuando ella tan pequeña montaba un caballo tan grande. Pregunté si ella sabía comandar sola aquel animal. Al contestarme estas preguntas, Luisa describió cómo hacía para que el caballo siguiera cabalgando, fuera a la derecha o a la izquierda, parara o trotara más rápido. Ella me contó entusiasmada cómo hacía todo eso y cómo lo aprendió. Entonces, le pregunté cómo ella podría hacer para comandar el caballo del miedo. De esa conversación pudimos bautizar las tres cosas —la tristeza, la añoranza y el miedo como Caballo de Viento, pues Luisa describió el miedo, la añoranza y la tristeza, como si fueran un viento que entraba por su espalda, mientras ella abrazaba a su madre en la puerta de la escuela en el momento de la despedida.

Luisa pudo explorar todavía un poco más las acciones de Caballo de Viento e incluso tener un diálogo con él:

El Caballo de Viento aparece peor cuando voy a la escuela los miércoles y me quedo todo el día. Lloro mucho porque es mucho tiempo lejos de mi madre. Todo empezó cuando yo estaba en el segundo curso y tuve una profe muy energética y yo le tenía miedo. Lloraba cuando tenía que ir a la escuela. Ahora estoy ya en el tercer curso y sigo con ese problema.

En nuestras conversaciones siguientes Luisa comenzó a pensar en cómo domar al Caballo de Viento. Su primer plan contemplaba hacerle tantas cosas malas a Caballo de Viento que, ciertamente, él se iría.

Siguiendo por ese camino, Luisa resolvió escribirle al Caballo, una carta de indignación:

De: Luisa

Para: Caballo de Viento

¿Por qué me tomas de esa manera, eh? ¿Te gusta lo que haces conmigo? A mí no me gusta lo más mínimo. Tienes que entender que sólo debes hacer a los demás lo que te gusta que te hagan a ti. Si no, la gente también puede hacer contigo lo que haces conmigo. Y a ti no te gustaría eso, ¿no es cierto? Entonces, no lo hagas conmigo. Si te gusta eso, házlo contigo. No es porque a ti te gusta por lo que les va a gustar a los demás. A mí no me gusta que me perjudiques en el momento de irme a la escuela.

En una siguiente conversación, reflexionamos acerca de Caballo de Viento, si éste sabía lo que le hacía a Luisa. Como a Luisa le gustaban mucho los caballos y creía que estos animales eran buenos, le pareció que él no tenía idea del mal que le provocaba a ella y que quizá tampoco era bueno para él quedarse dentro de Luisa en vez de correr libre por los campos. Eso derivó en otra conversación de Luisa con Caballo de Viento, (parte de su plan para domarlo).

—Caballo de Viento, ¿no te gustaría irte al campo a galopar con tus amigos y hermanos? ¿No te vendría mejor que quedarte aquí quieto esperando el momento en que me vaya a la escuela y también esperando a que me duerma por la noche hasta el día siguiente? No te

vas a quedar sin mí, porque te voy a encontrar algunas veces allá en el campo...

Para seguir adelante con esa idea Luisa y yo resolvimos construir una casa para que Caballo de Viento pudiera estar en lugar de entrar dentro de Luisa. Así que, le ofrecí una que ella decidió adornarla, dejándola lo más bonita que pudo para que Caballo de Viento se sintiera bien y no se pusiera triste. La pintó, le hizo dibujos, le puso flores. Según decía Luisa:

“...Inventé una casa para él, tan linda y llena de dibujos que en vez entrar en mí, va a preferir entrar dentro de su casa...” Luisa resolvió cerciorarse de que la casa estuviera bien cerrada, y dejó sólo un agujerito para que el Caballo de Viento pudiera respirar. Resolvió, además, seguir llevándolo a la escuela, explicándole que iría a un sitio mejor.

Seguimos así con Caballo de Viento dentro de su nueva casa. Luisa logró avanzar, logró ir a la escuela pensando en divertirse y en charlar con sus amigas. Durante ese período, surgió otro caballo, pero ahora en su casa, y por lo que ella dijo, no era el mismo. Luisa ya sabía cómo hacer para que no se repitiera la historia de Caballo de Viento. Cuando a Luisa le pareció que Caballo de Viento ya se había desacostumbrado a entrar dentro de ella, decidió llevarlo y soltarlo en el campo que frecuentaba los fines de semana. Y, así lo hizo. Luisa, acompañada de sus padres, abrió la casa de Caballo de Viento en el campo y vio que él salió corriendo feliz junto a los demás caballos. Ella dijo que Caballo de Viento se sentía muy contento por estar en un lugar más adecuado para él.

Conversamos mucho sobre la nueva vida de Caballo de Viento sin Luisa y la de Luisa sin Caballo de Viento. Fue entonces que, pasadas dos semanas en esa nueva vida, decidimos imaginar una

carta que Caballo de Viento le había escrito a Luisa. Le hice las preguntas y ella las fue contestando, así salió el contenido de la carta. Luisa me pidió que la escribiera yo porque la carta era larga y ella quería tenerla lista antes que terminara nuestra cita. Fue así como construimos juntas la carta que nombramos: “Noticias de Caballo de Viento corriendo en Guaratuba”. Le formulé algunas preguntas y al contestarlas quedó la carta que viene más adelante:

- ♦ ¿Dónde está el caballo?
- ♦ ¿Cómo se siente?
- ♦ ¿Qué hace él en este lugar?
- ♦ ¿Qué le gustaría decirle a Luisa?

Mi querida amiguita Luisa:

Te escribo en un lindo día de sol y de cielo azul, en medio del campo verde y perfumado. Quiero decirte que estoy muy feliz aquí. Corro libre, como a un caballo de viento le gusta. Juego y charlo con mis amigos, los caballos y yeguas que viven aquí. Descubrí lo que es vivir libre y lo bueno que es estar feliz. Pero quiero decirte que a veces te extraño. Siempre extrañamos a las personas a quienes queremos. Y te quiero y estoy muy agradecido porque pensaste en mí y porque me has cuidado. Me ayudaste a ver que yo estaba equivocado cuando iba a encontrarte en la puerta de la escuela. Y también, me ayudaste a ver que cuando yo entraba dentro de ti, me quedaba preso, perdía mi libertad, y lo peor, te hacía sufrir. Entonces, te pido disculpas por eso y te agradezco por haberme ayudado a encontrar la libertad y parar de hacerte sufrir en la puerta de la escuela, todos los días. Cuando puedas ven a visitarme. Vas a ver lo feliz que me siento corriendo al aire libre como un verdadero caballo de viento.

Un abrazo, con mucho cariño,

Caballo de Viento

Cada día que pasaba Luisa vivía con más naturalidad despedirse de su madre en la puerta de la escuela. Pudo percibir que pasado el momento, pronto se adaptaba a lo que transcurría durante el día y podía divertirse junto a los demás niños. En uno de nuestros encuentros, la madre de Luisa relató un episodio en la puerta de la escuela que parecía indicar que Caballo de Viento podría haber regresado. En el momento de despedirse de Luisa, la madre percibió “una mirada melancólica... una mirada larga”. La madre contó que le resultaba difícil irse, casi le preguntaba a su hija si quería que se quedara. Cuando le pregunté sobre qué le había ayudado a irse sin mirar hacia atrás, me dijo que fue tener la certeza que, en cosa de dos minutos, Luisa estaría muy bien en la clase de música. En otras épocas la madre se habría quedado con Luisa pero ahora sabía que eso no le ayudaría. Luisa comentó que resultó muy bueno que su mamá hiciera las cosas de ese modo. Eso le demostró que ella podía muy bien pasar por esa situación y salir bien. Pudimos conversar en nuestros encuentros sobre las revelaciones y aprendizajes de Luisa para domar a Caballo de Viento. Así como ella comandaba su enorme caballo en el campo, Luisa descubrió que delante de Caballo de Viento:

- ♦ Cantar —hacía que el miedo se replegara.
- ♦ Pensar en las cosas buenas por hacer —ayudaba a que el miedo se fuera.
- ♦ Acreditar que el malestar pasaría pronto —le ayudaba a que realmente pasara.
- ♦ Pensar: “si voy a ver a mamá por la noche, ¿por qué voy a llorar?” —le ayudaba a que el llanto se fuera.
- ♦ Recordar que el padre le decía: —si quieres, él no va a entrar...
- ♦ Respirar profundamente y soltar el aire —le ayudaba a hacer que el malestar se fuera.

Incluso Luisa creó una teoría. Afirmó que “la experiencia es algo que uno no sabe cómo funciona y que se hace para ver qué pasa.” La niña se dio cuenta de que le gustaba crear experiencias y hablamos sobre las muchas experiencias que ella había creado y puesto en práctica en sus aventuras con Caballo de Viento.

Luisa y su mamá trajeron a nuestras conversaciones una situación que vivían todas las noches a la hora dormir. Su mamá dijo que Luisa la llamaba innumerables veces: le pedía agua, decía sentir alguna incomodidad o que había algún ruido... Luisa tenía dos gatas que de noche, solían entrar en su habitación y derribaban juguetes del estante. Luisa dijo que no conseguía dormir y que le venían malos pensamientos. Entonces acordamos que ella se llevaría Tutú, un pelícano de peluche que tenía en mi consultorio para que Luisa lo cuidara y le contara cuentos y la ayudara a dormir. Algunas veces Tutú y otros bichos del consultorio fueron buenos escuchas de los cuentos de Luisa. Tutú fue a la casa de Luisa y ella relató en las semanas siguientes cómo había sido bueno cuidarlo de noche y cómo Tutú también la había cuidado. Comprendí la importancia que Luisa daba a ese lugar de cuidadora. Cuidó a Caballo de Viento, cuidó a Tutú y más tarde pudo cuidar también de la Tristeza. Tutú le hizo compañía a Luisa cuando su mamá fue a una presentación de noche y volvió tarde y viajó con Luisa en las vacaciones a la casa de su abuela en Suecia. Y a veces, cuando Luisa necesitaba cuidar a alguien para cuidar de sí, él la acompañó a su casa.

Cuando Luisa estaba satisfecha por no sufrir al despedirse en la puerta de la escuela, decidió que quería conseguir otras tres cosas: no ponerse tan triste cuando su papá estaba de viaje, librarse de un miedo que llegaba a la hora de dormir y conseguir dormir en la casa de sus amigas.

Como el padre viajaría pronto, comenzamos a conversar sobre esos momentos y Luisa pudo describir lo que le pasaba cuando su papá estaba por salir.

Cuando mi papá viaja, es para mí un golpe duro. En el momento en que se va, siempre le digo: “¡quédate conmigo, papá!”. También le pregunto: “¿por qué tienes que irte, eh?” Después de que papá se va, cuando lloro, mi madre viene y habla conmigo. Yo hablo con ella, lo extraño menos y paro de llorar.

Ese día pudimos conversar sobre la diferencia entre Caballo de Viento y la Añoranza que surgía cuando su papá viajaba. Luisa llegó a la conclusión de que la Añoranza viene cuando queremos a una persona y esa persona está lejos. Ella también concluyó que extrañamos a las personas a quienes queremos. Así, pudimos pensar en cómo extrañarle de un modo que no fuera tan malo... Luisa tuvo una idea nueva:

Pienso otras maneras de extrañar menos a las personas. Una idea que tuve, conversando con Lene fue la de enviar mensajes de texto por el celular cuando eche de menos a papá. Voy a hablar con él sobre eso y a preguntarle si me puede contestar cuando le envío mensajes.

Luisa también empezó a pensar formas de lidiar con los viajes del padre. Descubrió que se sentía menos mal si podía despedirse de su papá en el momento en que él se iba. Concluyó que “extrañar a las personas forma parte de la vida”, aunque eso la haga sentir triste.

Luisa también empezó a darse cuenta de que ella tenía muchas ideas y que merecía la pena experimentar cuáles de éstas ayudaban

a hacer su vida más feliz. Durante uno de los viajes más recientes, Luisa dijo que estaba cansada de tener un padre que viajaba siempre, desde que ella había nacido. Acababa de cumplir nueve años y dijo que lloró tanto pero tanto, que lloró por nueve años, y que ahora se sentía mejor. También se dio cuenta de que cuando hablaba con el padre por Skype, conseguía extrañarlo menos. Esta es todavía una de las situaciones que perturban la tranquilidad de Luisa. Para hacerle frente a esa situación incómoda y favorecer noches de sueño sin sufrimiento, convocamos a un batallón de amigos: sus animales de peluche. Uno de ellos, el pelícano morado llamado Tutú, (uno de los personajes que ya había participado alguna de nuestras conversaciones en el consultorio). Como se trata de un animalito especial para ella, hicimos un acuerdo: que Tutú pasaba un rato en su casa. Tutú ya había viajado con Luisa a Europa para ayudar a que extrañara menos nuestras conversaciones y, de tiempo en tiempo, cuando la niña necesitaba una compañía para dormir más tranquila, Tutú iba a su casa. Lo acordado es que Luisa pudiera tenerlo a su lado y dormir con él en su cama, a veces solo, otras con otros animalitos, oyendo los cuentos que la niña le cuenta mentalmente. Según Luisa, Tutú puede oír los cuentos, aunque Luisa no tenga que hablar en voz alta.

Mientras tanto, recibió una invitación para ir a dormir a casa de una amiga, la fiesta del pijama para celebrar su cumpleaños. Luisa habló conmigo sobre eso y pensó que si le llegaba el miedo de no poder dormir, ella podría pensar que si no iba a casa de su amiga, se pondría triste y que merecía la pena permitirse esa oportunidad. Y así fue. Luisa ya salió de casa con su valija para dormir en la casa de la amiga, se despidió de su madre en la escuela y al final de la tarde se fue con las amigas hacia la casa de la cumpleañera. Luisa contó que a la hora de dormir quiso quedarse cerca de

la madre de su amiga, pero no llamó a su mamá antes de dormir. Pensó que a su mamá no le gustaría y que tampoco sería bueno para ella. Fue así como Luisa alcanzó su primer éxito.

Hace muy poco Luisa vino a nuestra cita diciendo que necesitaba de mi ayuda para conseguir dormir en la casa de otra amiga, en otra fiesta del pijama, también para celebrar el cumpleaños. En la charla, Luisa dijo que si no iba, su amiga se entristecería, ya que eran pocas niñas en su grupo y que su ausencia haría mucha diferencia, además de que Luisa era muy querida. También consideró que de no ir, se pondría muy triste. Consideramos que lo que podría estropear la ida de Luisa sería la tristeza por estar lejos de su mamá. Entonces, pensamos un plan para cuidar a Tristeza, para que no molestara a Luisa. Empezamos por preguntarnos en qué lugar del cuerpo de Luisa, Tristeza iría a quedarse. Luisa respondió que sería en el corazón. Entonces, dibujamos un corazón dividido en cuatro partes por donde entraba la sangre con el oxígeno y salía la sangre con el gas carbónico y el gas carbónico salía en la expiración. A principio pensamos que si el aire que salía, podría llevarse a tristeza, pero Luisa resolvió hacer un espacio interesante para que la tristeza se quedara en su corazón, a fin de que se sintiera bien y no la molestara. Se acordó de la casa de Caballo de Viento, tan bonita y llena de cosas lindas que ayudó a Caballo de Viento a encontrar un lugar para él, sin molestarla. Así, Luisa hizo un nuevo plan al que nombró “Marivaleso: plan para que Tristeza me deje en paz”. El nombre, Marivaleso surgió como una palabra inventada, compuesta por las iniciales de su nombre, el de su madre y el mío. ¿En qué consistió el plan? —arreglar bien un rinconcito del corazón, un buen lugar para que Tristeza se quedara. Había juguetes, televisor, computadora, celular, cama, es decir, todo lo que alguien podría querer. Ese rinconcito lo cerraría con una llave y la ataría a su mano.

Así, mientras Tristeza se distraía, Luisa podría dormir en la casa de la amiga y divertirse con todas las niñas.

Quedamos que Luisa me enviaría un mensaje de texto, si todo salía bien. Dos días después recibí un mensaje: “El plan funcionó”. Cuando nos encontramos, la madre me contó que Luisa se despidió de ella en la puerta de la escuela decididamente confiada. Se fue luego con la amiga a su casa y sólo llamó para darle las buenas noches. Luisa dijo que el plan organizó las cosas. Tenía un lugar para la Tristeza, la dejó tan bien instalada que, mientras ella se distraía, Luisa pudo disfrutar la noche en la casa de la amiga junto con todas las niñas de su grupo.

Dormir en la casa de amigas transcurre ya de forma más tranquila. Luisa acepta otras invitaciones con naturalidad, sin que necesite prepararse para dar ese paso. Ahora Luisa está empeñada en hacer un nuevo plan para librarse de los Malos Pensamientos. Aunque ella prefiere hablar conmigo de eso, sin la presencia de su madre, un hecho interesante es su habilidad para trazar nuevos planes. Hábilmente Luisa dibuja y monta sus estrategias de afrontamiento. Eso sugiere que adquirió una habilidad para pensar sus dificultades antes de que se conviertan en problemas limitadores de su calidad de vida. Fue así como dibujó una esfera que representaba el cerebro y organizó el espacio de los Malos Pensamientos, sobre los que decidió hablar conmigo en el siguiente encuentro.

En nuestras últimas entrevistas, su madre comenta lo bien que la ve. Los temas que llegaron junto con ellas la primera vez, ya no existen, se disolvieron. Permanece sin problemas en la escuela. Luisa está alegre y disfruta mucho la convivencia con sus amig@s y la equitación. Su mamá también reconoce que ha cambiado mucho. Una de las cosas que cambió fue no entrar en el miedo de la

hija: “Si entro en su miedo, las cosas se empeoran para ella.” Luisa pudo decirle a su mamá que algunas cosas no andaban muy bien entre ellas, especialmente cuando le daba distintas órdenes al mismo tiempo. Pudieron hablar sobre el día a día de una forma amigable y productiva.

Cuando le pedí a Luisa si podría escribir sobre su historia para ayudar a que otr@s niñ@s también pudieran tener sus caballos de viento, ella me dijo que me quería mucho y que como yo la había ayudado, ahora quería ayudar a mi trabajo y que todo lo que habíamos hecho era mío...

Concluyendo esta historia

Como domadora de Caballo de Viento, Luisa se convirtió en una experta en hacer planes para ser feliz. No solamente los trazaba con facilidad, siempre ilustrándolos con dibujos y escribiendo textos sobre lo que conversábamos, sino poniéndolos en práctica y después reflexionándolos. Luisa se muestra muy alegre y cada vez con más sabiduría para guiar esos Caballos de Viento, para lidiar con Tristeza y Añoranza. El éxito en todas estas situaciones contribuyen a que Luisa mantenga sus propósitos de afrontar otras circunstancias difíciles que comprometen su deseo de ser feliz. Es así como estamos en este momento, en plena actividad para crear otro plan, esta vez para deshacer los malos pensamientos y algún miedo que pueda surgir. Tutú es un gran colaborador.

Al terminar de escribir este texto, se lo envié a Luisa para que ella y sus padres pudieran leerlo. Mi petición buscaba ponerles al tanto de lo que yo había escrito y que si concordaban con lo escrito autorizaran su publicación. El nombre Luisa fue su elección. Ella también

corrigió la fecha en que inició la equitación e hizo algunos arreglos en cómo es su relación con la Añoranza que la entristece cuando su padre viaja.

Los padres autorizaron la publicación y la madre comentó la importancia de este artículo para ella.

BIBLIOGRAFÍA

- EPSTON, D. (2008). *Down under and up over: travels with narrative therapy*. Great Britain: AFT Publishing Ltd.
- FREEMAN, J.; EPSTON, D. Y LOBOVITS, D. (2001). *Terapia narrativa para niños: aproximación a los conflictos familiares a través del juego*. Barcelona: Paidós.
- GRANDESSO, M. A. (2012). *Terapia de família centrada na criança: a criança como parceira conversacional*. In H. M. Cruz(Org.) *Me aprende? Construindo lugares seguros para crianças e seus cuidadores*, cap. 3, pp. 41-70. São Paulo: Roca.
- MARSTEN, D.; EPSTON, D. Y JOHNSON, L. (2012). *A política do conhecimento*. In H. M. Cruz(Org.) *Me aprende? Construindo lugares seguros para crianças e seus cuidadores*, cap. 2, pp. 19-40. São Paulo: Roca.
- WHITE, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York: Norton. (trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016).
- WHITE, M. Y MORGAN, A. (2006). *Narrative therapy with children and their families*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.

- WHITE, M; EPSTON, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton. (trad. cast. *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós. 1993).
- ZIMMERMAN, J. L. Y DICKERSON, V. C. (1996). *If problems talked: narrative therapy in action*. New York: The Guilford Press.

México-Uruguay

El reencuentro con las voces perdidas

RECLAMANDO LA DIGNIDAD OLVIDADA

Nurit Zylbersztein

¡Detente! Junto a ti hay otro ser humano. Ve a su encuentro, pues en ese encuentro reside la mayor vivencia, la experiencia más importante. Mírale la cara, él te la ofrece, y al hacerlo, te transmite su ser.

Ryszard Kapuscinski

Para conocer a los otros, hay que salir a su encuentro.

Ryszard Kapuscinski

La persona no es el problema, el problema es el problema.

Michael White

Llevo en mi memoria y en mi piel, infinidad de conversaciones terapéuticas. Cada una me ha llenado de experiencias, ha dejado huella. El camino no concluye. Continúa mi aprendizaje en la diversidad y la complejidad. Aprendo a escuchar, a confiar. Comprendo por qué la terapia narrativa da voz a algunas partes de mi ser...

Hoy quiero escribir sobre cómo para mí el espacio terapéutico, desde la mirada de las prácticas narrativas, puede ser un acercamiento en el que se propicie la reconstrucción de la dignidad perdida, cuando la marginación, la humillación, la degradación, la desigualdad, el menosprecio y la violación constante de los derechos de vivir la vida merecida, llegan a convencernos de que nuestra voz

se ha ido, haciéndonos olvidar quiénes somos y trayéndonos sentimientos de desesperanza y fracaso.

La metáfora narrativa más que un conjunto de estrategias terapéuticas, está fundamentada en la justicia social, la no indiferencia y la colaboración constante. No obedece a procedimientos ni mapas rígidos, es una ética construida en cada encuentro, donde yo —terapeuta— me modifico junto con la otra persona, esa otra, que está ahí, haciéndome ser y estar: no es una terapia que se le da a alguien, sino que se hace con alguien.

Es una filosofía donde he visto reflejada mi propia voz, las palabras y los valores con los que me identifico —justicia, dignidad, respeto, legitimación, compromiso— aquellos que me permiten apreciar mis aprendizajes, mi historia y mi cultura, sin necesidad de modificarlos y que, a su vez, son fuente de inspiración en las conversaciones terapéuticas.

Tomo de ella la convicción de que las personas cuentan con habilidades, creencias, valores, sueños y propósitos que, en ocasiones, quedan silenciados por el poder normativo de la cultura dominante, provocando la invisibilidad, el aislamiento y la marginación de las personas, creando en ellas una sensación de no pertenencia.

Los efectos de este silenciamiento conducen a las personas a crear conclusiones negativas acerca de sí mismas, las cuales restringen sus creencias sobre las capacidades y recursos que tienen para influir en su vida y en la sociedad; las distancian de aquello que valoran y desean para sí, bajo la premisa de que ellas y sus problemas son una misma (White, 1980, 1989).

A partir de esta práctica, pretendo traer a la luz aquellas acciones que den testimonio de la resistencia que l@s consultantes han puesto ante el intento de dominación del problema —momentos casi imperceptibles, pero presentes en su relato—. Asimismo, tengo la intención de develar, honrar y legitimar aquellas habilidades con

las que ell@s puedan construir una historia enriquecida que les permita abrir posibilidades antes no contempladas.

Busco honrar la vida de la gente, ofreciendo encuentros donde prevalezca la confianza y la esperanza de que es posible salir de las batallas que se libran, tal como lo aprendí de mi querido maestro: aún cuando no se alcance a ver, ante situaciones adversas, siempre hay resistencia (White, 2003); aún en las peores condiciones, la persona se opone a dejarse dominar por la definición negativa de su identidad, siempre elegimos estar bien.

Confío en las personas que acuden a mi espacio terapéutico, elijo jugar con cartas abiertas sin guardar ninguna “bajo la manga”. No sospecho de sus propósitos al narrar sus historias y, cuando lo creo benéfico, comparto mis reflexiones y conversaciones internas. Les invito a elegir junt@s el camino a recorrer, confiando en que son ell@s quienes tienen la respuesta sobre cómo les es bueno vivir.

Al crear un ambiente de confianza, honestidad e interés genuino, y a través de un lenguaje cotidiano, no culpabilizador, colaboro con l@s consultantes en la re-autoría de sus vidas (White, 1995), promoviendo el despertar de saberes locales adormecidos que intentan disminuir el poder de la historia saturada por el problema (White, Epston, 1980).

En dichos encuentros, tengo el interés y el compromiso de invitar a las personas a co-construir relaciones y conversaciones que las acerquen a aquello que desean ser y las ayuden a recuperar la dignidad que parecía olvidada.

A continuación, con la autorización de vari@s consultantes, compartiré algunos momentos vividos en terapia con los que pretendo ilustrar parte de mi práctica a partir de esta postura¹.

¹ Todos los nombres son seudónimos.

Raúl

En la primera sesión, Raúl comenta que se siente sin ganas de vivir, ya no encuentra sentido. Dice que “fuma *mota*²”, pero que eso no es un problema para él. Se describe como desganado, triste, incluso con ganas de morir, razón por la cual insistió en adelantar nuestro encuentro. Me cuenta que escribe, toca música y que siempre le ha gustado la fotografía, lamenta el haberla dejado sin saber cómo retomarla. Hace dos años viajó a Oaxaca y tiene un álbum con todo su trabajo realizado en este viaje.

Lo invito a compartir conmigo sus fotografías y escritos para nuestra próxima sesión. En ella observamos juntos las imágenes en blanco y negro: paisajes, rostros de niños oaxaqueños, puertas y ventanas. Le pido que me permita quedarme con ellas por una semana. Lo hace con gusto y dice que puedo hacer con ellas lo que quiera. Desea obsequiarme dos, las que yo elija.

La semana siguiente, al entrar a mi oficina, Raúl encuentra sus fotografías colgadas en la pared. En mi biblioteca, en dos portarretratos “mis fotos escogidas”, su regalo (una puerta y el rostro de un niño).

Sus imágenes estuvieron exhibidas durante la semana, quienes acudieron a terapia se convirtieron en “testig@s” de su trabajo, siendo impactad@s por él y engrosando así sus propias narrativas.

Al conversar con Raúl sobre las experiencias y emociones que “su audiencia” tuvo al apreciar sus imágenes, y al compartir la riqueza que proporcionó a las narraciones de otr@s, se percató de su influencia en la identidad de estas personas, lo cual enriqueció su mirada sobre sí mismo, ayudándolo a replantear nuevos andares.

² Mariguana.

María

“Cuando llegué sólo pensaba en la muerte. Sin embargo, tras haber sido alcohólica, víctima de abuso y agresión; luego de que me arrebataran a mis hijos, mientras ellos me reclamaban el haberlos abandonado, con un intento de suicidio, hoy me he convertido en una mujer, una madre y una amiga con dignidad.

Algunas sesiones de terapia cambiaron el rumbo de mi vida, pero una que dejó huella, y quizá la más profunda, fue cuando hiciste una auto-revelación y me contaste que al nacer tus hijos te sentías sola en una tierra desconocida y pensabas que esa sensación duraría toda la vida.

Para mí ese fue uno de los regalos más grandes que he recibido a lo largo de mi proceso terapéutico, fue sentirme humana cuando yo me sentía fuera de este mundo, ser parte de algo cotidiano, de la vida. Desde ese momento me supe capaz de soportar la incertidumbre, la angustia, la desesperación. Entendí que nada sería para siempre.

Durante el proceso terapéutico y, más adelante, como alumna del diplomado de terapia narrativa con grupos, aprendí también a mirar la vida desde nuevas perspectivas y a contarme otras historias: todo lo que construí con mis sobrinas (las llené de amor y de atención), el haber estudiado logoterapia, el especializarme en adicciones, ganar dinero, responsabilizarme de mi vida y, sobre todo, poder ver a mis hijos directamente a los ojos y saber que ahora me miran con admiración”.

Gabriela

“Para mí la dignidad tiene que ver con la libertad de elegir lo que se quiere ser y con el sentir íntimamente que se es merecedor de respeto. Esta dignidad se pierde cuando se ha vivido como yo, en un

ambiente de violencia de todos los tipos: con padres golpeadores, abusadores verbales, poco dotados emocionalmente para demostrar cariño y que jamás se dieron cuenta de que desde los ocho años sufrí de abuso sexual repetido.

Llegué a sentirme responsable de los pecados del mundo. Cargué con todas las culpas, las propias y las ajenas. Siendo culpable de todo, por supuesto que lo malo que vivía lo entendía como un castigo absolutamente merecido: si estaba sola era mi culpa, si comía de más era mi culpa, si mi madre se enojaba era mi culpa, si tenía que pagar todas las cuentas en casa era porque me tocaba hacerlo. Sin discusión de alguna manera debía compensar a la familia por ser un elemento tan discordante y defectuoso en su seno.

Con estos pensamientos llegué al espacio terapéutico, en el que no creía, pero con la esperanza de recibir cuando menos algunos consejos para una convivencia más tranquila y para controlar mi alimentación. No buscaba ser feliz. En mi diccionario la palabra felicidad no existía.

Recuerdo la primera consulta, el miedo a oír la confirmación de mis culpas y a que me dijeran que era un caso perdido, que podía volver a mi agujero bajo la tierra. Sin embargo, mientras esperaba el dictamen negativo, nuestra conversación fue como un llamado de atención. Fue el faro que advierte sobre el camino equivocado y evita que el barco se estrelle en los arrecifes. Fue aclararme que yo no estaba puesta en este mundo como un objeto para que los demás se sirvieran de él. Fue sentirme vista y recuperar mi identidad como persona. Tu tono de voz firme, y al mismo tiempo cálido y lleno de interés, fue un puente salvador, un puente que me decía que no todo estaba perdido, que podía existir una salida y, sobre todo, que yo merecía algo mejor a lo que estaba viviendo.

Hoy puedo contar que durante mi proceso, el momento máximo de mi dignificación, de mi validación, de la reconstrucción de mi identidad, fue el hacer conciencia de que la lectura, la literatura y la escritura no eran un defecto, como me hicieron creer, son mi talento y mi verdadera vocación. Al día de hoy, está a punto de publicarse mi primera novela y con eso lo digo todo...”

Niñas-Madre

Trabajamos con un grupo de niñas-madre de entre trece y dieciocho años, todas habían elegido salir de una situación de calle, convivían en una casa hogar junto a sus bebés.

Las conversaciones terapéuticas duraron algunos meses. Para el último encuentro, les pedimos que invitaran a la persona de la casa con quien se sintieran más en confianza. Y así fue como acudieron a la sesión: la coordinadora de la casa, la encargada de sistemas, la gestora del grupo, la cocinera, el chofer y uno de los consejeros. Nuestra intención era que estas personas fueran “testig@s” de lo que había sucedido durante este tiempo de trabajo.

En la casa se respiraba un clima festivo: pastel, refrescos y papas fritas acompañaban el ambiente. Las chicas mostraban entusiasmo, alguna de ellas comentó que ésta era la primera fiesta de su vida, su primera celebración personal.

Nos sentamos en círculo y les contamos que esta reunión era una celebración que tenía un nombre: ceremonia de testigos externos (White 1995; Morgan 2000), y que l@s invitad@s serían l@s “testig@s” del proceso de su transformación.

Las terapeutas comentamos que éste era un momento muy especial para nosotras, había sido muy significativo trabajar con ellas, y nos sentíamos honradas de haber sido aceptadas en sus vidas. Cada

un@ de l@s “invitad@s-testig@s” compartió su propia vivencia relatando los cambios que habían presenciado desde su llegada a la casa.

Tod@s escuchamos:

- ♦ Cuando Jazmín llegó, no controlaba esfínteres, se hacía pipí y popó encima, ahora ya no.
- ♦ Nadia cuida a su bebé y ya no lo golpea.
- ♦ Montse y Herminia se volvieron más solidarias con sus compañeras.
- ♦ Susana dejó de robar.
- ♦ Betty ya mira el rostro de la gente al hablar.
- ♦ En general, todas están más ordenadas, cooperadoras, comunicativas y se les nota más contentas.
- ♦ Ahora, algunas quieren estudiar y trabajar, se interesan por el desarrollo de sus bebés, hacen preguntas y están menos enojadas.

A l@s “testig@s” les llamaba la atención la transformación ocurrida. Mientras escuchábamos, muchas de las chicas lloraban, otras comentaron que era la primera vez que alguien hablaba bien de ellas. Tod@s estábamos muy conmovid@s.

Al cierre de la ceremonia, cada participante comentó frente a todo el grupo aquello que valoraba de su compañera, aquello que le hacía bien de la otra. Dichas palabras quedaron plasmadas en un diploma que se les entregó en ese momento, un reconocimiento público de múltiples voces (White y Epston 1989; Morgan 2000).

Al presentar estos breves momentos de las conversaciones terapéuticas, intento mostrar que, independientemente de la población y el contexto en el que trabajo, busco, desde una doble escucha, develar y privilegiar aquellos relatos subordinados que siempre están

presentes en la vida de las personas (White refiriéndose al trabajo de Derrida 1990, 1992).

Tomando en cuenta que la vida es multi-historiada y mediante esta doble escucha (White 2000, 2006), por un lado, estoy atenta al relato problemático que la persona narra (el que le ha impedido ser quien desea ser); y por el otro, a la rebeldía que ha mostrado ante el hecho de ver su identidad reclutada por el problema.

Al recuperar estas voces, el/la consultante retoma su agencia personal, la responsabilidad y el compromiso que le acercan al camino para llegar a su identidad preferida. Esto brinda esperanza.

En los ejemplos anteriores, las personas se describían infelices, viviendo bajo el yugo de historias que secuestraron la voz que resonaba mejor con aquello que más valoraban, teniendo un efecto de empobrecimiento de las identidades. Durante nuestras conversaciones terapéuticas, fuimos a la búsqueda y al rescate de aquellos eventos que las contradijeran, con la intención de engrosar los relatos preferidos de identidad y devolver los sueños, compromisos, valores y propósitos que se creían perdidos. En ocasiones, las/los consultantes recuperaron la confianza de que podían y tenían el derecho de vivir la vida que siempre desearon, y descubrieron que tenían las habilidades para hacerlo.

Recuerdo una sesión en la que Gabriela comentó que ella vivía como la canción de *La cigarra* de Mercedes Sosa. Para el siguiente encuentro, trajo su guitarra y juntas cantamos:

...Tantas veces me mataron, tantas desaparecí, sin embargo estoy aquí
resucitando...

Gracias doy a la desgracia y a la mano que con un puñal,
Me trato tan mal, y seguí cantando,
Cantando al sol como la cigarra...

No fue premeditado, en ese momento supe que tocar la guitarra y cantar, así como el leer y escribir, eran algunos de los recursos con los que ella sanaba sus dolores.

Como terapeuta vivo en un aprendizaje constante. Las historias por las cuales la gente llega a terapia no son muy diferentes a las mías. Al acompañarlos a reescribir sus relatos (White 1995) voy reeditando los propios. En ocasiones, ante aquellos de injusticia y dolor, nos conmovemos junt@s, y ante sus historias de alegría, nos regocijamos. Voy transformándome en testigo de sus esfuerzos.

Amb@s somos responsables del espacio (Freedman & Comb, 1996). Nos convertimos en compañer@s del proceso. Las formas de conversar que tienen que ver con la congruencia de la filosofía de las prácticas narrativas, hacen del encuentro terapéutico uno confiable, cálido, de colaboración, de crecimiento mutuo y validación, en donde cada una de las personas que participamos en él, nos acercamos a nuestra identidad preferida.

Estas son algunas de las aproximaciones con las que trabajo la terapia narrativa. Sin duda, hay muchas otras que explorar.

Ser compañer@s del camino en el rescate de la voz olvidada, me invita a recordar constantemente mi ideal de vivir una vida justa, una vida digna, la que tod@ ser human@ merece. Y eso me lleva a recordar a la filósofa Hanna Arendt y sus palabras:

Por mucho que nos afecten las cosas del mundo, por más profundamente que nos conmuevan y que nos estimulen, solamente se vuelven humanas para nosotros cuando las podemos hablar con nuestros congéneres. Humanizamos lo que sucede en el mundo y en nosotros mismos sólo al hablar de ello, y al hablarlo aprendemos a ser humanos.

BIBLIOGRAFÍA

- ANDERSEN T. (1991). *El Equipo Reflexivo: Diálogos y diálogos sobre los diálogos*. Barcelona: Gedisa.
- DENBOROUGH D. (2006). *Trauma: Narrative responses to traumatic experience*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- GERGEN K. (2009). *Relational Being: Beyond Self and Community*. Oxford: Oxford University Press.
- JENKINS A. (1990). *Invitation to responsibility: The therapeutic engagement of men who are violent and abusive*. Adelaide: Dulwich Center.
- KAPUSCINSKI R. (2007). *Los cínicos no sirven para este oficio*. Barcelona: Anagrama.
- KRAUS A. (2013). "Dignidad". *El Universal*. México, D.F.
- MAALOUF A. (2000). *In the name of Identity*. New York: Arcade Publishing Penguin Books.
- MARINA J. A., DE LA VALGOMA M. (2000). *La lucha por la dignidad*. Barcelona: Anagrama.
- MORGAN, A. (2000). *What is Narrative Therapy? An easy to read introduction*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- ROSENCOF M. (2005). *Las Cartas que no llegaron*. Montevideo: Alfaguara
- RUSSELL, S., CAREY, M. (2004). *Narrative Therapy. Responding to your questions*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- WEINGARTEN K. (2003). *Common Shock, Witnessing violence everyday*. New York: Dutton.
- WHITE CH. & HALES J. (1997). *The Personal is the Professional, Therapist reflect on their families, lives and work*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- WHITE M. (1989). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona: Gedisa.

- WHITE M. (1995). *Re-authoring lives: Interviews & essays*. Adelaide, South Australia: Dulwich Centre Publications.
- WHITE M. (1997). *Narratives of therapist's lives*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- WHITE M. (2005). "Children, trauma and subordinate storyline development". *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 3&4, 10—23.
- WHITE, M; EPSTON, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton. (Trad. cast. *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós. 1993).
- WHITE, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York, Norton. (Trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016).

México

Decir: ¡hola! de nuevo

UNA CELEBRACIÓN DIFERENTE PARA RECORDAR A NUESTROS SERES QUERIDOS DIFUNTOS

María de los Ángeles Díaz Rubín
(Cuqui Toledo)

Cuando me invitaron a colaborar en este libro me emocioné mucho, e inmediatamente acepté. Pero ese miedo fuerte que atrapa y paraliza me atacó, por lo que decidí externalizarlo para ver su forma y escoger las herramientas para convertirlo en mi colaborador. Empecé por responder a la pregunta: ¿cuál es la idea significativa para mí al hacer este trabajo?, ¿cuál es mi deseo, mi anhelo, mi esperanza, al compartir esta ceremonia?, ¿qué información es relevante para que este escrito transmita las emociones que las personas manifestamos al re-cordar a nuestros seres queridos que sentíamos perdidos?... ¡A trabajar!, como lo hacen las abuelas, re-cordando historias, escribiendo experiencias.

Lo primero:

(Aclarar que significa re-cordar)

Según el *Diccionario Kapelusz de la Lengua Española*, Cordada significa: “grupo de escaladores de montaña sujetos por una misma cuerda”, entonces re-cordar es volver a anudar a nuestros seres querid@s difunt@s en nuestra “cuerda para escalar la montaña de la vida” y así continuar nuestra relación con ell@s. Ell@s no han perdido la capacidad de estar en nuestra cordada, insistente y respe-

tuosamente, de muchas maneras nos lo hacen saber. Esto es lo que he vivido y muchas personas me han compartido.

Recuerdo a una señora que contó con lágrimas de emoción, que ella había venido a la ceremonia con la intención de dedicar el ritual a su hermana que había muerto unos meses atrás. Cuando quiso visualizarla durante el ejercicio, la persona que apareció en su imaginación fue su suegra quien le pidió abrazara a su hijo en su nombre; el abrazo fue muy emotivo tanto para ella como para su esposo.

¿Cómo nació?

Esta ceremonia comenzó a gestarse hace veintiún años cuando murió mi hijo. Decirle adiós era algo que ni quería ni podía hacer, sentía mucho dolor. La lectura de dos artículos de Michael White “Saying Hello Again!” (1989) y “Una conversación sobre el sida y la muerte” (1991), que refiere una conversación entre Michael White y David Epstein sobre la muerte y el legado, abrieron la puerta de mi recuperación, pude decir “¡hola!” a mi hijo en una forma nueva.

Otros aprendizajes narrativos sobre la muerte me los dieron Lorraine Hedtke y John Winslade, en un congreso en Atlanta, EE.UU, en 2002, John nos compartió la relación que tenía con su hija, ahora una joven de veintitrés años de edad que había muerto a la edad de seis meses. El testimonio de John reforzaba una buena y saludable “locura” metafórica que yo ya había experimentado y que me ayudaba a vivir en este mundo terrenal: “ver” en mi imaginación, a mis seres querid@s difunt@s, conversar con ell@s y consultarles cosas.

Al final de una ceremonia, una señora compartió que aquí había podido poner en palabras lo que ella ya hacía: tener una relación con sus seres querid@s difunt@s y platicar con ell@s, esto no lo podía decir en otros lugares pues podría ser diagnosticada esquizofrenia.

Años después, cuando trabajaba en una escuela católica como psicóloga, preparé el tradicional y mexicano Día de muertos incorporando las ideas narrativas para darle un sentido más amplio y significativo. Para mi sorpresa, al ir a fuentes de la religión católica encontré que las ideas de Michael y David sobre la muerte, desde otro contexto, no resultaban tan ajenas. Idéntico sucedía con el “altar de muertos” como una forma de entender y relacionarse con la muerte.

Todas las ceremonias comunitarias que he vivido están llenas de sorpresas maravillosas, gozo ver cómo los rostros serios y tristes se van transformando en sonrisas al compartir historias muy emotivas. A veces hay lágrimas pero son lágrimas de paz, y frecuentemente terminamos cantando. En aquella primera ceremonia terminamos en forma improvisada con el canto de una chiquilla, una canción que su homenajada abuela, le había enseñado.

Lo cultural, lo religioso y lo narrativo

¿Qué es la muerte? Nadie lo sabe a ciencia cierta, sólo sabemos que siempre sucede, no sabemos cuándo, pero nos sucede a tod@s. De esta pregunta surgen otras y las respuestas provienen de ideas y creencias basadas en el discurso dominante que, generalmente, ya no cuestionamos. La cultura occidental dedicada a promover el individualismo, dice que de la muerte no hay que hablar mucho. En torno al sufrimiento y la tristeza que produce una muerte, evalúa el éxito en función a la capacidad personal de resolver el duelo, ofreciendo categorías de normalidad marginalizantes y homogeneizadoras, muchas de las cuales han sido desarrolladas, reproducidas y difundidas por las prácticas psicológicas y psiquiátricas tradicionales.

En un paseo por la literatura encontré que la muerte se asocia con la vida, ya sea con una vida futura en un lugar especial, como reencarnación, o en el aquí y el ahora como una etapa en la vida:

- ♦ “El último día de vida al que tememos es nuestro nacimiento a la eternidad”.¹
- ♦ Solamente cuando aprendamos y entendamos que nuestra estancia en la Tierra es limitada –y que no tenemos manera de saber cuándo se nos acabará el tiempo– podremos vivir cada día plenamente como si fuera el último que nos queda”.²
- ♦ “La muerte no nos roba los seres queridos, al contrario, nos los guarda y nos los inmortaliza en el recuerdo”.³
- ♦ “La muerte es una vida vivida. La vida es una muerte que viene”.⁴
- ♦ “La vida es un viaje, la muerte es un retorno” (Anónimo).
- ♦ “Considerad la muerte misma como la esencia de la vida”.⁵

En el libro *El Principito* (1958), cuando el Principito encuentra al piloto:

–¡Por favor... píntame un cordero!

–¿Eh?

–¡Píntame un cordero!

Cuando el misterio es demasiado impresionante, es imposible desobedecer. Por absurdo que aquello me pareciera, a mil millas de distancia del lugar habitado más próximo y en peligro de muerte, saqué de mi bolsillo una hoja de papel y una pluma fuente...⁶

¹ Séneca

² Elisabeth Kubler Ross

³ François Mauriac

⁴ Jorge Luis Borges

⁵ Abdu'l-Bahá

⁶ Antoine de Saint-Exupéry

Esta cita es una de mis favoritas, creo que es porque me identifico con el sentir del piloto cuando leí el artículo de Michael White y dije por primera vez, “¡Hola!”. Esa misma expresión de asombro la veo en la gente cuando conversamos sobre esta forma diferente de entender la muerte.

La muerte es la cesación de la vida, la separación del cuerpo y del alma (energía de vida, espíritu). Los musulmanes, como los cristianos, creen que el alma sobrevive y va al cielo. En la antigua civilización egipcia, la muerte era la separación entre la vida y la resurrección. El hinduismo dice que la muerte es un mandato divino que protege el círculo de la reencarnación. Según la reencarnación, la muerte se entiende como un final de cada uno de los cielos, un transmutar donde hay una parte que muere y una que nace, siendo el alma siempre la misma, ya que vive eternamente; cada cuerpo es como un cambio de ropa y la experiencia que se lleva al morir servirá para vivir la siguiente vida. Para los samuráis en el antiguo Japón, la muerte por *seppuku* (*harakiri*) es un acto para conservar el honor. Y para los aztecas, el Mictlán o lugar de los muertos, como lo narra Nezahualcóyotl, era la frontera que dividía a la vida del “lugar donde no existe la muerte”.

Los rituales mortuorios nacen como prácticas sociales o convencionales, la mayoría son ceremonias comunitarias para compartir ya que tod@s tenemos muert@s en nuestra historia.

David Epston cuenta que a partir del artículo de Michael “¡Decir Hola de Nuevo!”, se interesó por los estudios de rituales mortuorios, encontrando que “una característica de estos rituales es la distinción que se hace entre la muerte del cuerpo y la sobrevivencia de la esencia de la persona, esos atributos que tiene la persona que la hacen ser esa persona y no otra, y que no se acaban con la muerte física”. David da un ejemplo de estos rituales con el vudú:

...una de las prácticas del vudú consiste en que la familia y los amigos del muerto se reúnen y se visualizan en la imagen de un caballo, y se imaginan que las virtudes del muerto vienen a montarse sobre ellos. Así, desde ese momento en adelante, estos parientes y amigos, hasta cierto punto sienten que sus vidas están guiadas por estas virtudes. (White y Epston, 1991).

De estas conversaciones entre Michael y David, surgió la idea de que los seres queridos quienes han muerto también nos dejan herencias inmateriales que nos ayudarán para la vida.

Mi ceremonia

Se basa en la tradición mexicana del Día de muertos, para esas fechas es costumbre poner un altar dedicado a los Muertos⁷, una práctica ritual que data de épocas inmemoriales y que con el tiempo se ha convertido en una mezcla cultural que incorpora elementos simbólicos muy interesantes. El objetivo tanto del día del muertos como del altar es mantener un vínculo entre los familiares fallecidos y los familiares vivos. En este sentido no solamente son una remembranza, son un re-cordatorio.

Sin restarle importancia a la parte cultural y respetando la religiosidad de las personas, esta ceremonia “diferente” contiene otro elemento que pertenece a la práctica narrativa: “Decir Hola!”.

La Invitación

Tiene que despertar la curiosidad por descubrir qué significa “Decir de nuevo ¡¡¡hola!!!”. Es importante informar que ésta es una

⁷ Para una información más extensa consultar es.wikipedia.org/wiki/Dia_de_Muertos
#Patrimonio_de_la_Humanidad

ceremonia diferente y *no* es una celebración para recordar a los difuntos con tristeza. Se solicita que l@s asistentes escojan a una persona querida difunta a la que quieren rendirle homenaje. Se les pide traer algo, por ejemplo una fotografía, para colocar en el altar de muertos tradicional mexicano. Además se les invita a traer un objeto pequeño que puedan sostener en la mano, junto a su pecho, en contacto con su cuerpo durante la ceremonia. Este objeto será el símbolo que represente y *re-cuerde* a la persona elegida para homenajear.

La Ceremonia

Brevemente me presento y pido que levanten la mano las personas que quieren ser olvidadas cuando mueran, que nadie las recuerde. (En ninguna celebración he visto una mano levantada). Entonces reflexiono sobre ¿por qué para consolar a los dolientes usamos el discurso acostumbrado: “déjale o ir”, “ya déjale descansar”, “ya olvídale y olvídale”, “tienes que seguir la vida sin esa persona”? Cuando mi hijo murió, la gente me lo decía con la mejor de las intenciones y yo me sentía impotente, enojada. Mucha gente ha compartido conmigo lo mismo. Entonces pregunto: ¿no sería mejor decir “Hola”?... Doy una explicación breve de lo que el discurso dominante, la cultura y la religión nos dicen acerca de la muerte. Explico lo que propone la práctica narrativa y doy mi testimonio de lo que ha sido “decir ¡Hola! de nuevo”. Cuento cómo se puede continuar la relación ejemplificando con alguna experiencia personal de otras personas que han compartido conmigo.

Al “decir adiós” la persona querida difunta solamente queda en la memoria, en el pasado, en esta ceremonia no se le recuerda sino se le *re-cuerda*. Decir “¡hola!” es una forma de pensar, nacida de ideas diferentes y opuestas a las tradicionales. Esto siempre me lleva

a pensar en la importancia de lo que les decimos a los niños y niñas para explicarles el significado de la muerte (G. Fredman 2012).

Fomento una conversación a partir de las siguientes instrucciones:

1. A la persona que tienes al lado o quien tú escojas, preséntale la persona difunta a la que quieres honrar, explicando por qué el objeto que trajiste la simboliza (es frecuente que la historia quede *re-cordada* también para quien escucha, por los objetos que el narrador usa para la presentación: el pin de ranita que le regaló su hermano, el gorro para el frío que le tejió la tía, la canción preferida, etc.).
2. Cuéntale alguna experiencia o anécdota en la que te sentiste muy cerca de aquella persona; un recuerdo bonito, una experiencia compartida. Has contado y recordado muchas veces el momento de su muerte, de su enfermedad, de lo que sufrió y has sufrido, ahora no se trata de eso.

Para facilitar que la conversación siga fluyendo con la confianza, la calidez y flexibilidad necesaria para engrosar, para enriquecer la vida de la persona que relata, la persona que escucha le puede hacer las siguientes preguntas:

¿Crees que esta persona se sorprendería de que escogiste contar esto?

¿Qué puede hoy dar a tu vida esta experiencia que has contado?

¿Qué te dice hoy para tu vida, esta persona querida a quien le has dedicado esta celebración?

En su relación contigo cuando tenía vida corporal ¿qué crees que recibió de ti, que valoró de ti, por lo que ahora quiere seguir presente en tu vida?

3. Con la misma persona se cambian los roles.
4. Si el tiempo lo permite puede hacerse una puesta en común con el relato de quienes quieran compartir su vivencia durante el ejercicio.
5. Tomando las experiencias que se han compartido, explico la idea de *re-cordar*. Retomo la conversación de Michael White y David Epston sobre los legados y explico que así como hay herencias materiales, hay también herencias inmateriales. Invito a los presentes a que le pidan a las personas queridas difuntas algo que quieran heredar. Para ello utilizo la siguiente pregunta:

Y de todas las cualidades que tú reconoces en esta persona querida difunta ¿cuál quieres que te herede?

Para contestar esta pregunta se puede conversar con la misma persona con quien se trabajó en la primera parte, o de forma personal: con un ejercicio de relajación grupal y música apropiada de fondo, induzco un ejercicio de imaginación activa visualizando a la persona querida difunta, para conversar con ella y pedirle el legado.

6. Invito a compartir al grupo las respuestas a la siguiente pregunta:

¿Dónde te encuentras ahora después de haber vivido esta experiencia?

Cada vez me sorprende la confianza y la certidumbre con la que las personas comparten sus vivencias, y la felicidad y paz que irradian.

7. Y como en México no hay festejo sin comida y bebida, terminamos la celebración compartiendo lo que hemos traído, preparado para la ocasión.

Este formato tiene la flexibilidad de poder adaptarse al número de personas que las circunstancia requiera. En terapia individual, esta ceremonia “diferente” la considero como un evento comunitario ya que por lo menos hay tres personas presentes: consultante, terapeuta y la persona difunta.

¿Esta ceremonia sigue los lineamientos de la narrativa?

Creo que la ceremonia tiene por objetivo “decir ¡Hola! de nuevo” de manera vivencial, así que continúo escribiendo como una abuela que comparte experiencias.

Cuando Michael White murió, el Instituto Latinoamericano de Estudios de la Familia (ILEF), me encargó preparar una ceremonia de “Día de muertos” en su honor. Era el mes de mayo y encontrar los materiales para el altar resultó un poco difícil pero pudimos tenerlo todo, (sólo sustituimos las flores de cempasúchil, pues no las había frescas, por flores de papel), colocamos la foto de Michael arriba, al centro del segundo escalón, rodeada por un arco de flores multicolor. Además de objetos tradicionales mexicanos, estaban sus libros, muñecos, y hasta una bicicleta en miniatura, muy cerca, la botella de agua y la fruta para el camino. Fue una ceremonia muy cálida que reunió a quienes tuvimos la fortuna de conocerlo; todos *re-cordamos* con más fuerza sus enseñanzas y salimos con nuestro legado.

En otra ceremonia, una señora nos contó que al morir su madre después de una larga enfermedad, decidió regalar todo y cambiar la decoración de la que había sido su habitación. Tres años después, el día del cumpleaños de su madre entró al cuarto, faltaba

algún objeto que la representara. Entonces pensó en la felicidad que su madre sentía cuando la festejaban en un restaurante con música en vivo, siempre pedía que le cantaran su canción preferida: “María Bonita”. En ese momento a la puerta de su casa llegó un conjunto callejero de música que empezó a tocar esa canción “María Bonita”. Surgía una nueva historia, su mamá seguía unida a su vida y tenía algo que se lo recordaba.

En noviembre del 2012, en Latino Health Access, tuvimos la ceremonia con la comunidad latina de Santa Ana, California, frente a un altar espectacular al que no le faltó detalle alguno, colocamos la foto de Michael, aunque no era una ceremonia solamente para él, era una forma de darle las gracias por sus enseñanzas. Tuvimos la suerte de empezar con una purificación, con incienso de copal. Este ritual de origen indígena estuvo a cargo de Sarahí, una promotora de LHA, los asistentes estaban tristes por la imposibilidad de venir a su país natal, pero la ceremonia los acercó no sólo a sus seres queridos difuntos al poderles decir ¡Hola! de nuevo, sino también permitió re-cordar personas y lugares que formaron nuestra identidad. Sucedieron cosas conmovedoras en esta experiencia.

En cada ceremonia he aprendido cosas distintas, por ejemplo que todas las personas somos diferentes y hay que respetar los tiempos, pues a veces el resultado tarda en manifestarse.

En una celebración con familiares de personas que viven con VIH, conocí a una mamá cuyo hijo había muerto pocos días antes. Había sido invitada por su nuera quien estaba preocupada porque la señora no tenía ánimo ni para levantarse de la cama. Cuando le pregunté acerca la imagen que había visto en el ejercicio de imaginación activa me dijo que su hijo estaba muy guapo y elegante con su traje y la corbata roja que usaba para ir al trabajo, pero que solamente la

había mirado sin decirle nada. Días después me informaron que la señora, al día siguiente, se levantó temprano, se arregló y comentó que ya había entendido lo que le dijo su hijo con su mirada, así era como quería verla. ¡Al recuperar la relación con su hijo, volvía a tomar el mando de su vida!

En una ceremonia que hicimos con personas que viven con diabetes, llegó una señora un poquito tarde, saludó con una sonrisa, se sentó y empezó a participar en el ejercicio. Al término de la ceremonia nos dijo: “me costó trabajo decidirme a venir, no sabía a lo que venía; ahora sé que fue mi padre quien me trajo para que me diera cuenta que siempre ha estado conmigo, que cuando murió no se fue”.

Ante un evento traumático suele suceder que la identidad de la persona queda congelada. ¿Cuántas veces hemos oído la descripción de una persona como “la viuda de”, “es a quien se le murió el hijo”. Yo misma me presentaba con mi nombre agregando: “y se me murió un hijo de sida”, como si fuera mi segundo apellido. (Mis otros hijos, años más tarde, me confesaron la vergüenza que esto les causaba). Dejé de hacerlo cuando una buena amiga me dijo: ya me cansé de estar oyendo tu presentación, tú eres más que una mamá de un hijo que murió. Empecé a valorarme de otra manera, mi identidad no era solamente ser la madre de un hijo que había muerto. Poco a poco me di cuenta que la muerte de mi hijo era un episodio importante en mi vida que tenía que servir para algo útil. Ahora, él y otras personas queridas difuntas a quienes he dicho ¡Hola! me acompañan siempre, ayudándome, siento su presencia al dirigir las ceremonias y hoy son coautores de este trabajo.

En las celebraciones he procurado dar testimonio de lo difícil y doloroso que puede ser la muerte de un ser querido, en el momento que

ocurre es imposible encontrarle el “para qué” sucede, se necesita que pase tiempo para encontrar un sentido.

El signo de mi hijo es la estrella. Yo soñaba con un cielo lleno de estrellas la madrugada en que él murió mientras una ambulancia lo trasladaba al hospital. Desde entonces, por las noches, me gusta ver el cielo. No me percibo como una persona temerosa, sin embargo, cuando fui a Australia hace ya varios años, ya en el avión experimenté un pánico desconocido para mí. Me sentí sola porque era la primera vez que viajaba sin mi familia; era de noche y... ¿qué creen que vi a través de la ventanilla del avión? una estrella muy brillante: mi hijo me acompañaba. Desde entonces nunca más me he sentido sola, mi vida tomó una dirección de mi identidad preferida: ayudar a las personas que están en medio del sufrimiento compartiendo mis historias.

No puedo terminar este testimonio sin compartir una última vivencia:

En las vacaciones de fin de año 2012 empecé este escrito y también aproveché para ordenar todo aquello que estaba pendiente. Abrí una caja que había que renovar, era mi caja de los recuerdos donde estaban las cosas que había guardado de mi hijo, cuadernos con sus primeras letras, dibujos, juguetes preferidos, su último traje, su corbata, (que por cierto era roja) y lloré y lloré. Se me hizo una confusión en la cabeza. ¿Cómo estoy escribiendo este artículo y sigo llorando después de veinte años? ¿Escribo una mentira? Al día siguiente con los ojos hinchados, sintiéndome avergonzada y confundida, leí esto no sé en dónde: “para poder reír tenemos primero que aprender a llorar”. La vida esta hecha de opuestos: día y noche; frío y calor; salud y enfermedad; tristeza y gozo; y distinguimos la luz desde la obscuridad. Comprendí que mi llanto era un testimonio

vivo de amor y de la conexión que existe entre nosotros; entendí que había estado bien... y seguí escribiendo.

Doy gracias a tod@s: viv@s y difunt@s, que me han acompañado en este escrito pero muy especialmente a Michael White y a mi hijo quienes además de acompañarme siempre, me han alentado a seguir en este camino de la práctica narrativa.

Espero que lo que aquí compartimos, sea provechoso para l@s lector@s en su vida personal y profesional y, como nos dice Michael: “hay que PRACTICAR, PRACTICAR Y PRACTICAR...”

BIBLIOGRAFÍA

- CASTANEDA, C. (1968). *Las enseñanzas de don Juan. Una forma yaqui de conocimiento* Fondo de Cultura Económica México.
- FREDMAN, G. (2013, january 25). *Coordinating Stories in Therapeutic Conversations*. Friday afternoons at Dulwich Video. Consultado en <http://dulwichcentre.com.au/coordinating-stories-in-therapeutic-conversations-by-glenda-fredman/>
- FREEDMAN, J. (2013, january, 24). *Working with loss: Beyond re-memembering*. Friday afternoons at Dulwich Video. Consultado <http://dulwichcentre.com.au/working-with-loss-beyond-re-memembering-by-jill-freedman/>
- HEATH, I. (2008). *Ayudar a morir* Katz Editores Buenos Aires, Argentina.
- HEDTKE, L. & WINSLADE, J. (2004). *Re-memembering Lives Conversations with the Dying and the Bereaved*. Baywood Publishing Company, Inc. Amityville, New York.
- WHITE, M. (1988). *Saying hullo again. The incorporation of the lost relationship in the resolution of grief*. Dulwich Centre Newsletter, Spring.
- WHITE, M. & EPSTON, D. (1991) "A conversation about AIDS and dying". Dulwich Centre Newsletter No 2.

Confianza, postura y defensa de la identidad preferida

ACCIONES CONTRA LOS MALOS TRATOS (BULLYING) EN LA ESCUELA

Ana Patricia Gutiérrez Fraire

En mi labor cotidiana me encuentro con historias que bien pudieron ser contadas en una gran novela o en una película, relatos que me tocaron el alma al momento de ser escuchados. Es un honor tener a mi alcance narraciones valiosas. Sin embargo, lo cierto es que en mi labor de psicóloga nunca salgo ilesa, siempre hay algo que me conmueve, me duele, me enoja, me alegra, me alienta, me preocupa. Día a día recibo en mi espacio de trabajo a sensibles adolescentes y los retos que les acompañan. Desde el contexto escolar del bachillerato donde laboro, lxs alumnxs tienen la oportunidad de buscarme para tener un espacio propio de escucha. En este texto comparto la historia de Christopher, quien me permitió caminar junto a él cuando me pidió apoyo porque lo molestaban, burlándose de él por sus gustos musicales.

La historia que acompaña la historia terapéutica

Desarrollo mi labor como psicóloga en la pequeña ciudad de Guanajuato, reconocida en México por ser cuna de la Independencia de mi país. La parte antigua de la ciudad está en el centro de un conjunto de cerros y minas que la bordean. Abundan callejones,

huecos laberínticos y calles subterráneas, es un lugar pequeño y colorido. La ciudad es bella, el escritor Jorge Ibargüengoitia la describió de la siguiente manera: “tiene una arquitectura fácil de distinguir, difícil de definir”. Las personas que han nacido aquí conocen a sus familias y la historia del lugar desde hace varias generaciones. La pertenencia, la tradición y la historia (local y nacional) tienen su peso. Hay un dicho local que reza: “apenas sucede en la Presa, ya se enteraron los de la Valenciana”, esto alude a la rapidez con que viaja la información de extremo a extremo de la ciudad.

La presencia del enojo

Cristopher me busca. Está enojado y teme a su propio enojo, siente que no tiene control sobre lo que podría llegar a hacer. Su enojo se remonta al año escolar anterior cuando estaba en secundaria¹, lo molestan por sus gustos musicales. No es un grupo específico de chicos o chicas quienes se burlan de él. A donde vaya, en la escuela, a la salida, en el camión, le gritan Baby o Justin Bieber, porque a él le gusta su música. Christopher transmite en su relato la fuerza del enojo que contiene su queja y molestia por las agresiones que otros le hacen. Tiene ganas de hablar con la directora para abandonar la escuela. El tema que comparte me provoca un sentimiento de injusticia y enojo. Para mí, trabajar en una escuela tiene una fuerza de impulso y cambio social, Martín-Baró (1998) describe mejor mis intenciones:

Un trabajo de orientación escolar concientizadora supone el esfuerzo por propiciar la transmisión de esquemas sociales alternativos: la capacidad crítica y creativa de los alumnos frente a lo que la escuela y

¹ Nivel escolar que comprende edades de doce a quince años aproximadamente

la sociedad les ofrecen, un estilo diferente de confrontar la vida social y laboral.

Por un momento, el enojo me sacude de lugar, me veo queriéndolo convencer de que hable con la directora, me muevo por la cultura predominante de las prácticas de restauración en torno al bullying, las cuales se basan en la idea de: “quienes hacen daño merecen un castigo”, como explica Cowie (2006). Sin embargo, reconozco que en mi afán protector puedo dejarlo desprotegido.

Debí regresar, poner la historia terapéutica en el centro. La práctica descentrada, término acuñado por Michale White (2002) me acomoda mejor, ahora privilegio los conocimientos y postura de Christopher, ello deja más claro el compromiso que yo asumo en la terapia, no sólo frente a la persona, sino con la(s) historia(s) que narra la persona.

Palabras y postura de Christopher

En nuestra primera charla externalizamos el problema como “agresiones”, sin embargo a partir de colocar en el centro la historia que planteaba Christopher, redefinimos en mejores términos cómo le gustaría a él llamar a este problema. Jerome Bruner (1990) menciona que los significados se negocian en una comunidad; y tras un proceso de diálogo decidimos llamar al problema como “molestias”. En Christopher los efectos de las molestias habían provocado una sensación de impotencia donde nada podía contrarrestarlas.

Considero la doble-escucha, moverme en el espacio de lo ausente pero implícito y hacerme preguntas, “a partir de identificar los significados subyugados en los que se apoya la historia del problema” (Carey, 2010).

- ♦ ¿Cómo es que a pesar de que lo molestaban por su gusto hacia Justin Bieber, decidió participar en un show e imitarlo frente a toda la escuela?
- ♦ ¿Qué le ha permitido sostenerse en la postura de defensa de sus gustos musicales?

Entonces, aparece otra historia de la cual es protagonista. Acostumbraba entrar en internet a foros de fans de Justin Bieber (J.B.), en facebook participaba con un pseudónimo y logró hacerse de mucha popularidad. Le crearon una página y tiene seguidores de todo Latinoamérica. Le hace bien lo que le escribían, despertaba admiración por el hecho de ser un hombre al que le gusta J.B.

En mi trabajo, me acompaña la idea de retar ideas dominantes, “con la finalidad de no desarrollar una monocultura y abrir espacio a una libertad cultural y personal” (White, 1995). De manera particular me gusta dialogar con jóvenes en torno al tema de género, la curiosidad me llevó a preguntas como:

- ♦ ¿Qué ideas hay acerca de los hombres a los que les gusta J.B.?
- ♦ ¿Cuál es la idea de ser hombre que tienes tú?
- ♦ ¿Tu idea de ser hombre es similar o diferente a la de los chicos de tu edad?

A estas preguntas responde: “soy hombre, me gusta J.B. y no soy gay. Todas las chicas quieren un novio romántico, no gay, así soy yo. Quiero respetarlas y ser romántico, así soy con mi novia”.

Decido supervisar el caso. Desde la distancia me acompaña Ítalo Latorre. Me entrevista como si yo fuera Cristopher. En esa entrevista surge la idea de hacer un documento terapéutico nombrado: “Postura frente a las relaciones de agresión/molestia y relaciones

preferidas”. El proceso se vuelve transparente para Christopher, le muestro fragmentos del video de supervisión, y él decide hacer el documento terapéutico. La base de dónde parto tiene que ver con pensar que:

El dolor, las dudas, la lamentación, el cansancio y el desasosiego no son vistos simplemente como los resultados negativos de experiencias dolorosas, sino que son vistos más bien como los materiales y/o claves para permitirnos comprender las cosas que esa persona valora en su vida. (Yashiro Tomo, 2014).

Comentamos que el enojo y la molestia por el trato que él recibe al defender sus gustos musicales, nos habla de la valoración y aprecio de relaciones que él prefiere, además de su postura ante relaciones de agresión y molestia. Christopher se conecta en este sentido y elaboramos el documento con un sencillo listado de ideas. Ante las relaciones de agresión/molestia menciona entre otras ideas:

Son complicadas en la vida, no tienen armonía, respeto ni libertad de expresión y no te hacen sentir seguridad de las demás personas, pueden provocar enojo, tristeza.

En el apartado de relaciones preferidas comenta valorar:

Relaciones en las que te identifiquen, con el tiempo, como un hermano o parte de la familia porque te van conociendo, relaciones con valores de respeto, tolerancia, paz y armonía.

Él decide mostrar el documento a la directora del bachillerato, pero además formula sus propias preguntas:

- ♦ ¿Qué piensa/siente de que le digan cosas a J.B.?
- ♦ ¿Qué opina de que a él le guste J.B.?
- ♦ ¿Cuál es su opinión de que él defienda eso?
- ♦ Si ella estuviera pasando lo mismo, ¿qué haría?

La directora durante la entrevista, es un testigo externo que también vibra en consonancia a la vivencia de Cristopher. “Las prácticas de testigos externos desafían el aislamiento y la individualización de los efectos de los problemas”, (Russell y Carey, 2004). Ella responde a las preguntas planteadas, además valora las ideas expresadas en su documento (postura frente a las relaciones de agresión/molestia y relaciones preferidas).

Lo invita a realizar algo con sus reflexiones en la escuela, un periódico mural para ayudar a otrxs. Las acciones privadas de Cristopher se tornan públicas y decide mostrar sus ideas en un cartel que se exhibe en los pasillos de la escuela. En las prácticas narrativas “participamos con las personas en la comunicación y publicación de los conocimientos alternativos preferibles” (White, 1994).

Las palabras y postura defendidas por Cristopher van ganado terreno sobre su agencia personal, “como protagonista o participante en su propio mundo” (White y Epston, 1993). La idea dominante en el discurso de Cristopher: “no se puede hacer nada para restar los efectos de las molestias o agresiones”, va quedando atrás. Puntualizo, *los efectos*, ya que las molestias/agresiones que recibe no desaparecen.

Lo personal se torna colectivo

En la escuela, a la par de mi trabajo con Cristopher, conversaba también con una chica quien discordaba con compañeros y compañeras que cambiaban su forma de ser con tal de pertenecer a “lxs

populares”. Decidí invitarla a charlar con Christopher para conocer la postura que él tiene al respecto. Nos movemos en un terreno donde lo personal se torna colectivo, y por ende político”. Facilitar este proceso es un buen camino para el individuo y para el cambio social” (Freeman, Epston y Lobovits, 1997), lo cual permite a las personas dejar el aislamiento e involucrar a la comunidad en la que se desarrollan.

Christopher se ha motivado a compartir sus ideas, lo mismo hacemos con sus dos mejores amigos². Cada ocasión en que Christopher comparte sus ideas, lo hacemos a manera de una ceremonia de definición. En cada charla, él afianza sus ideas: habla de lo que le provoca J.B. para seguir adelante: “si te caes puedes levantarte” J.B. le ha inspirado en su idea de la vida, “antes creía que la vida sólo pasaba y sólo había finales tristes”. Él habla de “ser él mismo, seguir confiando, ganando confianza”. Iniciar un movimiento hacia conocer su vida e identidad lo conduce a lo que es posible hacer (White, 2007).

De hablar con un grupo numeroso, a planear un encuentro con la comunidad educativa

Nuestro proceso se interrumpe por el fin del semestre, académicamente no obtuvo notas aprobatorias. Repetirá el curso. Sus amigxs pasan de semestre, él se quedará con la generación que viene de secundaria, y también con algunxs chicos y chicas que, él identifica, lo molestan.

En la escuela, al comenzar el semestre, organizamos una convivencia para todxs los alumnxs de primer ingreso al bachillerato, al recursar el semestre, Christopher también participa. Al término de la

² Me refiero a amigos del género masculino

actividad, cuya finalidad es iniciar el ciclo escolar fomentando ideas de inclusión, convivencia y respeto, pedimos una retroalimentación y Christopher habla espontáneamente frente a setenta y cinco alumnos. En breve comenta que espera una buena convivencia y expresa que él ha sido molestado por sus gustos musicales y que espera que todos sean respetados. Me sorprende escucharlo, su voz tiene fuerza y muestra confianza. Ahora pasa por mi mente preguntarle si desea compartir su vivencia en torno a las molestias por sus gustos musicales y su postura ante ello, frente a un grupo mayor. Me atrevo a plantearlo porque observo como él mismo decidió abrir un poco el tema frente a los nuevos alumnos.

Acepta hablar frente al grueso de la comunidad educativa del bachillerato e iniciamos el proceso de planeación que es, al mismo tiempo, un proceso que lo conduce a continuar afianzando su postura y su identidad preferida.

El contenido y la estructura de cómo será el encuentro con la comunidad educativa, los vamos construyendo en conjunto. El proceso incluyó varias conversaciones con testigos externos y ceremonias de definición, siempre tomamos en cuenta partir del documento elaborado antes: postura frente a las relaciones de agresión/molestias y relaciones preferidas. En este camino se sumaron la directora, la mamá de Christopher, el profesor de español, sus dos amigos³ más cercanos y algunas alumnas con quienes yo trabajaba en temas similares.

Algunos de los conocimientos que aportaron soporte a su identidad preferida salen a flote:

³ Nuevamente se usa amigos para referirnos a personas de sexo masculino

Me siento en otra experiencia, me imagino que algunxs no pueden estar contra mí porque me tienen miedo... Los amigos siempre están ahí cuando los necesitas y vas a encontrar a los verdaderos... Cuando me ven solo, me ven muy callado, creen que sólo me gusta J.B., pero pienso que no hay que juzgar a alguien, cómo es su vida, o sus problemas...

Antes del encuentro

Durante el proceso tuve mis miedos y dudas sobre lo que estaba sucediendo y lo que podría pasar con la presentación. No quería que éste fuera un espacio para exhibir a Cristopher ni reforzar la historia de ser una víctima, nos orientamos a que él se viviera como un sobreviviente ante las molestias y nos enfocamos en sus valores y fortalezas, ante lo cual él apreció:

El valor de la tolerancia, de cómo son las personas... soy sensible, veo cómo no son sensibles (los que me molestan), no han tenido el valor del amor o la paz... Unos creen en mí como soy, me valoran como soy.

Encuentro ante la comunidad educativa

El día acordado, citamos a lxs estudiantes en el auditorio. Al entrar al lugar, recibían un volante con mensajes que Cristopher había escrito: “expresa tus sentimientos, puedes saber lo que la gente piensa de ti”. Seguimos la secuencia que construimos. Llegó el momento del discurso, al inicio tropieza en sus ideas, se muestra tímido, se encuentra frente a 220 personas. Calla por un instante, algunxs comienzan a aplaudirle. Entonces, continúa:

Hay varias personas de aquí que me molestan diciéndome o criticándome por mis gustos (...) me daban ganas de golpearlos y alguna vez

pensé en salirme de la escuela y quitarme la vida porque pensaba: qué hago yo en este mundo si la mayoría de la gente se la pasa criticándome y no me acepta como soy... pero razoné y dije: si no le caigo bien a la gente, ese no es mi problema, es de ellos, yo soy como soy, y siempre seré yo mismo.

Después se muestra la postura de sus dos mejores amigos y, al término la directora general dirige unas palabras a lxs alumnxs. Al finalizar lo planeado, surge lo espontáneo e inesperado. Alumnos y alumnas buscan a Christopher, algunxs le piden disculpas, otrxs le reconocen su valentía, otrxs se sienten identificadxs con su vivencia. Hay lágrimas acompañando el momento.

Lxs alumnxs vuelven al salón, surge la iniciativa de escribirle (quienes lo desearan) algunas palabras a Christopher. Ese día se va a casa, lleno de cartas, dibujos y carteles que los alumnos y alumnas de todos los grados le hicieron.

El peligro de caer en un éxtasis heroico

El encuentro en el auditorio fue algo importante y significativo, tanto para Christopher como para la comunidad educativa. Sin embargo, desde mi postura, no deseaba que el proceso quedara en un éxtasis heroico pensando que mágicamente todo se transformaría. Temía que al bajar del escenario, como sucede con algunos artistas, encontrara la misma realidad y se sintiera solo. Fue pertinente cuidar el proceso antes y después de la presentación, y no caer en las prácticas del aplauso, ya que se corre el riesgo de imponer juicios y valores desde una postura de superioridad sobre la vida de las personas, en lugar de enriquecer la vida e identidad preferida (White, 2002).

Christopher y yo continuamos charlando. En ocasiones nos acompañan algunos chicos y chicas que se vieron reflejados en lo que él dijo, y también nosotros seguimos por nuestra cuenta.

Consideré fundamental retomar el tema de la idea del suicidio. Me interesaba conocer los valores, sueños y aspiraciones que acompañaban su respuesta ante la idea del suicidio. Las ideas de Freeman, Epston y Lobovits, motivaron mi búsqueda: (los terapeutas debemos) movernos hacia las historias inspiradoras, las virtudes actuales y los sueños y esperanzas futuras. Christopher expresó como parte de dicha indagación:

Pensé en mis amigos, en el valor del respeto, yo soy así, en los planes de mi vida, mi novia, el respeto y el trato igual a las personas. Trato a las personas como me tratan, soy muy sentimental, risueño cuando se puede, serio (el valor de ser serio) y de no tomar las cosas a broma... El respeto y el trato igual de las personas me lo enseñaron mis amigos. Aclaré mis ideas al hablar con cada persona. Me lo enseñó el amor de mi mamá, el cariño de mi hermana y mi tía.

Presente

La etapa de la euforia ha pasado, a la distancia, podemos hablar de los efectos de esta historia. Christopher dice:

Ya me dicen por mi nombre, me saludan, es como si no existiera aquel al que molestaban. Me siento bien, me sorprendió lo que me dijeron en las cartas. Estoy en una nueva etapa, nueva vida. Valorándome como soy, al tenerme respeto y dejar atrás las opiniones.

Christopher es un alumno más de la escuela, dice: “es como si me hubiera ido” haciendo referencia a aquel a quien molestaban. Nuestras charlas han cambiado, estamos con el tema del amor y la preferencia de valores que él desea que acompañen su noviazgo.

En mi caso, pienso que la presentación ante el auditorio fue un paso pero no lo único, creo que para Christopher fueron importantes

las sesiones privadas de testigos externos, antes que ese gran auditorio lleno, escuchando su discurso.

La postura que me acompañó en todo el proceso fue el considerar que ante los problemas, las personas necesitan vencer el aislamiento que estos les provocan y que habrá diferentes maneras de romper el aislamiento. Lo triunfante para Christopher no fue el discurso en el auditorio, sino la confianza, postura y defensa de su identidad preferida.

BIBLIOGRAFÍA

- BRUNER, J. (1990) *Actos de significado. Más allá de la revolución científica*. Madrid, España. Alianza Editorial.
- CAREY, M.; WALTHER, S. Y RUSSELL, S. (2010) “*Lo Ausente pero Implícito: un mapa para apoyar el interrogatorio terapéutico*”. (Traducción Marta Campillo R.) *Procesos Psicológicos y Sociales* Vol. 6 Año 2010 No. 1 y 2. Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana. Xalapa, Ver., México.
- COWIE, H. (2006) “*Técnicas para el desarrollo de los programas*”. En: A. Serrano (Ed) “*Acoso y violencia en la escuela*”. “Cómo detectar, prevenir y resolver el bullying.” Barcelona, España: Ed. Ariel.
- FREEMAN, J., EPSTON, D. & LOBOVITS, D., (1997) *Terapia narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego*. España. Paidós.
- IBARGÜENGOITA, J. (1975) *Estas ruinas que ves*. México: Joaquín Mortiz
- MARTÍN-BARÓ, I. (1998) *Psicología de la Liberación*. Valladolid, España. Editorial Trotta.

- RUSSELL, S. & CAREY, M. (2004) *Narrative therapy. Responding your questions*. Adelaide, Australia. Dulwich Centre Publications.
- WHITE, M (2002) *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. España. Gedisa.
- WHITE, M. (1994) *Guías para una terapia familiar sistémica*. España. Gedisa.
- WHITE, M. & EPSTON, D. (1993) *Medios narrativos con fines terapéuticos*. España, Paidós.
- WHITE, M. (1995) *Reescribir la vida. Entrevistas y ensayos*. España. Gedisa.
- WHITE, M. (2007) *Maps of Narrative Practice*. New York, Norton. (trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016).
- YASHIRO, T. (2014) *El dolor y desasosiego como testimonio valorado*. Recuperado el 2 de septiembre de 2014: <http://terapiannarrativa-coyoacan.blogspot.mx/2014/07/el-dolor-y-el-desasociado-como.html#more>

Cuidando mi propia luz

LA BÚSQUEDA DE CUATRO MUJERES PARA SALIR DE RELACIONES DE VIOLENCIA

Leticia Uribe Malagamba

La idea de este artículo surgió hace unos años, cuando en mi trabajo de consultorio coincidieron en su búsqueda varias mujeres que traían conversaciones con un tema en común: lo difícil que les resultaba salir de relaciones de pareja con hombres que ejercían violencia en diferentes grados y tipos. Aún cuando ellas tenían claro que no les hacía bien estar en una relación bajo esas condiciones y que lo mejor sería terminarla, por alguna razón, tomar las acciones necesarias para romper el contacto les resultaba de una enorme dificultad. Pensé entonces pedirles formar un grupo en el que pudiéramos conversar acerca de las ideas, los temores, los mandatos culturales, de género y todo lo que está alrededor. La finalidad era darle voz a sus experiencias y fuerza a sus recursos.

Tuvimos cinco sesiones¹, en las que participaron cuatro mujeres: Vivi, Ángela, Libertad y Mat². En la primera sesión cada una compartió brevemente su experiencia. Las dos siguientes, conversamos alrededor de los discursos culturales que para ellas podían influir tanto en sus ideas y reacciones, como en las de los hombres en cuestión. En las últimas dos sesiones hicimos ceremonias de testigas

¹ Todas las sesiones fueron grabadas con el consentimiento del grupo.

² Los nombres han sido cambiados para proteger la privacidad de las participantes. Cada una eligió su propio seudónimo para este escrito.

externas para cada una de las mujeres del grupo. En la última sesión cerramos con algunos aprendizajes que al día de hoy ellas tienen a partir de lo que han vivido, y que les permiten reconocer cuándo es que una relación tiene el potencial de repetir los patrones que ellas ya no quieren vivir.

Las cuatro mujeres

VIVI

Tiene veintiocho años, es arquitecta y es la más joven del grupo. Tras dos años de relación, su novio la golpeó hasta mandarla al hospital, con lesiones tan graves que su atención fue condicionada a que levantara una denuncia contra él. Antes de ese día, Vivi dice no ubicar ningún maltrato del que ella “se diera cuenta”, sólo un mes antes de los golpes hubo pleitos y reclamos. Cuenta: “el día que amanecí golpeada, no podía explicarme cómo habían llegado las cosas a ese punto”. A partir de entonces buscó terapia, y lleva año y medio trabajando para entender qué la llevó a ese punto, sin poder desengancharse por completo de la relación. Al momento de nuestra conversación lleva quince días experimentando lo que ella resume como que “le cayó el veinte”³, logrando no tener ningún contacto con él.

LIBERTAD

Es secretaria ejecutiva, tiene cuarenta y dos años y lleva tres y medio en una relación con un hombre que vive con alcoholismo y drogadicción. Cuando lo conoció, estaba alcoholizado y drogado, poco tiempo después entró a rehabilitación. Reporta que durante el tiempo que llevan juntos, sólo dos meses estuvo bien, dos meses muy buenos. El

³ Expresión común en México, para nombrar cuando por fin nos llega una claridad que tenía tiempo construyéndose. Proviene del uso de los teléfonos públicos que usaban monedas de 20 centavos para funcionar y se podía escuchar cuando “caía el veinte” al momento en que contestaban del otro lado.

resto del tiempo han sido insultos, maltratos verbales, golpes en alguna ocasión alternados con expresiones esporádicas y poco duraderas de cariño y estabilidad. No viven juntos, las únicas tres veces que ella pasó la noche en su casa, terminaron en insultos y malos tratos hacia ella. En el momento de nuestras conversaciones, se encuentra internado en una clínica de rehabilitación, contra su voluntad, por cuarta vez desde que se conocieron. Desde hace un año ella está en terapia, porque quiere: “romper esquemas, no quiero seguir haciendo lo mismo... ya no quiero ser tratada de esa manera otra vez”.

MAT

Es ingeniera y tiene treinta y un años. Ha venido a terapia en diferentes momentos por diversas razones. Hace dos años, estaba en una relación estable aunque sentía que algo le hacía falta; de pronto se apareció alguien más que volteó su vida de cabeza y la llevó a dejar a su novio. Al principio sentía que esta nueva persona le daba todo lo que le había hecho falta en su relación anterior. Poco a poco surgieron pequeñas alarmas, cosas que llegaba a sentir o que sus amigas le comentaban, pero en ese momento no consideró que fueran importantes. Él tenía muchas virtudes, pero con el tiempo fue mostrando detalles, como alcoholizarse y hacer cosas que después no asumía, o hacer reclamos y enfurecerse por cosas sin fundamento o achacarle a ella sus propias inseguridades por “no entenderlo”. Se dio cuenta de que tenía que dejarlo, pero no se sentía lo suficientemente fuerte para hacerlo. Se decía a sí misma que lo mejor era terminar, pero al final lo justificaba y aceptaba volver. Cada vez que ella trataba de terminar y le decía que no más, era un no “por fuera”, por dentro lo volvía a aceptar. Así estuvieron algo más de año y medio. Poco a poco ella empezó a buscarlo menos de lo que él la buscaba, hasta que hizo un viaje y se dio cuenta que ni su mente ni su corazón lo extrañaban y ahí pudo terminar y no volver a verlo

ni saber de él. Ella dice: “me gustaba la montaña rusa, hasta que me cansé, mi cuerpo y mi mente dijeron ya no puedo”. Se dio cuenta que había cargado con todo para que la relación funcionara, hasta que decidió no hacerlo más. “No soy su madre y no quiero ser su madre. Sé que lo hago muy bien, pero no quiero hacerlo”.

ÁNGELA

Trabajó como secretaria ejecutiva en su juventud y dejó de hacerlo al casarse. Tiene cincuenta y nueve años y es madre de una adolescente. Inició terapia conmigo hace más de ocho años cuando descubrió que su esposo le era infiel, después de diecisiete de matrimonio; durante quince años Ángela se había considerado feliz, con altas y bajas, algunas porque él bebía mucho. “Me enganché con él y no me quería dar cuenta, porque si me hubiera dado cuenta no me caso” dice. Después, él empezó a mostrar conductas de control y agresividad y vino la infidelidad. A partir de esto, ella notaba con más claridad su agresividad, su indiferencia y eso ya no lo soportó. Le tomó siete años decidir divorciarse: “para mí fue difícilísimo tomar esa decisión, porque yo la tomé, él no quería, evadía”. Ella no pudo tener hijos, adoptaron una hija y al final él también le recalcó que “ni para eso servía”. “De momento todo esto impacta y duele muchísimo pero con el tiempo una lo va trabajando y entendiendo los aprendizajes culturales que una tiene. Yo me revelaba mucho y antes yo decía ‘no le puedo permitir a la gente’, pero después cambié y dije ‘yo no me puedo permitir el maltrato de otr@s’”. El día de hoy, Ángela dice que se siente tranquila y liberada al saber que no tiene que aguantar lo que no le gusta.

¿Qué tienen en común estas historias?

A partir de las conversaciones en el grupo, llegamos a un listado de cosas en las que las cuatro coinciden haber creído y que las mantuvieron en esas relaciones:

- ♦ El no pensar que merecen un mejor trato, o convencerse de que tienen que cuidar al hombre, les llevó a tolerar o aguantar situaciones que no tendrían que ser toleradas.
- ♦ El cuidar de otr@s al grado de descuidarse a sí mismas; privilegiar el ver por el otro aunque el otro no me vea a mí.
- ♦ El pensar que aunque tenga miles de defectos, tiene una o dos virtudes entonces lo demás no importa. Como si rescatar lo bueno que tiene el otro fuera un “acto de humanidad” obligado.
- ♦ Encarnar un papel de madres, resolverles lo que ellos no resuelven por sí mismos.
- ♦ Tener siempre la esperanza de que él cambie.

También encontramos una lista de las cosas que los hombres con los que se relacionaron tienen en común:

- ♦ Se comportan “obedientes” pero de mala gana y pasado un tiempo reclaman el control que antes cedieron.
- ♦ No asumen la responsabilidad de sus decisiones en lo que tiene que ver con la relación y con sus propias emociones.
- ♦ Después de agredir fácilmente entran en un: “aquí no pasa nada”.
- ♦ Se mueven todo el tiempo en el tema de dominar y no ser dominados, es una lucha de poder.

En el grupo, surgió una metáfora para explicar lo que ellas creen que mueve a las mujeres a caer en este tipo de relaciones y a aguantar estas situaciones:

La esperanza de ser mejores es como una luz, como una vela que tod@s tenemos dentro; a las mujeres nos han enseñado que tenemos que prender esa vela para l@s demás, de forma particular a nuestras parejas, a los hombres, que sólo así podemos encender la nuestra.

Pero esto no es verdad, nadie puede prender ni mantener encendida la vela de otra persona, cada quien es responsable de su propia vela. Como mujeres, vivimos cuidando la vela de otr@s y nos olvidamos de mantener la propia encendida.

Vivi comentó darse cuenta de que ya no quería creer en lo que dicen las historias de las telenovelas, aquellas que muestran que después de tener problemas, al regresar a estar junt@s, el galán cambia y todo se resuelve.

Mat compartió que ella ya no quería creer en los cuentos de hadas que dicen que una mujer espera al príncipe azul. Explicó que esto no significa necesariamente cuestionar el amor o incluso el romanticismo, sino que se trata de cuestionar cuál es el papel que tienen la mujer y el hombre en la relación de pareja.

Al concluir esta conversación cada una compartió lo que se llevaba:

- ♦ Vivi dijo que aunque cada vez está más consciente de que no pasa nada si está o no, sola; la idea le sigue afectando, “me toca trabajar en creérmela y en hacer las cosas de otra manera”.
- ♦ Mat compartió que siente que en el tema de pareja ahora tiene más claro dónde poner los límites aunque le falta trabajarlo en otras relaciones: “ahora tengo claro que no es posible educar a quien no nos corresponde, tengo la prueba clara en mis padres, mi madre sigue queriendo educar a mi papá y no sirve de nada. Ahora tengo la estadística, pero desde antes de tenerla yo no quería, no me checaba, pero no sabía que no me toca encender velas que no son mías”.
- ♦ Libertad dijo tener más consciencia de querer dedicarse a encender su propia vela, a ver por sí misma antes de ponerse a cuidar de otr@s. También se lleva la idea de no juzgar a

otras mujeres ni dejarse juzgar por la mirada de otras personas: “nadie sabe lo que pesa el costal hasta que lo carga”, esto implica respetar el proceso de otras personas y respetarse a sí misma.

- ♦ Ángela se quedó más convencida de la decisión que tomó. Ahora que vive sola, siente menos soledad de la que llegó a sentir cuando vivía acompañada, “me siento liberada, contenta. Voy por buen camino”.

A través de esta conversación de grupo, quedó claro que cada una vive un proceso distinto; cada quien tiene su tiempo para moverse de lugar y para dejar la relación que le hace daño. Lo importante es no detenerse, aunque el avance parezca lento, confiar en que todo pasa. El dolor, el sufrimiento y la tristeza pasan, sólo hay que seguir avanzando.

Ceremonias de definición: testigas externas

La ceremonia de definición o práctica de testigos externos es un proceso desarrollado por Michael White (2007) con la idea concreta de ampliar la audiencia que dé escucha y testimonio de las historias alternativas para engrosarlas y afianzarlas.

White desarrolló un mapa muy concreto para estas prácticas, dividiendo las conversaciones en tres etapas: el contar, el recontar y el recontar del recontar⁴

⁴ Consultar: White, M. (2007) “Definitional Ceremonies” en *Maps of Narrative Practice*, pp. 165-218. Russell, S y Carey, M. (2004) “Outsider Witness Practices: Some answers to commonly asked questions”. En *Narrative therapy Responding to your questions* pp. 63-90. Uribe, L. (2014) “Ceremonias de Definición: Testig@s Extern@s. Una descripción basada en mi práctica”. <http://www.terapianarrativacoyoacan.blogspot.mx/search/label/Leticia%20Uribe>.

Antes de iniciar la ceremonia, preparé a las testigas, indicándoles que su labor consistía en escuchar y aportar de una manera diferente a lo que de forma social acostumbramos hacer. Es importante no juzgar, ya sea de forma negativa (crítica) o de forma positiva (aplausos, felicitación o “porras”); además, tampoco se busca que den “consejos” acerca de lo que se debería hacer.

Hicimos una ceremonia por cada una de las participantes.

Etapas: el contar

En esta primera etapa hice hincapié en que me interesaba hablar acerca de aquellas ideas, acciones, reacciones y actitudes que hayan contribuido a poner límites, a moverse distinto y a salir de esas relaciones.

Las conversaciones de la primera etapa de las ceremonias, iniciaban con preguntas:

Ya que estás en el lugar en el que te encuentras hoy:

- ♦ ¿Cómo resumirías el camino que recorriste, qué te ha dejado, cómo ha sido?
- ♦ ¿Qué sería lo primero en lo que pensarías al describirlo?
- ♦ ¿Desde qué punto de tu historia elegirías hacer un corte que te permitiera contar lo que ha sido este proceso para ti?
- ♦ A lo largo del tiempo en que has estado en esta relación con “x” pero también desde que has estado aquí y has comenzado a hacer cosas distintas: ¿qué cosas has aprendido?, ¿qué cosas has utilizado para moverte, para no engancharte, para estar diferente?

A partir de estas preguntas, fuimos construyendo conversaciones de re-autoría en las que buscaba:

- ♦ Reconocer y nombrar las habilidades y saberes de cada una.
- ♦ Describir las acciones concretas que expresan estas habilidades y sabiduría.
- ♦ Contar la historia de las habilidades y saberes, y la historia de las acciones que las expresan.
- ♦ Reconocer y describir los efectos de estas acciones y hacer una evaluación de dichos efectos.
- ♦ Nombrar los sueños, esperanzas, valores y principios de vida que impulsan y generan tanto las habilidades y sabiduría, como las acciones concretas mencionadas.

Algunos ejemplos de las preguntas que llevaron a tejer estas conversaciones son:

¿En qué sentido estarías entendiendo lo que tú nombras como asertividad?

¿Cómo está para ti hoy este tema de no lastimar a otras personas? ¿Lo reubicaste de algún modo?

Antes evitabas o evadías para no causar dolor, me dices que ahora no haces eso, pero no significa que de pronto te dejó de importar⁵ ¿será tal vez que eso que valoras se movió de lugar?...

¿En qué consiste este movimiento?

Entonces, para ti es importante seguir teniendo en cuenta el sentir del otr@, pero también, según lo que me dices, yo le llamaría tomar responsabilidad de lo que tú sientes, no sé si ese nombre

⁵ Esta frase podría ser un ejemplo de lo que Michael White (2007) llama hacer “editoriales” (p. 45) que consisten en hacer un resumen breve de algunos de los eventos excepcionales que surgen en la conversación para generar una base sobre la cual puedan reflexionar con claridad y seguir respondiendo y describiendo los nuevos entendimientos. Es necesario, dado que las personas no suelen estar acostumbradas a reflexionar de la forma en que ahora se busca.

te viene bien... ¿Es como tomar las riendas, tomar responsabilidad de lo que tú sientes y poderlo plantear en el momento que se necesita?

¿Cómo le llamas a lo que estás haciendo?

Si le pusieras un nombre ¿Cómo se llamaría esta nueva actitud?

¿Cuáles son los principales efectos que has notado en ti y en l@ demás a partir de que estás haciendo esto?

Sé que es muy difícil resumirlo, pero si pudieras intentar hacerlo:

¿cómo llegaste a esta seguridad?, ¿cómo pudiste construirla?

¿Cuáles son las herramientas que tienes y que más te han ayudado en este proceso, las que has podido ir despertando, recolectando, puliendo o construyendo?

¿Qué es lo que ha guiado eso que quieres para ti?

¿Cuál es la brújula de lo que quieres para ti, que te tiene en tanto bienestar y tanta realización?

¿Hay algo que tú valoras que guía eso, que dice es por aquí o por acá, o sería la luz otra vez?

¿Qué señales tienes de que eso que siguió era lo que tocaba para continuar con el camino que estás buscando o qué señales tienes para saber cuándo no es por ahí?

¿Cómo nombrarías este proceso que has vivido?

¿Qué nombre le pondrías a esta historia?

Etapas dos: re-contar

En esta etapa les hice preguntas recorriendo las cuatro categorías de cuestionamiento (White, 2007): 1) Expresión, 2) Imagen, 3) Resonancia y 4) Transporte.

En cada ceremonia, entrevisté a cada testiga por separado. A continuación menciono ejemplos de las preguntas que corresponden a cada categoría y algunas de las respuestas que dieron las testigas:

Identificar la expresión

¿Qué palabras o expresiones específicas captaron tu atención?:

“Cuando hablé de valorarse y de dejar de esperar que otr@s la valoraran”.

Me llamó la atención lo de preocuparse siempre por l@s demás, no necesariamente antes que una, pero darle prioridad a l@s demás y no te das cuenta hasta mucho después:

“El poner límites a partir del respeto”.

Imagen de lo que se valora

A partir de lo que escuchaste ¿qué imagen te viene a la mente que pueda expresar aquello que valora la persona que compartió su historia?:

“Imagino como tener un reloj pero con los números en desorden y veo que ella ya los ha ido ordenando, dándole prioridad a lo importante primero, a sí misma, ir poco a poco poniendo las cosas en su tiempo”.

“La veo reflejándose en un espejo y en ese espejo se ve con una sonrisa de encontrarse en ese estado de bienestar”.

“Como un ángel que se ilumina a partir de que se dedica a prender su propia vela y no la de otr@s”.

“Como un árbol que se tambaleaba con la opinión de l@s demás, ahora somos árboles más fuertes, las opiniones nos mueven pero ya no nos hacen doblarnos”.

“Un ratoncito en una jaula oscura que le causa ansiedad y no encuentra salida y ver un hoyito rascarle y salir, estar atrapada pero la luz da la fe de que siempre se puede salir”.

Resonancia con la propia experiencia

¿En qué se conecta lo que has mencionado con tu propia vida, en qué se relaciona con tu propia experiencia o con lo que tú valoras?:

“Creo que yo también dejé en algún momento el respeto, o sea el preocuparme por l@s demás y el ‘no pasa nada mientras tod@s estén bien’ a mí me llevó también a nunca saber qué era lo que me estaba pasando a mí... nadie volteó a ver que yo también necesitaba respeto... para empezar yo no lo veía, para no dar problemas”.

“Contactar todos los sentimientos y emociones del dolor. Me identifico. Para mí también ha sido el dolor más grande que he tenido”.

“Me resuena todo, el trabajo, mi casa, mi mamá. Es una lucha que comparto en todo”.

“Yo también he sido luchadora que quiere su bienestar. Se tiene que luchar por él, no llega de a gratis”.

“Me conecté con cómo yo también me dejé minimizar, cada palabra que me decía me enganchaba, nunca vi lo que realmente soy. Yo seguía defendiéndolo, lo puse en un altar y a mí me puse abajo”.

Transporte o movimiento

¿A dónde te ha llevado esta conversación? ¿Qué te llevas que no tenías o pensabas antes de llegar hoy aquí?:

“Me llevo más seguridad. Todas podemos, no vamos a poder contra cien personas, podemos con nosotras mismas, nuestros propios miedos. La única lucha es con una misma, puedo hacer cosas para cambiar yo, no al de al lado”.

“Me llevo una esperanza de darme cuenta de que aunque mi proceso ha sido más largo el escucharlas me abre un gran panorama de que se puede y de que voy a estar bien y deseo que todas estén bien”.

Etapas tres: re-contar del re-contar

Esta es la última etapa del proceso, donde conversamos con la persona al centro de la ceremonia. Algunos comentarios en este grupo fueron:

MAT:

Cuando le pongo nombre es todavía mucho más claro, me siento más segura y más confiada en que voy por buen camino, con menos miedo a experimentar... Supongo que puedo construir con todo esto la frase: “vívelo, todo llega y todo pasa”...

VIVI:

Apagué mi vela con tal de prender la suya y lo peor es que se la prendí a una persona que no existía en realidad. Me acaban de hacer sentir mejor, esto del respeto, la esperanza, las alertas; el estar muy atenta a lo que pasa alrededor. Esto está hoy más que claro y muy presente. Refuerzo que sigo siendo yo, a pesar de todo ese dolor.

ÁNGELA:

Me llevo el revalorarme como madre. Le da confirmación a todo lo que vengo diciendo y sobre todo haciendo. Me llevo mucho amor

y cariño, me siento correspondida, me nutre el afecto. Me da ese bienestar del que siempre hablo, la luz, la veo en tanta gente...

LIBERTAD:

Veo que estoy dentro de la tempestad pero mi barca no me la han volteado y si me la voltean, la regreso. En cualquier momento va a terminar ese aire y se va a salir esa agua y va a salir el sol y entonces, descansar; y esperar lo que venga y dar gracias a Dios de haber pasado eso. Ver y entender el dolor de l@s demás pero yo estando protegida, para tener una palabra o un abrazo sin ponerme en riesgo.

Los aprendizajes como legado

Para cerrar nuestras reuniones, les pedí que pensarán en algunas señales que habían aprendido a detectar en l@s demás cuando se sienten en riesgo de entrar en este tipo de relaciones, para compartirlo con otras personas a quienes les pudiera servir:

- ♦ El Control. Quieren que hagas lo que dicen, como si tuvieran siempre la razón, a veces en una postura como “muy romántica” de decidir todo, la película, lo que voy a beber o cenar. Pero por otro lado ceden el control de otras cosas, para ceder la responsabilidad: Si no sale bien, no es “su culpa”.
- ♦ La forma en que juzgan a otras personas, por ejemplo, critican la tolerancia o sensibilidad y la confunden con debilidad de carácter.
- ♦ El chantaje, la manipulación y el hacerse víctimas.
- ♦ Los celos desmedidos y fuera de lugar.
- ♦ El hacerte creer que estás como más arriba que ellos y luego bajarte.
- ♦ El manejo de la intimidad, compartir hasta las claves de celular “para que sepas todo de mí” pero luego usarlo para controlar.

- ♦ El entrar en juegos de poder.
- ♦ El echar culpas siempre a l@s demás. No toman responsabilidad.
- ♦ El no tomar en cuenta cuando digo “no” a algo.

Los aprendizajes que ellas obtuvieron con estas experiencias son:

- ♦ Estar alerta ante mí misma; si yo digo “sí” cuando no quiero algo le doy pie a seguir esperando que yo acepte cosas que no quiero y entonces yo no me escucho.
- ♦ Aprender a escucharme. Dejarme sentir. Confiar en mí.
- ♦ Escuchar mi luz interior, como un respeto luminoso.
- ♦ Aprender a llevar las riendas de mi vida, escuchándome y conociendo mis propios límites y respetándolos.
- ♦ Hacerme consciente de mis espacios.

BIBLIOGRAFÍA

- URIBE, L. (2014) *Ceremonias de Definición: Testig@s Extern@s. Una descripción basada en mi práctica*. <http://www.terapianarrativaco-yoacan.blogspot.mx/search/label/Leticia%20Uribe>
- WHITE, M. (2007) *Maps of Narrative Practice*. New York, Norton. (trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016).
- RUSSELL, S. Y CAREY, M. (2004) *Narrative Therapy. Responding to your questions*, South Australia, Dulwich Centre Publications.

Son puros cuentos

María Alejandra Usabiaga del Moral

Mi origen como terapeuta inició en la terapia infantil, por esta razón siempre me vi con la necesidad de encontrar lugares en donde las pequeñ@s se sintieran segur@s, cuidad@s, competentes y, hasta dónde fuera posible, divertid@s. Fue de esta manera que los cuentos se convirtieron desde hace veinte años en un recurso básico dentro de mi trabajo terapéutico. En un principio el manejo de los cuentos se limitaba a la utilización de metáforas o temas que se adecuaban a la situación problemática que trabajaba con el/la pequeñ@. Poco a poco las historias empezaron a tener nuev@s protagonistas y sorpresivamente sus finales cambiaban, de manera que los príncipes, princesas, dragones, gnomos y brujas tenían recursos a su alcance, aplicables en sus vidas diarias.

En aquel entonces, me era de mucha utilidad tener conversaciones con los niños y niñas sobre posibles finales que surgían ante el mismo evento; las conclusiones diferentes parecían mágicas al dar opciones para el personaje principal de un cuento, que en la mayoría de los casos representaban situaciones muy similares a las que ell@s vivían.

Genealogía propia

Hace aproximadamente quince años que me acerqué a la terapia narrativa (White, M. 1990), y la utilización de cuentos como parte de mi trabajo encontró no sólo una justificación, sino un sustento

teórico. Aquella magia que yo encontraba al transportar el problema para ser resuelto por el/la protagonista del cuento, es lo que hoy conozco como externalización (White, M. 1990). Poner el problema fuera del niñ@, no sólo me ayudaba a poder analizar los recursos con los que contaba para solucionar su situación, sino que al mismo tiempo me permitía quedarme fuera de la solución del problema, evitando con ello darle a el/la chic@ respuestas fuera de sus recursos. Hubo momentos en los que me parecía complicado mantener una postura descentrada, porque el/la chic@ me preguntaba qué es lo que haría yo en esa situación o, por el contrario, me decía que no veía solución alguna al problema. Esta situación la enfrenté pidiéndoles que pensarán en algunas opciones “muy locas” y otras “muy cuerdas” para solucionar el problema que vivía el o la protagonista del cuento. En muchos casos las soluciones “locas” fueron las opciones viables que pudieron ponerse en práctica en su vida diaria.

Hasta el día de hoy, cuando un@ pequeñ@ llega a mi consultorio con una etiqueta recibida, con el hecho de haber sido identificad@ como el problema sé que esto le impide poder ver más allá para encontrar caminos de solución, ya que ha sido totalizad@ por los adjetivos que han definido socialmente su personalidad. Los padres, generalmente dicen cosas como: “yo le digo que haga tal o cual cosa y no me hace caso”, asimismo preguntan constantemente: “por qué lo hace” o manejan afirmaciones como: “no es normal lo que haces y no me puedes decir que no te das cuenta”. White menciona que “Los problemas que se consideran intratables y crónicos, además de incómodos y serios por sus consecuencias sociales, son abordados desde el juego en una forma ligera y divertida”. (White, 2007, p.24).

Al analizar la problemática que viven l@s protagonistas de un cuento, no es necesario encontrar las causas del comportamiento

porque lo importante es la solución así como el encontrar caminos de fuerza y coraje. Al abrir posibilidades, las etiquetas con las cuales el/la pequeñ@ era identificad@ como problema, empiezan a diluirse y se sustituyen con los estados intencionales (White, 2007), entendidos como espacios a donde se llega a solucionar el problema. Las posibles soluciones de las que se habla, son parte del proceso de re-autoría (White, 2002), en donde la persona identifica historias libres del problema que ha estado presente.

La identidad va construyéndose a través de las decisiones que se eligen así como por la calidad de las relaciones, por lo tanto al plasmar en un cuento los recursos, la mejor solución y el estado en el que se ubica quien lo protagoniza, podemos ver que se habla con el/la pequeñ@ acerca de su identidad favorita, utilizando su sabiduría y dejando en claro sus valores, propósitos y compromisos. Sin importar la edad que tengan l@s pequeñ@s, los cuentos son una manera segura de abordar sus problemas desde un lugar de profundo respeto, además de ser un espacio para encontrar soluciones que honran lo que se valora.

En la actualidad, dentro de mi práctica terapéutica trabajo no sólo con niñ@s sino también con adolescentes, adultos y familias. Los cuentos me resultan un recurso primario en casi todos los casos, ya que puedo utilizarlos como documentos de identidad (White, 2002). En todos los casos el resultado es un documento o una historieta que la persona se lleva consigo con el fin de tener siempre presentes los recursos, herramientas y valores que le han ayudado a tomar una postura de vida con la cual se siente cómod@. Utilizo los cuentos de la misma manera que las cartas terapéuticas ya que, como dicen David Epston y Jennifer Freeman: “la palabra escrita no se desvanece ni desaparece, permanece en el tiempo y el espacio, como testigos del trabajo terapéutico, inmortalizándolo”. (Epston, Freeman, 2001, p. 165).

La forma en que utilizamos los cuentos

Como el protagonista de su historia favorita.

Una de las formas como trabajo las conversaciones externalizadas con los pequeñ@s, es a través de la elección de una historia en donde uno de sus héroes: príncipe, princesa o personaje favorito, interpreta una situación similar a la que está viviendo el/la pequeñ@. Al elegir a su súper heroína, príncipe u otro personaje, dirijo la conversación alrededor de las características que admira y comparte con éste. Mi idea es, desde un principio, poner al servicio del pequeñ@ sus valores y recursos para tomar el control de su vida, alejándose del problema.

Por lo regular, trabajo en el cuerpo del cuento dejando inconclusa la historia. Al trabajar con David¹, por ejemplo, un pequeño que tenía problemas para hablar frente a su salón de clases, eligió a Iron Man como su súper héroe favorito porque: “antes tenía problemas pero se hizo su súper traje que lo protege de todo”, así que armamos una historia en la que el traje de Iron Man no funcionaba porque sus características humanas habían cambiado, este fue el punto de partida de la conversación externalizadora. Una vez armada la trama, el pequeño mencionó diferentes finales, algunos muy locos y otros no tanto. Después le hice preguntas sobre el final que valora más, dando opción de elegir más de un posible desenlace. Una vez que los finales fueron seleccionados, la conversación giró en torno a las acciones concretas que tendría que realizar el personaje para llegar a los finales planteados. Cuando el/la niñ@ tiene en claro esas acciones a seguir, elige la primera con la que trabajará en su vida diaria durante la semana, porque esa es la manera como ayudará al personaje a solucionar el problema. En la siguiente sesión,

¹ Los nombres originales han sido cambiados.

evaluamos los resultados, los impedimentos que tuvo para llevar a cabo las acciones, los enemigos que boicotearon su trabajo, etcétera. Una vez terminada la evaluación, el/la chic@ decide si volverá a intentar las acciones que ha trabajado o si desea intentar aquellas que le llevarán a un final diferente, seleccionando otra acción, de las planteadas previamente.

Al utilizar los cuentos de esta manera me viene una imagen a la mente: el/la niñ@ ve fuera de sí sus recursos, valores, el problema mismo e identidad preferida, y es a través del intentar soluciones en la vida del personaje que interioriza éstos, quitándole así el control al problema. Una vez que el/la chic@ se siente fuerte, hace un cómic describiendo el proceso que llevó el cuento hasta llegar al momento en el que el personaje tiene el control. El documento creado tiene el objetivo de recordarle a el/la chic@ sus recursos y su fuerza, ya que al haber ayudado al personaje a solucionar el problema, soluciona el suyo.

Un cómic sobre la historia real

También utilizo los cuentos a través de la realización de un cómic sobre la historia trabajada.

La historia plasmada es la historia real de la persona, al trabajar de esta manera busco lograr:

- ♦ Que la persona recuerde el proceso y lo mantenga presente como un evento de fuerza en donde se plasma la forma como recobró el control de su vida. Para llegar a este punto, realizo algunas preguntas sobre ritos de pasaje (White, 2002), en donde quedará plasmada la *expertise* del chic@ en la solución de un tipo específico de problemas. Las preguntas se conducen directamente al proceso terapéutico, a través del cual se obtienen los elementos necesarios para desarrollar la historia desde

el problema, el proceso y la solución. En casos donde trabajo la externalización a través del ejercicio de plasmar la imagen en un dibujo o usando plastilina, incluyo en el cómic fotos del personaje terrorífico al que fue capaz de vencer el *chic@*.

- ♦ Al incluir en el desarrollo de la historia a las personas que ayudaron de alguna manera al /la consultante a tomar el control de su vida, he encontrado una manera de honrar a quienes fueron importantes, además de mantenerl@s presentes, pudiendo acudir a ell@s en un futuro, en el caso de necesitarl@s. Hacemos el número de copias del cómic que el/la niñ@ desea, para compartir con sus personas importantes.

Me parece que ésta es una manera de hacer una ceremonia de definición a través del lenguaje escrito, ya que éste: “...es un ritual que reconoce y valora la vida de las persona [...] La ceremonia de definición negocia con los problemas de invisibilidad y marginalización; son estrategias que proveen la oportunidad de ser vistos desde sus propios términos, obteniendo testigos de la propia valía, vitalidad y bienestar”. (White, 2007, p.165).

Terminado el cómic, pido a la persona permiso de quedarme con un ejemplar de su impreso y su autorización para compartirlo con alguien a quien podría servirle por encontrarse en la experiencia de vida de una situación similar. Esta es una manera que he encontrado para que el trabajo de la persona trascienda fuera de sí mism@ y de su familia, reafirmando la nueva postura como parte de su identidad favorita.

El uso de cuentos tradicionales

La utilización de cuentos tradicionales, que proporcionan los elementos necesarios para que la persona externalice el problema, es

de gran utilidad en mi trabajo terapéutico, especialmente en los siguientes casos:

La historia del hombre lobo la he utilizado muchas veces para hacer referencia a la violencia. Después de contar el cuento, menciono que todos tenemos un hombre o mujer lobo dentro, que debe ser domesticad@, para evitar que llegue a lastimar a las personas que ama. La historia me permite hablar sobre la responsabilidad que tiene la persona de proteger a su familia de sí mism@ y la responsabilidad que tiene la familia de protegerse del hombre lobo. Recorro a las señales que se reciben de que el peligro está cerca, a través de la metáfora de la luna llena.

El cuento tradicional de la caperucita roja me ha sido de utilidad cuando trabajo abuso y bullying dentro de la escuela. Por un lado, hago referencia a las señales que deja el lobo antes de comerse a la abuelita. Por otra parte, relaciono el evento de devorarse a la abuelita con el hecho de que la persona abusadora antes se ha comido a otr@s; resaltando cierta información: que las personas abusadoras pueden llegar a ser encantadoras, como el lobo cuando encuentra a la Caperucita y le pregunta a dónde va. Por último pido a la persona que piense quiénes hacen el papel del cazador en sus vidas, es decir, aquellas personas a las que puede acercarse para recibir protección o quienes puedan ayudarles a ponerse a salvo, y que, al mismo tiempo, pueden ayudar a otras personas maltratadas por el lobo abusador.

No puedo dejar de mencionar el cuento “Miedo” de Karen Gould (2010), texto con el que la mayoría de las personas que lidian todos los días con el miedo se identifican; no sólo aprenden a verlo fuera de ellas, sino que aprenden acerca del proceso que lleva quitarle el control de su vida al miedo y de las estrategias para mantenerlo en la distancia que cada persona desea.

Cuentos escritos para abordar un tema específico

Existen temas difíciles de trabajar y externalizar debido a que la persona ha vivido con el problema por mucho tiempo. Aún cuando llega a verlo fuera de sí mism@ en el contexto del consultorio, al salir de ahí, vuelve a enfrentarse a las relaciones sociales que hacen que el problema se perpetúe.

Me he tomado la libertad de escribir cuentos genéricos cuya estructura puede ser aplicable a cualquier consultante que se encuentre lidiando con un problema sobre el tema elegido. Este tipo de cuentos abren el camino hacia la externalización, ya que no se describen características específicas de la figura-tema del cuento. En este tipo de relatos, hago especial hincapié en el hecho de que el personaje con el cual lidia cada persona, es especial y diferente a todos los demás, es por esto que con cada una me doy el tiempo de identificar las características particulares del personaje que representa a su problema, así como de los elementos que le ayudan a ponerle límites y tenerlo en control.

Los temas sobre los cuales he escrito cuentos que comparto con mis consultantes son: el enojo y el sobrepeso.

Cuentos como parte de una ceremonia de definición

Por último, he aprendido a hacer cuentos como parte de una ceremonia de definición en donde incluyo elementos que hagan referencia al proceso terapéutico de la persona. Por lo general incluyo los temas que considero importante que se mantengan presentes como parte de la identidad favorita de la persona.

Me parece que este tipo de cuentos tiene ciertas características similares a las que menciona Molina-Loza (2002) como cuentos terapéuticos:

La concepción narrativa de la terapia constituye una de las diversas maneras con la que cuenta el terapeuta para oír y redefinir la historia que le es presentada por la familia. Con una atención siempre enfocada hacia lo más saludable y positivo de la historia familiar, el terapeuta acoge y reorganiza esa misma historia para, a continuación, devolvérsela transformada en un relato simbólico-metafórico que deberá incluir tanto una descripción detallada del sufrimiento y de los problemas que viven, cuanto que sus propios recursos de salud y nuevas perspectivas de cambio y crecimiento. (p. 25).

Utilizo este tipo de cuentos como elemento dentro de la terapia familiar, de pareja o individual. Incluyo como tema algún aspecto relevante para la persona o familia, además de introducir frases específicas que hayan sido utilizadas por las personas consultantes durante el proceso que plasmen aspectos de su identidad con los cuales se sienten cómod@s; además de incluir frases sobre sus sueños, deseos, anhelos, ilusiones...

Esta no es una práctica que realizo con todas las personas que me consultan, más bien llego a escribir un cuento cuando considero que para la persona, pareja o familia puede ser una referencia importante.

Los cuentos existen desde el origen de la civilización, son una vía a través de la cual las personas transmiten de generación en generación su manera de ver el mundo y los valores prevalecientes en la cultura en el momento histórico en el que fueron escritos. De igual manera, los cuentos dentro del proceso terapéutico son un documento que habla acerca de la persona que ha sido y es y, de manera especial, de la que desea ser en base a sus valores. Para mí, la utilización de los cuentos es una forma a través de la cual la persona conserva un documento que habla de su relación consigo misma.

BIBLIOGRAFÍA

- FREEMAN, J. EPSTON, D. LOBOVITS, D. (2001). *Terapia Narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego*. Barcelona: Paidós.
- GOULD, K. (Traducción y adaptación de Díaz Rubín, A.) (2010). *Miedo*. Grupo Terapia Narrativa Coyoacán. *Miedo* <http://terapiannarrativa-coyoacan.blogspot.mx/2010/10/miedo.html>.
- MOLINA LOZA; C.A. (2002). *Nuestras abuelitas ya lo sabían. Las historias y los cuentos pueden curar dolores del alma*. Belo Horizonte: ArteSa.
- USABIAGA, A. (2014). *Domesticando a tu Cifrón*. Grupo Terapia Narrativa Coyoacán. <http://www.terapiannarrativacoyoacan.blogspot.mx/2014/02/domesticando-tu-cifron.html>.
- WHITE, M; EPSTON, D. (1990) *Narrative Means to Therapeutic Ends*. W.W. Norton & Company, Inc. New York. USA. (Trad. cast. *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós. 1993).
- WHITE, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York: Norton. (trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016).
- WHITE, M. (2011). *Narrative Practice, Continuing the conversations*. New York: Norton. (Trad. cast. *Práctica narrativa. La conversación continua*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2015).
- WHITE, M. (2002). *Reescribir la vida: Entrevistas y Ensayos*. España: Gedisa.

El arte y efecto de politizar una experiencia

Andrea Angulo Menassé

A Esther Althaus por su amorosa presencia

Cuando una persona ingresa a la cultura de las disciplinas profesionales, se enfrenta a un cambio en cuanto a qué conocimientos se consideran importantes [...] No es nada raro que al ingresar a la cultura de la psicoterapia, en varios contextos, y como parte del entrenamiento y la supervisión, se someta a la persona a sistemas de interpretación que son patologizantes.

Michael White

A partir de 2009 en la Ciudad de México, las parejas homosexuales cosecharon el fruto de muchos años de lucha para tener el derecho a contraer matrimonio y adoptar hijos. En este texto planteo preguntas en torno a cómo esta nueva realidad jurídica se corresponde con un cambio en la calidad de vida del colectivo de gays y lesbianas mexicanxs y cómo lxs profesionales de la psicología hemos podido o no, acompañar esos cambios. Me pregunto ¿hasta qué punto gays y lesbianas en México encuentran una escucha desprejuiciada por lxs profesionales de la psicología cuando acuden a sus consultorios o cuando tienen que relacionarse con ellxs en alguna institución escolar o de adopción?

Busco poner sobre la mesa de reflexión algunos temas que he pensado, producto de conversaciones con colegas terapeutas latinoamericanxs y familias de gays y lesbianas en México sobre el tipo de práctica terapéutica posible desde la despatologización. Buscaré compartir las reflexiones de algunxs terapeutas con los que he conversado el tema, intentando responder a la pregunta: ¿cómo hacer un trabajo más útil con lxs consultantes lesbianas y gays en México?

La función de lxs profesionales de la salud mental

Con cierta facilidad lxs profesionales de la psicología nos hemos formado y prestado a funcionar como “policías de la mente”, asumimos el encargo social de juzgar como “normales o patológicas” las conductas íntimas de las personas que nos consultan (Foucault, 1977; Ginsberg, 1990; White, 2002; Parker, 2007). Estar vigilantes de nuestra práctica y privilegiar constantemente la reflexión respecto a la función política que tiene nuestro quehacer profesional, así como comprometernos en un ejercicio sistemático para cuestionar nuestra manera de trabajar y pensar estrategias, con el compromiso de una práctica en la que sea el otrx el expertx de su vida, esa es la intención de este escrito.

Externalización de la homofobia internalizada, una manera de politizar la experiencia.

La homofobia se expresa en varias direcciones, una de ellas, me atrevería a decir la más dañina, es la que se produce al interior de lxs propias gays y lesbianas cuando nos miramos a nosotrxs mismxs: vemos el sistema de significados dominantes que hemos aprendido a interiorizar en nuestro pasaje socializador, en una cultura que denigra y descalifica toda manifestación del deseo que no corresponda a la lógica heterosexual.

Y, ¿qué sucede cuando una persona es expuesta desde su más tierna infancia a cierta idea? La hace suya, la adopta o, dicho de otra manera, se deja colonizar por ella. En estas circunstancias, la homofobia se convierte en un valor implícito, que genera reacciones inmediatas, automáticas y que aparecen como instintivas (Castañeda, 1999). La homofobia internalizada surge y se manifiesta de diferentes maneras en todo el ciclo vital, ya que esta internalización consiste en asumir que la homosexualidad es resultado de una limitación, un trastorno, un defecto o una deficiencia. Sin embargo la homofobia como discurso de odio aprendido se convierte en material con el cual lxs terapeutas podemos trabajar desde un lugar donde se politice la experiencia del consultante, empezando por nombrar lo que socialmente ha aprendido e internalizado como verdad incuestionable. Esto lo relata una terapeuta colega con la cual pude conversar sobre el tema:

Para empezar, lo nombro: “lo que estás haciendo contigo misma..., a eso se le llama homofobia”. Trabajamos mucho en cuestionar la asimilación de [la persona] a la mirada cultural. Si hay una vivencia de sentirse anormal, es porque se tiene internalizada la mirada social referente a la homosexualidad. Obviamente también este es un mensaje que yo transmito, una postura, no hay manera de que no haya una postura. ¿Neutralidad? No existe [...] Y es que la terapia puede ser un elemento tremendamente dañino y iatrogénico porque incide, porque se mete, como bisturí (Elisabeth, 2012).

Esta conversación me invitó a pensar que uno de los efectos de la violencia homófoba son los mecanismos de mistificación (Laing, 1974), a través de los cuales las personas podemos perder la posibilidad de mirarnos a nosotras mismas porque adoptamos la mirada descalificadora proveniente de otrxs, que nos dotan de lentes distor-

sionados por los prejuicios propios de la cultura donde crecimos. Para evitarlo se hace indispensable nombrar ese odio como un mito o una mistificación, una falsedad, una idea dominante y enemiga que se puede exorcizar. La terapia puede ser un instrumento profundamente útil si logra trascender los juicios frente a la diversidad sexual y trabajar con la persona que consulta en la deconstrucción de las ideas que son dañinas. En otra conversación un colega terapeuta me compartió la siguiente reflexión:

He trabajado con varias [personas homosexuales] en términos de resignificar la experiencia y externalizar la homofobia. Les he invitado a posicionarse con relación a eso. No abro un espacio para que el discurso de la homofobia entre, pero si no trabajas desde una postura politizada, puedes abrir ese espacio (Antonio, 2012).

Lo que expresa Antonio sobre la importancia de posicionarse en relación con la homofobia, primero identificándola como algo que viene del exterior para luego poder reposicionarla fuera, me invita a preguntarme sobre todas las maneras en que esto puede hacerse en el día a día del trabajo con otrxs. El ejercicio de describir la forma que toma la homofobia en cada caso, su silueta, su color, olor o tamaño, la posibilidad de trabajar en equipo para dotarla de una identidad independiente de la persona y ubicarla fuera del cuerpo de quien consulta. Si lo logramos, una vez fuera, es posible mirarla con distancia, ponerle un nombre, construirla como una entidad aparte y situarse frente a ella: hablarle, escribirle una carta, negociar, preguntarle cosas y al final tal vez, despedirla (White, 2012).

Algúnxs de lxs terapeutas entrevistadxs han trabajado en la externalización de la homofobia de distintas maneras. Por ejemplo, en una de las conversaciones esto fue lo dicho:

Esta mañana tuvimos una conversación en la que deconstruimos historias dominantes y una de las participantes dijo que quería trabajar sobre [el tema de] que su hermano era homosexual y eso la tenía “encabronadísima” y “muy decepcionada”. Fue muy interesante porque [...] le pregunté ¿qué valoraba de la relación con su hermano? Le pedí que me contara historias de cuando estaban creciendo, si hubo momentos en los que su hermano fue un apoyo importante para ella, y ¡¡hubo muchos!! Después busqué ¿qué ideas intervinieron y con qué se podía relacionar con su hermano ahorita? ¿Qué efectos tenían esas ideas en la relación con él?, ¿en su vida? ¿Qué efectos creía que estas ideas tuvieron en la vida del hermano? Le pregunté si estaba de acuerdo con esas ideas. Ella estaba en un discurso muy influido por lo católico, entonces le pregunté ¿qué valoraba de la religión? Y resulto ser “el amor”. Le pregunté ¿si el amor estuviera presente en la relación que tienes con tu hermano, qué te vería hacer diferente? ¿Crees que te gustaría influir tu relación desde el amor? ¿Estas de acuerdo con los efectos que estas ideas están teniendo en la relación con tu hermano, en cómo afectan la relación? Entonces ella al final decía: [...] “¡Yo al que quiero es a mi hermano!” (Antonio, 2012).

Lo que lxs terapeutas podemos facilitar es, me parece, un contexto donde quien consulta se pueda posicionar, en este caso frente al discurso homofóbico, venga de donde venga. He pensado, independientemente de los ejemplos concretos, sobre lo que han hecho con éxito algunxs colegas, lo fundamental es comprender la epistemología que sustenta la intervención que no “deja entrar el discurso de la homofobia al trabajo con el otrx”, reflexionar acerca de la importancia de separar a la persona del diagnóstico que patologiza y trabajar con él/ella en una “puesta en escena” donde participe activamente en el proceso de “exorcismo” de su homofobia. Él/ella es

el/la expertx en darle vida o quitársela. Una vez asumida esta meta terapéutica, la dotación de posibles preguntas, ejercicios o intervenciones puede ser infinita, tan diversa y creativa como lxs terapeutas que la pongamos en acción: es posible comenzar por indagar las estrategias, técnicas, engaños, trucos y trampas a los que la homofobia ha recurrido para entrar tanto en nuestra cabeza como en nuestras comunidades, las herramientas particulares que ha usado para interponerse y descalificar nuestras relaciones afectivas, la influencia de la homofobia en las distintas áreas de nuestra vida, además de los propósitos que guían sus intentos por dominarnos, los sueños, intenciones y esperanzas que la homofobia tiene para la vida de cada unx de nosotrxs (Díaz, 2012).

Esta manera de abordarlo fue útil para Francisco, uno de los hombres gay con quien conversé sobre su proceso terapéutico:

Cuando uno se descubre diferente y no aceptado, con quien primero se enoja, pelea y, en el mejor de los casos negocia, es con uno mismo. Así me pasó a mí: fui y he sido víctima de mis propios prejuicios. Pero mi salida pública del clóset comenzó cuando, a partir de mi terapia, inicié el escrito de una obra de teatro donde decidí hablar de mis voces más homofóbicas, y así nació “X” un simpático macho norteño y “Y”, un niño muuuuy católico ¡aterrado por el pecado y la culpa! Esta puesta en escena tiene como característica principal el hecho de que hablo de mí desde lo más profundo posible, pero como si fuera otro y en tono de comedia. En mi terapia construí un guión para montarlo. Así he aprendido a reírme mucho más de mí y, a través de ello, he ido sanando mi alma y mi intelecto (Francisco, 2012).

La experiencia que generosamente compartió Francisco me llevó a pensar en la metáfora de *la puesta en escena*; “poner afuera” las

voces internas que generan daño puede funcionar. No sólo en este caso en el que él era actor profesional, sino en todos los casos en que la homofobia internalizada ha generado mucho daño.

Pensando la despedida

La normalidad es la mentira contemporánea más eficiente. Nadie es normal. Son vitales los espacios donde se pueda celebrar la diversidad que es nuestra contribución a la familia humana.

Antonio

Siempre hay prácticas que asumen con toda contundencia que la psicología es política y que lo que se hace en el consultorio tiene implicaciones que trascienden lo que sucede en la sesión individual con el/la consultante porque tienen un efecto en la vida social: pueden reproducir los discursos de odio o bien trabajar para desmenuzarlos en pro de la salud de las personas y la transformación de la sociedad.

Este escrito me ha llevado a pensar en la necesidad de que lxs terapeutas desplacemos la mirada de lo técnico a lo sociocultural; es decir, de las estrategias concretas a los significados éticos, los contextos y las relaciones de poder que nos someten o esclavizan como colectivos. En el caso de las personas que somos homosexuales, esto implicaría que el trabajo terapéutico se centrara en deconstruir (White, 2002) las ideas dominantes que han penetrado en nuestras mentes y en nuestros cuerpos; nos permite que como terapeutas podamos acompañar a mirar de frente con lxs consultantes los sistemas de creencias sustentados en la descalificación (Díaz, 2012), porque siempre hay uno o varios espacios en los cuales no pueden colonizar del todo la voluntad de las personas que hemos aprendido a resistir.

BIBLIOGRAFÍA

- FRANCISCO (comunicación personal, No.1 en mayo del 2012).
- ANTONIO (comunicación personal No. 1 en junio del 2012).
- ELIZABETH (comunicación personal No. 1 en abril del 2012).
- AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS (febrero, 2002). "Coparent or Second-Parent Adoption by Same- Sex Parents". *Pediatrics*, 109 (2), 339-340. Disponible en <http://aappolicy.aappublications.org/cgi/content/full/pediatrics%3b109/2/339> (consultada el 4 de septiembre de 2013).
- AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (1998). *Resolution on a Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation* (53), 934-935. Disponible en www.apa.org/pi/lgbt/resources/sexual-orientation.aspx (consultada el 16 de agosto 2012).
- ARELLANO, O. L.; ESCUDERO, J. C. Y CARMONA, L. D. (2008). "Las determinantes sociales de la salud. Una perspectiva desde el Taller Latinoamericano de Determinantes Sociales de la Salud". *Medicina Social*, 3, 323-335.
- BUBLARZ, T. Y STACEY, J. (2010). "How Does the Gender of Parents Matter?" *Journal of Marriage and Family* (72), 3-22.
- CASTAÑEDA, M. (1999). *La experiencia homosexual*. México: Paidós.
- FOUCAULT, M. (1977). "La crisis de la medicina o la crisis de la antimedicina. Medicina social". Río de Janeiro: Instituto de Medicina Social/ Centro Biomédico-Universidad Estatal de Rio de Janeiro, 152-170.
- GINSBERG, E. (1990). *Normalidad, conflicto psíquico, control social. Sociedad, salud y enfermedad mental*. (2ª ed.). México: Plaza y Valdes.
- GOLOMBOK, S. ET AL. (2003). "Children with Lesbian Parents: a Community Study". *Developmental Psychology* (39), 20-33.

- LAMAS, M. (2005). "Orientación sexual, familia y democracia". *Letra S. La Jornada*. Recuperado en <http://www.lettraese.org.mx/documentosdiversidad.htm> (consultada el 5 de diciembre del 2012).
- LAU, C. (2012). "The Stability of Same-Sex Cohabitation, Different Sex Cohabitation, and Marriage". *Journal of Marriage and Family* (74), 973-988.
- LEWIS, R. J. (2006). "Stigma Consciousness, Social Constraints and Lesbian Well-Being". *American Psychological Association* 53: 48-56.
- PARKER, I. (2007). *La psicología como ideología*. Madrid: Catarata.
- SHULMAN, J. L., GOTTA, G. Y GREEN, R.-J. (2011). "Will Marriage Matter? Effects of Marriage Anticipated by Same-Sex Couples". *Journal of Family Issues*, 33 (2), 158-181.
- VYNCKLE, J. D. Y JULIEN, D. (2007). "Social Support, Coming Out, and Adjustment of Lesbian Mothers in Canada and France: An Exploratory" Study. *Journal of GLBT Family Studies*, 3 (4), 397-424.
- WHITE, M. (2002). *El enfoque narrativo en las experiencias de los terapeutas*. Barcelona: Gedisa.

Cambiando de territorio

MI CAMINAR POR LAS PRÁCTICAS NARRATIVAS Y EL ABUSO SEXUAL

Marta Rivera

Recibo a Magdalena con su hija Daniela de quince años. Los datos de trabajo social dicen: “Magdalena acude al centro angustiada por la situación que ocurre con su hija. Apenas ayer se enteró de que violaron sexualmente a Daniela en dos ocasiones. La primera fue en el mes de febrero, la segunda la hija afirmó que había sido tres días atrás. Daniela platicó que la primera vez fue una sola persona, en la segunda fueron dos los agresores. Daniela está muy asustada, no quiere salir a ninguna parte sin su mamá y comenta que la primera vez no le dijo nada por vergüenza. Además, Magdalena sabe que hay otras personas que la están molestando pero no está segura de quienes son pues su hija no se lo dice”.

Las veo cinco días después, las hago pasar a las dos. Le comento a Daniela que imagino que ha platicado mucho el problema y dice que sí, le propongo la posibilidad de hacerlo pero desde otro ángulo, del que suelo hacerlo con quien pasa por situaciones semejantes a la de ella y que si no le sirve, me lo diga. Le consulto si puedo anotar lo que conversamos porque eso ha sido útil a otras personas anteriormente. Asiente. Conversamos y anoto.

Me dirijo a la mamá y le pregunto cómo es que se enteró, responde que Daniela se le dijo. Miro a Daniela y le pregunto: ¿Fue fácil o difícil decírselo a tu mamá?

Daniela responde, “fue difícil para mí decirle a mamá”.

Le pregunto por qué le fue difícil y me responde que no quería preocupar a su mamá porque tiene otros problemas. Conversamos unos minutos y le hice varias preguntas. Una pregunta que suelo hacer es: ¿qué hiciste cuando eso pasó? A la que los consultantes suelen responder que nada. Recordando lo que Michel White (2006) dice acerca de que nadie es un recipiente pasivo de la experiencia traumática, les comento: “¿Nada? ¿Obedeciste o te quedaste callada?” Y entonces asienten o me explican un poco más.

Anoté las respuestas de Daniela, generando el siguiente documento, con una versión original que es para ella y una copia que resguardo:

1. Fue difícil para mí decirle a mamá porque no quería lastimarla, porque tiene otros problemas.
2. Fui muy fuerte, por atreverme a decírselo a mi mamá; tuve seguridad y fui valiente.
3. Descubrí esto hace tres años... y antes yo ya lo sabía.
4. Mamá me creyó, lo que implica que nos tenemos confianza.
5. Sí sé que no tengo la culpa porque me doy a respetar.
6. Cuando pasó todo yo:
 - Moví los brazos
 - Moví la cabeza
 - Traté de ver dónde estaba

} Hice algo aunque no funcionó

(Esto con intenciones de quitarlos, poder denunciar... esto tiene que ver con) lo que es importante para mí: mi vida.
7. Lo que pasó no me ensucia, los ensucia a él/ellos.
8. He sido capaz de reír, disfrutar novio/familia lo que indica que no estoy traumada de por vida.
9. Sé que mi cuerpo no es diferente = me quiero y me siento bien conmigo misma.

10. Mi cuerpo es hermosisisisisisisisisisisísimo nada lo afea¹.
11. Con mi cuerpo puedo ser cariñosa, disfruto la comida, la música, oler flores, tocar... bailar.
12. Para mí, mi vida, mi familia, novio, planes de estudio son importantes y la violencia no los destruye, ni tampoco al amor que les tengo.
13. Pienso que tengo una misión, una razón de estar aquí y eso me sostiene para salir adelante.
14. Haya pasado lo que sea, no me quita virginidad ni pureza² porque yo no me entregué, fue un arrebató.
15. Lo que pasó no = a tener relaciones sexuales porque no hubo amor, lo que pasó es maltrato/violación de mis derechos/cuerpo = abuso del poder (esto último lo dije yo como pregunta y ella asintió).
16. Mamá supo que yo soy valiente/fuerte y segura porque me tuvo que dejar sola cuando era niña.

Volví a verlas quince días después. Daniela no quiere denunciar para no repetir lo mismo. Magdalena se pregunta por qué ha pasado tantas veces y si es que los agresores pudieran ser conocidos. Daniela dice que no sabe quienes son. Magdalena sabe que no es culpa de su hija porque la conoce.

¹ Esta es tal cual mi idea, otras personas me han dicho que este comentario les ayuda y veo como sonrían cuando lo anoto. Usé esta idea durante mucho tiempo, ahora a veces les pregunto cómo se sienten con su cuerpo y si la respuesta es que no se sienten a gusto, les pregunto si es por lo que les pasó o por todas las ideas y dictados que hay sobre los cuerpos, y platicamos del tema si a ellas les parece necesario.

² El número 14 y 15 se refieren a los discursos dominantes en mi país de que las mujeres no valen si tienen relaciones sexuales antes de casarse y de que sólo pueden ejercer su sexualidad con amor. Al desmentir esas ideas, las personas le dan otro nombre a lo que vivieron que va más de acuerdo con su experiencia y continuar viviendo de acuerdo a sus preferencias

A Daniela la visitan la depresión, el enojo y la frustración, piensa que es por lo que pasó. Me dice que sus amigas la desprecian, les contó. Le duele porque para ella la amistad es muy importante. “Yo no defraudaría la confianza”, me dice.

Le pregunto qué pasa en su vida cuando la visita la depresión, el enojo y la frustración, me dice que recuerda lo que pasó cuando está con su novio, tiene pesadillas y el miedo ha aumentado. Grita a su mamá y a su novio cuando se enoja, y nada de esto le gusta, le pregunto por qué y me dice que para ella la justicia y el respeto son importantes. Dice que con el miedo te callas para que no se enteren, no quiere preocupar a su mamá. ¿Por qué, con qué tiene que ver esto? Ella me contesta que con el amor. Le pregunto cómo le hace, qué le ayuda y me cuenta que la música le ayuda para todo, le gusta escuchar baladas y canciones calmadas.

Le pregunto qué piensa de que el miedo la visite y dónde la visita, y me cuenta que en su cuarto y en su relación de pareja, agrega que no se vale. “No me voy a dejar que invada mi noviazgo”, su novio es demasiado comprensivo, me cuenta.

Vemos que a pesar de los efectos, Daniela está logrando superarlo lentamente, y está decidida a ser quien era antes. Tiene apoyos.

Quince días después Daniela me cuenta que los recuerdos, pesadillas y miedos no sólo han disminuido sino que han desaparecido. Volvió a la música. Había dejado el canto y lo retomó. Le pregunté desde cuando cantaba y me dice que a los diez años la “aventaron”, fue su papá y así fue como descubrió que era buena. Canta con Karaoke donde la invitan. También desapareció el miedo en su relación.

Le pregunto si está lista para graduarse y me dice que sí. Escoge una foto con flores y escribimos en la parte de atrás:

FELICIDADES POR TU GRADUACIÓN

ANTES VENÍA

AHORA

Miedo	Sin miedo
Triste	Alegre
Angustiada	Segura
Enojada	Tranquila

Este documento y estas personas somos testigos de cómo Daniela está ahora.

Firmado por Magdalena y Marta Rivera.

Al final de la conversación con Daniela, Magdalena me pide una cita para ella. En realidad quería hablar conmigo a solas porque tenía dudas. Una psicóloga escolar a quien le contaron lo que pasó, le decía que Daniela necesitaba mas tiempo en terapia dado lo que había vivido. Yo le pregunto cómo ve a su hija, y ella me responde que bien, segura, haciendo sus actividades, planeando continuar con sus estudios, hay más confianza entre ellas, Daniela le platica de su relación con el novio. Le comento lo difundidas, que están las ideas de que ante una violación la persona queda traumada de por vida y cómo cuando se le da voz a lo que la persona hizo y porqué lo hizo y deconstruimos estas ideas las personas se sienten mejor, como su hija. Sólo quiso aclarar las dudas, la graduación siguió vigente.

Un poco de historia

Trabajo desde 1996 en una institución del gobierno estatal del norte de México (con mucho menos recursos de los que cuentan otras instituciones pertenecientes la gobierno federal), donde los números

y los formatos parecen ser más importantes que las personas. La cantidad de las personas que solicitan el servicio es muy alta y no hay mucho personal. La consulta cuesta \$48.00 pesos mexicanos o \$3.00 dólares. Trabajo siete horas de lunes a viernes, y en una ocasión me informaron que mis metas eran 8.3 personas diarias. Yo me he defendido y cito 6, me tomo una hora con cada una o un poco menos... o más, si sé que la siguiente aún no llega y si fuera necesario. Existe la sugerencia de citar a dos personas por hora por si una no viene, a lo que me he resistido porque si fuera así, no alcanzaría a ver ni treinta minutos a cada una. He defendido calidad por cantidad, y creo que me ayuda el ser médica y el hecho de ser la que tiene más antigüedad, no sin algunas discusiones. Es una institución donde trabajamos con mujeres que han vivido violencia, y yo me encargo de las mujeres que han vivido violencia sexual: abuso sexual, acosos, secuestros y/o violaciones; mujeres que toman medicamentos, madres a quienes sus hijos e hijas confiesan una preferencia sexual diferente. Actualmente tenemos una oleada de violencia y los abusos sexuales se mezclan con secuestros y robo armado. Esta situación ya tiene algunos años.

Soy médica, me contrataron como tal, pero también soy psicóloga y eso es lo que más se necesita en esa institución, es el trabajo que hago. Mi departamento es “médico” y eso ha permitido que me escape de ciertos formatos que se le exigen al departamento de psicología y tenga libertad para trabajar con las ideas de la terapia narrativa.

Mi madre y mi abuelo materno tenían la idea de que las personas importamos por ser personas, no por sus títulos. Cuando estudié medicina tuve un maestro que sabía mucho, no sólo medicina, era un hombre muy sencillo y le gustaba compartir su experiencia con nosotrxs y con sus pacientes era amable, compasivo, juguetón y respetuoso. Les explicaba para que les quedara claro y eso lo vol-

vía cercano, no distante. De él aprendí. Mucho de cómo soy, tiene que ver con él, con mi madre y con mi abuelo. Lo que me ha llevado a entender que somos por nuestras relaciones, las relaciones son formadoras.

Esto es importante porque con el transcurrir del tiempo he ido teniendo más claro lo de las relaciones de poder. Cuando leí a Alice Morgan (2000) lo capté mejor. Soy güera³, y se que eso influye en mi país. Soy mexicana y vivo en el norte. Tenemos mucha influencia norteamericana para algunas cosas pero aún falta mucho en cuestiones de género, las mujeres batallamos para que haya equidad en muchas cosas. Soy médica y ya sabemos el peso que tiene esta profesión, es decir, es ser consideradx casi dioses... Michael White ha insistido en muchos de sus artículos en cómo el poder es algo real en nuestro trabajo, y no voy a negar que mi profesión y mi aspecto influyan. En la medida que voy entendiendo lo importante de esto, he ido cambiando. Desde que trabajo en este lugar no utilizo bata, me visto sin uniforme y de manera casual. De la Doctora Rivera he pasado a ser Marta para las personas que me consultan, hago énfasis con ellas y les digo: “comento esto como la opinión de cualquier mujer, no crea que por ser doctora o psicóloga lo sé todo, usted sabe más de su vida y de otras cosas que yo y sí, tal vez sé otras que usted no, pero eso pasa con todas las personas”. En la tarjeta de citas pongo Marta. Y si me dicen algo así como “¿usted es la doctora?”, les comento: “¿y usted la intendente/enfermera/señora González? Si yo le digo María, yo soy Marta”. Y sobre la marcha les voy preguntando si ayuda o no lo que conversamos, o al final de la sesión les digo que si yo me voy por un lado o les echo un “rollo” que no les ayuda, por favor me digan algo así como: “yo de lo que quiero hablar es de esto otro”, porque a veces me voy pensando

³ Güera en México significa una mujer de piel, ojos y cabello claros.

que tal conversación puede ayudar y puede no ser útil. Estoy aquí para atenderlas en lo que a las personas les interese y no en lo que yo crea. Sé que de todos modos influye, está presente el privilegio y el poder que tengo al ser la terapeuta. Creer que desaparece me volvería ciega y descuidada al respecto.

Aprendí muchas cosas sobre el abuso sexual y violaciones en 1993. Yo vivía en EE.UU. y en ese entonces todos hablaban de estos temas; a mí no me habían enseñado nada parecido ni en la licenciatura de psicología ni en la escuela de medicina, por desgracia en el presente, tampoco se le da importancia a nada que esté relacionado con la violencia que viven las mujeres, ni al enfoque de género. Lo que aprendí sobre el tema fue desde la perspectiva feminista que alivia a las mujeres de sentirse culpables por ser agredidas y coloca la responsabilidad en el agresor pero con todo el daño que podían hacer y muchos datos estadísticos (Curtois, 1988). Era muy común, en ese país, por ejemplo, que se hablara del diagnóstico de *border-line* o *límitrofe* como consecuencia de una experiencia de abuso y de cómo esas personas señaladas como “resistentes” mejoraban si se trabajaba el abuso que habían vivido, generalmente incestuosos. En México, en aquel entonces no se hacía esa relación. Luego me topé con las ideas de Yvonne Dolan (1991) que tenían un sentido más esperanzador y posteriormente, en 1997 descubrí la terapia narrativa con el primer libro de White y Epston (1990), recuerdo cómo me impactó la idea de separar a las personas del problema y lo que propone sobre el desbalance del poder y la importancia de darles voz a las personas para que manejen su vida de acuerdo a sus intenciones y lo que tiene significado para ellas.

Con la terapia narrativa aprendí más de género y leí un poco sobre el uso de los documentos, aunque ya no recuerdo cómo fue ni hace cuánto que empecé a usarlos, supongo que me pareció buena

idea, siempre he buscado qué puede serle útil y de ayuda para la persona que me consulta. Recientemente en un curso de terapia narrativa que ofreció Pranas, me quedó más clara la idea de la importancia de los documentos a partir un artículo de Epston y White (1994).

Al principio, cuando empecé a utilizar documentos con personas que habían vivido abuso sexual y/o violación, nada tenían que ver con la postura de reportero sugerida por Michael White (2007), en la que la terapeuta explora sin tomar postura como profesionista (la postura es privilegio de quien nos consulta). En mi práctica, ejercía mi poder como terapeuta al imponer mi voz, mi postura y mi manera de resolver ante el abuso, en lugar de darle la oportunidad a la persona de que hablara de los efectos y la postura que tenía ante lo que le había sucedido. A mí no me tocaba enfocarme a resolver el problema y era mi voz la que dominaba. De acuerdo a todo lo que había aprendido y con buenas intenciones lo ofrecí a las mujeres —y créanme, funcionaba muy bien—, las personas salían adelante muy rápido, en el sentido en que el problema ya no dominaba sus vidas de la misma manera. Yo les decía: “tú no tienes la culpa” o “lo que pasó no te ensucia” o “lo que pasó no trauma de por vida, me dices que has sido capaz de reír, de amar a tus hijos”, estas frases están basadas en lo que respondían a mis preguntas previas. Tenía buenas intenciones: deconstruir las ideas que dominan en mi país en relación a la violación o abuso sexual, pero era mi voz. Alguna vez me dijo Ítalo⁴: “a la terapia narrativa no le interesa la funcionalidad, todas las terapias funcionan. Le interesa que se escuche la voz de las personas y las relaciones de poder. A la narrativa le interesa que las personas tomen postura ante lo que les pasa y decidan cómo proceder de acuerdo a su forma preferida de vivir”.

⁴ En una entrevista por Skype (2013)

Ahora he aprendido que cada persona lo vive diferente y lo expresa diferente, por más que haya cosas parecidas no puedo generalizar. Y es diferente porque cada persona le da significado a su experiencia de manera muy personal. Y lo que hago es muy parecido, pero en vez de afirmar, pregunto. O comparto mi experiencia, por ejemplo: “algunas mujeres me dicen que se sienten culpables, ¿y tú?”, o “¿tú que piensas?”. “Algunas mujeres se sienten sucias, ¿tú qué piensas?” y registro lo que me contestan. Creo que es muy poderoso, que es válido y justo que la persona pueda hablar o reflexionar sobre su experiencia, independientemente de que yo le ofrezca ideas que también son válidas. Hacerlo como pregunta es... eso, darle voz. Y las personas que nos consultan tienen derecho a ser escuchadas y no a que se les impongan criterios, por muy buenos que estos sean.

También aprendí que las personas siempre hacen algo ante la experiencia traumática (White, 2006) ya sea algo para evitarlo, protegerse, minimizar el daño, preservar lo que es valioso para ellas y continuar su vida de acuerdo a sus valores, convicciones, sueños y esperanzas... y la gran diferencia que se genera en las personas cuando las invitamos a verlo, porque generalmente pasa desapercibido. Vi ejemplos de cómo utilizar esta idea (Ncube 2010; Yuen 2009). Así que también les pregunto: ¿Qué hiciste cuando eso sucedía? Generalmente me dicen que nada y entonces les pregunto: ¿te quedaste callada? ¿obedeciste? Y a veces asienten y ya, me dicen que lloraban o lo que pensaban. Entonces investigo: ¿y eso no es una forma de protegerte? Aunque la acción no tuviera un resultado, también investigo sus intenciones al respecto: ¿y por qué hiciste eso o qué intenciones tenías? Generalmente me comentan que tenían miedo de que les pegaran, de que resultara peor, querían salvar su vida, volver a ver a sus hijos... Y lo escribo.

Desde 1993 cuando empecé a trabajar con este tipo de problemas me convencí de que salen adelante porque las mujeres me lo han enseñado. Cuando les dejamos expresar lo que piensan (posición descentrada)⁵, cuando juntas deconstruimos/desmentimos las ideas que dominan (posición influyente), cuando estoy atenta a la doble escucha (White 2006, Yuen 2009), y sobre todo, por hacer visible lo que las personas hacen ante la experiencia, y al insistir en poner atención a los contextos. He visto resultados que contradicen las ideas dominantes, las mujeres salen adelante con su manera preferida de vivir. Y no “quedan traumatadas de por vida”. Y esta manera de trabajar me gusta mucho porque no es necesario que vuelvan a narrarlo todo, ya que haciéndolo se corre el riesgo de re-traumatizar (White 2006), e insisto, hacer visible lo que ellas hacen ante la experiencia es muy valioso.

Una vez que cuestionamos y deconstruimos las ideas y las escribimos, las mujeres salen adelante no se necesita mucho tiempo.

Con el tiempo voy entendiendo más esto: darle voz a las personas. Y mi manera de trabajar va cambiando, antes hacía las mismas preguntas en base a lo que yo sabía por lecturas y experiencias de otras mujeres, generalizaba; ya no, ahora indago en cómo puede llamar ella (la persona) a la experiencia, cómo le ha afectado o qué le ha hecho creer esta experiencia. Poco a poco voy entendiendo lo que Michael decía acerca de tener “curiosidad” sobre las historias que me cuentan, así como la idea de la posición descentrada e influyente. Voy entendiendo que el tener una curiosidad me abre oportunidades para preguntas de las cuales no sé la respuesta, y esto favorece que explore y conozca lo que es valioso e importante en la vida de las personas, lo que les da sentido y los guía en el actuar. Me gusta más así. Aún queda mucho por aprender.

⁵ Michael White (2002) habla de la postura terapéutica descentrada e influyente

BIBLIOGRAFÍA

- CURTOIS, C. (1988). *Healing the incest wound*. Nueva York: Norton & Company.
- DOLAN, Y. (1991). *Resolving Sexual Abuse: Solution focused therapy and Ericksonian hypnosis for adults survivors*. Nueva York: Norton & Company.
- EPSTON, D. Y WHITE M. (1994). “Asesorar al asesor: la documentación del conocimiento alternativo”. En *Guías para una Terapia Familiar sistémica*. Barcelona: Gedisa.
- MORGAN, A. (2000). *¿What is narrative therapy? An easy to read introduction*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- NCUBE N. (2010). “The Journey of Healing; using narrative therapy and map-making to respond to child abuse in South Africa”. En *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work* No. 1. Adelaide, Dulwich Centre Publications.
- WHITE, M Y EPSTON, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. Nueva York: W.W. Norton & Company, [trad. cast. *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós. 1993].
- WHITE, M. (2002). *Workshop notes, publicado en www.dulwichcentre.com.au*. [Notas de taller: <http://www.dulwichcentre.com.au/spanish-narrative-therapy-resources.html>].
- WHITE, M. (2006). Working with people who are suffering the consequences of multiple trauma: a narrative perspective. En *Trauma: Narrative responses to traumatic experience*. Edited by David Denborough. Adelaide, Dulwich Centre Publications.
- WHITE, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York: Norton. [trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016].

YUEN ANGEL (2009). "Less pain, more gain: Explorations of responses vs. effects when working with the consequences of trauma". En *Explorations: An E-journal of narrative Practice*. No. 1. www.dulwichcentre.com.au/e-journal.html En español: [Trad. *Menos dolor, más ganancia: exploraciones de las respuestas versus los efectos cuando se trabaja con las consecuencias del trauma*. Traducción de www.pranaschile.org por Carolina Letelier e Ítalo Latorre].

Proyecto MODIAJ

Rosa María De Prado González

De pronto un buen día llegó a casa. Se instaló en el salón principal y decidió ocupar el espacio en el que guardábamos sueños, esperanzas e ideas de bienestar. Sin preguntarme pretendió sacarlos para estar más cómoda pero la sorprendí y arrebaté de sus manos algunos de ellos

Día día diabetes (Diario personal, 2012)

Esta historia comenzó cuando recibí a la diabetes tipo 1¹ en mi vida hace veinticinco años: como experiencia previa había sido testiga de la experiencia de mi padre y de dos hermanos mayores. Mi tesis de investigación para obtener el grado de terapeuta familiar sistémica (*Descripción de las relaciones e interacciones en la familia del adolescente con diabetes tipo 1*,) contribuyó a tener un acercamiento a la experiencia de los padres y madres de adolescentes con esta enfermedad, lo que me ofreció una perspectiva más amplia. Pude volcar parte de este conocimiento al ser invitada a escribir artículos para una revista sobre diabetes (De Prado, 2009-2012).

¹ La diabetes tipo 1 es generalmente diagnosticada en la infancia o juventud. Es una condición crónica en la que el sistema inmunológico ataca al páncreas e impide la producción y asimilación de la insulina. El tratamiento requiere la aplicación diaria de insulina que no produce el cuerpo. Sólo el 10% las personas diagnosticadas con diabetes suelen tener la tipo 1.

Mi deseo de aportar algo que diera voz a las familias que viven con diabetes, me llevó a la posibilidad de diseñar un taller de doce sesiones como contexto para que las experiencias sobre el manejo de la diabetes pudieran circular entre l@s participantes. Apliqué en el diseño algunas aportaciones de la práctica narrativa y comunitaria y de la terapia médica familiar (Mc Daniel, Susan H; Hapworth, Jeri; Doherty y William J., 1992). El impulso final que contribuyó a materializar el proyecto fue el apoyo de una fundación interesada en la prevención de la diabetes. Fue así como nació, en 2010, este proyecto llamado: Manejo Óptimo de Diabetes para Adultos y Jóvenes (MODIAJ). Algunas de las reflexiones con l@s niños y jóvenes que viven con esta enfermedad originaron una experiencia de inclusión de la sabiduría tanto de ell@s como de sus padres y madres dentro de un programa de educación y prevención de complicaciones. La intención era contribuir a encontrar soluciones para prevenir algunas historias de desesperanza y discapacidad que suele traer la diabetes, especialmente en nuestros contextos mestizos latinoamericanos².

Pero tengamos precaución pues la diabetes no está muy contenta de que estas ideas se pongan por escrito, sabe que al hablar de ella deja de ser un misterio aterrador para muchos, que al ser conversada empieza a convertirse en alguien menos temible...

² El mestizaje y la predisposición genética han favorecido el aumento en el número de personas que padecen diabetes tipo 1, enfermedad propia de la infancia. En México, alrededor de 400 mil menores de quince años tienen esta alteración metabólica, por la cual vivirán de seis a ocho años menos con respecto a la esperanza de vida de los individuos sanos, aseguró Agustín Lara Esqueda, director del Programa del Adulto y el Anciano de la Secretaría de Salud (SSA).

En mi práctica y en mi vida he experimentado varias veces que problemas serios como la diabetes, no quieren ser conversados pues esta acción les quita el poder que tienen sobre nuestras vidas, así lo comentan David Epston y Michael White (1993), cuando David recuerda la frase de Michael Searle:

¿Es que el juego le es tan repugnante a un problema como el ajo lo es para un vampiro?, (Freemen y Epston, 2001).

Esto me llevó a preguntarme cómo invitar a conversaciones sobre diabetes que permitieran imaginar, reír, encontrar soluciones creativas y nuevos entendimientos sobre los efectos de este personaje en la vida de las personas. El primer paso para externalizar³ a la diabetes fue escribir un cuento que pudiera dar voz a las historias que me contaban las niñas, niños y jóvenes sobre su experiencia de recibir a la diabetes en la vida. Así nació Puk, un personaje pequeño, gracioso y a la vez temido por tratarse de un dragón que tiene la cualidad de ser “domesticable”. El hablar de la diabetes como algo aparte de la persona facilitó que se abriera para mí y para los niños y jóvenes del grupo, un espacio de conversación donde comúnmente esa voz de sabiduría como domesticadores de la diabetes es silenciada en la relación médico/paciente en la que suele privilegiarse el conocimiento “médico, experto y académico”. Comencé a pensar en la diabetes como ese personaje a domesticar. Aunque si bien la enfermedad es individual porque la manifestación de la diabetes es

³ Concepto introducido por Michael White y David Epston que propone hablar de los problemas como personajes distintos a quien los padece. En lugar de diabético, persona que vive con diabetes.

diferente para cada persona, las ideas para su domesticación pueden ser colectivas, compartidas y circular entre diversas personas.



Puk escucha las historias

Dicho proyecto ha significado un caminar de varios años que puedo resumir en tres pasos, con el fin de invitar a imaginar de qué manera las prácticas narrativas y comunitarias pueden ser utilizadas para abrir conversaciones de domesticación hacia la diabetes:

- ♦ Recolectando la experiencia de los padres y madres en la convivencia con la diabetes de sus hijos.
- ♦ Externalizando y conociendo a la diabetes de Ximena
- ♦ Prácticas narrativas informando al Proyecto MODIAJ.

Primer paso: Recolectando la experiencia de los padres y madres en la convivencia con la diabetes de sus hijos

Considero que toda posibilidad de abrir las puertas a una conversación colectiva, respetuosa e incluyente en la que se hable de lo que nos pasa cuando experimentamos alguna condición crónica como la diabetes, puede convertirse en una aportación que permite encontrar mejores caminos de bienestar físico y emocional. Al ser la diabetes una condición crónica que genera efectos dolorosos en

nosotras y nuestras familias, hablar de ella se convierte en un asunto muy difícil. El reto para mí fue asomarme a ese dolor con la curiosidad de indagar en cómo las personas habían sido resistentes para salir adelante.

Tuve la oportunidad de contactar a quince padres y madres de familia que tienen algún o alguna hij@ con diabetes entre los once y diecinueve años de edad. Una parte de los entrevistados viven en zonas rurales en Jalisco, en la zona del occidente de México, carecen de muchos servicios básicos y asisten a un hospital público sobrepoblado ubicado a varias horas de distancia de sus viviendas. La otra parte de los entrevistados viven en la Ciudad de México, tienen atención médica privada y cuentan con todos los servicios.

A continuación enumero algunos de los entendimientos que surgieron de la conversación con los padres y madres sobre distintos aspectos acerca del convivir con la diabetes de sus hij@s y presento viñetas breves de estas conversaciones⁴.

I

La experiencia de vulnerabilidad y desasosiego continuos cuando no se tiene el privilegio del acceso a la salud, atención y medicamentos por falta de un seguro médico privado o de recursos económicos. En el sector de salud pública, al que algunos acuden en México⁵,

⁴ He omitido los nombres a petición de l@s participantes, sin embargo tod@s han autorizado publicar sus respuestas de manera anónima con fines de investigación y aportación a lograr mayor claridad en los programas de diabetes.

⁵ Tenemos el Seguro Social que da acceso a médicos y medicamentos gratuitos a quienes están empleados, y el Seguro Popular en el que puede inscribirse toda persona que no tiene otra posibilidad de atención médica y que cubre atención medica básica como accidentes y citas médicas principalmente, no cubre medicamentos, en el caso de Diabetes tipo 1.

el acceso a citas médicas y medicamentos adecuados es restringido y escaso. Los padres buscan dobles turnos de trabajo y en ocasiones sacrifican incluso la dieta familiar para cubrir los costos del medicamento.

MAMÁ

Yo le digo a mi mamá (la abuela) que a mí se me hace muy difícil llevar todo como deber de ser, a mí la doctora me dice que... le tengo que hacer sus estudios⁶ al menos una vez cada día y su comida como debe de ser y su medicina, cosa que no se lo puedo dar, como debe de ser... y yo le digo: “mira hija, pues vamos a tratar de llevar en orden tu vida”, pero pues ya no tengo dinero y pienso, pues es que no llevarla pues también ella se descuida todita.

Como las tiras me cuestan 300 pesos y es una cajita por mes... además... la comida. Piden que se les dé en pedazos chicos pero carne tres veces al día.

II

Conocer el relato de dolor de los padres al recibir por primera vez la noticia del enorme y desconcido reto al que van a enfrentarse, me hizo plantearme la posibilidad de un espacio respetuoso entre pares para compartir y validar esa sensación de culpa, vergüenza, fracaso, dolor e incertidumbre, como un fondo oscuro en el que pudieran, al tiempo, tejerse relatos de éxito en el cuidado de sus hij@s, además de ideas, soluciones y esperanzas.

⁶ Se refiere a la revisión de la glucosa en el que se utilizan tiras reactivas que cuestan alrededor de \$1 dólar cada tira. Una persona con diabetes tipo 1 necesita chequearse al menos cinco veces al día para tener bien controlada la glucosa.

PAPÁ

Me acuerdo que eso me cayó como balde de agua fría, fue un shock el ver a la niña bajo ese término porque no comprendes todavía la patología ni comprendes la circunstancia hasta un poco después... Uno se preocupa más por la situación económica de que todo esté dentro de los términos normales... Uno como padre es más frío a lo mejor en ese momento.

MAMÁ

Lloré porque ves a tu hija picoteada y miles de exámenes, es horrible, pero de hecho cuando me dijo lo que tenía no le entendí. Me dijo glucomisuinina... o & % ¿qué es eso?... entonces me dijo: diabetes infantil. Y le dije: “no, mi hija no puede tener eso”, o sea, otra cosa, pero esa no. yo siento que la peor enfermedad en el mundo es diabetes. Yo me sentí culpable... Me dijo (la doctora): “la verdad es que no sabía yo esto y perdón, te exigí más de lo que podías pero, finalmente eres la mamá”.

III

El aislamiento, la incompreensión y el juicio por parte de la familia extensa los llevaba a experimentar una sensación de fracaso que era combatida y transformada en posibilidades de salir adelante, cuando padres y madres conocían a otros padres en esta misma situación. Esto me llevó a preguntarme si la propuesta de un taller con las familias podría facilitar que estas relaciones sucedieran, se preservaran y fortalecieran.

IV

Encontré en los relatos mucho desasosiego emocional que parecía resultar de la lucha entre lo que “debería de ser” y lo que “quisieran

ser”. Entre pensar que un@ hij@ “normal” es quien tiene ninguna enfermedad o que por culpa de la diabetes el/la hij@ no va a poder realizar sus sueños. La esperanza de que l@s hij@s tengan una vida disfrutable a pesar de la diabetes fortaleció ese deseo de aplicar las ideas de la terapia narrativa en un espacio en el que fueran los sueños y no el temor lo que guiara las conversaciones y aprendizajes sobre diabetes. Estas son algunas de las conversaciones que inspiraron ese deseo:

MAMÁ

A mí me gustaría que estudiara una carrera (universitaria) e hiciera mucho dinero porque eso es importante, te da mucha seguridad... Sí, que fuera autónoma. Sobre todo si tiene diabetes es muy importante que sea autónoma, o sea, que no dependa de nadie. Que ella sepa que sola puede, que no necesita que la cuiden, ella se puede cuidar, se me hace muy importante.

PAPÁ

Le dijimos que estudiara y ella dijo: “pero yo no entro” (a la escuela). Puede ser que si es cierto, pone un poco de pretexto por su vista, dice: “es que, mi vista no me sirve” y sí, si hemos notado que batalla (tiene complicaciones) con su vista. Pero aun así la animamos y de primero (le decimos) vamos a intentar la prepa abierta⁷ y sí, una carrerita cortita⁸, así igual”.

⁷ Prepa es al apócope conocido de la escuela preparatoria antes de la carrera universitaria.

⁸ Una carrera corta se refiere a estudios técnicos de menos tiempo.

V

Ideas que he escuchado como: “la diabetes es lo peor que puede pasarte”, “tu hijo tiene diabetes de la mala” o “tú tienes la culpa de que tu hija tenga diabetes por tu manera de alimentarla”, me llevó a reflexionar en cómo las historias o relatos que creamos de nosotras mismas tienen relación no sólo con la familia, sino también con las ideas culturales sobre nuestros roles y funciones en la sociedad y a preguntarme cómo es que aquellas pudieran deconstruirse en conversaciones entre pares.

Segundo paso: externalizando y conociendo a la diabetes de Ximena

La cultura genera relatos sobre diabetes en los que la voz de l@s jóvenes que la padecen suele estar ausente. Considero que el facilitar conversaciones más creativas, como la que presento a continuación con Ximena, podría contribuir a una co-construcción de nuevos relatos y significados sobre la diabetes. Como menciona Tom Strong, médico de la Universidad de Calgary:

El lenguaje que utilizamos para describir la experiencia organiza nuestros pensamientos y comportamientos en maneras que se vuelven parte del afrontamiento y pueden ser orientadas a construir mayores recursos para combatir el sufrimiento. Las conversaciones acerca de dolor y enfermedad están repletas de preocupaciones sobre legitimidad, dependencia, vergüenza y percepciones sobre los roles y funciones. A partir de la diferente manera de generar conversaciones, estas conversaciones sobre el dolor y la enfermedad pueden suceder sin tantas preocupaciones. (Strong , 1997).

Ximena⁹ es una chica que hoy tiene dieciocho años de edad, de los cuales ocho ha vivido con diabetes. Cuando tenía doce le hice una entrevista a la que respondió como si ella fuera la diabetes. Ximena desea que esta entrevista circule para compartir su experiencia y conocimiento.

ROSY: Diabetes, ¿cómo te podrías describir a ti misma?

XIMENA: Soy la diabetes y voy a estar en sus vidas por toda la eternidad. Tengo a mi hermano que es la diabetes tipo 2. A ellos no les impido nada realmente, pero depende de la insulina que se inyecten tienen que aprender a comer lo adecuado para estar bien. Tal vez se pongan tristes los primeros tiempos y luego se vayan acostumbrando y todo normal.

ROSY: ¿Qué crees que piensan de ti las personas con las que convives todos los días?

XIMENA: Al principio piensan que están preocupados, que no saben qué les va a pasar, que se pueden morir. Por ejemplo, si yo llego a un niño y su papá también tiene diabetes pues como que ya saben el rollo y casi no tienen problemas; pero qué tal si a él no le sirve la insulina que le recomendó el doctor y tienen que darle algo diferente de lo que se está inyectando su papá. Actúo de distinta manera en cada persona porque cada quién es diferente y único.

Pero si los papás no tienen diabetes, sí se ponen nerviosos porque no saben y se asustan.

Cuando ya me conocen muy bien, pues están más tranquilas porque ya saben qué hacer cuando aparezco.

⁹ Ximena puede ser contactada vía corre electrónico: xrc_jirafa@hotmail.com

ROSY: ¿Cómo crees que las personas que conviven contigo pueden tener más información? ¿Cómo la pueden encontrar?

XIMENA: Considero que la información sobre mí, puede estar en los médicos y los libros pero también en las personas porque aprenden a conocerse con el tiempo. No hay un libro que se llame “la diabetes de fulanito”. Los libros dicen lo básico pero tú te conoces porque tú tienes el control sobre mí. Los doctores también te dicen ideas y tienes que ver si esto te funciona.

La primera vez sobre todo, es importante escuchar muy bien lo que los doctores y los libros les dicen. Después los doctores preguntan cómo les va y qué les acomoda mejor, cómo se están llevando conmigo y algo así. ¡Ups, creo que te estoy dando demasiadas ideas para aprender a domesticarme!

ROSY: ¿Qué has observado que les pasa a los papás y las mamás cuando llegan a la vida de sus hij@s?

XIMENA: Depende. Si los papás y mamás tienen diabetes van a saber que el hijo o hija va a estar triste pero que va a ser un rato y luego se le va a pasar. Si no tienen diabetes se preocupan y van con los doctores y se ponen tristes y yo me pongo triste al verlos tristes por haber caído en sus vidas. A veces caigo porque soy hereditaria o porque los niños tienen malos hábitos y me aparezco, esto es a los que los doctores llaman “diabetes tipo 2”. Otras veces, cuando soy del “tipo 1” caigo porque se juntan varias cosas como la posibilidad de que los niños puedan tenerme en sus vidas (propensión a diabetes tipo 1) y algún virus que adquieren y que hace que el sistema inmunológico del niño o niña empiece a volverse loco y mate a las células Beta del páncreas, entonces hago mi entrada triunfal en la vida de esa personita.

Veo que a veces los papás se pelean por no ponerse de acuerdo en la manera de tratarme (cuando llego a la vida de sus hijas), pero no en muchos casos que he conocido, sólo en algunos. Creo que si se pelean tiene que ver con que desde antes tenían problemas entre ellos.

Cuando los papás me conocen más nos hacemos amigos y todos somos muy felices.

ROSY: ¿Cuáles son los pensamientos más difíciles con los que intentas convencer a las personas?

XIMENA: Pues un niño seguramente se siente triste y nunca sé bien cuánto tiempo se va a tardar en aceptarme. Las primeras veces hago que piensen en las preocupaciones: que tal si se muere, si se va a poder controlar, cuánto les va a costar. No saben qué hacer. Los niños y niñas creen que no van a poder tomar azúcar nunca más, pero no es totalmente cierto.

ROSY: ¿Alguien te invitó o cómo llegaste a la vida de esas personas? ¿Hay ocasiones en que las personas no quisieran que estuvieras presente y sin embargo te invitas sola?

XIMENA: Yo no me aparezco de golpe, aunque tampoco soy invitada nunca. Yo no hago travesuras con las personas, las personas hacen travesuras y no se previenen de lo que yo puedo hacer en sus vidas si no me domestican. Las primeras veces, cuando no me conocen, sí pueden estar preocupados de que pase algo.

Si las personas no me pelan¹⁰ pueden llegar a estar mucho tiempo en el hospital o pasar cosas muy feas... pero tal vez sólo si los papás no conocen bien qué hacer.

¹⁰ Pelar, en Mexico es hacer caso.

A veces, si es necesario, puedo llevarlos a que tengan una crisis para que reaccionen y se empiecen a cuidar mejor. Aunque no me inviten puedo aparecerme en momentos en los que se la están pasando muy bien y no se acuerdan de prevenir que yo les amargue la fiesta jejeje.

Así es como Ximena, otr@s niñ@s y sus padres se integraron a un sueño compartido de un espacio en el que la diabetes pudiera entenderse desde la mirada de un@ niñ@ o de un@ joven.

Nunca olvidaré las palabras de un niño de siete años: “antes me llamaba Pedro y ahora soy diabético. Antes me preguntaban cómo me iba en la escuela o si tenía amigos y ahora a mis papás sólo les interesa si estoy bien del azúcar o si me inyecté”.

A partir de conversaciones sobre las experiencias en casa, el temor y regaños de sus padres cuando las cifras de glucosa están elevadas, la vergüenza de inyectarse frente a l@s amig@s, la dificultad del conteo de carbohidratos y las ganas de seguir soñando surgió el Proyecto MODIAJ. Como una contribución para generar un balance más justo de relatos de vida para los niños, niñas y jóvenes con diabetes.



Tercer paso: prácticas narrativas informando al proyecto MODIAJ

La evidente transformación en mi vida personal y mi práctica terapéutica, como consecuencia de haber adoptado las ideas de la

terapia narrativa y comunitaria, me llevó a preguntarme como es que estas prácticas pueden informar al proyecto MODIAJ.

¿Quién pudiera ser la mejor mensajera?

Una promotora (Latino Health Access; Visión y Compromiso; Esperanza Community Housing Corporation, 2011), es decir, alguien con experiencia personal o familiar de convivencia con la diabetes, que tenga una trayectoria de apoyo a otros y a quien pudiera entrenarse en el conocimiento técnico sobre diabetes para dar el taller. Es así como el acompañamiento emocional y aprendizaje sucede a través de promotoras cuya tarea es prevenir en colaboración con la familia; dar información, cooperación y apoyo a la familia para junt@s encontrar las estrategias necesarias que permitan salir de las crisis o adecuarse a la diabetes y tener siempre en mente lo que la persona considera como adecuado y deseable para sí en términos de acciones o pasos futuros.

¿Qué modelo de aprendizaje podría incluir las voces de los niños, niñas y jóvenes?

A partir de la conexión de las prácticas narrativas con la pedagogía constructivista e ideas de Vigotsky (Vigotsky, 1995), elegí este modelo para apoyar en el taller la creación de nuevos relatos y descripciones más ricas y densas que pudieran conectarse con lo valorado por la persona. Esto se traduce en sesiones dentro del taller que se desarrollan en momentos como: Lo que ya conozco; lo que hoy voy a aprender; practiquemos lo aprendido; conversemos lo que sentimos (donde se ubican las preguntas de la práctica narrativa) y el momento final es para aprender técnicas de relajación que ayuden a controlar el estrés que resulta de convivir con una condición crónica como la diabetes.

¿De qué manera puede un promotor MODIAJ aplicar las prácticas narrativas en el taller?

A partir de reflexionar cómo la vida es multihistoriada y multinarrada. El promotor o promotora es entrenad@ para identificar pequeños rastros de una nueva historia sobre cómo la persona ha sido capaz de rescatar su vida de la influencia total de la diabetes. Buscamos entrenar una manera de escuchar con curiosidad y respeto, sin aconsejar como haría “la comadre”, sino con capacidad y responsabilidad de hacer conversaciones “extraordinarias” que puedan abrir posibilidades.

Algunas de las preguntas en el grupo de l@s niñ@s y jóvenes que favorecen estas conversaciones suelen ser:

- ♦ ¿Ha habido alguna ocasión en la que la diabetes haya querido convencerte de que no te inyectaras y tú no le hiciste caso?
- ♦ ¿Cuándo fue?
- ♦ ¿Qué ideas te ayudaron a no hacerle caso?
- ♦ ¿Cómo te sentiste al darte cuenta de que no le habías hecho caso?
- ♦ ¿Qué pensaste de ti misma?
- ♦ ¿Existe algún lugar en el que sientas que la diabetes no está tan cerquita?
- ♦ ¿Cuál es?
- ♦ ¿Hay alguna persona de tu familia o amig@s que te ayude a dejar la angustia por tu diabetes a un lado aunque sea por un momento?
- ♦ ¿Quién?
- ♦ ¿Cómo crees que lo consigue?

Algunas de las preguntas que utilizamos para lograr que los padres y madres encuentren diferentes significados de la experiencia son:

- ♦ ¿Qué ha pasado en su vida desde que llegó la diabetes?
- ♦ ¿De qué manera la diabetes afecta sus relaciones con la familia, amig@s, trabajo?
- ♦ ¿Qué pensamientos o acciones tuyas hacen crecer o engordar a la diabetes?
- ♦ ¿Cuáles le quitan poder?
- ♦ ¿En qué momentos de la vida la diabetes ha querido afectarle y qué cosas ha podido hacer para mantenerse al margen?

¿Cuál es la conexión con las prácticas de reintegración de la terapia narrativa y comunitaria?

En la vivencia de diabetes, la experiencia de soledad y aislamiento está muy presente, pues es difícil que una familia encuentre a otra con el mismo problema en su vecindario o escuela. En MODIAJ los grupos de padres, jóvenes, niños y niñas se convierten en “comunidades de elección” desde el principio y este es uno de los principales motivadores para la asistencia y participación.

Testimonios de esperanza en el vivir con diabetes

Deseo finalizar esta historia con el relato de Irma y el de Sam¹¹ sobre lo que la experiencia de participar en el taller MODIAJ significó para sus vidas.

Irma es una de las madres que asistió al proyecto con Itzel, de diez años, que además de la diabetes vivía una situación de violencia familiar y abuso en la escuela, nos comparte su testimonio:

El proyecto ha cambiado mi vida porque desde el momento que he venido al programa mi niña ya sabe inyectarse sola, ha sabido convivir

¹¹ Irma, Sam e Itzel han autorizado el uso de sus nombres y la distribución de su testimonio

con otr@s niñ@s, ya habla un poquito más porque era muy callada. Ya quiere ir a la escuela, antes no lo quería hacer y si ha habido bastantes cambios tanto en mi persona como en mi niña. Sí, porque dice que se siempre se sentía mal, le dolía la cabeza, sus compañer@s se burlaban porque llevaba su glucómetro, decían que parecía zombie, todo eso tenía que ver en la escuela. Ella ya no se deja, dice: “mi enfermedad no se pega, puede tenerla cualquiera de mis compañer@s, no es una cosa por la que me voy a morir mañana. Simplemente estoy enferma pero puedo jugar, estudiar, reír, llorar, puedo hacer todo”.

A mí me ha servido en que ya no estoy sobre ella como lo hacía antes. Antes no dormía, no quería salirme de la escuela porque pensaba: no vaya a pasarle algo... ahora ella está haciendo su vida y yo estoy haciendo la mía.

(En las sesiones) Cada quien platica sus historias sobre cómo le pasó y todo, y parece que tenemos distintas situaciones, pero sí nos parecemos en algo y sí cambiamos en bastantes cosas.

Sam, de dieciséis años nos comparte varias de las cosas que cambiaron en su vida a partir de participar en el taller MODIAJ:

Soy Samanta, tengo dieciséis años y casi once de ellos viviendo con diabetes tipo 1. Este proyecto ha cambiado mi vida en numerosas formas. Antes de esto ya había cambiado una parte de mi vida por otra parte, otro proyecto. Principalmente venir aquí, no tanto buscando estar con más gente que tiene diabetes sino (no es que te olvides), que las preocupaciones, todo en torno a la diabetes, se van a ir. El hecho de que te aceptes a ti misma. Antes me costaba aceptarme porque decía “soy diabética” y ahora esto que nos dan, esta forma de decir: “yo soy Samanta y la diabetes es otra cosa”, la verdad es que hace que me acepte yo y que acepte la diabetes tal como es y tal como soy

yo, porque eso no pasaba antes. Con mi mamá también ha cambiado mucho la relación, demasiado, y en una muy buena forma. No puedo expresar lo bien que me siento de venir aquí y cómo me ha ayudado. Me gusta mucho venir, cada semana estoy esperando el martes. Mi mamá sabe que me gusta mucho venir sobre todo porque aprendes cosas, pero no es así como en la escuela, aprendes cosas y lo aplicas —que es lo mejor—, no te quedas con los brazos cruzados, de verdad lo aplicas; personalmente yo lo aplico. Si ha cambiado mi vida, pero más que nada mi vida con diabetes ha cambiado bastante.

La experiencia de este proyecto despertó mi curiosidad en las particularidades del trabajo comunitario y actualmente en mi labor como entrenadora de promotores en Latino Health Access¹² he aprendido que caminar desde la comunidad implica acercarse poco a poco y con mucho respeto para observar, comprender y acompañar lo que decida el colectivo, reconociendo siempre que todos podemos aportar algo.

En comunidad de pares con distintas situaciones socioeconómicas dentro del proyecto MODIAJ, hemos aprendido también que trabajar de manera solidaria contribuye a que los terrenos se vayan emparejando al darnos un@s a otr@s la posibilidad de atención y medicamento que permita seguir tejiendo esperanza.

¹² Agencia sin fines de lucro ubicada en Santa Ana, California cuyo objetivo es la generación de programas con la comunidad, especialmente para personas que no cuentan con servicio médico o están en situaciones de riesgo. www.latinohhealthaccess.org.

BIBLIOGRAFIA

- DE PRADO, R. M. (2009). *Se buscan domesticadores de Modiaj. Cuento*. Mexico, DF: La Luna de Teodoro.
- DE PRADO, R. M. (Junio de 2010). “Descripción de las Relaciones e Interacciones en la Familia del Adolescente con Diabetes tipo 1”. Tesis *para obtener el de grado de MTES*. Guadalajara, Jalisco, Mexico: UNIVA.
- DE PRADO, R. M. (2011). *Se buscan domesticadores de Modiaj. Manual de trabajo para jóvenes*. Ciudad de México: Editorial de Impresos y Revistas.
- DE PRADO, R. M. (2012). *Día a día diabetes*. Ciudad de México: Visión e Impresión.
- FREEMEN, J.; EPSTON, D. (2001). *Terapia narrativa para niños*. Barcelona: Paidós.
- JOSE, N. G. (2004). *Enfermedad y familia: Manual de intervención psicosocial*. Barcelona: Paidós.
- LATINO HEALTH ACCES; VISIÓN Y COMPROMISO; ESPERANZA COMMUNITY HOUSING CORPORATION (29 de Marzo de 2011). *Promotor Model: A Model for Building Healthy Communities*. Santa Ana, California, Visión y Compromiso.
- MC DANIEL, S.; HAPWORTH, J.; DOHERTY; WILLIAM J. (1992). *Medical Family Therapy, a biopsychosocial Approach to families with Health Problems*. New York: Basic Books.
- STRONG, T. (1997). Conversations about conversations on chronic pain and illness. Some assumptions and questions for a one-day workshop. *Gecko*, 48-49.
- VIGOTSKY, L. (1995). *Pensamiento y lenguaje*. Buenos Aires: Ediciones Fausto.
- WHITE, M; EPSTON, D. (1990) *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton. (trad. cast. *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós. 1993).

Darle tiempo al tiempo

Alfonso Díaz Smith

“Hay un susto que está afectando nuestras comunidades”, escuché a doña Eréndira¹ decirme por teléfono. Me había marcado por esto mismo, para invitarme a tener una conversación con representantes de un grupo indígena en el centro del país.

Semanas después, llegué a su comunidad. Me reuní con Eréndira y su equipo, y me enteré que debido a algunos cambios, tendría solamente cinco horas de la mañana siguiente para estar con ellxs. Hablamos sobre cómo usar este tiempo de la mejor manera y lo que esperaban como resultado de mi participación.

A la mañana siguiente me reuní con varias personas de la comunidad y empezamos a trabajar. Aunque este encuentro sucedió hace más de cinco años, recuerdo con detalle mi experiencia de la plática: como el hilo tenso de un papalote en vuelo, el tiempo se sentía denso, prendido, rico. Se dijeron, hicieron y movieron muchas cosas. Hablamos sobre las formas en que operaba el susto: como coyote inteligente, que engaña, mete orgullos y envidias, divide y debilita al grupo; sobre las habilidades que tenían y usaban para responder al susto a quien como conejo lo sabían engañar, encontrando formas de burlarlo, darle la vuelta, unirse; escuchamos la voz de los ancestros que decía: “no pelees, mientras no tomes la palabra quien habla se va a cansar. Las cosas buenas

¹ Para proteger la identidad, estoy usando un seudónimo.

se hacen con calma, relájate. No respondas, hazte a un lado. Las cosas no se demuestran con palabras, se demuestran con trabajo. Siempre traigan la luz con ustedes, enciéndanla con la chispa de la sabiduría. Aliense con familias que coinciden en seguir trabajando. Llévense bien entre hermanos, ayúdense a sembrar, compartan y lleven buen consejo”.

Al día siguiente doña Eréndira me invitó a desayunar a su casa. Entre flores comíamos molotes y gorditas con café de olla, y hablabamos del trabajo del día anterior. En un punto de la conversación le comenté de mi sensación de algo raro, algo que había sucedido con el tiempo. Como si los minutos pudieran albergar más densidad de experiencia, cambiando su cualidad, como el desierto en temporada de lluvias, cuando todo crece, contrastado con la sequía, donde parece que no sucede mucho. Después de escucharme con atención, Eréndira me compartió que hubo personas *parando el tiempo* durante el taller.

Esta conversación se quedó conmigo, la gente que para el tiempo se mantuvo en diferentes rincones de mi mente proponiéndome preguntas: ¿Qué es lo que asumo del tiempo? ¿Cómo fue que llegué a asumir esto? ¿Qué caminos me roba este imaginario del tiempo que habito y que me habita? ¿Qué modos de “poder ser” se posibilitan a través de esta relación con el tiempo? ¿A qué o a quiénes beneficia a estas descripciones del tiempo? ¿Cuáles son las implicaciones de esta noción de tiempo en mi práctica?

Quiero compartir aquí, algunos lugares a los que me han llevado estas preguntas y un ejemplo de cómo he explorado estas consideraciones en mi práctica.

Tiempo y relato

“¿Quién aquí tiene un *inconsciente*?”, le escuché decir a Michael White más de una vez al empezar alguno de los muchos talleres que presencié, para luego proponer preguntas que permitieran volver extraña nuestra relación con conceptos que considerábamos verdades *universales*. La pregunta parecía tan obvia que era capciosa. “¿Quién tiene una *naturaleza humana*? ¿o una *esencia*? ¿Levante la mano quien alguna vez haya tenido una *catarsis*? ¿Alguien aquí está buscando su *yo auténtico*?”. Al hacer este juego, evidenciaba como cada metáfora nos propone cierta manera de aproximarnos a la experiencia, y nos invitaba a considerar las consecuencias que esas metáforas tienen en nuestra relación con lxs demás, con nosotrxs, y con las personas que consultan con nosotrxs.

Efectivamente, como ya lo planteara Nietzsche y desarrollara Derrida, bajo cada concepto, imagen o idea late una metáfora, una metáfora que se ha olvidado que lo es. Y ese olvido, esa ignorancia, es la que, paradójicamente, da consistencia a nuestros conocimientos, a nuestros conceptos e ideas. (Lizcano, 2006).

Recordando estos talleres con Michael, te pregunto queridx lectorx: ¿Alguna vez has *invertido* mucho tiempo en algo? ¿Alguna vez has pasado un mal rato por *perder* el tiempo *invertido*?

De todo lo que ha sido heredado del siglo XIX, sólo ciertos axiomas sobre el tiempo han pasado en gran medida sin ser cuestionados. La izquierda y la derecha, evolucionistas, físicos y la mayoría de las revoluciones, todas aceptan —por lo menos en una escala histórica— la visión del siglo XIX de un “flujo” de tiempo unilineal y uniforme. (Berger, 1991).

Para que perder el tiempo sea una posibilidad, es porque consideramos que es algo que poseemos. “El tiempo es dinero” dijo, en una frase que se volvió famosa, Benjamin Franklin a finales del siglo XVIII. Esta relación capitalista con el tiempo es algo que ha tendido a organizar nuestras vidas contemporáneas. Mis días en la Ciudad de México, a diferencia de cuando paso tiempo en contextos comunitarios, tienden a estar organizados por “tiempo de agenda”, organizado en una noción lineal, tiempos predeterminados, en los que tengo conversaciones de una hora, mi día como la acumulación de tiempos fragmentados. El tiempo legítimo como tiempo “productivo”.

La estandarización del tiempo, que opera a nivel global, está regida por la UTM (Universal Transversa de Merca basada en el GMT (Greenwich Mean Time). La hora “cero” está fijada en Londres. El imperio británico lo impuso cuando controló los mares, y esto lo hizo porque desarrolló cronómetros lo suficientemente precisos para nombrar (¿medir?) la longitud. El imperio inglés insistió en la instauración del GMT, en relación al cual todxs lxs demás estamos atrasadxs (en el caso de la Ciudad de México, por ejemplo, estamos a -7 horas), o adelantadxs a la hora “real” que se encuentra ubicada en Londres (Abumrad y Krulwich, 2005). Aunque Inglaterra ya no controle los mares, todxs usamos el GMT. Estamos acostumbradxs a pensar que los imperios tienen que ver con el territorio colonizado, pero: ¿habrá imperios de imposición del tiempo y una relación particular con éste?

Escribo en el 2014, *Anno Domini Nostri Iesu Christi* (d.C, por sus siglas, después de Cristo) de acuerdo al calendario gregoriano. Así, el tiempo empieza a contarse con el nacimiento Cristo. Esta medida se instauró y propagó desde Europa y ahora es considerado eufemísticamente era común (EC) por académicos y científicos, debido a su supuesta neutralidad. La cuenta no cambia. Hay, por

supuesto, otros calendarios. En el calendario hindú estamos en el 5116, en el hebreo el 5775, en el budista es el 2557, en el musulmán en 1436. El calendario Maya es cíclico: la última vuelta comenzó el 13 de agosto del 3114 a.C. y terminó el 21 de diciembre de 2012 d.C. Estamos recomenzando pues.

Estas consideraciones sobre el tiempo y la relación con él, no se me hacen triviales, en particular cuando consideramos la “metáfora narrativa” como nuestra aproximación a una práctica solidaria para contribuir al cambio en la vida de las personas. Ya lo planteaba White, al principio de su primer libro *Medios Narrativos para fines terapéuticos*.

El trabajo de (Gregory) Bateson también capturó mi atención, la importancia de una dimensión por lo general negada en la terapia —la dimensión temporal. Argumentando que toda la información es necesariamente “noticia de diferencia,” y que es esta percepción de la diferencia que gatilla todas las respuestas nuevas en los sistemas vivos, él demuestra cómo el mapeo de eventos a través del tiempo es esencial para la percepción de la diferencia, para detectar cambio... Al considerar la analogía de texto, percibo una relación entre ideas de la noción de mapa y la noción de relato. Sin embargo, la noción de relato, dado que requiere la locación de eventos en patrones a través del tiempo, claramente tiene algunas ventajas sobre la noción de mapa. El relato incorpora la dimensión temporal. (White & Epston, 1990).

Preguntas como puntuación

Desde hace cuatro años coordino un grupo de supervisión con participantes del Diplomado que impartimos desde el Colectivo de Prác-

ticas Narrativas.² Nos juntamos en grupo una vez al mes durante cuatro horas. En esta sesión le tocó a Mónica Duarte presentar su trabajo. Mónica participó como estudiante de la primera generación en el 2010.

Esta vez, Mónica nos platicó de una pareja integrada por mamá e hija (Laura y Paola³), con quienes había trabajado durante seis sesiones. Describió de la siguiente manera lo que se le dificultaba: “Escucho o le doy mucho oído a la historia dominante. Me cuesta trabajo de repente que me lleguen las ideas narrativas para ver que sucede con esta familia”.

Mónica nos dio un poco del contexto; nos habló de desencuentros fuertes entre Laura, la mamá, y Paola, la hija de veintiún años. Laura convencida de que debía poner más límites y Paola, resistiéndose a todos estos límites. “Me preocupa sentir que estoy interviniendo mucho, que tengo una relación mucho más influyente que descentrada. Sé que lo estoy haciendo y sé por qué lo estoy haciendo, sé que veo muy vulnerable a Paola y es como si tuviera la necesidad de generar un poco de equilibrio ahí”.

Escuchamos los detalles y después todo el grupo de supervisión reflexionó sobre la consigna que nos había planteado Mónica: “encontrar alternativas a la posición centralizada”.

Entrevisté a Mónica sobre sus reflexiones en torno a lo que había escuchado decir al grupo, así como sobre posibilidades que le venían a la mente. A esto respondió: “la incomodidad es una

² El Colectivo de Prácticas Narrativas es una organización mexicana que se formó en el 2008 con la intención de explorar la aplicación y desarrollo de las prácticas narrativas en el trabajo comunitario, terapéutico y pedagógico. Puedes ver más de nuestro trabajo en www.colectivo.org.mx

³ Para proteger la identidad de las participantes, los nombres utilizados son seudónimos.

herramienta clave. En el momento que yo sienta incomodidad tengo que buscar las puertas de entrada para lo diferente. La incomodidad está relacionada con esta exigencia de ser la ‘psicóloga’, réferi, con actitud influyente que habla desde su sabiduría”.

Le pregunté sobre las habilidades que requería de ella poder entender a la incomodidad como una herramienta. Mónica respondió nombrando a la sensibilidad, la responsabilidad, y la incondicionalidad. Nos dijo que las había aprendido de su papá. Exploramos a detalle los momentos en los que estos valores habían estado presentes y lo que éstos posibilitaron en su vida. Hablamos también de saberes como la exigencia afectiva, a la que describió como una “exigencia humanizada, más benévola; es una combinación de la exigencia con la afectividad”. Mónica nombró habilidades como “dar lo mejor de sí, poner mis habilidades al servicio desde un lugar creativo”, aprendidas de Carmelita, la esposa de su papá. Era en Carmelita en quien reconocía “una bondad y un corazón bueno”.

Esta conversación dio pie a la posibilidad de crear historias sobre estos valores, saberes y habilidades. Pudimos tejer un entramado de historias descritas con mucho detalle sobre momentos en el pasado en los que había actuado desde estos saberes. Ahora, el reto estaba en poder conducir estas habilidades al futuro, para crear un contexto en el que Mónica pudiera describir formas particulares en las que aplicar dichos saberes en sus conversaciones con Laura y Paola.

Con relación a esa temporalidad que habíamos trazado con Mónica entre acciones pasadas y posibilidades futuras, intuí que podría ser útil hacer preguntas inspiradas en mis inquietudes respecto a nuestra relación con el tiempo. Si pensamos desde otra noción a la del tiempo lineal, o a la del tiempo como dinero, logramos hacer preguntas en donde podemos tener el futuro y el pasado en el mismo momento. He encontrado que esto puede ser una forma rica para

describir de manera entrañable, saberes que pueden incorporarse en acciones posteriores. Les quiero compartir un ejemplo de estas preguntas:

ALFONSO: ¿Cuántos años dirías que vas a vivir?

MÓNICA: Jaja. No sé... Cómo setenta...

ALFONSO: Si de aquí a que cumplieras setenta años...

MÓNICA: Me quedan casi veinte, bueno, setenta y cinco.

Las veces que hago esta pregunta: “¿cuántos años dirías que vas a vivir?”, he encontrado con que muchas personas tienden a tener una idea clara. Me contestan sin titubear. Otras veces la respuesta ha sido “no sé, no tengo idea”. Cuando éste es el caso, me interesa hacerla explícita, aunque sea desde la ambigüedad. Me parece que las posibilidades de significación de los eventos del presente no solamente están relacionados con los eventos que se privilegiaron del pasado, sino con la expectativa, aunque sea ambigua, que tenemos del futuro. Es probable que Mónica no pensara que se iba a morir al día siguiente, o que le quedaba un mes de vida. De ser así, las posibilidades de significación de esa conversación serían diferentes. He encontrado preguntas que pueden ayudar a “andamiar” (White, 2015) y una de éstas puede ser una pregunta distanciante de nivel ultra bajo⁴: “¿dirías que un mes, cinco años, quince, cincuenta?”

⁴ Michael (White, 2007) describió el “mapa de andamiaje” como un mapa conversacional que posibilitaba calcular la distancia de nuestras preguntas. Basado en las investigaciones de Lev Vygotsky sobre la “zona de desarrollo próximo” describió cómo podíamos pensar en nuestras preguntas como “andamios” para crear “cadenas de asociación”. Describió preguntas “distanciantes” de nivel bajo, medio, medio-alto, alto y muy alto. Con cada una logrando una distancia mayor entre lo que es “conocido y familiar” y lo que es “posible de conocer”.

ALFONSO: Si pudiéramos ir al último día de tu vida: en este día no estás enferma, igual te duelen un poco las rodillas pero nada más, te vas a morir en la noche, pero no sabes que es el último día. De aquí a entonces, estos veinticinco años que quedan, vives muy cerquita de la exigencia afectiva, de la incondicionalidad, de la reciprocidad, de la sensibilidad y de la responsabilidad de poner tus habilidades al servicio desde un lugar afectivo. Estas cosas de las que hemos hablado y que tienen que ver con esta sensación de incomodidad particular te acompañan muy cerca en estos veinticinco años.

¿Qué haces ese día?

Esta pregunta la entiendo como una especie de editorialización⁵. Encuentro invaluable, para que esta pregunta sea relevante que se hayan descrito con cuidado estos principios, valores, sueños o esperanzas antes, en la conversación, de manera detallada; si no, puede ser difícil relacionarse con ellxs de manera íntima, y aunque las personas puedan responder creando una imagen del futuro, esta imagen puede sentirse ajena o poco creíble. Es también una pausa en la conversación, pregunta paréntesis, que permite relatar el pasado desde intenciones que Mónica mantiene como importantes en su trabajo, es traer el pasado al presente.

MÓNICA: Mmm

ALFONSO: ¿A qué hora te despiertas?

MÓNICA: A qué hora te despiertas... Entre 7 y 8

⁵ White describió la editorialización como una forma de usar las palabras de las personas que consultan con nosotrxs para crear una “plataforma” que sirva para sostener la siguiente pregunta.

ALFONSO: ¿En dónde estás viviendo?

MÓNICA: En una casita pequeña con un jardín pequeño

ALFONSO: ¿Con quién estás viviendo?

MÓNICA: Con Alejandro [esposo].

ALFONSO: ¿Cuál es el primer pensamiento que cruza tu mente?

MÓNICA: Como que pensé, “hoy tengo que ir a caminar.”

ALFONSO: ¿Cómo es la luz?

MÓNICA: Un poco así, [hace referencia a la luz de ese día, una luz blanca, el día nublado] para que pueda ir a caminar, el sol no es muy fuerte, me imaginé ir a los viveros, esta sensación de que no está todo caliente y que incluso la grava está un poco húmeda y se respira esta sensación como boscosa de los viveros.

Me interesa convocar muchos sentidos para que el relato sea rico. Preguntas acerca de la temperatura del piso al bajar los pies, los olores de la casa, a lo que le sabe el primer bocado del desayuno: es importante que sea un relato rico y lleno de matices creados por los detalles, en contraste con un relato general y llano. Poner atención a lo ínfimo, hacer preguntas informadas por la minucia del escritor y no por un afán diagnóstico, dejar que el famoso: “Muéstralo no lo digas” de los talleres de escritura sea lo que guía la curiosidad. Además, resulta que estas consideraciones contribuyen a la construcción de otros caminos neuronales para relacionarse con nuestra experiencia (Beaudoin, 2012), y me parece fascinante qué preguntas que permiten movimiento en la experiencia, alteran de hecho la geografía cerebral.

ALFONSO: ¿Y qué piensas mientras caminas?

MÓNICA: Yo creo que pienso... lo pienso ahora y creo que lo sentiré en ese momento, es un sentido como de agradecimiento de lo que tengo... De sentirme privilegiada... como rodeada de gente

a la que quiero... como de esta sensación de lazos fuertes con... tanto familiares como amistades, como de esa sensación de... como de sentirme querida pero yo de querer también, ese sentido de reciprocidad lo siento siempre...

Ahora sí ya lloré... es que está bien bonita esa escena. Es que yo creo que es muy afortunado, me siento muy privilegiada y afortunada cuando siento esa parte afectiva de la gente que está cerca.

Me da la sensación que el hecho de que Mónica se haya conmovido en ese momento de la conversación tiene que ver con que el relato se dice en términos íntimos y cercanos. Está siendo incorporado más que simplemente enunciado. La experiencia del presente de Mónica es experimentada desde el relato que se está haciendo del futuro.

ALFONSO: ¿Qué desayunas ese día, Moni?

MÓNICA: Ligerito, algo de fruta, un panecillo rico, cafecito.

ALFONSO: ¿Con quién desayunas? ¿De qué platican?

MÓNICA: Con Alejandro y platicamos o del libro que está leyendo, o de Sor Juana [Inés de la Cruz] o algo de lo que él hace y de lo que es, o algún tema de este tipo, de lo que nos une mucho.

ALFONSO: Moni, muchas veces me parece que cuando platicamos hay una conversación detrás que no puede ser dicha, como una madeja que tiene que salir como estambre único. ¿Es esa tu experiencia? ¿Cuál es esa conversación que estás teniendo detrás? ¿Qué estás pensando?

Fuera de los puntos suspensivos o elipsis, en la transcripción de esta conversación me parece que no se reflejan las pausas y el tiempo de reflexión que se toma Mónica al responder estas preguntas. Estas pausas reflejan la complejidad del proceso, las negociaciones inter-

nas para decidir qué decir, el hecho de que pensamos mucho más rápido de lo que hablamos, es decir, dos temporalidades: al conversar habitamos tiempos diferentes entre el flujo de pensamiento y lo que enunciamos. Me parece un error asumir que lo que se dice es lo más relevante. Por esto me encuentro con frecuencia haciendo preguntas como ésta, con la intención de poder visibilizar y honrar esta complejidad. Preguntas comas, preguntas punto, preguntas corchete, preguntas como puntuación, como alteración de tiempo (Szendy, 2016). Hay veces que la conversación cambia de dirección al poder hablar sobre las otras conversaciones paralelas que están sucediendo dentro de las personas pero que no están siendo visibilizadas.

MÓNICA: Pienso que me pude transportar mucho a ese momento.

Creo que... ahora que he estado leyendo tanto sobre la muerte⁶, pienso que... bueno, todo eso fue en un micro segundo. He visto que la manera en como ahora veo a la muerte tiene que ver con que ahora me puedo acercar a la muerte, probablemente porque mi sentido de vida es otro. Es como de mucha plenitud, y esa plenitud tiene que ver con cómo me doy a lxs demás, amo lo que hago, disfruto enormemente lo que hago, la manera como vivo ahora, puedo pensar que esa sensación es la que tendría antes de morir.

ALFONSO: ¿Cómo te vistes ese día?

MÓNICA: Mmm... Algo cómodo pero no de viejita. Eso es algo curioso, es algo que admiro mucho de mi mamá por ejemplo, mi mamá no parece de la edad que tiene, es como joven en eso, y creo que así sería yo.

⁶ Mónica ha hecho trabajo muy relevante acompañando a personas en procesos de duelo a través de la metáfora de “Decir ¡hola! de nuevo” (White, 1988).

ALFONSO: ¿Pantalones o falda?

MÓNICA: Pantalones.

ALFONSO: ¿De qué color?

MÓNICA: Creo que de mezclilla.

ALFONSO: ¿De qué color es tu camisa?

MÓNICA: Floreada, como hoy.

ALFONSO: ¿Qué aretes te pones?

MÓNICA: Unos de plata, chiquitos, discretos.

ALFONSO: ¿Y qué más haces en ese día?

MÓNICA: ¡Leer!

ALFONSO: ¿Qué lees?

MÓNICA: Siempre quiero tiempo para leer y siempre trato de robarle tiempo al tiempo para leer una novela, eso lo disfruto muchísimo... oír música.

ALFONSO: ¿Qué música?

MÓNICA: Pues... eso es curioso pero siempre trato de estar atenta a la música nueva, creo que una manera de estar presente en el mundo no es añorando lo que conoces sino disfrutando lo nuevo.

ALFONSO: ¿Pop, electrónico, cumbiera?

MÓNICA: Tengo una línea por ahí rockera.

ALFONSO: Rock del 2040, suena interesante. ¿A qué hora te duermes?

MÓNICA: Como a las 12.

ALFONSO: ¿Qué es lo último que dices?

MÓNICA: Creo... que buenas noches, ¡ja!

ALFONSO: ¿Qué es lo que sueñas esa noche?

MÓNICA: En ir a visitar el bosque de las secuoyas en San Francisco, me encantaría eso.

ALFONSO: Moni, si pudiéramos invitar a esa mujer de setenta y cinco años que viene vestida similar a ti, que ese día se despertó con Alejandro en una casita pequeña con un jardín pequeño, que se fue a caminar a los Viveros con una luz similar a la de hoy, con mucho agradecimiento de lo que tenía.

Se siente privilegiada.

Se siente rodeada de gente a la que quiere.

Tiene una sensación de lazos fuertes, familiares y de amistad.

Se siente querida y quiere también.

Desayuna fruta, un pan rico con cafecito.

Platica con Alejandro, de Sor Juana, de lo que está leyendo.

Al mismo tiempo, la conversación que está teniendo en su mente es una de plenitud, por la manera con que se da a los demás, una de disfrute.

Lee ese día, escucha rock del 2040.

Dice buenas noches antes de dormir y sueña con las secuoyas.

¿Si pudiéramos pedirle a esa mujer que viniera y le planteáramos este tema del que venimos hablando sobre la conversación con Laura y Paola y de la incomodidad, y le pudiera decir a esta Mónica del futuro: “Moni, gracias por tomarte tiempo del último día de tu vida, te quería preguntar ¿Qué le dirías a la Moni del presente que le pudiera hacer el camino más fácil?”.

Así pues, para este momento en la conversación ya creamos un personaje del futuro que incorpora y representa valores significativos para Mónica. Podemos entonces invitar este personaje para poder, desde ese punto de vista, significar el presente y el futuro cercano.

MÓNICA: Creo que lo que es importante para mí a los setenta y cinco, pensando un poco en el día de lo que hice, esirme a caminar, esa Moni tiene un sentido del deber... porque no es flojear, sino seguir siendo consciente que tengo que cuidarme y cuidar mi salud y por otro lado es como si... como que vuelvo a poner el foco en este tema de la sensibilidad, en este tema de la exigencia afectiva...

ALFONSO: ¿Qué te diría la Moni de setenta y cinco ahorita?

MÓNICA: Pudiera ser, que le baje todavía un poquito a la exigencia, que las cosas salen...

ALFONSO: Si le preguntara a la Moni de setenta y cinco, ¿cómo se le hace para bajarle un poquito a la exigencia?

Igual que en la parte anterior de la conversación en donde no se dejaban los detalles desatendidos, en esta parte es muy relevante seguir con el mismo cuidado. Si Mónica se quedara con “bájale a la exigencia” es probable que —aun con la intención clara, en situaciones en donde la exigencia (no afectiva) entrara, Mónica no tendría a la mano los saberes particulares que ha desarrollado para hacer esto.

MÓNICA: Pues confiando más en lo que he hecho, en lo que he trabajado, en lo que he aprendido.

ALFONSO: ¿Qué más crees que te diría la Moni de setenta y cinco?

MÓNICA: Que le tengo que dar más voz a... como a la espontaneidad, a la creatividad, a... sí, creo que eso.

ALFONSO: ¿Y qué me diría ella sobre cómo se le hace para darle más voz a la espontaneidad y a la creatividad?

MÓNICA: Yo creo que a veces lo que me puede detener un poco es el miedo a equivocarme o hacer las cosas mal.

ALFONSO: ¿Y qué diría la Moni de setenta y cinco con respecto a ese miedo?

MÓNICA: Que me arriesgue más. Que ya estoy en un punto en el que lo que he aprendido, si la riego, lo podría componer. El riesgo de cometer un error dramático ya no está en el rango de esas posibilidades. Que era el miedo que tenía yo cuando salí de la carrera. Era como de mucha precaución. Ahora creo que con el tiempo de enfoque [narrativo] y la manera en que estoy trabajando, tengo una responsabilidad, pero no esa responsabilidad que me pesa, ya no estoy en ese lugar.

ALFONSO: ¿Te gustaría preguntarle algo a esta Moni?

(Está pregunta la he encontrado muy útil en poder traer al frente la conversación que está detrás, lo que no está siendo dicho).

MÓNICA: Mmm. Sí, yo creo que le preguntaría que cómo le ha hecho con el miedo.

ALFONSO: ¿Qué crees que te respondería?

MÓNICA: Yo creo que me diría: he aprendido a vivir con él, a no hacerle tanto caso. He aprendido a que no me moleste, que no intervenga en las cosas que quiero hacer. Pero ya no lucho tanto contra él, trato de no hacerle tanto caso.

ALFONSO: ¿Y cómo le haces, Moni de setenta y cinco, para no hacerle tanto caso cuando se aparece el miedo, para no luchar?

MÓNICA: Probablemente pensar que cuando al miedo le pones atención se hace más grande. Es, entonces, no escucharlo tanto; no darle la entrada desde el principio, pues toma espacio y se va acomodando. Si esto pasa la confianza disminuye y la creatividad y la espontaneidad desaparecen. Hacer mi trabajo y luego voltear a ver para saber que pasó.

ALFONSO: Si yo le pudiera preguntar la última pregunta a la Moni de setenta y cinco: ¿Qué te vería hacer si le bajaras a la exigencia, si estuviera más la voz de la espontaneidad, la creatividad, el arriesgarse más, esta certeza de que ya no la puedes regar tan dramáticamente, que el miedo ya no esté tan presente? ¿Qué te vería hacer en tu trabajo, en particular en tu trabajo con Laura y Paola? ¿Qué me diría ella?

MÓNICA: La imagen que vino a mi mente es que lo que me verías hacer es escuchar más a la espontaneidad y a la creatividad para darle entrada a las historias alternativas.

ALFONSO: ¿Cómo te vería hacer eso?

MÓNICA: La última vez que vinieron Laura y Paola, llegaron con su perro a la sesión. Pensándolo ahora, veo que hay dos posibilidades. Mi primera reacción fue preguntarme: ¿por qué no vino sola Paola? Inmediatamente pensé, “viene la mamá a checar”, pero veo al perro y pienso: “wow, aquí hay dos alternativas”. La historia dominante, que es entrarle al juego de fuerzas entre Paola y su mamá, esto fue lo que hice, y la historia alternativa, me vino a la mente: “vamos a hablar del perro”, por supuesto que estaba ahí pero no la escuché. No sé como hablaría del perro ni qué preguntaría, pero creo que una conversación sobre el perro, lo que significa para ellas un perro y cómo le hacen para coincidir compartiendo con un perro y cuidándolo, hubiera abierto otras posibilidades. Lo que me verías hacer sería eso: darle voz a eso que me brinca pero que lo apago, que lo callo, que tengo miedo. Me iría por lo espontáneo, si ya me traen al perro, por qué no hablar del perro.

ALFONSO: Moni de setenta y cinco, para ya no quitarte más tiempo, ¿Hay algo con lo que te gustaría despedirte?

MÓNICA: Sí, a los setenta y cinco puedo verlo con más claridad... que estas herramientas, la incomodidad, la sensibilidad, la res-

ponsabilidad y la exigencia afectiva, me lleven a buscar puertas de entrada que tengan que ver con lo distinto. Ese puede ser mi compromiso. No seguir dándole entrada a lo que “debe ser”, a esa cara de una psicóloga como “debe” responder, estoy un poco harta de eso. No sé, deshacerme de eso. Con lxs niñxs puedo inventar más cosas, con lxs adultxs siento una mirada más pesada de esta visión de lo que se esperaría...

ALFONSO: ¿Te digo cómo?

MÓNICA: ¡Sí!

ALFONSO: Jajaja.

Lo que hice a continuación fue leerle una carta que redacté a partir de todas las respuestas anteriores que había escuchado de la Mónica de setenta y cinco.

Moni:

Bájale un poquito a la exigencia, las cosas salen. Confía más en lo que has hecho, en lo que has trabajado, en lo que has aprendido, dale más voz a la espontaneidad, a la creatividad a arriesgarte más.

Estás en un punto en lo que has aprendido, si la riegas, la puedes componer. Ya no está el riesgo de hacer un error dramático. Ya no estás en ese lugar.

Con respecto a tu pregunta de que cómo le he hecho con el miedo: he aprendido a vivir con él, a no hacerle tanto caso, a que no me moleste, que no intervenga en las cosas que quiero hacer. No lucho tanto, ya no le hago tanto caso. Cuando al miedo le pones atención se hace más grande. Si no lo escuchas tanto, si no dejas que entre luego

luego⁷, después lo volteas a ver, no le das entrada desde el principio. Si le das entrada desde el principio, la confianza, la creatividad, la espontaneidad, tienen más trabajo para aparecer.

Escucha más a la espontaneidad, a la creatividad, dándoles puertas de entrada a las historias alternativas. Como cuando pensaste “wow el perro, ¿por qué no hablamos sobre el perro? ¿Qué significa para ellas? ¿Cómo coinciden en cuidarlo?” Abre otras posibilidades, dale voz a eso que te brinca, que luego apagas o callas, dale espacio a lo espontáneo.

Moni, usa la incomodidad, la sensibilidad, la responsabilidad y la exigencia afectiva. Que te lleven a buscar puertas de entrada que tengan que ver con lo distinto. Que ese sea tu compromiso. Deshazte de la cara de esa psicóloga de cómo “debe ser”, como le haces con lxs niñxs.

*Con cariño,
Mónica de setenta y cinco años*

Dejé un rato para que se asentaran las palabras, después:

ALFONSO: ¿Cómo estuvo esta conversación para ti?

MÓNICA: Alucinante... con esto me refiero a que me imaginé todos los escenarios y me encantó eso. Me encantó imaginar cómo vivir esos escenarios.

ALFONSO: ¿Y cómo te quedas con respecto a Laura y Paola?

MÓNICA: Que la incomodidad es una herramienta clave porque en el momento en que yo la sienta, tengo que buscar las puertas

⁷ Una forma mexicana de decir “inmediatamente”.

de entrada para lo diferente. Porque lo diferente siempre me va a llevar a una historia alternativa. De eso ya estoy segura. Y la incomodidad en el caso de ellas, está relacionada con la exigencia de ser la “psicóloga”, de ser referí, de ser influyente, que habla de su sabiduría, etc. La incomodidad me puede funcionar perfecto para decir “no es por ahí”.

Después de un tiempo

Unos meses después de tener esta conversación, le escribí a Mónica para preguntarle sobre su experiencia y reflexiones, a lo que me respondió:

Fue una conversación muy emotiva para mí, muy entrañable... Fue una conversación muy poderosa, me quedé alucinando; creo que eso dije al final de la sesión. Uso esa palabra porque durante todo el día y durante otros días tenía presente la conversación conmigo misma en el futuro... Aún ahora me conecto con la escena, pero sobre todo con la sensación de tranquilidad, de satisfacción de sabiduría y de confianza en mí misma. Entonces la escena del futuro hace que lo que he hecho hasta hoy, tenga una especie de reconfirmación, de palmadita en la espalda, como decirme a mí: “vas bien”, y detectar qué ajustes tengo que hacer, no preocuparme demasiado, tener confianza en que las cosas van a salir.

Una forma de entender lo que sucedió en la conversación fue que, al describir un problema en el presente, “escucho o le doy mucho oído a la historia dominante... Me preocupa que estoy teniendo una relación mucho más influyente que descentrada”. Hicimos una conversación formada por el interés de Mónica en “encontrar alternativas a la posición centralizada”, se relató el pasado desde habilidades y compromisos como “la sensibilidad, la responsabilidad y

la incondicionalidad”, describiendo de formas robustas momentos en el pasado en el que éstas habían estado presentes, vinculándolas a otras personas y a lugares específicos. Una vez que esto estuvo descrito con suficiente detalle, se utilizaron estas habilidades y compromisos para reivindicar la imagen del futuro en términos propios. Hicimos un relato detallado de la Mónica del futuro a través de dichas habilidades y compromisos. Por último, dejamos que este relato de la construcción que hicimos del futuro (la Mónica de setenta y cinco años) informara a la Mónica del presente, y como resultado se generó la carta. Así, al describir el futuro lejano en términos propios y preferidos y convocar esta imagen del futuro para poder nombrar el conocimiento local que está presente podemos responder a las preocupaciones actuales.

Lo que me interesa de esta exploración es visibilizar cómo nuestras construcciones del futuro están todo el tiempo afectando las posibilidades de significar nuestros presentes. En momentos en los que estamos viviendo nuestras vidas a través de los efectos limitantes de historias problemáticas, estos futuros se crean por dichas historias. Al usar las conversaciones para irrumpir en este flujo del tiempo, podemos dejar que otros posibles futuros, más cercanos a lo que mantenemos como importante en la vida, abran posibilidades diferentes para significar nuestros presentes.

Podemos reflexionar también en las preguntas como puntuación, es decir: las preguntas generan una pausa en una conversación, y así podemos pensarlas como una forma de alteración del tiempo. Me parece que esto abre consideraciones interesantes en nuestro papel como coautores de estos relatos que se crean en las conversaciones. Las preguntas, así como los gestos, los silencios, la conmoción compartida en una conversación, contribuye a un ritmo que provoca migración de relatos a relatos.

Por último, me gustaría nombrar la experiencia de escribir este texto: se ocupa tiempo para la reflexión sobre el tiempo, se condensan meses de conversaciones, experiencias y reflexiones que corresponden más a tiempos generativos que productivos. Y ahora, tú, quien lee, le das tiempo al tiempo, navegas el territorio de estas hojas mientras habitas los lugares de tu cotidianidad, dentro de los tiempos que se crean por el entramado de relatos que atraviesan tu cuerpo.

BIBLIOGRAFÍA

- ABUMRAD, J., & KRULWICH, R. (25 de Febrero de 2005). www.radiolab.org. Recuperado el 5 de Enero de 2014, de Radiolab: <http://www.radiolab.org/story/91584-time/>
- BEAUDOIN, M.N. (2012) *The SKiLL-ionage in Every Child: Boosting children's socio-emotional skills using the latest in brain research*. San Francisco, CA, USA: Goshawk Publications.
- BERGER, J. (1991) *And our Faces, my Heart, Brief as Photos*. New York: Vintage International.
- LIZCANO, E. (2006) *Metáforas que nos piensan: Sobre ciencia, democracia y otras poderosas ficciones*. Madrid: Traficantes de sueños.
- WHITE, M. (1988) *Saying hullo again: The incorporation of the lost relationship in the resolution of grief*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- WHITE, M; EPSTON, D. (1990) *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton (Trad. cast. *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós. 1993).

- WHITE, M. (2007) *Maps of Narrative Practice*. New York, Norton.
(Trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016).
- WHITE, M. (2011) *Narrative Practice, Continuing the Conversations*.
New York: Norton (trad. cast. *Práctica narrativa. La conversación continua*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2015).

Lo ausente pero implícito en el Árbol de la vida

Marta Campillo R.

Voy a describir el trabajo colaborativo en la experiencia de trabajo grupal del taller del Árbol de la vida, el cual realizamos con jóvenes que enfrentan el problema de cortarse la piel (Villegas y Campillo, 2013). Para la realización del taller incluí dos cambios en la metodología del proceso original del Árbol de la vida, uno fue la inclusión de la externalización grupal del problema (Russell, 2005) y el otro fue sumar las preguntas del mapa del ausente pero implícito (Campillo, 2012) cuyo proceso describiré a continuación. Relataré dentro de la metodología del taller cómo es que se incluyeron las dos propuestas adicionales a la metodología del Árbol de la vida y además haré unas consideraciones teóricas acerca de la categoría lo ausente pero implícito y la importancia del conocimiento local en el proceso grupal.

El Árbol de la vida

El Árbol de la vida, creado por Ncazelo Ncube y David Denborough (2007) comienza por la creación del dibujo de un árbol que representa la vida del participante, con las siguientes partes:

1. Las raíces (quiénes son lxs ancestxrs, la familia)
2. La tierra (lugar de origen/dónde vives)
3. El tronco (habilidades/conocimientos)
4. Las ramas (sueños)
5. Las hojas (personas importantes)
6. Los frutos (regalos recibidos)

Se cuelgan alrededor del salón (el bosque de los árboles) y posteriormente cada participante describe su árbol, se le hacen preguntas surgidas a partir de las conversaciones de la terapia narrativa. Después hay un proceso grupal de recuperación de las maneras en que se han enfrentado los problemas en momentos difíciles y, para finalizar, se lleva a cabo una celebración con la entrega de diplomas.

Existe un aspecto muy importante del proceso de la construcción y descripción del Árbol de la vida: en cada parte, cuando se describe en el árbol la historia de cada participante, se hacen preguntas de las conversaciones de la terapia narrativa, lo cual genera un panorama de conocimientos de los y las participantes mismxs, en el que la persona identifica lo que le es valioso, lo que sabe hacer, lo que disfruta, las relaciones importantes y lo que sueña para el futuro. En la última parte, cuando se realiza de manera grupal la recuperación de conocimiento que lxs participantes tienen de sus maneras de enfrentar los problemas en momentos difíciles, se hacen visibles las historias de las acciones, interacciones, significados y conocimientos que forman parte de la respuesta que hasta ahora no había sido contada ante la violencia y la opresión. Esto forma parte de las habilidades rescatadas y ahora compartidas grupalmente, las cuales constituyen el cúmulo de conocimiento local, de la riqueza de la experiencia vivida de cada participante. Epston (1999), en su artículo acerca de la co-investigación menciona el proceso de recu-

peración del conocimiento local, en el cual se rescata a través de un trabajo grupal, el conocimiento que las familias han adquirido como resultado de la experiencia vivida en el manejo de la enfermedad y se hace público como un saber sobre los conocimientos para enfrentar o resolver problemas de la enfermedad, generándose un proceso grupal de socialización del mismo.

Proceso del taller con jóvenes

El taller titulado “Disfrutando y creciendo con mi árbol de la vida”, fue organizado en diez sesiones de dos horas de duración, siguiendo la metodología del Árbol de la vida con los dos cambios propuestos: una sesión para la externalización grupal del problema (adaptada de la propuesta original de Russell, 2005) y la del ejercicio de lo ausente pero implícito (Campillo, 2012).

En el siguiente cuadro incluí las preguntas elaboradas como herramienta para la entrevista durante la presentación que cada participante hace de su árbol de la vida, preguntas que utilizamos en dicho taller:

PREGUNTAS DE LA TERAPIA NARRATIVA DEL ÁRBOL DE LA VIDA

<i>Preguntas para las raíces (ancestrxs)</i>	¿Qué diría _____ (uno tus ancestrxs) si escucharan de ti, lo que aprendiste de ellos? ¿Qué veían en ti tus ancestros cuando te veían con ojos amorosos? Compártenos una historia de cómo aprendiste que esa _____ (habilidad o valor) de tus ancestrxs? ¿Cómo ha sido para ti el escucharte recordar tu historia y a tus seres queridxs y lo que aprendiste de ellxs? Compártenos una historia de cómo eso que aprendiste de tus ancestrxs, ¿ha hecho una diferencia para tu vida?
---	---

<i>Preguntas para la tierra (lugar de origen/ donde vives)</i>	¿Compártenos una historia de cómo vivir en ese lugar te ha hecho valorar el ser de ahí? ¿Qué dirías que aporta a tu manera de ver la vida el ser de un lugar así? ¿Qué diferencia ha hecho el venir de un lugar con ese tipo de relaciones con las personas? ¿Cómo el crecer con esa visión del mundo ha hecho que guíes tu vida de la manera como lo haces? Si pudieras nombrar qué es lo más importante de venir o de vivir en ese lugar ¿qué dirías?
<i>Preguntas del Tronco (habilidades/ conocimientos)</i>	Eso que haces cotidianamente, ¿qué habilidades has aprendido?, ¿saber hacer eso, qué dice de ti como persona? Cuéntanos una historia acerca de eso que aprendiste y ¿qué te gusta de poder hacerlo. Qué es lo que más disfrutas de hacer eso? De lo que haces y te agrada, ¿qué veían en ti las personas que te veían hacerlo? ¿Qué te parecía divertido de aprender a hacer eso? ¿Me podrías contar una historia de con quién aprendiste a hacer eso que te gusta? ¿Qué veía en ti esa persona que le inspiró a enseñarte a hacer eso que aprendiste? ¿Qué has descubierto que te gusta de ti cuando disfrutas hacer eso que aprendiste?
<i>Preguntas de las ramas (sueños)</i>	¿Me podrías contar algunos de tus sueños, de lo que deseas para ti? ¿Cómo se relacionará eso que deseas/esperas con el venir a este taller? Cuándo te imaginas el futuro, ¿qué te ves haciendo y cómo esto es parte de tus sueños deseos, esperanzas? ¿Cómo aprendiste que ese sueño era algo importante para ti? ¿Qué diferencia hace y hará para tu vida alcanzar tus sueños, metas, esperanzas?

<i>Preguntas para las hojas (personas importantes)</i>	¿Qué ven en ti _____ (las personas) que les gusta y los inspira a que te demuestren su aprecio? ¿Cómo te imaginas que ha sido para esas _____ (personas) tenerte como (hijo, amigo, etc.) y como quieren demostrarte su aprecio? ¿Qué has valorado de la relación con ellxs que se han convertido en personas importantes de tu vida? ¿Qué valoran ellxs de ti para que seas importante en sus vidas? Me pregunto, ¿qué ven en ti las personas (familiares, amigxs, maestrxs, etc.) cuando actúas de manera (_____) y que les gusta de ti? ¿Qué valoran de la relación contigo cuando actúas de manera (_____)?
<i>Preguntas para los frutos (regalos recibidos)</i>	De los regalos recibidos (amor, amistad, apoyo, compañía, risas) de _____ (personas) que te ha enseñado de ti el que tú puedas apreciar su amor amistad, o compañía? ¿Qué crees que apreciaron/valoraron de ti esas personas, que les movió a que fueras parte de su vida? ¿Qué es importante para ti de esas relaciones qué has podido dar amistad, amor, cuidado? ¿Qué diferencia hace para tu vida el saber que hay personas para las que tú eres importante y pueden darte amor, cuidado o apoyo? Ahora que te das cuenta que tu árbol está lleno de frutos... ¿Qué dice acerca de ti, de lo que eres, de lo que sabes de ti mismx que antes no conocías?

<i>Preguntas para las tormentas de la vida (grupal)</i>	¿Qué habilidades han utilizado en tiempos difíciles? ¿Qué diferencia ha hecho para tu vida el tener esa habilidad? ¿Cómo el reconocer que han podido emplear esa _____ (habilidad) ha hecho una diferencia en lo que ustedes saben que pueden lograr para ir más allá del problema? Nos podrían compartir una historia de ¿cómo han empleado esa habilidad que les ha ayudado en tiempos difíciles? Si hiciéramos una lista de todas las habilidades y conocimientos que hemos puesto en práctica en tiempos difíciles, ¿cuáles pondrían? ¿Qué cosas saben de ustedes mismxs ahora que reconocen todas esas habilidades usadas en tiempos difíciles que antes no conocían?
--	--

Lo ausente pero implícito

Michael White (2000) propuso la categoría de lo ausente pero implícito describiéndola de esa manera:

Una de las rutas de estas re-conexiones con la historia es la identificación y la descripción rica de eso que está ausente pero implícito en todas las expresiones de la vida, esto es, a través de la identificación y la descripción rica de aquello que le permite a las persona darle significado y poner en circulación, a aspectos de su experiencia vivida.

Así, la categoría de “lo ausente pero implícito” se refiere a los valores, las creencias que dan fundamento a su manera de accionar en la vida. White (2000) dice que “en los discernimientos que las personas plantean acerca de su vida... implican lo no dicho –de eso que está ausente pero implícito... lxs terapeutas pueden encausarse

en preguntas que contribuyan a su identificación”. Esta identificación es una articulación de significado que, al ser reconocida, ayuda a crear una plataforma desde la cual re-examinar los efectos del problema y tomar una posición alternativa y crear nuevas líneas de identidad.

Una pregunta muy útil que conduce la reflexión de la inclusión de las preguntas de lo ausente pero implícito en el proceso de la creación del Árbol de la vida es: ¿cómo la inclusión de la categoría de lo ausente pero implícito hace una diferencia o enriquece la metodología del Árbol de la vida?

Uno de los supuestos de la terapia narrativa es que una parte de la experiencia vivida se relata mientras otra permanece como parte de lo vivido sin ser organizado y sin darle un significado. La recuperación del conocimiento local y del conocimiento no relatado, es la piedra angular que hace la diferencia para hacer que una historia cambie la vida y la persona pueda tomar decisiones que generen acciones hacia la historia preferida, por lo tanto el incluir una vía de recuperación de nuevas conexiones se nombra como la conversación de lo ausente pero implícito.

El mapa de lo ausente pero implícito (Campillo, 2009) incluye cinco niveles de preguntas:

1. Preguntas acerca de aquello que inspira la acción.	¿Qué fue lo que le inspiró a continuar y a no escuchar al problema?
2. Preguntas acerca de los valores/conceptos de la vida implícitos en estas acciones.	¿Cómo le llamarías a esa parte de ti que te recordó acerca del compromiso y la responsabilidad con tu familia?
3. Preguntas para historizar este valor/concepto implícito de vida.	¿Me podría contar una historia en la que se exprese este amor por su familia?

4. Preguntas para formar relaciones entre este valor/concepto y la manera en cómo la persona vive su vida.	¿Qué diferencia hace el reconocer que el amor por su familia le inspira a seguir adelante?
5. Preguntas acerca de planes futuros de acción.	¿Cómo es que el amor por tu familia va a inspirarte para dar los siguientes pasos?

Las preguntas del mapa de lo ausente pero implícito abren el camino para hacer explícita la historia subyugada o no relatada e identificar tanto lo que ha inspirado, las relaciones que han ayudado a que aquello que se valora se mantenga, como la diferencia que ha hecho el reconocimiento de eso que le da razón de ser a su vida. Las preguntas de lo ausente pero implícito, buscan de manera explícita lo que ha inspirado a la persona; todo aquello que ha aprendido a valorar y que está entremezclado en las experiencias de vida que ha estado contando. Al identificarse todo esto, al darle un nombre y al ser relacionado con las acciones que ha llevado a cabo, su experiencia se vuelve conocimiento a ser actuado y usado en un proceso de cambio en su vida y en su manera de enfrentar el problema. El participante va tomando decisiones para cambiar su vida y va consolidando una imagen de lo que es importante y de lo que prefiere para su vida así como de la importancia que esto tiene para el cambio.

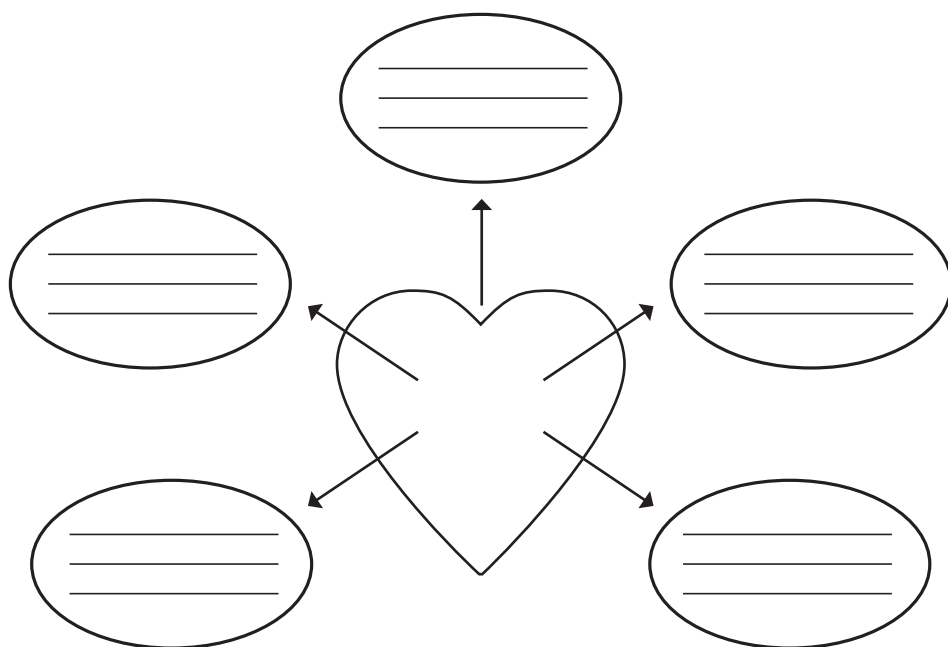
En el taller “Disfrutando y creciendo con mi árbol de la vida” impartido entre jóvenes que se cortan la piel, tuvo en una de sus sesiones una dinámica en la que se usó el ejercicio con el mapa de lo ausente pero implícito (Campillo, 2009) llamado: “Creando un corazón de lo que valoro en mi vida”, cuyo proceso tiene los siguientes pasos:

El/la participante dibuja un corazón e identifica lo que valora, le inspira o considera importante, lo que sostiene su actividad de vida, a esto le dará un nombre: sueños, deseos, compromisos, habilidades, conocimientos y contará una historia de su experiencia: ¿cómo surgió eso que valora en su historia? ¿Qué personas influyeron a crear ese compromiso? ¿Qué experiencias resultaron importantes en ese reconocimiento de eso que valora y lo inspira? ¿Cómo eso que valora lo ha ayudado en momentos difíciles o importantes?

Las preguntas que se le hacen a cada participante cuando presenta su historia al grupo, son estas:

<i>Preguntas de lo que valoro en la vida</i>	¿Cómo aprendiste qué eso que valoras (_____) es importante para ti? ¿Qué personas apoyaron a que eso (_____) fuera importante? ¿Me podrías contar una historia acerca de cómo aprendiste que eso que valoras fuera importante para ti? ¿Cómo eso que valoras te ha ayudado en momentos importantes/ difíciles? ¿Qué han reconocido otras personas en ti por valorar eso que es importante en tu vida? ¿Qué diferencia ha hecho el reconocer lo que valoras para tu vida? ¿Por qué es importante reconocer eso que valoras y que orienta tu vida? ¿Cómo se han dado cuenta las personas con las que te relacionas que valoras eso (_____) y tienes esos compromisos con la vida? ¿Cómo el problema te roba o te esconde lo que valoras en la vida? ¿Qué cambios te vas a proponer realizar en relación al problema sabiendo lo que sabes de ti ahora? ¿Cuál es tu plan de acción: qué pasos vas a dar en contra del problema ahora que reconoces lo que tú valoras para tu vida? ¿Qué diferencia hace saber lo que ahora sabes de ti y lo que te es importante para vivir, para enfrentar o cambiar lo que necesitas en tu vida?
---	---

Lo que valoro en mi vida



La externalización grupal del problema

Al proceso original del Árbol de la vida agregué un ejercicio de externalización grupal del problema, realizando una entrevista por el grupo de participantes. La externalización grupal del problema se basó en un ejercicio originalmente planteado por Rooth y Epston (1996) en el que el problema es entrevistado para poner al descubierto sus intenciones y sus maniobras. Russell (2005) propone el ejercicio en el que se entrevista grupalmente a un problema comunitario, del que se identifican sus maniobras, haciendo visibles

sus efectos, se identifican las consecuencias o repercusiones para la vida de las personas y la forma cómo se mantiene en sus vidas; es indispensable conocer sus operaciones para poder tomar decisiones que permitan cambiar la vida. El presente ejercicio está basado en la dinámica propuesta por Russell (2005). Aquí, el grupo colabora activamente en la representación del problema el cual es entrevistado por un grupo de participantes.

A continuación describo el ejercicio realizado en el taller “Disfrutando y creciendo con mi árbol de la vida” con jóvenes que se cortan la piel:

PROCESO

- ♦ Se organiza al grupo en cuatro equipos de participantes a quienes se les asignarán diferentes funciones
- ♦ Equipo 1: representan al problema y sus amigos
- ♦ Equipo 2: fungen como entrevistadores del problema
- ♦ Equipo 3: escriben las intenciones del problema y de sus amigos (testigo externo).
- ♦ Equipo 4: representan a la persona atrapada por el problema posicionándola como *experta* en la lucha contra el problema y explorando el dominio que tiene del mismo.

Preguntas utilizadas en la entrevista de los equipos:

<i>Preguntas para la entrevista del problema y sus amigos</i>	¿Cómo te llamas problema? ¿Quiénes te acompañan? (se les pide que se presenten) ¿Cómo se presentan en la vida de los y las jóvenes....? ¿Qué señal mandan a las y los jóvenes para que sepan de tu presencia? ¿Cómo hacen para que las y los jóvenes se den cuenta que están ahí con ellxs en su vida? ¿Cómo hacen para que los y las jóvenes te hagan caso? ¿Cuándo les hacen caso, cómo hacen que se vean las y los jóvenes ante familiares, maestros, amigos o pareja? ¿De qué armas se valen para que los y las jóvenes se sientan atrapadxs por ustedes? ¿Cuál es la trampa especial que usan cuando los y las jóvenes se resisten a sus engaños? ¿Qué hacen los y las jóvenes para no dejarse atrapar por ustedes?
<i>Entrevistando al participante experto en el dominio del problema:</i>	¿Cómo se llaman (se nombraran expertx 1 y 2) ¿Cómo se dan cuenta cuando se presenta el problema? ¿Cómo cambian sus vidas cuando _____ (el problema) se presenta? Cuéntenos de algún momento en el que hayan tenido el control del _____ (el problema) ¿Qué hacen diferente cuando han logrado dominar y evitar que _____ (el problema) se presente en sus vidas? ¿Qué hace posible que hagan cosas diferentes y de esta manera tengan el control sobre _____ (el problema)? ¿Qué hace diferente en tu vida el que sepas como controlar _____ (el problema)? ¿Qué dice o refleja de ti, el que sepas que tienes el control sobre _____ (el problema)? ¿Qué es lo que te inspira a tener el dominio y no escuchar al problema? ¿Cómo se llama esa parte de ti que te recuerda y te hace tener el dominio sobre el problema? ¿De qué manera eso que te hace recordar, te va a inspirar a tener el dominio cuando el problema intente atraparte?

Algunas de las observaciones externadas por las y los participantes se narran aquí y fueron expuestas durante las sesiones del taller “Aprendiendo, disfrutando lo que soy y creciendo con mi Árbol de la vida”, realizado con jóvenes de telesecundaria de segundo año en el sur del estado de Veracruz, en México. El taller tuvo diez sesiones de dos horas, en las instalaciones de la escuela. La edad de los y las participantes oscilaba entre doce y catorce años. Por la observación de los maestros y la sospecha del problema, se realizaron entrevistas por el psicólogo, y de los cuatro grupos en total ubicaron a veinticinco alumnos y alumnas con heridas en los brazos, en las piernas y en el abdomen. De ahí surgió la demanda de responder al problema e invitar a los y las alumnas a participar en el taller. El psicólogo escolar fue quien hizo las invitaciones y así se organizó el taller. La población de la telesecundaria es suburbana y de bajos recursos.

Las preguntas a ser utilizadas en el proceso del taller fueron el foco de la elaboración del mismo, puesto que la experiencia en la que se les pedía a los y las jóvenes que participaran tendría que constituirse en la vía que hiciera emanar otros conocimientos, otras historias hasta ahora no contadas que les permitieran cambiar su vida. “Rasgarse” o “cortarse” es un problema que ataca en secreto, que convence a que se oculte, que embauca con la promesa de disminuir el sufrimiento. Por lo tanto, desenmascarar esas maniobras entrevistando al problema grupalmente tuvo como resultado el hacer visibles las ideas y las dificultades que ofrecen tierra fértil al problema para que permanezca y quiera quedarse en la vida de los jóvenes.

Los conclusiones de los y las participantes en el taller “Disfrutando y creciendo con mi árbol de la vida” desde el principio fueron reflexiones acerca de su vida. Al final de la primera sesión mencionaron cosas importantes, en sus propias palabras:

PARTICIPANTE 1

Ahora me doy cuenta de que realmente no estoy sola, pues tengo abuelos, amigas, amigos y mis padres “locochones”^{*} a los que sí amo... sólo que me enoja que estén tanto tiempo trabajando (ríe), cuando escribía los nombres de las personas en los frutos no pensé que comentaría todo esto.

PARTICIPANTE 2

Las hojas de mi árbol representan a mi abuelo materno, a mis amigas, a mis primos con los que me llevo bien, a mis tías... sé que ven en mí a una buena persona, por eso creo que me aman, tenerme como alguien especial es para ellos una locura... estas hormonas no dejan en paz, me hacen cambiar de ánimos a cada rato(bromea). Ellos (familia) me han regalado amor, cariño, me han hecho creer en mí... lo malo es que yo no había creído en lo que soy... me doy cuenta que hay muchas personas que me quieren sólo que los he pasado por alto, ahora me corresponde valorarlos, si es que las hormonas me dejan (ríe, sus compañeras le aplauden y le dan un abrazo).

Las sesiones de externalización grupal del problema y la representación del problema se realizaron como una escenificación y personificación del problema en la que las y los participante que representaron a los efectos negativos del problema. Se disfrazaron pintando sus caras, lo cual hizo que el problema tomara vida. Antes, en entrevista se identificaron con el grupo aquellas dificultades que ayudan a mantener al problema: ¿Qué cosas pasan en su vida para que se rasguen la piel? Sus respuestas fueron:

^{*} término coloquial mexicano para describir a alguien creativo.

- ♦ Violencia: cuando los padres se pelean y golpean.
- ♦ Desahogo: cortándose, fumando mota, llorando.
- ♦ Incomprensión: por parte de los padres que no les prestan atención.
- ♦ Daño: por problemas o violencia de los padres.
- ♦ Dolor: sufrir por otra persona de la familia o pareja.
- ♦ Sufrimiento: porque los padres no los quieren o no tienen tiempo para los hijos.
- ♦ Infidelidad: de la pareja (adolescente).
- ♦ Problemas: cuando los padres no se entienden y al ver que discuten, los hijos se cortan.
- ♦ Problemas psicológicos: cuando los padres los descalifican y usan palabras humillantes hacia los hijos, o cuando los amigos se burlan de ellos.
- ♦ Problemas en la escuela: por discriminación de parte de los maestros y compañeros.
- ♦ Tristeza: por la muerte de un familiar, rechazo de amigos o de la pareja.
- ♦ Engaño: los padres guardan secretos.
- ♦ Depresión: muerte de familiares, presión de los padres en la escuela o con los amigos.
- ♦ Angustia: preocupación por los padres.
- ♦ Maltrato: en la escuela y en la casa.

De la entrevista, lxs participantes escogieron ciertas partes para representarlas. Al Final de la sesión en la que se tuvo lugar la representación de varias partes del problema, recogí algunos comentarios:

La adolescente que había representado Engaño mencionó que su personaje no era tan distante de su vida ya que muchas veces se

había sentido engañada en sus sentimientos hacia otras personas y que eso había sido un factor para cortarse

Este ejercicio me hizo darme cuenta que soy fuerte y que hay ocasiones en que veo engaños en mi casa y no he caído en cortarme los brazos ni las piernas, y lo que me da fortaleza es saber que tengo amigos que me cuidan y motivan, cuando ellos me regañan por lo que hacía, no me lo decían en mal plan, solo me lo decían porque me aprecian y eso no lo valoraba.

Quien representaba al Dolor dijo:

Desde la muerte de mi abuelita sentía que había perdido todo, pues ella me cuidaba cuando era niño mientras mi mamá trabajaba, el sentirme solo sin ella me dolía, pero no con dolor físico, me dolía dentro, aunque no sé describirlo. Ahora sé que ella me enseñó a ser valiente, a valorarme y que si ella estuviera conmigo me diría: “Eso no es lo que te enseñé”, me doy cuenta que si he recibido amor y qué mejor de ella que significa tanto para mí.

Los participantes en el grupo de “expertxs” comenzaron a opinar:

Hay ocasiones en que me sentía enojada y no me corté los brazos, jugar básquet o salir a caminar con mis amigxs por el malecón me ayuda a dejar de pensar en eso... a mí lo que me ayuda es escuchar música... y yo cuando me pongo a dibujar o cantar me ayuda a tranquilizarme y pienso que hay cosas que no están en mis manos poderlas resolver.

La experiencia grupal en el taller disfrutando y creciendo con mi Árbol de la vida fue una experiencia en la que los y las participantes reconocieron otras opciones para su vida; los conocimientos y habilidades que han tenido para poder enfrentar los problemas y cambiar su manera de responder a los mismos, aprendiendo a cuidarse y a verse a sí mismxs desde lo que valoran y desean para su vida. En el Árbol de la vida se recupera el conocimiento local o lo que las personas no han contado de su vida y que ahora se ha reflexionado; lo que representa la relación entre experiencia vivida-historia-actuación y las posibilidades que el conocimiento de sí mismx /reflexiones/nuevos significados generan en un territorio de posibilidades de identidad.

El taller del Árbol de la vida requiere conocimiento de la terapia narrativa puesto que las preguntas que se plantean en cada sección, conforman el proceso mismo que va desarrollando el conocimiento local de las historias de los y las participantes. Así uno de los desafíos para poder realizar estos talleres, tiene que ver con el poder capacitar a lxs profesionales para que puedan reproducir el proceso de la terapia narrativa grupal, puesto que se corre el riesgo de que pueda tomarse como un ejercicio o una técnica por desconocimiento y eso vaciaría de importancia el proceso mismo de creación de significados en la re-edición de la historia.

El mantenerse en contacto al finalizar el taller, es un aspecto importante para ofrecer apoyo si el problema regresara, en este caso se resolvió organizándose a través del uso de las redes sociales, en la modalidad de grupo cerrado, lo que ha permitido mantener un vínculo y contacto entre los y las participantes. En este grupo, está incluido el psicólogo escolar para estar al pendiente de las necesidades que puedan presentarse. Además, la experiencia de llevar a

cabo este taller señaló que no incluí un “resumen de habilidades y descubrimientos” aprendidos o identificados por cada participante para ubicarlo y entregarlo en el diploma como resumen de sus destrezas para el cambio. En el futuro realizaremos otros talleres que nos permitirán comparar resultados, con la inclusión o no, del ejercicio de lo ausente pero implícito y de la externalización grupal, haciendo investigación cualitativa del análisis de las relatorías de los descubrimientos narrados por los y las participantes, y nos dará una idea de los procesos generados a partir de la presente propuesta, para identificar lo transformativo de la historia que ayude a crear una apertura hacia otras historias de identidad que emerjan y que ayuden a enfrentar el problema de cortarse la piel.

BIBLIOGRAFÍA

- CAMPILLO, M. (2009). *Terapia narrativa: Autoaprendizaje y coaprendizaje grupal*. Xalapa: Ediciones Ollin
- CAMPILLO, M. (2012). “Keys to a subjutaed story: my favorite narrative therapy questions”. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work #1*. Adelaide, Dulwich Centre Publication.
- EPSTON, D. (1999) “Co-research: The making of an alternative knowledge”, Capítulo 16. En *Narrative Therapy and Community Work: A conference collection*. Dulwich Centre Publications 1999.
- DENBOROUGH, D. (2008) “The tree of life: Responding to vulnerable children”. En *Collective Narrative Practice: responding to individuals, groups and communities who have experience trauma*. Dulwich Centre Publications, Adelaide, Australia (Cap.4).

- DENBOROUGH, D. (2007) *The Team of Life* [DVD]. Adelaide: Dulwich Centre.
- ROTH, S. Y EPSTON, D. (1996) "Consulting the problem about the problematic relationship: an exercise for experiencing a relationship with an externalized problem". En: *Constructive Therapies, Vol 2*. Nueva York: Guilford, (pp. 148-162).
- VILLEGAS, V. Y CAMPILLO, M. (2013) *Terapia Narrativa como alternativa de intervención para el reconocimiento y cuidado del cuerpo en adolescentes de la Esc. Telesecundaria en Catemaco, Veracruz*. (Tesis de Especialidad), Centro de atención Psicológica a la Familia, Xalapa Veracruz, 2013. Comunicación Personal.
- WHITE, M. (2000) "Re-engaging with history: the absent but implicit". En *Reflections on Narrative Practice*. Adelaide: Dulwich Centre.

Escuchando las voces de la esperanza en niñas, niños y jóvenes que trabajan en las calles de México

Jacqueline Sigg

Nuestra lucha de hoy no significa necesariamente que logremos el cambio, pero sin ella, quizás futuras generaciones tendrán que luchar aún más.

Paulo Freire

Una primera mirada

Probablemente muchas y muchos de l@s que estamos involucrad@s en las prácticas narrativas lo estamos desde la curiosidad, o por el deseo de expandir nuestras preguntas y compartir nuestras experiencias de forma colaborativa. El caleidoscopio de imágenes y discursos evocados al pensar en l@s niñ@s que trabajan en las calles de cualquier país, quizás oscilen desde la injusticia, la violencia, la inequidad y la marginalización, hasta la solidaridad, la responsabilidad, la esperanza y la construcción de mundos posibles más justos e incluyentes.

Este texto pretende compartir extractos de una travesía narrativa emprendida con niñ@s y jóvenes que trabajan en las calles de México. Mis intenciones durante el tiempo de participación fueron,

por un lado, generar un espacio para que est@s chic@s ejercieran el derecho a tener voz en la construcción de sus historias, desde la “definición de sus propias experiencias y problemas, en sus propias palabras y bajo sus propios términos” (Denborough, 2014). Un segundo propósito fue engrosar, junto con sus familiares o cuidador@s, una identidad alejada de los discursos dominantes alrededor de “l@s niñ@s en situación de calle” y por último, crear una conversación externalizante (Sliep y CARE, 1996) que se presenta hacia el final de este escrito. Esta metodología colectiva, no sólo dio voz a las estrategias, los aprendizajes y el conocimiento que este grupo de chic@s construyó alrededor de la esperanza, sino también sobre los obstáculos que se interponen para mantenerla cercana a sus vidas y las estrategias para responder ante ellos. También puede esgrimirse como un medio para facilitar la articulación de los incipientes nuevos significados que cimentaron, distintos de las historias de opresión, en un contexto social participativo mediante su circulación con otros grupos similares en México y Latinoamérica.

En el entendido de que la práctica narrativa no se posiciona de manera neutral, me parece relevante recordar el contexto social que enmarca a México. Resulta impensable participar en escenarios atravesados por la pobreza sin sostener una postura ética orientada hacia la resistencia y la transformación de la exclusión, la subyugación y la totalización de la vida de niñas, niños y jóvenes en situación de calle como resultado de los procesos y de las prácticas de poder. Es indispensable visibilizar los efectos longitudinales de las múltiples formas de colonización en México, donde la pobreza, la inequidad y la privación social han sido naturalizadas y acompañadas por la construcción de narrativas binarias alrededor de l@s niñ@s y jóvenes “de la calle”, localizándoles en identidades dicotómicas entre víctimas y pequeños criminales (De Moura, 2002) .

Lo anterior nos invita no sólo a transformar los efectos que sobre ell@s ha tenido la captura discursiva dominante y, a partir de ahí, abrir las puertas a los discursos de posibilidad (Strong, 2012) y de historias alternativas, sino a re-pensar a nuestra comunidad de practicantes narrativ@s como un grupo de agentes que contribuyen no sólo a la generación de mayor bienestar, sino a la construcción de la justicia (Denborough, 2013).

En esta misma línea de pensamiento, la colaboración con estos grupos me acerca cada vez más a la propuesta de traducir y quizás articular la terapia narrativa como una “terapia de solidaridad” (Polanco, 2011).

Desde mi postura, actuar e incidir en estas poblaciones invita a recordar la solidaridad, a tenerla como antídoto en contra de la construcción diagnóstica unihistoriada por organizaciones internacionales y nacionales, quienes publican versiones sobre las vidas de niñas, niños y jóvenes en situación de calle y sugieren posibles intervenciones y respuestas apropiadas (De Moura, 2002), silenciando y aislando las voces de ell@s mism@s como actores de sus propias vidas.

El inicio hacia el camino de la solidaridad

A partir de mi formación previa a las prácticas narrativas como terapeuta de arte, TEPE. una ONG ubicada en la ciudad de Querétaro que apoya a “niñ@s en la calle”¹ de acuerdo a la clasificación de la UNICEF (1986) me invitó a facilitar dos talleres dentro de su organización a través del arte. Desde nuestro primer encuen-

¹ La clasificación “niñ@s en la calle” se refiere al grupo de infantes que mantienen ciertas conexiones familiares y que trabajan la mayor parte del tiempo en las calles sol@s o acompañando a sus padres.

tro, las descripciones recibidas sobre l@s integrantes de la institución, con el fin de tener un panorama para “orientar” los talleres, estaban construidas desde una lente-diagnóstico-psicopatológico totalizante: conductas antisociales, personalidad impulsiva, comunicación violenta, adicciones, disfunción y desintegración familiar, alcoholismo parental, violencia, promiscuidad, ausencia de la figura paterna, abuso infantil, irresponsabilidad materna, entre otros.

De la misma manera, los talleres a los que fui invitada a participar, surgían desde la misma lógica positivista “correctiva” sobre una posible solución a problemas internalizados: fomentar la autoestima y las habilidades sociales de esta población para lograr una mejor inserción y adaptación a las demandas de la sociedad.

Fue así que desde el primer momento surgieron los dilemas alrededor de las tecnologías de poder: ¿de qué manera podrían subvertirse estos discursos orientados a antecedentes personales, familiares y trayectorias de vida unilaterales, unihistoriadas y descontextualizadas evitando generar un “choque de valores” entre la mirada de la ONG y mi postura? ¿Cómo compartir a esta y otras instituciones la idea de que desde la lente-diagnóstico, l@s niñ@s y jóvenes son limitados no únicamente por las condiciones de “pobreza y situación de calle” sino que la identidad pre-construida a través de estos discursos les vuelve más vulnerables ante la violencia, el uso de drogas y el abandono? ¿Cómo mostrar que los efectos-diagnósticos limitan las direcciones existentes posibles a elegir y estrechan su experiencia a una vida circunscrita al juicio, al fracaso y a las delgadas conclusiones acerca de su valía como personas? ¿Qué taller ofrecer desde una postura descentralizada y colaborativa (White, 1997), sin siquiera haber charlado con l@s niñ@s y jóvenes, protagonistas principales de sus historias? ¿Cómo generar las condiciones y el contexto para hacer “exótico lo doméstico” en vez de “domesticar lo exótico”? (White, 2011).

Tomando en consideración que las historias son generadoras de significado y constitutivas de la identidad (Epston y White, 1990), decidí preguntarle a la coordinadora con quien conversaba sobre la historia de TEPE. La intención era encontrar algún evento extraordinario (White, 1991) como punto de partida hacia una historia alternativa que permitiera alejarnos de los discursos dominantes contruidos hacia l@s niñ@s y jóvenes y, a partir de ahí, elaborar una propuesta distinta a la alternativa de la psicología de la autoestima y las habilidades sociales.

Trece años atrás, un grupo de voluntari@s inició un programa de alfabetización para niñ@s que trabajaban en el mercado de Tepetate, localizado en un barrio de extrema pobreza en la ciudad de Querétaro. Después de algunos años se instituyeron como ONG y se nombraron TEPE, siglas con un doble significado. Por un lado, hace alusión a la forma local de nombrar el mercado (“mercado del Tepe”) y por el otro lado conforma el acrónimo: “Todos estamos por una esperanza”.

Desde la doble escucha (White, 2004), esta breve historia me sorprendió. Si la esperanza era parte de la construcción identitaria de la ONG, ofrecer un taller con el título “Platiquemos sobre la esperanza”, podría abrir las puertas para colaborar con l@s niñ@s y jóvenes en la construcción de historias alternativas a partir de este evento extraordinario. La coordinadora aceptó asombrada la propuesta señalando una paradoja: ni ella ni ninguna otra persona del equipo habían visibilizado la trascendencia que esta palabra, que l@s constituía como colectivo, pudiese tener tanto para l@s niñ@s y jóvenes, como también para el personal que integra la ONG, quienes continuamente en su trabajo —señaló— se enfrentaban al agotamiento, la desesperanza y la impotencia ante las experiencias de vida de much@s de est@s niñ@s. Pensé que, de manera indirecta, este proyecto también podría invitar a la organización a un proceso

de re-autoría (White, 2007), mismo que se dio una vez concluida mi participación en el taller con l@s chic@s.

“Platiquemos sobre la esperanza” fue el primer paso para crear un espacio donde las historias de las niñas, niños y jóvenes de TEPE pudieran contarse de formas que contribuyeran al fortalecimiento de su identidad (Wingard y Lester, 2001) y asimismo, los posicionara como los actores sociales (Veranda, 1999) de sus intenciones, propósitos y sueños, iniciando el andar hacia un camino alejado de la identidad subyugante de “l@s pobres”, “l@s víctimas” o “l@s criminales”.

El proceso colaborativo se desarrolló con treinta y dos niñ@s y jóvenes, entre los cuatro y los 17 años, en tres fases. La institución realizó una división por edades en cuatro grupos, lo que permitió, en la primera fase, tener cuatro conversaciones externalizantes (White, 2007) por grupo durante un mes. Con el uso del mapa de declaración de posición II (White, 2005) exploramos y engrosamos verbal y gráficamente la esperanza como puerta de entrada a historias alternativas de sí mism@s y de sus relaciones. A través del mapa de declaración de posición I (White, 2005) deconstruimos verbal y gráficamente los problemas y obstáculos nombrados como “el desmadre”² que han interferido con sus esperanzas, así como también exploramos las herramientas y estrategias para responder ante los mismos.

Me parece relevante hacer hincapié en que el proceso externalizante se desarrolló con una gran intensidad gracias a las virtudes de la creación artística. El uso libre de una diversidad de materiales y técnicas (incluyendo los grafitis), generó espacios para comuni-

² Diversión en la que sus participantes actúan con desenfreno, sin respeto a normas establecidas donde impera la falta de orden.

car y nombrar metafóricamente de manera espontánea, personal, no amenazante y lúdica, pensamientos y sentimientos que muchas veces resultarían difíciles de poner en palabras, haciendo visible lo invisible y manifestando lo silenciado (Malchiodi, 2003).

En la segunda fase, a partir del registro de las conversaciones de la primera etapa y con la intención de engrosar las historias preferidas sobre la esperanza, realicé un documento colectivo verbal acompañado por una exposición de las creaciones gráficas de l@s chic@s, invitando como testig@s extern@s (White, 2007) a sus madres y padres como público de los descubrimientos realizados alrededor del desmadre y la esperanza.

En la tercera fase, tomando como punto de partida el documento colectivo de l@s niños y jóvenes, así como el documento elaborado a partir de la utilización del mapa de testig@s extern@s, realicé la entrevista externalizante colectiva. Ésta además de tener, como se señaló con anterioridad, una intencionalidad futura para ser compartida y circulada con otros grupos en situaciones similares, fue presentada a l@s niñ@s y jóvenes con la finalidad de ampliar la conversación hacia la visibilización y, engrosamiento de sus iniciativas alrededor de las historias sobre la esperanza.

El proceso finalizó con la entrega a cada niña, niño y joven de un certificado por haber reconocido e invitado a la esperanza en sus vidas y por sus deseos de mantenerla cercana a sus acciones, pensamientos y sentimientos.

La entrevista externalizante colectiva: conversaciones con el desmadre y la esperanza

Esta entrevista está constituida desde la lógica de las categorías de preguntas que conforman el mapa de declaración de posición I y II (White, 2005). Las preguntas que conforman cada categoría se di-

rigen directamente a la esperanza y al desmadre y son éstos quienes las responden, transitando desde la negociación de una definición cercana al problema (desmadre) o al evento extraordinario (esperanza), pasando por el rastreo de los efectos que tanto el problema como el evento extraordinario puedan tener en la relación consigo mism@s, así como con las demás personas, hasta la tercera y cuarta categoría de preguntas: evaluando los efectos y justificando la evaluación.

El desmadre

¿Quién eres?

Soy el desmadre y me escabullo en sus vidas con una máscara atractiva de diversión y de que nada realmente importa cuando la pasan mal. Soy experto en no dejarles saber que las cosas que piensan y hacen bajo mi mandato les joden la vida. Les hago creer que soy su mejor opción, y que no importa si no tienen qué comer o si no han vendido nada en las calles; no importa si la policía l@s corre del parque, no importa sentir tanto odio y no importa estar sol@s.

¿Cuándo vienes?

L@s visito cuando no se sienten bien por pleitos o golpizas con sus papás o sus herman@s; cuando están mucho tiempo sol@s; cuando su jefa³ no está porque trabaja todo el día y al volver no tiene tiempo para jugar con l@s más pequeñ@s; cuando piensan que su jefe⁴ no l@s quiere porque no lo conocieron; cuando tienen que estar todo el día en la calle para vender, cuando tienen mucha hambre; cuando les ponen una madriza⁵.

³ Madre

⁴ Padre

⁵ Golpiza

¿Cómo te reconocemos?

Algun@s me consideran como un perro desmadroso: hago cosas que parecen cagadas⁶ pero al final, rompo todo en mil pedazos. Otras niñas y niños me reconocen cuando no escuchan a l@s maestras y están chiflando, cantando o fregando⁷ al que está al lado; cuando todo les vale madres⁸, cuando rompen cosas en la calle. Estoy ahí cuando mis aliadas: las drogas l@s invitan a inhalar resis⁹ o gasolina desde chiquit@s, o a tragarse unas tachas¹⁰ o reinas¹¹ cuando son más grandes. Cuando tienen sexo de formas violentas o cuando son irresponsables no usando condones y dejando a su novia de trece embarazada sin que les importe.

¿Qué pasa cuando estás cerca?

Al principio no mucho, todo parece divertido y les hago sentir como un@s chingon@s¹². Soy experto en asustar a la esperanza y la libertad que les dan las relaciones importantes, como cuando tienen novia. Cuando logro que una relación termine, como cuando la novia de uno de ustedes lo mandó a la chingada¹³ por las drogas, aprovecho que se sienten tristes y me aseguro que yo sí les haga compañía.

También logro que l@s corran de la escuela y entonces ustedes se sienten peor y yo mejor, porque me aseguro que me sigan necesitando.

⁶ Chistosas, divertidas

⁷ Molestando

⁸ No les importa

⁹ Pegamento líquido

¹⁰ Metanfetaminas

¹¹ Metanfetaminas

¹² Importantes, poderos@s

¹³ Terminar una relación con desprecio

Cuando estoy con la marihuana o el resis les hago actuar como pinches loc@s. Mis amigas las drogas les matan un chingo¹⁴ de neuronas y pueden alucinar cosas raras y tener miedo todo el tiempo, l@s chupa la bruja¹⁵, andan paranoic@s y piensan que la tira¹⁶ l@s persigue todo el tiempo. En una de esas hasta se matan de un pasón¹⁷ o en una bronca¹⁸. También expongo a las mujeres a que las violen cuando están en el viaje¹⁹.

¿Por qué te gusta estar cerca? ¿Por qué nos escoges?

Porque tengo una excusa perfecta con tanta pobreza, problemas en las familias, maltrato, hambre. Eso genera desconcierto, impotencia, a veces violencia y a mi me gusta mucho que las personas se sientan así. L@s escojo porque pretendo joder sus vidas, romper sus sueños y sus posibilidades.

¿Qué te hace fuerte?

Cuando sienten que valen un carajo²⁰ ante cualquier circunstancia: por ejemplo cuando una niña fue violada y no pudo gritar o denunciar porque estaba amenazada. Siempre, el silencio y los secretos ante lo que les pasa me hacen ser más chingón.

¹⁴ Muchas

¹⁵ Experimentar sentimientos de persecución como consecuencia del consumo de drogas

¹⁶ Policía

¹⁷ Sobredosis

¹⁸ Pelea

¹⁹ Bajo los efectos de la droga

²⁰ No valer nada

Mis amigas las drogas les hacen creer que las broncas en su cantón²¹ desaparecen o que no importa si se sienten sol@s. Se drogan para olvidar, pero la neta²² es que no funciona porque siguen con sus problemas y luego nomás quieren seguir drogándose y así me aseguro que voy a permanecer.

¿Qué te debilita?

Cuando se dan cuenta que si me quedo cerca, el futuro será igual que ahora: trabajando en la calle. Cuando pierden a sus amig@s porque se los chupó la bruja de un pasón y se dan cuenta que es por mi culpa y que no quieren que les pase lo mismo. Cuando algo de lo que están estudiando o haciendo les interesa y creen que lo pueden hacer mejor.

Otras cosas que realmente me alejan son: cuando a pesar de sentirse sol@s juegan una “cascarita de fut”²³. Acudir con personas que los apoyen para mantenerse lejos de mí, significa mi fin. También escuché a un joven decir que cuando se propone estudiar, realmente lo hace, le sale bien, se siente contento y su jefa lo apoya. Este joven piensa en su jefa como un ejemplo, porque ahora ella está estudiando la primaria aunque ya sea una adulta. Ella lo hace para conseguir mejores trabajos y le dice a su hijo que se esfuerce mucho y tome su ejemplo.

También me hago pequeño cuando ustedes piensan en el ejemplo que les están dando a l@s más chiquit@s, porque no quisieran que vivieran lo que ustedes están viviendo.

²¹ Casa

²² La verdad

²³ Partido de fútbol

Y por sobre todas las cosas, me alejo cuando se dan cuenta que los problemas, la pobreza, el hambre y la injusticia no son suficientes para aniquilar sus sueños y que pueden hacer cosas como estudiar, cuidar a alguien más chiquito, apoyar a las maestras en TEPE, acompañar a su mamá al mercado, en vez de irse las vías del tren a inhalar resis.

La esperanza

¿Quién eres?

Me llamo esperanza y soy parte de los deseos que tod@s tienen cerca de su corazón.

¿Cuándo llegaste?

Algunos de ustedes creen que llegué desde que nacieron. Otros creen que llego cuando están cerca de su familia, sus amig@s y sus vecin@s pasando un buen rato cotorreando²⁴ y sintiendo mucho cariño.

¿Cómo te reconocemos? ¿Cómo sabemos que estás con nosotr@s?

Un@s niñ@s pequeñ@s me ven cuando están jugando con sus amig@s, sus herman@s o sus papás. Otr@s cuando van de paseo a visitar a su familia o amig@s o cuando cuidan un animal. Se sienten content@s y lo malo se ve más bonito.

También hay otras formas en que se dan cuenta quién soy yo. Algun@s piensan en mí como un animal que les gusta por sus características. Por ejemplo, pensar en las mariposas que se sienten suavécitas cuando una niña toca sus alas o imaginarse unos delfines sonrientes y juguetones, lo que les produce felicidad.

²⁴ Platicando

L@s jóvenes piensan que huelo como el viento, como la tierra húmeda, como fresas o mango. ¡Puras cosas ricas! Otra chica piensa en mí como una idea: siempre brindo una segunda oportunidad para ser alguien mejor en la vida.

¿Tienes compañía? ¿Qué te hace fuerte?

Tengo compañeras que me hacen aún más fuerte.

La felicidad, el amor al recibir un abrazo o al dar un abrazo a l@s herman@s, a l@s abuelit@s, las mamás, los papás. El cuidado, como cuando sus mamás les preparan una rica torta de huevo o como cuando, junto con su mamá, les dan agua a las plantas, las ponen al sol y cuidan que las gallinas no se las coman.

Algun@s jóvenes piensan que estoy cerca a través de una compañera: la confianza. A veces la confianza aparece a través de los ojos de otra persona, quien reconoce el esfuerzo que están haciendo para ser alguien en la vida, quien reconoce cuando son responsables al cuidar a l@s más pequeñ@s y se dan cuenta de las consecuencias de lo que hacen.

¿Qué pasa cuando estás cerca?

Una niña dijo que cuando está feliz me siente en su cuerpo, en su corazón y entonces siente deseos de bailar y bailar en vez de sentirse triste. Algun@s creen que puedo ser un apoyo a que las personas no sean maltratadas.

Cuando estoy cerca, l@s niñ@s y jóvenes saben que necesitan trabajar duro para alcanzar lo que se imaginan, lo que quieren porque depende de ellos lograrlo. Saber esto los hace sentir fuertes y segur@s.

¿Cuáles son tus intenciones? ¿Cuáles son tus sueños para l@s niñas y jóvenes?

Para algun@s, mis intenciones son que puedan seguir estudiando. Para otr@s, que persigan lo que más aman en su vida como ser jinetes, conductores de tráiler como sus papás, doctoras o futbolistas.

Pero también tengo otros sueños, como demostrar solidaridad a otr@s. Un joven lo expresó claramente: pensar en mí lo impulsa a apoyar a otr@s que también trabajan en las calles en vez de estudiar, o a aquéll@s que son aún menos afortunados, como los migrantes que siempre están cerca de las vías del tren mendigando comida.

También tengo el sueño de juntar a las personas como la familia, los amig@s o alguien del mercado para que se apoyen.

¿Qué te fortalece?

Compartir las historias y los sueños de l@s hij@s con sus madres. También me fortalece cuando las mamás conocen las formas en que sus hij@s han tratado de alejarse del desmadre para seguir estudiando o al unir la fuerza entre madres e hijas en no mantenerse silenciosas ante la violencia.

Me fortalece la unión, como por ejemplo cuando algunas mamás imaginan juntas diferentes cosas que pueden hacer con ustedes para acercarme. Me fortalece el que se pueda platicar, como cuando las mamás deciden, en vez de decir “cállate” deciden, hablar con ustedes de lo que necesitan, de cómo se sienten y de lo que piensan.

Escuché a una mamá compartir el pensamiento “la esperanza muere al último” y sí, es difícil que yo desaparezca por más que me quiera esconder el desmadre o la pobreza o la violencia. Quizás vale la pena mirarme como una niña me imagina: como una tortuga que camina despacito. Esto es tan importante de pensar... probablemente much@s de ustedes y sus madres querrán que las cosas se

resuelvan rápido en vez de pensar que todo lleva un ritmo propio y que las cosas se logran de a poquito.

Pensamientos finales

Deseo compartir en estas últimas líneas, dos aprendizajes puntuales que surgieron durante las seis semanas de colaboración en TEPE.

El primero, se relaciona con los medios a los que recurrí para sostenerme en momentos en los que las historias saturadas de problemas alrededor de la violencia, las adicciones, la injusticia y la pobreza, así como la entrada de las prácticas del “desmadre” durante los talleres, intentaban convencerme de que me encontraba en un laberinto sin salida. En este laberinto mi participación parecía irrelevante y yo creía no contar con las habilidades suficientes para hacer frente a tan complejos fenómenos.

Cuando el desmadre irrumpía en nuestro espacio (gritos, chillidos, golpes, entre muchos otros más) invité tanto a la externalización como al uso del ausente pero implícito²⁵ (White, 2000). No fue una tarea sencilla ni tampoco se llevó con éxito en cada ocasión, sin embargo ambos mapas permitieron usurpar el dominio del problema invitando, por un lado respuestas concretas para generar posibilidades de trabajo colaborativo y por el otro, la apertura a historias alternativas mediante respuestas como: “grito porque nadie me escucha”.

Por otra parte, me sostuvo el pensamiento de las muchas veces que hay que recorrer los caminos del trabajo comunitario para dar pasos, por más pequeños que parezcan, hacia la justicia y la trans-

²⁵ ¿Si ampliáramos la mirada de los gritos como una estrategia del desmadre para no escuchar nuevas historias y les preguntáramos de qué son testimonio, qué nos dirían?

formación social. Tomé fuerza, recobré el pulso y me mantuve alejada del fatalismo neoliberal (Freire, 1999) invitando a mi “club de vida de trabajo comunitario” conformado por muchas experiencias transitadas por colegas en poblaciones con profundas marcas de trauma. Generé un público con el cual compartir mis momentos de impotencia y desesperación, pensando en lo indispensable que es crear alianzas entre l@s practicantes de terapia narrativa para resistir al individualismo e invitar a la responsabilidad social colectiva y la solidaridad entre nosotr@s; para no transitar por estos dilemas en aislamiento sino compartir estrategias y engrosar las historias de nuestr@s consultantes al mismo tiempo que nuestras historias como practicantes.

El segundo aprendizaje se relaciona con la enorme responsabilidad de mantenerme siempre alerta hacia el patrocinio de fragmentos de las prácticas de poder desde mi posición de privilegio económico, étnico, educativo y social. Por ejemplo, en algunos momentos durante nuestras conversaciones, ciertas respuestas parecían surgidas desde la idea de: “te digo lo que creo quieres escuchar” más que provenir de su experiencia propia y de su conocimiento. Esto probablemente transparenta la resistencia de los chic@s a vivirse como “objeto de análisis”, revelándome que como miembro de la clase media, pocas veces he estado en el lugar de ser analizada y estudiada. Esto visibiliza también el privilegio que se nos ha otorgado a los profesionales de la salud mental para entender y diagnosticar la experiencia de l@s otr@s, situación que nos permite asumir, quizás con cierta presuntuosidad, que contamos con herramientas para contribuir en la vida de las personas. Transparentar esta situación de privilegio con l@s niñ@s y jóvenes, contribuyó a construir un camino hacia la horizontalidad y por lo tanto hacia la posibilidad de generar historias propias.

Sólo me queda compartirles mi esperanza de que esta experiencia abra las puertas para futuras conversaciones y participaciones hacia la acción social, dejándonos acompañar por el espíritu de aventura de Michael White y David Epston, abajo y a la izquierda, cerquita de nuestros corazones.

BIBLIOGRAFÍA

- DE MOURA, S. (2002). "The Social Construction of Street Children: Configurations and Implications". *British Journal of Social Work*, (32), 353-367.
- DENBOROUGH, D. (2013). "Healing and Justice Together. Searching for Narrative Justice." *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (3), 13-17.
- DENBOROUGH, D. (2014). *Retelling the stories of our lives: everyday narrative therapy to draw inspiration and transform experience*. New York: W.W. Norton.
- FREIRE, P. (1999). "Making history and unveiling oppression. From an interview". *Dulwich Centre Journal*, (3), 37-39.
- MALCHIODI, C. (2003): *Handbook of art therapy*. New York: The Guilford Press.
- SLIEP, Y. & CARE (1996). "Pang'ono pang'ono ndi mtolo – Little by little we make a bundle". Adelaide: Dulwich Centre Newsletter, (Number 3, Part 1), (3), 141-156.
- POLANCO, m. (2011). "Colouring Narrative Therapy's Solidarity" [Online Video]. Desde: <http://narrativetherapyonline.com/moodle/mod/resource/view.php?id=581>

- STRONG, T. (2012). "Talking about the DSM-V". *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (2), 54-63.
- UNICEF (1986). "Children in especially difficult circumstances." United Nations Children Fund, E/ICEJ/1986/L.3.
- VERANDA, W. (1999). "Associação Minha Rua Minha Casa: My Street My Home Association". *Dulwich Centre Journal*, (3), 20-23.
- WHITE, M. & EPSTON, D. (1990) *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton.
- WHITE, M. (1991). "Deconstruction and Therapy". *Dulwich Centre Newsletter*, (3), 21-40.
- WHITE, M. (1997). "The ethic of collaboration and de-centered practice. En: M. White, *Narratives of therapists lives*, pp. 193-206. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- WHITE, M. (2000). "Re-engaging with history: The absent but implicit. In M.White", *Reflections on Narrative Practice. Essays & Interviews* (pp. 35-58). Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- WHITE, M. (2004). "Working with people who are suffering the consequences of multiple trauma: A narrative perspective". *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (1), 45-76.
- WHITE, M. (2005). *Workshop Notes*. Publicadas en: www.dulwichcentre.com.au
- WHITE, M. (2007) *Maps of Narrative Practice*. New York: Norton. (Trad. cast. *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2016)
- WHITE, M. (2011). "Turning Points and the significance of Personal and Community Ethics". En White, M., *Narrative Practice: continuing*

the conversations, pp. 27-44. New York: Norton. (Trad. cast. *Práctica narrativa. La conversación continua*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones. 2015).

WINGARD, B. (2001). "Introduction and stories of life". En B. Wingard & J. Lester (Eds.). *Telling our stories in ways that make us stronger*. Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.

Conversaciones sobre Discapacidad

Marina González

Hace un par de años fui invitada a participar como co-terapeuta en una sesión de terapia con una mujer llamada Beti. La información que me dieron de ella fue:

Mujer llamada Beti, cuarenta y dos años, discapacidad mental, integrada a un mundo funcional. Desde que tiene veinte años vive sola en su departamento. Tiene una relación de pareja.

Mi intención, durante esa conversación, era centrarme en los saberes de Beti. Me descubrí sorprendida al escuchar cómo mis preguntas fueron respondidas desde la claridad. Vi cómo Beti sabía lo que era importante en su vida y, en su relato, escuché cómo estaba siendo tratada injustamente. Era un contraste que hizo mucha diferencia en mí. Evidenció cómo sus respuestas estaban llenas de conocimientos concretos. Le movía la indignación porque su autonomía estaba siendo ignorada, su privacidad quebrantada, y su capacidad para tomar decisiones era excluida.

Beti vive su vida de manera particular y muy propia. ¿Es que eso no corresponde al mundo funcional? ¿Cómo entendemos la funcionalidad del mundo? ¿Qué hace posible que gente como Beti no esté incluida? ¿Y quiénes son los que no están incluidos? Es el mito de la funcionalidad. No es sino hasta que nos reconocemos como “disfuncionales” que podemos resonar con los que supuestamente evidencian en mayor medida la disfuncionalidad.

¿Cómo se escucha? ¿Cómo se pregunta? ¿Cómo se visibiliza? ¿Cómo se nombran sus habilidades? ¿Cómo se documenta esto? Ése era el trabajo: poner atención a las habilidades de Beti, tanto las que se nombran, como las que no son nombradas, pero que tienen que ver con acciones que posibilitan una diferencia en su vida. Estos documentos se generaron dentro de las conversaciones narrativas, desde la experiencia y no desde el diagnóstico.

A continuación comparto las notas, tal cual están en mi cuaderno. La tachadura evidencia mi desacuerdo con ciertas formas de nombrar al otro. Las comillas hacen referencia a las palabras textuales de Beti:

Beti cuarenta y dos años, ~~está integrada a un mundo funcional~~

Desde que tiene veinte vive sola en su departamento.

Buen empleo, dieciocho años trabajando a nivel administrativo.

Trabaja en una aseguradora en donde hay una cultura contradictoria. Es ~~incluida~~ pero, por ejemplo, las personas en ~~integración~~ tienen un comedor separado.

Lunes, miércoles y jueves, ve a su marido.

Ocho años de novios, ocho años de casados, se conocen en un grupo sabatino.

Él no trabaja y tiene ~~mayor discapacidad~~, asiste a industrias protegidas.

Últimamente le reducen horas de asistencia.

Antes su marido, Álvaro, salía a las 3 pm, ahora a las 12:30.

A las 4:30 sale Beti.

Se va sola a Querétaro con él.

Han ido a España juntos con la familia de ella.

Se mueve por la ciudad en transporte público sola. Él no.
Estresada, siente angustia, preocupación, tristeza.
Desesperada por el tráfico.

No tienen la ~~capacidad~~ legal para casarse, pero hacen ceremonia y fiesta.

Ahora los suegros deciden quitarle a Álvaro.
Decisión externa que la afecta terriblemente.
Esto es a raíz de que él se cae y se lastima el pie... comienza a cambiar todo.

Ahora sólo pasan juntos de jueves a domingo.
Coraje.
Suegro diabético, cansado, no lo quieren llevar.

A continuación comparto la voz textual de Beti:

“Lo manejan como un muñeco de acción, y él es una gran persona. Yo no lo puedo obligar a hacer nada que él no quiera, él quiere su libertad, cuando está solo se aburre, se pierde”.

“Mi osito de peluche”.

“Le cambiaron el medicamento, me dicen, pero él necesita un monitor, yo soy su esposa”.

“Las otras personas están decidiendo por nosotros”.

“Si me están diciendo que lo cuide, que me paguen mi seguro social”.

“Es mi primer amor y el único amor, me llegó a mi vida”.

“Mis suegros me lo regalaron de cumpleaños”.

“Siento la tristeza en el estómago y en el corazón”.

“Ellos están ciegos”.

“Antes no le escondía nada y ahora sí tengo que esconderle Yakults¹ y té negro”.

“Me siento mal”.

“De chiquito no lo podían manejar y ahora menos”.

“Yo quisiera que Judith y Mina convenzan a mis suegros... pero, si nos vamos a reunir, que Mina y Judith vengán a mi departamento con mis papás y mis suegros . Hablar con mis suegros enfrente de nosotros”.

“Ellos dicen que necesitamos de apoyo”.

“Yo había pedido una monitora”

“Me da coraje que decidan por nosotros”.

“Me han hecho sentir culpable”.

“Yo no quiero que se acaben las vacaciones”.

Lo que se espera es que las personas nos integremos a un mundo funcional, y no se están proponiendo otras formas de estar. Es más una integración homogénea, se trata más bien, de una relación funcional con la diferencia. Me encontré con lo inesperado. El prejuicio habla más de dónde estamos nosotr@s que de dónde está la persona. Como terapeutas, tenemos el poder de dejar que ese prejuicio informe lo que sucede en una conversación. Pude poner el prejuicio a un lado y escuchar a Beti.

Cuando hablamos de integrarnos a un mundo funcional está implícito que existe un “mundo funcional”; que ese mundo es más deseable que otros mundos; y que las personas que no están dentro de él, deben de ser integradas.

¹ Es una bebida hecha a base de lácteos con lactobasilos que goza de gran popularidad en México.

Me interesó mucho escuchar todas las acciones concretas que Beti hace para vivir la vida en sus propios términos. Me interesó también colaborar con ella para que estas acciones estén vinculadas a sus sueños, esperanzas y valores, y a otras personas así como a otros momentos específicos en donde sus saberes de la vida han estado presentes. Al día de hoy, sigo colaborando en DOMUS Instituto de Autismo, apoyando a las familias y a l@s trabajadores de chic@s con TEA².

Traigo aquí las palabras de Juan Mar Medina, asesor de transición a la etapa adulta DOMUS³:

El concepto autismo tiene socialmente otra connotación. De repente hay estados de aislamiento, pero eso no define la experiencia. Lo manejamos como que viven en su propio mundo. Uno tendría que acercarse como se acerca a una experiencia nueva. Pero para acercarte a la experiencia autista tienes que sacrificar las ideas preconcebidas y tus puntos de vista, porque sólo son eso: tus puntos de vista. Acercarse desde su perspectiva. No forzar la suya para que quepa en la nuestra.

En 1943, Leo Kanner propone el nombre de autismo y, a pesar de que lo describió como un trastorno genético, influyen en él las ideas psicoanalíticas de la época y expone que el trastorno era producto de madres/padres frí@s, rígid@s y perfeccionistas (Wing 1997). En 1950, surge una teoría llamada la “hipótesis de la madre nevera”, en la que se atribuye la causa del autismo al trato frío de las madres.

² TEA: Trastorno del espectro autista.

³ DOMUS: Instituto de Autismo.

La imagen del niño meciéndose con una mirada perdida ha sido ampliamente difundida por los medios de comunicación. *Rain Man*, la película con Dustin Hoffman y Tom Cruise, promueve el cliché de que todos los niños autistas son genios, y muestra habilidades extraordinarias en un área. Estos son nuestros referentes al pensar en el trastorno del espectro autista (TEA). Si el problema ha sido construido colectivamente, la respuesta no puede ser individual.

Mi intención al escribir esto es reflexionar junt@s en términos críticos para poder abrirnos a la sorpresa con las personas que viven con TEA u otra forma de “dis-capacidad”. ¿A qué nos referimos con “mundo funcional”? ¿A qué nos referimos con integración? ¿Qué se deja fuera cuando se “integra”?

El lenguaje es importante. Nombrar a las personas y los lugares con ciertos términos crea realidades: *personas con discapacidad, organizaciones asistenciales para grupos vulnerables, personas con capacidades diferentes, centros educativos para personas con necesidades educativas especiales*. Y en este nombrar también se usan palabras que tienen más relación con estrategias, integración, inclusión, normalización.

La integración es construida desde el sistema hacia el sujeto entendido como objeto; muestra un movimiento desde afuera hacia el sujeto. ¿Por qué no pensar en términos de participación, donde el sujeto es el propio actor y no *el desviado*, otorgándole autonomía, responsabilidad individual y social, y no reproduciendo los conceptos de dependencia y limitación que otorgan a la diferencia un valor negativo...? (Fundación Invisibles, 2008)

El término discapacidad se construye desde una idea de “normalidad”. Cuando hablamos de integrar, dejamos de ver lo excepcional. ¿Cuántos de nosotros dejamos de ver por lo “normal”? ¿Cómo nos podemos encontrar desde nuestras diferencias y, así, hacer que este vínculo funcione desde mi particularidad y tu particularidad?

Definiendo la vivencia desde la experiencia.

L@s chic@s con TEA expresan lo siguiente:

“Todo el mundo está despierto, yo sigo soñando”.

“Siento que estoy muy disperso porque quiero resolver todos los problemas del mundo”.

“Tengo urgencia de hablar con alguien, hablar de lo que sea. Formar parte del clan, formar parte de algo, donde participen las demás personas”.

“En la escuela no tenía amigos, así que mi mente es mi amiga”.

“Pensándolo bien, DOMUS *sí me ayuda para eso del autismo*”.

“En esta hermosa noche invernal vamos a viajar a un lugar mágico, un lugar lleno de poder, valor, honor, amor, respeto, libertad, justicia, esperanza, amistad y gloria”.

Me comenta un papá de un chico con TEA:

“Me enferma que lo llamen discapacitado, él está más capacitado que sus hermanos que son ‘normales’ a vivir en un mundo rico de conocimiento. Le encanta leer, sabe todo acerca de los animales, ¿por qué a huevo⁴ quieren que sea como los demás?”

En el *Manual de los primeros 100 días* (Koegel et al., 2008) encontramos:

“¿Cómo se diagnostica el autismo?”

Actualmente no existe un examen médico para el autismo, un diagnóstico se basa en el comportamiento observado y en exámenes educativos y psicológicos. A medida que los síntomas del autismo varían, así también cambian las rutas para llegar a un diagnóstico”:

⁴ “A huevo” es una manera coloquial de decir “a la fuerza”, indicando que no hay otra opción.

Desde la experiencia de las personas que trabajan en DOMUS:

“Hay omisiones en este país... el autismo no existe en las políticas públicas”.

“Cuando conoces un autista conoces sólo UN autista”.

Judith Vaillard, Directora General de DOMUS

“Definimos a la persona cuando nombramos primero a la discapacidad y luego a la persona. Unos dicen: sí es discapacidad, sí, si lo es, lo es porque limita pero no es INCAPACIDAD”.

Laura Nadia Loza, Evaluación y Diagnóstico en DOMUS

“Para mí no es importante que la gente sepa la definición del DSM⁵. A ellos se les juzga por sus conductas o por sus acciones. Lo que me gustaría es que entendieran cómo es que ellos están percibiendo la situación o el contexto. Que se entendiera que no son personas agresivas o violentas sino que va más allá”.

Diego M. Reza, Coordinador de Diagnóstico y Evaluación

“Es sólo una condición de vida. Me gusta observarlos, escuchar para lograr detectar algo. Como persona, el silencio me gusta, el canal auditivo se reduce y te permite estar más atenta a todo lo que dicen. Puede ser un gesto, una mirada y por ahí puedes aprender. Tenemos que cambiar las fórmulas. Las etiquetas sólo estorban y te limitan. El problema es el cómo. ¿Cómo te digo que me duele el dedo? ¿Cómo te digo que no quiero entrar a esa fiesta porque hay mucho ruido?

¿Cómo te digo que me molesta esa luz? Es una “falla” en la comunicación con el otr@. Hay que entender lo complejo, más bien.

⁵ DSM: Manual de diagnóstico y estadística

No es que no te hagan caso, es que simplemente no pueden interpretar tu rostro”.

“Lo esencial es conocer y acercarte. ¿Por qué perderte la oportunidad de conocer más allá de una etiqueta?”

Eva Ruiz , Coordinadora Programa de Atención Adultos.

El colectivo Prácticas Narrativas Santiago de Chile (Pranas), define experiencia como todas esas partes de la vivencia que significamos.

A mí me da la sensación de que tratamos de conectar con un sólo hilo la experiencia completa de una cuerda; el hilito de todo lo que no se puede incluir con los ojos normativos. Pero veo, en estas conversaciones narrativas, que podemos reivindicar la cuerda entera. Los demás miembros que la componen hablan de acciones de cuidado, de momentos de solidaridad, de indignación, de acciones sociales, de resistencia, que hacen posible que los dos nos agarremos de la cuerda.

Las habilidades para vincularse en lo cotidiano

Las asesoras que acompañan a l@s niñ@s a las escuelas construyen su identidad laboral desde un lugar de aislamiento. Se invisibiliza su conocimiento local. En un taller, las asesoras compartieron lo siguiente acerca de sus experiencias:

“El reto de nosotras es que traes todo un estudio académico”.

“A la hora de la hora tienes que improvisar muchas cosas”:

“Nadie te pela⁶ en las escuelas, ni la directora , ni los maestros, somos su cuota de ‘integración’” .

“Tienes que usar habilidades que son natas y que es tu intuición. Lo que pasa es que estamos muy acostumbrados a darle valor

⁶ Pelar: expresión coloquial para decir que “te prestan atención”.

a lo académico, pero nuestro trabajo es sacar al chico adelante en su clase”.

“Sin recursos y sin apoyo. Eso lo hacemos solas sin el apoyo”.

“Con la mirada siempre de la compasión. A veces me siento aislada, incomprendida, y pienso: ¿sí sirvo para esto, o no sirvo para esto?”.

“Ves su rostro, y cómo miran la luz, cómo miran una sombra, o cómo dan vueltas, y logras ver algo que el resto de nosotros no vemos. Ojalá pudiéramos ofrecerles más momentos así en su vida. Para mí eso es calidad de vida. Me hacen revalorar lo que es importante”.

Eva Ruiz, Coordinadora Programa de Atención Adultos.

El conocimiento local es lo que construye el vínculo que soporta al niño en el día a día. ¿Cómo podemos entender la compleja función del asesor frente a dos mensajes aparentemente contradictorios? ¿Cómo es que la asesora puede cumplir con una función que exige por un lado, un enfoque colaborativo y por otro, uno enfocado en resultados?

Soluciones caseras. Historias que se dan de una forma usual bajo el ruido de los eventos.

Los saberes médicos hacen un gran ruido alrededor del autismo. La fragilidad del autismo y los diagnósticos llevan a la familia, en varias ocasiones, al contacto con el discurso médico. Pero cada especialista tiene su propio enfoque. Contrastando con este discurso está el de l@s médicos alternativ@s, que piensan en sanar en vez de curar, y toman en cuenta un enfoque espiritual en vez del inamovible saber médico, que coloca a l@s niñ@s autistas y a sus padres usualmente en situación de desventaja.

He observado cómo el personal de DOMUS desarrolla lo que llamo “soluciones caseras”, opciones prácticas que brindan mayor esperanza, y que a mi modo de ver, provienen de la resistencia a un discurso inamovible.

El doctor dijo que mi hijo iba a pegarse toda la vida, que nos acostumbráramos a vivir así. La verdad no nos acostumbramos nunca a que se auto-destruyera. ¡No! Es mi hijo, ¿cómo puedo no sentirlo? Si lo hubiéramos aceptado, nunca lo hubiera dejado de hacer. Para mí siempre fue una mortificación, pero algo en mí no me dejó hasta que lo logramos. Y no fue el único médico que nos lo dijo, fueron varios. Y mira, ya no se pega.

¿Que qué me llevó a seguir intentando? Mmm... pues que me canse de sentir dolor...

Madre de un chico con TEA de veintidós años
que no se pega desde los siete.

Me preocupa el exceso de medicamento, van dos veces que lo hospitalizamos, pero dicen que si no lo controlamos, no lo aceptan en la escuela “regular”. No sé qué prefiero, si verlo contento en descontrol, o la apatía y el adormecimiento de su persona cumpliendo un grado en la escuela.

¿Será que a fuerzas tiene que ir a la escuela?

Mamá de chico diagnosticado con TEA.

Las personas con TEA, sujetas, como cualquiera, a esa normalización médica, se instalan en una experiencia según la cual la medicina les ofrece la promesa permanentemente incumplida de su “rectificación”, de su rehabilitación, la promesa de una “cura” que las aproximará lo más posible a esa legitimidad corporal de las que han sido desposeídas. (Ferreira, 2009)

Las otras prácticas que no están siendo dichas

Las personas que trabajan en DOMUS se enfrentan a dilemas similares donde, por un lado, está el conocimiento experto por otro los discursos sociales sobre autismo y por otro más, el vínculo que desarrollan entre ell@s. En mi experiencia, lo que he podido notar es que a pesar de que estamos permead@s por ideas dominantes sobre el espectro autista, estas ideas no son aceptadas pasivamente. Se cuestionan, se modifican y resisten en lo cotidiano. Eso que llamamos cotidiano que no puede ser nombrado desde estos discursos dominantes.

A continuación, incluyo fragmentos de una entrevista realizada junto con A. Díaz, a Diego M. Reza, Coordinador de Diagnóstico y Evaluación.

Debido a la falta de roce social el comportamiento se hace atípico. Por eso los ven tan diferentes, porque no se apropian de otras formas. No se enriquecen de la perspectiva del otro, lo que hace un comportamiento muy peculiar.

El autismo aísla a las personas, mantiene un *yo*, el trabajo con el autismo es contribuir para crear un *nosotros*.

En la historia del autismo la cultura ha sido más determinante que la ciencia misma.

Si yo fuera a hablar con el *yo* de hace treinta años, el que empezaba a trabajar estos temas, me diría: ‘No te apegues tanto a los procedimientos. Da crédito, más crédito a tu intuición y a tu *feeling*, que al seguir procedimientos en donde lo que importaba más es el procedimiento que el niño, más el resultado cuantitativo que la intención que tenía el niño al tomar una acción’.

¿Qué te gustaría que otros supieran del autismo? Yo no me he encontrado a ninguna persona con autismo que no tenga potencial de desarrollo, deseos de conectar con otros, deseos de comunicar y que no esté interesado por el otro. He encontrado a personas con deseos de conectar, de comunicar pero con la falla del “cómo lo hago”. Se encuentran formas peculiares para hacerlo. Ahí entra la cultura. Los juzgamos cuando lo que nos manifiestan es un deseo de conectar pero no tienen los cómo. Los cómo nos los brinda el contacto continuo con los demás. Sin embargo a ellos, por esto, se les ha juzgado muy duramente.

La visión enfocada nos enfrenta con el mundo, mientras que la periférica nos envuelve en la carne del mundo.

Juhani Pallasmaa.

¿Qué puedo ver del mundo a través de una visión enfocada y normalizada ? ¿Qué estoy dejando de ver, de sentir, de tocar?

Beti dos años después

La encuentro tejiendo, dice que aprendió a hacerlo observando a su abuelita. Tiene tarjetas con su nombre y número telefónico para que la gente pueda pedir bufandas. Me muestra cómo le manda la ubicación de algún lugar o de algo, a su mamá por WhattsApp.

Me cuenta que se levanta a las 5 de la mañana a hacer ejercicio, el doctor le dijo que tenía que bajar de peso. Ella tomó la decisión de confiar en él, le cambiaron su dieta. En su bicicleta estacionaria pedalea durante una hora mientras ve dos de sus programas favoritos, eso aminora el tedio pero así, haciendo ejercicio, no tendrá que sacrificar lo que le gusta, como tomar el café con tres cucharaditas de azúcar porque ella “es dulce”, me dice. Cruza por una hora la ciudad en metro para llegar a su trabajo. Cuenta que en la estación

Balderas pierde como 10 minutos, llega tempranito también para no estresarse.

Hoy en día trabaja como auxiliar administrativa, donde pega fotos en las identificaciones de empleados, archiva documentos. El fin de semana va asistir a un evento de UNIDER en donde se organizan actividades socio-recreativas para personas con discapacidad. El domingo irá a visitar a su *Principessa*, su amiga desde hace veinticinco años. Irá hasta Ecatepec, es madrina del hijo de esta amiga. Me muestra la foto. Va a hornearle una tarta de nuez para su cumpleaños. Ella es incondicional, sabe confiar. Es una mujer que ama, vive la vida con mucha intensidad.

Vive en un mundo funcional, para ella. Hace que nuestra experiencia sólo sea la confirmación de un mundo funcional. Cuando le quitamos el poder, su autonomía, se vuelve un problema. Su vida no es un problema, se convierte en problema cuando queremos controlar su experiencia.

Le pregunto, ¿qué te gustaría que supieran de ti las personas que leen este texto?

Que trabajo para ayudar a los demás, lo he demostrado en Trico, en Moras, en Quality, en Teleperformance, tengo varias cartas de recomendación. Que vean que sí se puede, para que la gente aprenda de mí. Yo aprendí con la vida. Que no me tengan lástima. Tengo veinticinco años de independencia, tengo mi departamento, ahí tengo mis cosas, estoy libre, me puedo dormir a la hora que quiero. Hoy me voy a desvelar por que tengo que arreglar mi clóset.

Las personas no entienden mi comportamiento, sé que yo tengo una discapacidad. En el fondo de mi corazón yo no lo acepto. La terapia me ayuda a desahogarme y a estar más tranquila....

Cuando continuo la conversación sobre “dis-capacidad” sin buscar una sola verdad, sólo continuando el diálogo, puedo detenerme a observar cómo puede ser que otr@s experimentan la vida.⁷

Me asombra la importancia de las historias, el cómo influyen en la manera de ver la vida, de entender al otr@. Y cómo nuestra visión se vuelve periférica en vez de ser una visión enfocada, concentrada en un punto.

Beti me muestra una experiencia encarnada, que se enriquece cuando encuentro al otr@ en la resonancia. Cuando en sus historias veo una gama de experiencias con las que puedo identificarme. Cuando comparto perspectiva y resistencia ante estructuras de poder que encapsulan cualquier vivencia asignándole un sólo significado o reduciéndola a una sola historia. Me parece que deberíamos repensar la importancia de encontrarnos con el otr@ a través de su saber, sus habilidades y su experiencia encarnada.

Hacer vínculos, entretejer conexiones nutrientes con las personas que viven una realidad diferente a la nuestra. Invitar a momentos de atención para no perdernos de las varias texturas que nos da la negociación que hacemos de nuestro vivir con respecto al vivir del otr@. Esa es mi invitación desde este texto.

Presenciar estas múltiples historias, la cuerda completa, engrandece y articula mis entendimientos de amor, responsabilidad, solidaridad, fuerza, resistencia, alegría, creatividad, profundidad y emoción. Al narrar historias encontramos un mundo que surge de nuestra particularidad, que incluye todos los hilos de la cuerda,

⁷ Jacques Derrida refiere que cada argumento debe de ser cuestionado, de-construido, y Richard Rorty todavía va más lejos, cuando apunta que nuestro fin es hablar de las cosas pero de no llegar a ninguna conclusión, continuar con las conversaciones más que descubrir la verdad.

no de un pensamiento paradigmático, y eso nos abre posibilidades muy esperanzadoras.

Creo que no podemos vivir la experiencia del otr@ como un hilo aislado al que nunca nos vinculamos. Al contrario, es en la cuerda completa dónde al resonar con la experiencia del otr@ podemos concurrir y formar un vínculo que nos deje acompañar y ser acompañados.

BIBLIOGRAFÍA

- FERREIRA, M.A.V. (2009). "Discapacidad, corporalidad y dominación. La lógica de las imposiciones clínicas". XXVII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. VIII Jornadas de Sociología de la Universidad de Buenos Aires, Argentina. Asociación Latinoamericana de Sociología, Buenos Aires, Argentina.
- FUNDACIÓN INVISIBLES. (2008). "Qué termino usar al referirnos a la discapacidad". Consultado el 8 de mayo del 2013, de *Fundación Invisibles*: <http://www.invisibles.org.ar/archivos>
- KANNER, L. (1943) "Autistic disturbances of affective contact". *Nervous Child*, 2, 217-250.
- KOEGEL, L.K, ET AL. (2008) *Manual para los primeros 100 días*. Consultado el: 14 de agosto del 2013, de Autism Speaks: https://www.autismspeaks.org/docs/family_services_docs/manual_de_los_100_dias.pdf.
- WHITE, M. (2015) *Práctica Narrativa. La conversación continua*. Santiago de Chile: Pranas Chile Ediciones.

Colombia

(en EE.UU.)

La lucha de una mujer mexicana y su hijo

DE TRAMPAS DE VIDA A VENTAJAS DE VIDA

marcela polanco

Sebastián, de seis años de edad, es referido a terapia por su consejera escolar. Así nos conocimos. Según me cuenta María, la mamá de Sebastián, el referido se debe al descontento y a la preocupación de la maestra. Sebastián está en el primer grado de primaria en una escuela pública de San Antonio, Texas, EE.UU. En lo académico, de acuerdo con María, Sebastián es un genio pero en el aula, cuando le presta atención a la maestra, Sebastián refunfuña y protesta. Con sus compañeras/os unas veces pelea y pateo, y otras juega sin problema. Para Sebastián, como es de esperarse, esto tiene una explicación la que exhala con la perspicacia que le acompaña y con la firmeza que la situación se merece: “Allá, no nos han sacado a jugar ni a mí, ni a mis amigos.” De mayor gravedad, en más de una ocasión la maestra lo ha interrumpido en la lectura de su cuento favorito: *Ema, en la feria* (Sayers-Ward, 2000). Sebastián no deja pasar la oportunidad de poner en claro que su gusto por este cuento se debe a las palabras y a los dibujos específicamente de Ema y su gato.

Al contemplar la situación, María agradece el sentimiento de preocupación de la maestra. Algo petrificada sin embargo, María confiesa sus angustias vivenciales. Entre tantos modos de ser María sospecha que el de Sebastián parece haber “salido” del de ella. Aunque fácil-

mente otras personas podrían describir su carácter como un “genio explosivo” para María, “fuerte” es una palabra más precisa para ubicarlo. La precisión de las palabras es de particular importancia debido al gusto que Sebastián tiene hacia ellas tal como los poetas en el sueño de Helena Villagra, en el cuento de Galeano (2009). (Es probable que Sebastián le haya sacado este gusto por las palabras a su madre aunque ella no lo ha confirmado con certeza):

La casa de las palabras

A la casa de las palabras, soñó Helena Villagra, acudían los poetas. Las palabras, guardadas en viejos frascos de cristal, esperaban a los poetas y se les ofrecían, locas de ganas de ser elegidas: ellas rogaban a los poetas que las miraran, que las olieran, que las tocaran, que las lamieran. Los poetas abrían los frascos, probaban las palabras con el dedo y entonces se relamían o fruncían la nariz. Los poetas andaban en busca de palabras que no conocían, y también buscaban palabras que conocían y habían perdido.... (p. 7).

En el peor de los casos, María piensa que este Carácter Fuerte puede llevar a Sebastián a reprobar el año. Por esta razón, a María le pareció bueno y oportuno el referido de la consejera. María me dice que quiere evitar que con el paso del tiempo el Carácter Fuerte se le convierta en “una trampa de la vida” a Sebastián. Cómo evitar esto es algo sobre lo cual María tiene una sabiduría abismal, y esto parece llegarle a Sebastián como un golpe de verdad del que no tenía ni la menor sospecha. Suspendiendo su dibujo él pregunta: “¿y es que acaso la maestra, cuando estabas chiquitica, tampoco te sacaba a jugar, mamá?” La sabiduría de María empieza a florecer ante los ojos de Sebastián como si sus palabras se dibujaran sobre el brillo de sus pupilas.

Este no es precisamente ni el comienzo ni el final de este cuento. Adscribiéndome a una noción mítica y cíclica del tiempo, continuaré con el comienzo de este cuento más adelante pero no antes de establecer un contexto.

¿Quién cuenta y cómo se cuenta este cuento?

Si una/o se empeña, no habría más remedio que pensar que las vicisitudes de Sebastián y María ocurrieron en carne propia y con la fidelidad más absoluta. Este no es el caso. Tampoco es el caso de una representación fiel de los hechos *tal y como ocurrieron*. Sin embargo, éstas no son razones para desanimarse sino todo lo contrario (o al menos eso espero). Me explico: prometer tal fidelidad implicaría arrebatarle el derecho a Sebastián y a María de relatar sus propias “vivencias” (Fals Borda, 2008) y esto sería catastrófico. El respeto por su dignidad estaría implicado. Este es el testimonio de mi vivencia sobre mi trabajo junto con Sebastián y María. A estas alturas, seis meses después de la última de nuestras tres reuniones, el único acceso que tengo a esa situación vivencial es a través de sus resultados que han quedado ahora en mi vida (dejando de ser vivencias ajenas).

Debido a que no fue posible para Sebastián y María escribir sus cuentos (pero me dieron su permiso para incluirlos en el mío), aquí cuento sobre los resultados de esta vivencia ahora afincados en los vecindarios de la imaginación de mi memoria. Milan Kundera (2008) llamaría a ésta la “memoria poética” ubicada, metafóricamente, en la esquina de la eternidad en donde viven las reminiscencias que en el camino de la vida se han dejado atrás, unas encima de otras, haciendo de la vida algo real maravilloso¹. Estas reminis-

¹ Utilizo la expresión *real maravilloso* en su sentido de género literario en relación a la ética y estética del realismo mágico.

cencias dan cabida a elementos de realidades superpuestas por la gracia de elementos maravillosos, míticos, o fantásticos sin cuestionamiento alguno o sin sujetarse a estándares singulares de veracidad. En estos vecindarios de la imaginación, la visión tradicional del tiempo parece erosionarse y la noción de fidelidad al recuento de los hechos tal y como ocurrieron en carne propia, parece desvanecerse. Allí, el significado de *hechos históricos* toma otras formas y posibilidades incluso fantásticas.

En la memoria poética, los resultados de situaciones vivenciales, o lo histórico, parecieran quedarse en remojo de nostalgia e imaginación, adquiriendo así nuevas formas y significados tras dejar su constitución original. Estas nuevas constituciones no se consolidan sino hasta que se cuenten y cómo se cuenten (o cómo se escriban) (García Márquez, 2002) con las licencias literarias que esto permite y probando con los dedos esas palabras que están locas de ganas para ser elegidas. La ética y la estética en la selección de las palabras para recontar los resultados de vivencias maravillosas determinan sus nuevas vidas en el presente. Así, el arreglo gramatical del tiempo presente parece ser el más adecuado para contar cuentos de vivencias a pesar de que a éstas les hayan pasado los días, meses, o años.

Sin duda, mis reminiscencias sobre Sebastián y María son discrepantes de las posibles vivencias que él y ella pudieran tener en remojo en sus memorias, por más que las grabaciones de nuestras conversaciones sugieran lo contrario.

Una Posición Solidaria

La clarificación de la autoría de este cuento, además de respetar la dignidad de Sebastián y de María, responde a mis aspiraciones a asumir una posición solidaria como trato de hacerlo en mi trabajo. Basada en una ética del respeto y de la equidad en las diferencias,

mi posición está inspirada por deseos de contribución y por reconocimientos de la reciprocidad. En cuanto a la contribución, mi aspiración está atada a la intención de asumir responsabilidad por las circunstancias de privilegio que me corresponden (en ciertos contextos pero no en otros, tales como ser mujer en Colombia e inmigrante colombiana en EE.UU). Este es el privilegio de haber tenido acceso a la educación privada y bilingüe en Colombia, EE.UU. y Australia. Poner mi educación al servicio de la construcción de configuraciones solidarias es un asunto fundamental en lo personal. Por configuraciones solidarias me refiero a composiciones que son equitativas y que celebran el reconocimiento de las diferencias entre personas. Éstas están en contraposición a marcos discursivos coloniales que clasifican y marginalizan nuestras diferencias, resultando en nuestra explotación, opresión, negación, represión, y deshumanización. Esto es especialmente importante en mi trabajo con personas de segmentos sociales, económicos, raciales y/o políticamente desventajosos.

En mi deseo de contribución, desde mi posición solidaria como terapeuta, ando en la búsqueda constante de opciones para la creación de un contexto terapéutico descolonial (Pérez, 1999; Mignolo, 2005; Hernandez, 2013). Es decir, un contexto a partir del cual se puedan reconocer las clasificaciones sociales coloniales (de género, raza, orientación sexual, habilidades físicas, etc.) que, sin darnos cuenta, las ponemos usualmente en un altar para su veneración y las consideramos como universales y singulares (por ejemplo: lo masculino, lo blanco, lo heteronormal, etc.), sin darnos cuenta de sus implicaciones. Un contexto descolonial puede contribuir a dismantelar la retórica de proyectos coloniales que sutilmente se entran en nuestra selección de las palabras que utilizamos al cotar los cuentos de los resultados de nuestras vivencias personales. Un ejemplo

de proyectos coloniales se podría considerar como la prevalencia del uso gramatical del género masculino en las palabras, el cual, sin percatarnos, refuerza los patrones excluyentes y marginalizantes del patriarcado. Al discernir estos patrones coloniales, se abre la posibilidad de probar otras opciones prácticas, múltiples, contradictorias, transitorias e indígenas (locales) del cómo vivir en solidaridad con aquello que nos hace relamer el sabor de lo real maravilloso de nuestras vidas. Debido a la limitación de espacio, aquí me abstengo de proveer más detalles sobre la artesanía de la construcción de este contexto a través del rastreo de resultados de situaciones vivenciales, afincadas en nuestras memorias poéticas.

En cuanto al reconocimiento de la reciprocidad, en mi posición solidaria, me ha llevado a explorar opciones que asfixian tendencias caritativas que usualmente se establecen en relaciones entre una persona necesitada y una persona dotada. Considero que la caridad, en contraposición a la solidaridad, pone en tela de juicio el reconocimiento de que como personas somos agentes morales quienes, dadas las circunstancias, contamos con lo que se requiere para nuestra restitución y reconstrucción de proyectos personales, familiares, y/o comunitarios. Como terapeuta, he tenido el honor de ser testigo de las sabidurías y recursos culturales de las personas junto con quienes he trabajado, al ellas ponerlas en acción en búsqueda de su restitución personal y el de sus familias y comunidades.

Para continuar con el cuento de mi trabajo con Sebastián y María, me abstengo de enfocarme en descripciones sobre maromas clínicas con promesas de contribución, como lo hago en otras ocasiones. En vez, aquí enfatizo la reciprocidad. Es decir, doy cuenta de lo que aprendí de mis conversaciones con Sebastián y María; y de sus sabidurías acerca de *carácteres fuertes* en contextos de género, inmigración, y relaciones familiares de tal manera que no se vuelvan trampas de vida sino ventajas de vida.

El comienzo²

El referido de la consejera escolar lleva a Sebastián y a María al centro de servicios comunitarios de la Universidad Our Lady of The Lake, San Antonio. Allí trabajo algunas horas a la semana como terapeuta de la familia, adicional a mi trabajo como profesora asistente y directora del programa de Maestría en Terapia de la Familia en el departamento de psicología. El centro está ubicado en una zona habitada mayoritariamente por familias de origen México-americano y de recursos económicos limitados. Durante el corto tiempo que he vivido en San Antonio he aprendido algo sobre su atractivo y complejidad histórica. Como colombiana, San Antonio tiene un aire de familiaridad, probablemente debido al origen mexicano de su territorio y cultura. La complejidad de su historia posee tensiones territoriales y biculturales. La resistencia hacia la extinción cultural mexicana como territorio estadounidense se hace visible más allá de su composición demográfica; recuerdo a una mujer mexicana-americana comentar: “nosotras no cruzamos la frontera, la frontera nos cruzó por encima”.

Al entrar al cuarto de consulta, veo a María apoyándose en la mesa de vidrio completando los formularios de servicio del centro. A su lado, Sebastián está arrodillado en el suelo con la mitad de su cuerpo sobre la mesa mientras entierra su mano en la canasta de colores, al parecer buscando el color que le hace falta en su dibujo. En nuestro saludo, es evidente para mí el aire de familiaridad. Sin embargo, lo sutil en nuestros acentos me alertan de nuestras diferencias las cuales enfatizo.

² Mi participación en la conversación con María y Sebastián a través de mis preguntas y comentarios está fuertemente influida por mi entrenamiento en inglés en la terapia narrativa (White & Epston, 1990), y por mis intentos de reconcebir sus prácticas desde paradigmas colombianos/latinoamericanos.

Sebastián es “mexicano-texanito” y sus botas vaqueras lo confirman al levantarse un poco el pantalón para mostrármelas. María, de treinta y dos años, es nacida en el noreste de México y desde hace diez años vive con su familia en San Antonio. Sebastián no recuerda haber oído de Colombia. El nombre de “marcela” y mi acento no le parecen particularmente extranjeros. Él considera que perfectamente yo puedo pasar por mexicana y por este motivo no considera necesario o de su interés saber más sobre mis orígenes colombianos. Aun así, toma con buena disposición la tarea de corregirme o de preguntarme sobre alguna de mis palabras colombianas que él no reconozca o le suenen extrañas. No fue sino hasta más adelante en nuestra conversación que me di cuenta que esta tarea encajaba bien con nuestro interés común en las palabras. De Sebastián aprendí a utilizar la palabra *maestra*, en vez de *profesora*, *escuela* en vez de *colegio*, y *flojera* o *modorro* en vez de *pereza*.

El Carácter Fuerte

Tras notar el cuidado que le pone María a la selección de la palabra *fuerte* sin vacilar para caracterizar el Carácter, como si estuviéramos en la casa de las palabras del sueño de Helena Villagra, me pica la curiosidad de aprender cómo esta palabra le pertenece a éste carácter:

“María, me podrías contar un poquito sobre ¿qué te llama la atención de la palabra “fuerte” que te parece mejor que la palabra “explosiva” para referirte al Carácter?

María me cuenta sobre sus vivencias al ser criada en una casa mexicana, con su padre y hermano mayor siendo ambos “un poco machistas”. “Aún ahora, de treinta y dos años, divorciada y con un niño, ellos siempre dicen, ‘la niña, la niña.’ Todavía soy: ‘la niña de la casa’”. María vive con su mamá, papá, y hermano mayor, lo que

Sebastián explica en tono de denuncia y con la lucidez política que otros/as carecen con frecuencia:

“Porque no puedes pagar renta, porque no tienes dinero y no te pagan bien”.

Atrás en su historia, a los quince años, siendo la única mujer, María tiene responsabilidades en el cuidado de la casa y recibe cuidados especiales distintos a su hermano, lo cual cuenta con algo de crítica. Mientras su hermano mayor se la pasa en la calle de aquí a allá, a María no la dejan salir sola ni a la esquina. “¿Qué dirán?” Siempre dice la mamá de María. Hasta el día de hoy, aún en otro país, la opinión de los vecinos tiene bastante peso ante los ojos de su familia a pesar de que nadie se haya tomado el trabajo de ir a golpear en su puerta a preguntarles qué opinión les merece el estilo de vida que lleva su familia. “¿Acaso los vecinos no tienen nada mejor que hacer?”. María le pregunta a veces a su mamá en broma y con algo de sarcasmo. “Pero ahora, para ser una mujer, para tener que mantener un niño, tengo que trabajar, tengo que ser fuerte; pero mis papás [mamá y papá] no entienden eso”.

En este momento interrumpo a María. La broma que le hace a su mamá me intriga: “María, me da curiosidad por saber un poco más sobre la broma que le haces a tu mamá. Puedo estar equivocada, y por favor dime si es el caso. Me diste la impresión de que el ‘qué dirán’ no es algo que te preocupa ¿Es cierto?”

Esta pregunta me permitió aprender sobre las experiencias de María como inmigrante indocumentada en EE.UU.

En la frontera

Para María, en el Estados Unidos que ella ha conocido como inmigrante, las mujeres trabajan bien sean casadas o no casadas, lo cual anota como una diferencia significativa con el México que ella

conoce. Ella se divorció hace tres años y medio, y no tuvo otra opción que trabajar “en lo que fuera” con las limitaciones de su estatus migratorio. María trabaja en las noches limpiando oficinas. La mamá y el papá de María expresan constante preocupación por su horario de trabajo.

“A mí qué me va a importar qué puedan decir los vecinos de que yo llegue a la madrugada. Pueden pensar lo que les parezca, si es que van a estar levantados a esa hora”, dice María y continúa: “Yo no me quiero quedar sentada a que me caigan las cosas del cielo así que no me importa trabajar en lo que sea...”

Le pregunto a María: “Si en tu opinión las o los vecin@s pueden pensar lo que les parezca, ¿para ti qué cobra más importancia en vez de lo que ellos/as dirán?” “Trabajar y sostener al niño”, responde María.

Para este entonces, Sebastián está escuchando cuidadosamente a María. En este momento, empieza a treparse en María hasta colgarse de su cuello.

“Sebastián, ¿sabías que para tu mamá es importante trabajar para sostenerte?”.

La detallada lista de juguetes y ropa que María le ha comprado, incluyendo sus botas de vaquero, indican que Sebastián esta al corriente de la situación. María continúa:

“Todos los días lucho”.

“¿Eres una luchadora, como en la lucha libre, mamá?”. Le pregunta Sebastián.

“Sí. Pero no es fácil”.

“Y lloras, ¿verdad?”. Comenta Sebastián.

“Es tan difícil a veces. Yo nunca me la imaginé”.

María había completado cuatro años de estudios de medicina en México, y durante una de sus visitas a su familia, quienes habían

emigrado a San Antonio ya por algunos años, su papá la convenció de que se quedara. El papá de María argumentó sus razones: él y la mamá de María necesitaban la ayuda de María porque “se están poniendo viejos/as” y ya no pueden hacerse cargo de la casa. “Me cortaron las alas”, concluye María con algo de nostalgia en sus ojos. No pude haber pensado en una mejor analogía para considerar las implicaciones del no acceder a la educación.

“Te ves como una mujer luchadora, María, ¿aunque se te hayan cortado las alas?”. Le pregunto.

“Sí, claro”.

“¿Qué opinas de que tu mamá es una mujer luchadora, Sebastián?”.

“Está bien”.

“¿María, ¿la idea de la mujer luchadora tiene algo que ver con lo que me estabas contando hace un rato sobre el Carácter Fuerte?”

“Ah, sí”.

“¿Que palabra te parece que encaja mejor *lucha*, o *fuerte*?”

“Lucha” dice Sebastián.

“¿Y el Carácter de Lucha, tiene especial importancia para ti como mujer? Déjame y te explico un poco de dónde viene mi pregunta. Hace un rato me contaste también que creciste en un ambiente de ideas algo machistas. Tengo curiosidad de aprender un poco más sobre el lugar que tiene esta lucha para una mujer en un ambiente con estas ideas. Como colombiana, esto me parece interesantísimo”.

“Esto es lo que mis papás [mamá y papá] no entienden con la mentalidad mexicana”.

María me cuenta sobre las diferencias entre su manera de entender sus circunstancias tras estar expuesta a un nuevo contexto en EE.UU. María ha conocido a otras mujeres mexicano-americanas, quienes se ven como *mujeres* y no *niñas*, quienes no dependen de

una pareja masculina y quienes luchan por ellas mismas y sus hijos e hijas.

“Oye María, al comienzo de nuestras reuniones me habías contado que tenías algo de preocupación de que Sebastián sacara tu carácter fuerte; considerando que hemos establecido que tu Carácter de Lucha es de gran importancia para ti como mujer, y como mamá de Sebastián, especialmente habiendo crecido en un ambiente algo machista, ¿crees que ser una persona luchadora es una nueva mentalidad mexicana que quieres que Sebastián, como hombre, saque de ti?”

María responde con voz de pronóstico:

“Ah sí, por supuesto. Yo siempre le digo a Sebastián que el hombre y la mujer son iguales. Que cuando el crezca y tenga su esposa que va a tratarla como igual. Y va a estudiar y su esposa también. Yo no quiero que el crezca como un macho mexicano”.

“No, yo soy mexicano-texanito”; aclara Sebastián.

Le agradezco a Sebastián su aclaración y prosiguo con una pregunta para María:

“María, ¿crees que de alguna manera Sebastián ya te ha sacado este valor de igualdad del que he aprendido de ti hoy?”

María me cuenta que este valor de igualdad no aplica únicamente entre las diferencias entre hombre y mujer. Este incluye además tratar a todos y todas como iguales y con respeto. María ha visto que Sebastián practica este valor con el perro con quien viven: Tomás. Sebastián me informa que Tomás es de raza “cafecito”.

“Sebastián, ¿estás de acuerdo con tu mamá: Eres un mexicano-texanito luchador que cree en tratar a todos [y todas] por igual?”

“Sí, a Tomás le gusta jugar conmigo; él es mi mejor amigo, como Ema y su gato”.

Tomás los acompañaría a nuestra siguiente reunión pero María llamó a cancelar por su trabajo. Las cosas en la casa y en el colegio

“están bien” pero va a llamar otra vez para sacar una nueva cita porque Sebastián quiere que conozca a Tomás. Aún no he tenido el placer.

BIBLIOGRAFÍA

- FALS BORDA, O. (2008). *Una sociología sentipensante para América Latina*. Buenos Aires, Argentina: Clasco Editores.
- GARCÍA MÁRQUEZ, G. (2002). *Vivir para contarla*. Bogotá, D.C., Colombia: Editorial Norma.
- GALEANO, E. (2009). *El libro de los abrazos*. Madrid, España: Siglo Veintiuno de España Editores.
- KUNDERA, M. (2008). *The unbearable lightness of being* (M. Henry Heim, Trans.). New York, NY: Olive Edition. (Original work published 1984).
- HERNANDEZ, P. (2013). *A borderlands view of Latinos, Latin Americans and decolonization: Rethinking mental health*. Lamham, MD: Jayson Aronson.
- PÉREZ, E. (1999). *The decolonial imaginary: Writing Chicanas into history*. Bloomington, IN: Indiana University Press.
- MIGNOLO, W. (2005). *The idea of Latin America*. New York: Blackwell Publishing.
- SAYERS-WARD, U. (2000). *Ema, en la feria*. Education partners.
- WHITE, M; EPSTON, D. (1990) *Narrative Means to Therapeutic Ends*. W.W. Norton & Company, Inc. New York. USA. (Trad. cast. *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós. 1993).

EPÍLOGO

NARRATIVE PRACTICES ADELAIDE
HONRANDO EL LEGADO MICHAEL WHITE

Maggie Carey, Shona Russell, Ítalo Latorre-Gentoso

TRADUCCIÓN: Mónica Latorre-Gentoso

Ítalo: Con Carolina pensamos en el sentido y la importancia de este centro, Narrative Practices Adelaide, las intenciones de Michael...

Maggie: Las intenciones de las que Michael habló, fueron el resultado de varias discusiones un año antes del lanzamiento mismo del centro, que fue llamado inicialmente Adelaide Narrative Therapy Centre, nombre puesto por Michael. Fueron largas conversaciones alrededor de la mesa de desayuno en su casa. Había una nueva oportunidad de pensar de manera alternativa lo que debería ser un “centro”, que no fuera un “centro-centro”, esa era una de las cosas importantes para Michael. Era mucho más como un lugar pensado con la intención de unir otros centros y organizaciones alrededor del mundo, como una red de lugares que usaran otras ideas y prácticas, aunque basándose en las políticas de la experiencia de manera similar. Algo así era la imagen que tenía Michael, con un trabajo que resultaba muy horizontal realmente abierto a traer ideas diferentes, más ideas... tuvimos muchas conversaciones interesantes, ideas por afuera de intentar hacer las cosas como ya habían sido hechas.

Shona: Recuerdo a Michael hablando mucho en ese entonces respecto de su deseo de apoyar seriamente el trabajo de tantos otros centros de distintas culturas e idiomas que venían explorando la terapia narrativa. ¿Usaste la palabra “red”, Maggie? Sí, de tener una red de personas y una red de profesores y profesoras que apoyaran el desarrollo de la terapia narrativa en diferentes contextos. Comenzó en enero de 2008 y en ese tiempo nos invitó a Maggie, Rob Hall y a mí a unirnos. Por otra parte —y Maggie puede hablar más de esto, el sentido era desarrollar las ideas que contribuían a la terapia narrativa. Nos interesaban mucho las diferentes formas y diferentes culturas que podían contribuir de manera que la terapia narrativa continuara siendo responsiva a lo que ocurría en el mundo y no se quedara estática. ¿Algo que decir de eso, Maggie?

M: Sí, la importancia de que las ideas y prácticas narrativas eran utilizadas en otros contextos locales y la importancia de que fueran moldeadas por el contexto local de cada lugar. Ver qué ocurría en Latinoamérica. Había conversaciones con Marcela Polanco en relación a esto...

S: Creo que ese es un ejemplo fantástico, porque la manera en que Marcela ha contribuido a mirar de manera muy cercana la terapia narrativa, tal como fue descrita en los *Mapas de la práctica narrativa**, y observó el uso del lenguaje con mirada microscópica para hacerlo alcanzable a las culturas latinoamericanas, es realmente inspirador. Una de las cosas que resaltan de esto a mi parecer, es el uso del lenguaje, por ejemplo, la palabra *reauthoring*, que tiene

* White, M. (2016) *Mapas de la práctica narrativa*. Santiago de Chile: PRANAS Chile Ediciones.

un significado particular en inglés, aunque no es formalmente una palabra en inglés, en un contexto latinoamericano puede significar algo bastante diferente. marcela, en colaboración con otras personas, están en la búsqueda de nombrar las intenciones y prácticas de la narrativa desde una mirada latinoamericana, así, *reauthoring* se puede transformar en una frase completa, rica en lenguaje mítico o conexiones con la tierra por ejemplo, pero aún más importante es que está incrustada en una conciencia política de lo que ocurre en cada país, Colombia en su caso, u otros lugares con avances significativos en la práctica narrativa como México y Chile que están tratando de asimilar las circunstancias políticas y los contextos en los que la terapia narrativa está siendo usada.

M: El trabajo de marcela es una respuesta a su propia experiencia a partir de sentir que sus habilidades o saberes dentro de las prácticas narrativas habían sido colonizadas por el inglés. Para nosotrxs es importante que personas en sus diferentes contextos locales no tengan un significado estático de las prácticas y las ideas que circulan, nos interesa que el trabajo se transforme en algo vivo, permaneciendo atentxs siempre al riesgo de colonizar a otras culturas. Ese es un giro muy importante en términos de pensamiento, querer apoyar y ser capaces de sustentar las maneras de trabajo en otros lugares.

S: Hay un ejemplo de nuestro propio trabajo también. Maggie y yo nos hemos involucrado por más de diez años con aborígenes quienes son trabajadorxs de salud mental, en un diplomado de dos años, donde la terapia narrativa es el marco para el trabajo terapéutico y comunitario. Nos hemos interesado mucho en cómo esto moldea nuestra propia comprensión del trabajo que hacemos, además de nuestras prácticas educativas. Con el firme incentivo de David

Epston, hemos escrito al respecto y hemos descrito una pedagogía narrativa, la cual creo que es un ejemplo de la manera en que la terapia narrativa no ha quedado estática sino que sigue en movimiento y cambio, continuando con el intento de ser responsiva a un rango amplio de contextos diversos. Ha sido un emocionante trabajo para Maggie y para mí y nos ha tomado un largo período de tiempo revisarlo. Queremos rendir cuentas cuando enseñamos en otros contextos y no llevar la terapia narrativa como una prescripción.

Í: Y además de la enseñanza ¿Cuáles podrían ser otras formas de colaboración con Latinoamérica? ¿Involucrarse en proyectos por ejemplo?

M: ¡Sí! Eso puede ser muy alentador. Creo que puede ser una forma de tener una conexión o una relación con diferentes centros, trabajando hombro con hombro e involucrándose con algo que esté pasando a nivel local, puede de hecho ser un giro al riesgo de imponer ideas y prácticas desde nuestros puntos de vista. Las conversaciones que pueden ocurrir en esos contextos pueden ser la base para la exploración conjunta continua.

S: Un ejemplo de esto puede ser, para mí, la primera vez que viajé a Chile a trabajar con Carlos Clavijo de la Universidad de Valparaíso. Pedí si podía conocer un par de centros antes de enseñar. La intención de esto fue tratar de tener una apreciación del trabajo que la gente estaba haciendo y una apreciación de las dificultades que enfrentan en sus contextos particulares, antes de abordar la enseñanza. Uno de los centros que visité fue un refugio para niños, niñas y mujeres que habían vivido violencia dentro de sus familias y el otro, fue un equipo de profesionales trabajando con los efectos

delabuso. Esto es una extensión de lo que dice Maggie, podemos interesarnos por pasar tiempo con personas en contextos diferentes al nuestro para poder apreciar lo que ellas y ellos hacen, y eso dará forma a lo que pensemos que podría ser relevante para la enseñanza. Pienso que cuando es posible hacer estas cosas, puede ser realmente significativo.

Í: Todo esto tiene tanto sentido para mí pero me hace pensar, por ejemplo, si alguien está leyendo este libro y se pregunta: ¿por qué todo esto es importante?, ¿por qué la narrativa es tan importante?, ¿por qué es importante respetar el conocimiento local?, ¿por qué es tan importante para ustedes y cuáles son los efectos de este trabajo?

M: ¡Dios mío! ¡¿Por qué podría no serlo?! (risas). Tú puedes empezar, Shona...

S: Yo diré algo y después Maggie se puede desahogar porque hay tanto en respuesta a esta pregunta. Yo inmediatamente regresé al primerísimo artículo que Michael y David (Epston) escribieron juntos hace treinta años sobre la importancia del conocimiento, y lo que ahí hacen: preguntarse qué es en realidad el conocimiento y de quién sería el conocimiento que estuviese al centro de nuestras conversaciones. Entonces hablan de cómo hacer que la persona que está al centro del relato pueda convertirse en conocedora de su propia vida en términos de género, cultura, sexualidad, etcétera. Una de las llaves y pilares de la aproximación narrativa es tener un vital interés en lo que las personas tienen que decir sobre sus propias vidas, lo que está ocurriendo en éstas y lo que las personas quieren que sea diferente en sus propias vidas. Esto es increíblemente significativo en relación a la cultura y a cómo trabajamos cuando nos invitan al

interior de otras culturas. Eso es sólo una reflexión relacionada a tu pregunta.

M: No podemos pasar por alto el pensar respecto del poder que da forma a esos significados que las personas otorgan a sus propias vidas y de cómo las personas son subyugadas a descripciones de quiénes son, que dan cuenta de quiénes son, a partir de ideas que circulan como verdades. La oportunidad de visibilizar en nuestro trabajo que esas ideas son discursos, historias, formas de describir a las personas, que no provienen de ellas sino que vienen de historias de algunas personas que tuvieron más poder para decir qué era real o correcto o bueno o el deber ser de otras, es una imposición del poder que no nos viene bien a nosotras. El imponer tu significado sobre otra persona, sobre su vida y su experiencia, conocer las consecuencias de ello, los efectos de ser construido de maneras marginadoras, o minimizadoras, o que disminuyan la importancia del sentido de ti mismo, simplemente no parece ser correcto. Creo que lo que la aproximación narrativa ofrece es una oportunidad de que la gente vea esas historias y que se desdibuje el efecto de las mismas, para que haya oportunidad de que la gente llegue a sus propias formas de conocimiento: cómo quieren describirse, cómo quieren hablar de lo que es significativo o importante en sus vidas, lo significativo de ellas, sin ser subyugadas por alguien más. Ese análisis de las relaciones de poder y el tema de que siempre estamos en la situación de moldear la experiencia de otras personas, aunque sabiendo que eso no está bien o que es minimizante, que daña el sentido que las personas tienen de sí mismas, nos permite monitorearnos para no usar las habilidades y el poder que tenemos para minimizar a las personas, y poder usarlo para apoyarlas (en terapia o en nuestras relaciones con la comunidad) a llegar a su propio saber, su propia *expertise*.

S: Es realmente un giro radical, el impacto que ha tenido en la historia occidental la búsqueda de la verdad científica. Estas posiciones son claramente diferentes y me interesa la manera en que ambos, Michael y David, indagaron profusamente en la antropología para tener un entendimiento distinto de los procesos de construcción de significado. Hubo así, una vuelta a las historias de vida, las historias de la gente respecto de sus propias vidas. Este punto de inflexión desecha las ideas de la búsqueda científica de la verdad. Pienso que tenemos mucha claridad respecto del posicionamiento de la terapia narrativa en un período particular de la historia, donde se ha hecho realmente relevante e importante no buscar una verdad única, sino apreciar el hecho de que existen significados que son moldeados por un número de factores y que sólo podemos apreciarlos desde la posición investigativa y de no saber.

M: Y esto está construido dentro de las tradiciones de exploración de la antropología cultural y a través de la filosofía francesa postestructuralista: Foucault, Derrida, Deleuze y de exploraciones de cómo se crea el significado de la vida. La narrativa está en buena parte construida en tradiciones exploratorias en lugar de impositivas.

S: Pero para volver un poco a la pregunta, creo que esa es un área donde Maggie y yo hemos estado interesadas y activas con otros centros. ¿Puedes hablar en particular de esto en relación a tu trabajo en Escandinavia, donde ha habido gran interés por la filosofía y la manera en la que te has vinculado con otras personas en esas exploraciones que siguen contribuyendo a darle forma a la terapia narrativa?

M: Son interesantes las tradiciones de pensamiento con las que las personas llegan a un entrenamiento o a experimentar cualquier tipo de encuentro con las ideas narrativas. En Escandinavia y otras partes de Europa como Francia, estudiar psicología por ejemplo, involucra mucho a la filosofía y hay mucho de filosofía en todas las áreas de las ciencias sociales, en especial en relación a la construcción de significado, cómo damos sentido y significado a las cosas. En Escandinavia existe también un ideal social democrático que ha dado forma a la experiencia cotidiana por un largo tiempo, entonces creo que en esa parte del mundo, se experimenta un enganche muy rápido y fácil con la narrativa como práctica, pues coincide con esa forma de pensar sobre la vida, y eso significa que estas ideas han podido de manera rápida formar parte de la práctica cotidiana en organizaciones, en el sector de bienestar social y en la psicología, transformándose mayormente en la forma de hacer las cosas. Me pregunto si fue parecida tu experiencia en Chile, Shona, me acuerdo que llegaste muy entusiasmada, especialmente con l@s más jóvenes que tenían un sentido real de las políticas de vida, de las políticas del poder...

S: Sí, recuerdo haber estado muy entusiasmada y se me viene a la cabeza un encuentro en particular en la Facultad de Psicología. Mis experiencias anteriores de reuniones en facultades de psicología se daban más bien cuestionamientos a las filosofías postestructuralistas, pero en esta reunión lo que se discutía encajaba mucho con el cómo yo entendía las intenciones de la terapia narrativa dándose un acuerdo impresionante.

Carlos decía: “yo creo que la narrativa nos puede entregar en la práctica lo que han sido nuestras intenciones para el trabajo”. Sus colegas en psicología tenían claridad y habían leído ampliamente al

respecto. Querían traer a la enseñanza de la psicología las operaciones de poder, la conciencia en relación a las experiencias de opresión vividas por la gente, el contexto particular de Chile. Su inspiración y determinación se relacionaban con que la aproximación terapéutica que querían enseñar, que no fuera una que moldeara la identidad como lo hacía la versión norteamericana de la psicología, pues decían, “tenemos una distinta política de vida”.

A través de mi trabajo en Adelaide en respuesta a los efectos de abuso sexual y violencia, he estado inmersa en la reflexión respecto de las relaciones de poder y cómo la terapia podía rendir cuentas de esas mismas relaciones de poder, entonces realmente me inspiró.

Lo segundo, y probablemente más importante aún, es que en nuestro propio país ha habido una política de opresión significativa a través de la colonización. Es una historia diferente, pero hemos pensado y seguimos pensando mucho en ella. Así que en efecto, estaba muy entusiasmada de encontrar esta energía y este deseo de buscar la aplicación práctica de la política de la experiencia y de compartir el entusiasmo de que la aproximación narrativa puede entregar una aplicación práctica para ello...

M: Es interesante como resulta tan diferente en Norteamérica, cómo el pragmatismo científico es el fondo o el piso de las ideas en ese país. Siempre hemos estado algo sorprendidos con la invisibilización de las políticas de la experiencia en esa parte del mundo.

S: Y si vemos como dice Maggie, las tradiciones del pensamiento con la que contribuyen los historiadores de las ideas como Foucault, entonces no estamos sólo mirando o viendo operaciones de poder, sino que también tenemos un gran interés en las respuestas con las que las personas hacen frente a esas operaciones y eso se

transforma en el interés central del trabajo terapéutico. No sólo cómo las personas han sido sujetas de las operaciones del poder, sino que también cómo han sido activas respondiendo a lo que han sido subyugadas.

M: Oportunidades de resistencia y protesta, por lo que esto es la base de la aproximación narrativa, el encontrar esos puntos de entrada a estas otras historias de ser capaces de resistir la operaciones del poder.

Í: ¿Cuáles son los efectos de esto en el mundo, en las relaciones de las personas?

M: Contribuir con el desarrollo del sentido de agencia personal, ver a las personas comenzar a dirigir sus vidas; que se muevan dentro de su vida, que dirijan su vida y relaciones hacia a estas historias sorprendentes que han sido subyugadas. Creo que lo divertido y la alegría del trabajo está en que escuchamos historias increíbles y sorprendentes, historias de las maneras en que las personas se han aferrado a un deseo o esperanza de lo que su vida podría ser, o a sus entendimientos de lo que es correcto y de cómo quieren vivir sus vidas, lo que está bien para ellas, lo que valoran en la vida. Así que nos toca escuchar historias sorprendentes. Pienso sobre tu pregunta respecto del por qué hacemos esto, de por qué es importante y creo que tiene que haber un sentido de resonancia con la idea de que las personas tienen el derecho de vivir vidas libres de ataduras y de constricciones.

Í: Tengo la impresión que diferentes tipos de terapias, de alguna manera venden la idea de “las soluciones” o las “respuestas para la vida”. Creo que la práctica narrativa alienta a las personas hacia un

proceso continuo y esto implica un compromiso, es como una postura frente a la vida, una posición en la vida, un esfuerzo continuo para hacer algo, para responder de alguna forma...

M: Me haces pensar en esta excelente distinción que le interesó a Michael, inspirado en Deleuze, entre “ser” y “volviéndose”*. En efecto, estamos siempre en el proceso de estar siendo, volviéndonos en las personas a las que las historias nos acercan, no es un lugar al que llegamos y que nos defina en ser eso. Es un viaje continuo y creo que la narrativa ofrece ese sentido de continuidad. Y esas son las historias que se desarrollan, que tienen un continuo en ellas, que no están fijas. Es el cómo respondes, a qué estás respondiendo, qué es aquello que da forma a las direcciones que decides tomar, cuál o cuáles son los relatos que le están dando forma a tu vida.

Í: ¿Qué piensan que podrían compartir con quienes lean esta entrevista, de toda su experiencia en conjunto con Michael y qué creen qué pueda servir para pensar en el desarrollo de nuevas maneras de trabajo?

S: Quiero comenzar mi respuesta de la siguiente manera. Es una historia muy preciada de ya veinte años para Maggie, Rob y para mí, que se conecta con estudiar terapia narrativa, así como de trabajar una historia al lado de Michael, con él, además de tener una amistad cercana, apoyando su trabajo, en particular en lo que se refiere a enseñar.

Una cosa que yo no puedo hacer es entramparme en una comparación con Michael, porque pienso que fuimos increíblemente afortunados, y el mundo lo fue, de haber tenido su contribución

* Being and becoming.

por tanto tiempo. No tendremos otro Michael. Y pienso que puede ser una invitación a decir “nunca será lo mismo sin Michael”, claro que no será igual, pero eso no significa que se detenga. Creo que el legado más importante de Michael es que su propuesta siguiera en desarrollo, que todas las personas en los centros alrededor del mundo, siguieran trabajando en paralelo por años en estas visiones, y continuaran siendo responsivos con aquello que esté pasando en el mundo que los rodea. Creo que eso es como nosotrxs hemos continuado nuestro trabajo. Esa es una de las maneras en que puedo responder tu pregunta. Si somos serixs ante el intento de ser sensibles a las dificultades y las luchas que las personas tienen, en el contexto de la política de la experiencia, entonces tendremos que seguir buscando nuevas formas para responder a estos temas, porque hay un constante cambio en el mundo. Yo veo ejemplos sorprendentes de esto, el caso en México: con diferentes grupos en diferentes partes del país, haciendo un trabajo tan responsivo, inspirador y creativo, una demostración muy clara de la ética, tal como yo la entiendo, pero también una nueva y sensible manera de responder a los dilemas que las personas se encuentran enfrentando en su trabajo. Por eso no puedo sentirme identificada con la idea de que nada está pasando en terapia narrativa. Lo que Michael no quería era ser la “figura única”. Tal como Maggie dijo al inicio de esta entrevista, nos insistió en comenzar a descentralizar su influencia, de manera que él pudiera posicionarse nuevamente más en el trabajo y desde ese trabajo inspirarse para pensar y escribir más, y eso es parte de aquello con lo que nos comprometimos. Lo primero y lo más importante, es que yo me veo a mí misma siempre como practicante y los aprendizajes para mí, vienen de los relatos de las personas con quienes trabajo... pero cedo a Maggie la palabra, es tan grande la pregunta que hiciste...

M: Michael me dijo tantas veces que lo que no es posible ni deseable es que las personas piensen que simplemente podían reproducir. La práctica está más bien basada en las particularidades de la experiencia y no en las generalidades. No cabe duda de que Michael aportó con maravillosas ideas y muchas lecturas relevantes, sin embargo lo que siempre priorizó fue la práctica, cómo llevar estas ideas a la práctica terapéutica con familias, parejas, individuos, etcétera. Cómo esas grandes ideas podían contribuir o qué efecto podían tener aquí, en el trabajo. Esta es una aproximación que salió desde la práctica. Michael no las sacó de algún otro campo de trabajo y las aplicó, fueron desarrolladas en conversaciones, conversaciones terapéuticas con personas. Entonces es encontrar formas de tener conversaciones que sean significativas para las personas, para la experiencia local y el contexto cambiante.

Creo que algo de eso, en varias partes del mundo, se está moldeando a través de esta especie de cientificación de la experiencia, en muchos lugares de trabajo las personas son invitadas a obtener resultados basados en formas de medición usando indicadores y así, centrados en las aproximaciones científicas, pero también muchas están encontrando vías alternativas que logran evitar eso, usando herramientas de evaluación que invitan de manera real a las personas a comenzar a pensar por qué han respondido como lo han hecho y a documentar estos relatos. Otras han encontrado maneras de hacer investigaciones basadas en la propia experiencia de las personas, de su experiencia de cambio sin estar centradas en un estándar.

Creo que hay muchas cosas motivadoras y creativas sucediendo en lugares en que ni siquiera hay muchos recursos para las personas con las que se trabaja. Creo que trabajar con personas alrededor de las habilidades y sabidurías que ellas tienen, es un verdadero antídoto a sentirse forzado a trabajar.

Í: Tenemos que terminar la entrevista. Muchas gracias por compartir un pedacito de la historia del Narrative Practices Adelaide, último proyecto de Michael junto a ustedes, de las intenciones de Michael, del trabajo que están haciendo...

M: Gracias por esta oportunidad, Ítalo, de hablar de esto. ¡Fue como tener una conversación!

S: ¡Sí, una conversación! Es exquisito ser invitada a tener estas reflexiones y hablar de las intenciones del Adelaide Narrative Therapy Centre que se convirtió en Narrative Practices Adelaide, la profunda preocupación que Michael vertía en esta iniciativa... un placer ser parte de esto. Gracias por la oportunidad de reconocer esa historia.

Identidades preferidas



Carolina Letelier Astorga

Soy una mujer de cincuenta y cinco años que me encanta vivir. Soy mamá de tres hijos que amo como a nada en el mundo y abuela de una Olivia que me regala pura alegría.

Desde chica me encanta viajar y conocer otros mundos, creo que la narrativa me ofreció una maravillosa manera de lograr esto sin necesidad de recorrer grandes distancias: cada encuentro con alguien me transporta a tierras desconocidas y sorprendentes de las que vuelvo cargada de emociones, aprendizajes, nuevas miradas y preguntas... Desde un corazón a otro.

Agradezco el enorme privilegio que significa en este mundo trabajar en lo que a una le apasiona y poder vivir de ello.



Marilene Grandesso

Soy psicóloga, doctorada en psicología clínica, terapeuta de familia, parejas, niños, adolescentes y adultos y terapeuta comunitaria. Acostumbro nombrar mi práctica como “narrativa colaborativa-dialógica”. Escuchar las historias y situarme a la par que la otra persona en la

conversación fue siempre un atractivo en mi vida, tal vez por eso elegí ser psicóloga.

Conocí la terapia narrativa en la década de los noventa. La primera vez que oí hablar de narrativa, estaba en Massachussets, en un curso de terapia de familia y Carlos Sluzki habló de un joven y creativo terapeuta australiano que hacía una especie de “exorcismo psicológico”, poniendo el problema afuera de la persona. Me encantó esa forma de liberación que vi en esa práctica, la cual desestigmatizaba a personas con la vida marcada por situaciones de sufrimiento, situándolas en medio de una vida más rica de

posibilidades. Primero tuve contacto en los libros y después en congresos y cursos, en la búsqueda por saber más, y se vio favorecida al conocer además de a Michael White y a David Epston a Jill Freedman, Gene Combs, David Denborough, Cheryl White, Shona Russel, Maggie Carey, en fin, a toda una comunidad que se dispone a escuchar las historias con una postura de genuina curiosidad, poniendo en el centro a la persona narradora. En las jornadas en las que me aventuro cuando una persona me procura como terapeuta, las prácticas narrativas instrumentalizan las conversaciones que construimos juntas y las prácticas colaborativas y dialógicas organizan mi postura filosófica. Así que mi trayectoria, en cuanto terapeuta, ha sido guiada por la creencia en la persona como conocedora, dueña de un saber *insider*, con habilidades para reescribir su vida de forma preferida, esto me ubica en un lugar de aprender con ella qué es mejor para esta persona y de crear un contexto en el que ella misma sea la autora de una nueva forma de vida. De un modo encarnado, tal postura acompaña mi hacer terapéutico adonde quiera que yo lo haga.

Soy autora del libro: *Sobre la reconstrucción de significado: un análisis epistemológico y hermenéutico de la práctica clínica*. Gestora del libro: *Terapia y justicia social: respuestas éticas a temas de dolor desde la terapia*. Co-editora del libro: *Terapia comunitaria-tejiendo redes entre diferentes contextos: salud, educación y políticas públicas*. Autora de varios artículos y capítulos de libros, destacando: “Diciendo hola nuevamente: la presencia de Michael White entre nosotros terapeutas de familias”, “¿Quién es la dueña de la historia?”, “Familia e... historias, historias y más historias”, “Terapia de la familia centrada en el niño: el niño cómo pareja conversacional”, “Terapia comunitaria integrativa y terapia narrativa: ampliando posibilidades”, “Community therapy” (publicado en el *Journal of Narrative Practice and Community Work*) y “El uso de metáforas en terapia narrativa: facilitando la construcción de nuevos significados” (co-autora).

Coordino grupos de estudios y doy clases en terapias y prácticas narrativas desde 2005, en la ciudad de São Paulo y otros lugares de Brasil, Argentina y Paraguay. Participo también como jurada de defensa de maestrías y doctorados en varias universidades brasileñas.



Nurit Zylbersztein

Nací y viví hasta mi adolescencia en Uruguay. Hoy radico en México, país donde nuestra familia se desarrolló y creció. Aquí nacieron nuestros tres hijos y cuatro nietos; aquí descubrí gran parte de mis pasiones personales y profesionales.

Israel fue el lugar en donde realicé mis primeros estudios elegidos en educación, una formación estimulante, innovadora y plural, cuyos surcos de influencia, aún hoy, me acompañan. Trabajé en el área durante más de dieciséis años, en Israel, Uruguay, Brasil y México.

Con la experiencia de haber sido una niña a quien nunca le gustó ir a la escuela, experimenté el interés y el compromiso de generar ambientes, en los que los estudiantes encontrasen satisfacción, entusiasmo y gozo de aprender y convivir, seguridad para desarrollar sus capacidades y creatividad. Pretendía construir espacios de confianza, colaboración, respeto y aceptación de la singularidad de cada alumno, sin procurar modificarlo u homogeneizarlo.

Con la experiencia comprendí que junto a cada niño hay una familia, un contexto, una mirada compleja que lo envuelve y afecta. Decidí entonces formarme como terapeuta familiar sistémica en el Instituto Latinoamericano de Estudios de la Familia, una experiencia que abriría caminos que aún hoy, me acompañan y nutren. En esos momentos conocí al querido Michael White, gran maestro de profesión y de vida, quien llegó a México a impartir el primer taller de Terapias Narrativas. Recuerdo con una sonrisa, que su inglés y su terminología no eran fáciles de comprender. Sin embargo algo sucedía. La propuesta tocaba mi piel, ponía palabras a mis sueños, mis valores, mis creencias y mis compromisos. Y, como, muchos quienes nos acercamos a él, le creí y confié. Hice de esta filosofía y práctica, mi camino elegido.

Han pasado casi veinticinco años desde entonces. Junto a estimados maestros, y colegas que al compartir el viaje hacia la búsqueda de justicia, hacia el reclamo de las voces olvidadas y la recuperación de la dignidad, nos conformamos en una comunidad sin fronteras.

Michael White, David Epston, Jill Freedman y Gene Combs, Tamara Melnik, Peggy Sax, Jhonella Bird, Cherryl White, Shona Russell, Maggie Carey, y tantos otros de quienes aprendí en Australia, Canadá, Estados Unidos, Sudamérica e Israel me contagiaron su pasión, despertando en mí el deseo de transmitir y difundir la filosofía y la práctica de la terapia narrativa.

Hoy trabajo en consulta privada, como terapeuta familiar, individual, de pareja, grupos y comunidades. Colaboro en la formación de terapeutas y en supervisión, en México, Brasil y Uruguay. Imparto talleres y presento trabajos en congresos y foros nacionales e internacionales.

Soy miembro del Taos Institute, y de TILAC. Certificada en el Programa Internacional de Terapias Colaborativas. Co-creadora del Diplomado en Terapias Narrativas y Colaborativas en GCE, y docente del programa de formación de Terapeutas Grupales Humanistas. Co-creadora del TGNR. Consultora en escuelas y coach ontológico.

Agradezco a Pranas la iniciativa de plasmar el trabajo que, desde La filosofía de la terapia narrativa, los terapeutas desarrollamos en contextos latinoamericanos. Recuerdo ahora la frase que Michael White frecuentemente compartía: “este es un camino de dos vías, en el encuentro, ambas partes nos transformamos”.



Angeles Díaz Rubín (Cuqui Toledo)

¡No puedo creer que cumplí 78 años en marzo!

Cuando veo a los jóvenes volar en parapente, surfear las grandes olas, o simplemente ver la rapidez y facilidad que tienen en el uso de la tableta, el ordenador o el celular, se me antoja ser joven... pero el antojo me dura un

instante y regreso a mi propia realidad que me encanta. ¡No me gustaría volver a ser joven!

¿Cuál es ahora mi identidad preferida? Esa que corresponde a mi edad, si le ponemos nombre sería: “La abuela de la narrativa en México”, porque en mi país soy la de más edad que vive con mucha pasión la narrativa. Pero como la identidad está hecha de

muchas historias, puedo decir también que soy “una mujer con un pie en la Edad Media y el otro en el siglo XXI”, ya que trato de cumplir el rol de una mamá-ama de casa “como debe de ser” y me doy el tiempo para seguir aprendiendo, sobre todo de los jóvenes, me encanta entender y vivir los cambios de la postmodernidad. También me podría definir ¿por qué no?, como “La nieta de la bruja que no pudieron matar” pues uno de mis sueños, deseos y esperanzas es poner mi granito de arena en la construcción de la equidad de género para dejar un legado a las generaciones futuras como lo hicieron las mujeres que quemaron en el medievo.

Una cosa que ya tengo clara, es mi tarea de acompañar a las personas que sufren por la muerte de un ser querido, creo firmemente que ese es el legado que primero mi hijo me dejó, después mi amiga-hermana Emily y por supuesto Michael White. Me emociona poder compartir lo que significa decir: “hola de nuevo” y ver las transformaciones que resultan con esta forma de significar la muerte.

Me gusta lo que dice Carlos Castaneda en su libro *Las enseñanzas de Don Juan*, escribe que el cuarto enemigo del hombre de conocimiento es la vejez, que ese enemigo no se puede vencer pero sí podemos saber cómo trabaja; nos dice que ya hay que dejar que los jóvenes hagan las cosas por nosotros, que ya hemos trabajado mucho, ya cumplimos y ahora ya tenemos que descansar. Pero para defenderse de la vejez, para vivir en paz y felicidad, tenemos que levantarnos todos los días y con alegría hacer lo que nos toca hacer, hasta el día de nuestra muerte. Este es ahora mi quehacer seguir: practicando y aprendiendo.



Ana Patricia Gutiérrez Freire

Estudí psicología por mi gusto hacia las palabras, las historias y el lenguaje, así como por mi deseo de construir espacios de ayuda para otrxs. Soy una arqueóloga de las historias familiares y me deleito al conocerlas. He tenido la oportunidad de trabajar con poblaciones de todas edades y diferentes contextos, desde la

docencia, la prevención, la orientación y la terapia. Me siento co-

nectada e interesada con el feminismo y desde esa mirada mi práctica se orienta a cuestionar modelos patriarcales.

Compartimos la vida juntxs: mi pareja, mi hija, y (como extra) una gata.



Leticia Uribe Malagamba

Tengo cuarenta y cinco años y soy mamá de tres hijxs de edades muy dispares: el mayor de veintiuno, la que sigue de dieciséis y una pequeña de cinco.

Estudié licenciatura en psicología y después la maestría en Terapia Familiar Sistémica en el Instituto Latinoamericano de Estudios de la Familia (ILEF), ahí fue donde tuve mi primer contacto con la narrativa. En el transcurso del último año de la maestría, abrí mi consultorio privado, donde recibo a familias, parejas, adolescentes y adultos.

Tomé el Diplomado en Prácticas Narrativas y Postmodernas en ILEF, dirigido por Emily Sued, una de las primeras mexicanas en ir a Dulwich Centre a entrenarse directamente con Michael White. Al final del diplomado, en mayo de 2004, acudí a la Conferencia Internacional de Terapia Narrativa y Trabajo Comunitario del Dulwich Centre, que ese año se organizó en coordinación con Emily y con el ILEF en la ciudad de Oaxaca. Ahí tuve la oportunidad de escuchar a Michael White, David Epston, Maggie Carey y Jill Freedman, entre muchxs otrxs maestrxs.

Después de esto, con un grupo de compañeras del diplomado empezamos a reunirnos quincenalmente para leer, conversar, practicar, supervisar y estudiar todo lo relacionado con la terapia narrativa. El grupo ha evolucionado, algunas de las compañeras han cambiado, otras nos hemos mantenido, pero seguimos reuniéndonos para desarrollar y difundir la práctica narrativa. En 2010 le dimos más formalidad, nombrándolo: Grupo Terapia Narrativa Coyoacán y creamos una página web y un blog en el que escribimos un texto al mes. Además, colaboramos para dar cursos, talleres, asesorías y supervisión en diferentes espacios.

En el 2008 tomé un entrenamiento intensivo con Dulwich Centre, que coincidió con la Conferencia Internacional de Terapia Na-

rrativa y Trabajo Comunitario en Adelaida, y que incluyó talleres con David Epston, Jill Freedman, David Denborough, Cheryl White, entre otrxs. En esa conferencia, presenté junto con Diana Rico un trabajo de práctica e investigación con testigxs externxs que desarrollamos durante un año y medio con el Grupo Coyoacán.

Dentro del grupo, he tenido la oportunidad de hacer crecer mi práctica, comprometiéndome cada vez más con la mirada narrativa y con todo lo que implica; al mismo tiempo, he crecido como persona y he ampliado mi red de vida.

Lo que más me ha motivado en mi trabajo, que me ha conectado desde el inicio con la postura narrativa, es la mirada de respeto y reconocimiento a las sabidurías de las personas que me consultan y a lo que valoran en la vida. La convicción de que la identidad se construye en relación con quienes nos rodean, me conecta con mi responsabilidad de contribuir en la construcción de identidades preferidas, que se conforman de historias que son congruentes con lo que las personas valoran. Para abonar estas historias, es indispensable cuestionar los discursos dominantes de poder y dominación que generan relaciones de desigualdad y violencia, y sensación de fracaso ante la imposibilidad de alcanzar estándares de “éxito” y “normalidad” creados por la cultura. Es mi compromiso tener esto siempre presente en mi trabajo y en mi vida en general.



Alejandra Usabiaga del Moral

Cuando pienso en las razones por las cuales vale la pena vivir mi vida, lo primero que viene a mi corazón es que me gusta, disfruto y me siento muy orgullosa de ser la mamá de mis hijos, ser la hija de mis padres, la hermana de mis hermanos, la aliada de vida de mi pareja y acompañante de cada persona que pasa por mi consultorio. Me siento privilegiada por tener el trabajo que tengo y honrada al estar presente en algunas conversaciones transformadoras de historias de vida.

Hace más de quince años, Emily Sued me dio uno de los regalos más grandes que he recibido: la terapia narrativa. Trabajar

desde la narrativa es vivir en coherencia con mis valores y con el mundo que quiero vivir; observar a las personas elegir vivir desde su identidad preferida, me llena de orgullo y satisfacción.

Pertenecer al grupo Terapia Narrativa Coyoacán me ha permitido compartir mi vida y mi trabajo con personas maravillosas que me hacen crecer como profesionista y como ser humano porque más que colegas son mis hermanxs de vida.

Deseo seguir caminando y viviendo desde la narrativa generando nuevas experiencias y aprendizajes, relacionándome con personas que comparten las mismas ilusiones y deseos.

¡¡Gracias Pranas!!



Andrea Angulo Menassé

Soy una mujer de treinta y cinco años que vive en Coyoacán, Ciudad de México y que tiene el privilegio de trabajar la mitad de su día como profesora de una universidad pública de izquierda y progresista y la otra mitad como terapeuta en un consultorio privado donde trato de convocar a personas, parejas y familias de todas las posibilidades económicas, estructuras de organización, edades, ciclo vital, cultura y orientación. Soy una mujer que ha transitado por distintas identidades tanto geográficas como eróticas y profesionales como mexicana, española y judía, como heterosexual, bisexual y lesbiana y como maestra, promotora de salud y terapeuta he aprendido de cada una de éstas, las virtudes y desafíos de ser parte de una comunidad que se rige por sus propios entendimientos del mundo, sus propios colores, humores y prioridades.

Me encontré con la narrativa al final de mi formación como terapeuta y representó para mí la posibilidad de no tener que elegir entre dos grandes pasiones: lo terapéutico y lo político. Cuando hablar de Foucault y el poder en un contexto de terapia familiar pudo ser una posibilidad validada, ese espacio se convirtió en un sitio donde quería quedarme para pensar, desde ahí, algunas cosas. Una de las esperanzas que tengo en mi camino es seguir transitando con otros en el trabajo colectivo en el que no haya

que sentirse en la disyuntiva de elegir ninguna identidad fija pero en donde sí, cada unx tenga claro que la “elegida” tiene consecuencias e implicaciones políticas y éticas que no son neutrales.



Marta Rivera

Yo creo que lo que me enseñaron mi papá y mi mamá, mi abuelo, un maestro y la filosofía de Ignacio de Loyola y Michael White tienen algo en común que es: darle lugar a las personas que no suelen tenerlo o que son marginados por alguna razón ya sea clase, preferencia sexual, problemas o incapacidades de algún tipo,

género o edad. En las prácticas narrativas encontré una manera de hacerlo; además de invitar a las personas a que vivan como más les gusta de acuerdo a lo que les importa y no de acuerdo a lo que “deberían”. Mi interés al escribir un texto para este libro es colaborar a desmentir las ideas que dominan sobre la experiencia de abuso sexual, como la idea de “daño” o de estar “marcada para siempre” o a “que no se sana nunca” y la forma en cómo las personas pueden seguir con su vida sin el dominio de la experiencia del abuso que vivieron, contentas y satisfechas de acuerdo a sus propios términos.

Me gusta mucho compartir lo que voy aprendiendo y disfruto mucho de hacerlo y ojalá que con el tiempo pueda seguir en ello, y seamos más las personas interesadas en aprender y compartir las prácticas narrativas.



Rosy de Prado

Mi seudónimo en la escritura de cuentos es el de “El ruiseñor”. Disfruto poder devolver el relato de la experiencia de mis pequeños consultantes a manera de cuento que escribimos juntxs. Relaciono la parte de mi vida que más me gusta con ese pequeño pájaro que escucha historias y las transmite en su cantar. A

veces desde las alturas, otras al ras del suelo. Su curiosidad le

hace preguntar mucho y su facilidad de vuelo le permite observar el transcurrir de la vida desde diferentes perspectivas. Sería maravilloso un día poder publicar esos cuentos del ruiseñor.

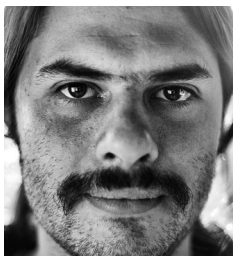
Mi identidad preferida en la labor de terapeuta es la de escuchar, documentar y circular narraciones de las muchas maneras en que la esperanza y los sueños son capaces de acunar y dormir un poco el dolor. En Santa Ana, California, donde ahora trabajo, me inspira el escuchar las historias de niñxs pequeñxs que quieren proteger a sus madres; las de niñas que desean hacerse médicos para ayudar a sus hermanxs enfermxs; las de mujeres que han decidido buscar relaciones más simétricas y sin violencia; las de hombres indocumentados que son capaces de hacer dobles turnos de trabajo para sacar adelante a sus familias; las de abuelas que siguen siendo madres de sus nietxs pequeñxs para que sus hijas puedan trabajar o las de jóvenes que se resisten a ser una estadística más de adicción o encarcelamiento.

Mi sueño es contribuir a abrir espacios para que las historias de resistencia puedan contarse, especialmente cuando el dolor físico y emocional llega para quedarse en condiciones crónicas de enfermedad y poder aplicar lo aprendido para desarrollar nuevos modelos y herramientas narrativas que permitan difundir la sabiduría colectiva sobre los dolores y sus remedios. Quiero seguir contribuyendo a que los niños, niñas y jóvenes que viven con diabetes o alguna condición crónica puedan encontrar su identidad de “domesticadores” que les permita seguir persiguiendo sus sueños. Deseo participar en la creación de conversaciones para cuestionar la “normalidad” o “funcionalidad” que tanto encierra emocionalmente a las personas.

Me apasiona la práctica narrativa por su posibilidad de celebrar la vida del ser humano en todas sus manifestaciones y diferencias, por su invitación a hablar del dolor con reverencia para encontrar lo valorado que oculta. Quiero seguir siendo “escribana” de la sabiduría de las promotoras en su hablar de dolores con los participantes. Contribuir a que su conocimiento pueda llegar a más gente.

Como maestra y entrenadora deseo poder transmitir —especialmente a terapeutas, personal que trabaja asuntos de salud,

promotores y trabajadores comunitarios—, esa buena noticia de que todxs somos expertxs en la propia vida y capaces de elegir nuestra identidad preferida y las historias que deseamos contar de nosotrxs mismxs.



Alfonso Díaz Smith

Exploro las prácticas narrativas desde el 2003, cuando desencantado de mis estudios de psicología, y por insistencia de mi madre, leí *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Este libro/frontera, trazó un viaje sin retorno. Ese año, conocí a Michael White, tomé algunos cursos con él, empecé mi preparación.

En el 2006 vivía en Oaxaca. El 14 de Junio empezó un movimiento que dio pie a la creación de la Asociación Popular de los Pueblos de Oaxaca (APPO). El estar y hablar con personas del movimiento me ayudó a desaprender mucho de lo que me estorbaba de mi escolarización. En esos meses, entre marchas y barricadas, pude entender mi experiencia en términos mucho más políticos. Sentía que la narrativa podía contribuir, pero me encontraba sin muchas habilidades para preguntar y documentar de maneras descentralizadas. Poco después escribí al Dulwich Centre planteándoles la necesidad de aprender más sobre las prácticas narrativas, en particular en contextos comunitarios, la respuesta llegó informando que dos semanas más tarde estarían en Oaxaca, para dar un curso con participantes de varios países, organizado antes de que estallara el movimiento. En ese encuentro inverosímil, el Dulwich Centre me ofreció una beca para seguir preparándome en la narrativa. Hice el diplomado en el 2007, y entré a todos los cursos que impartió Michael en Adelaide ese año.

En Australia trabajé como terapeuta en la ONG Uniting Care Weasley. El foco de mi trabajo era responder a temas de violencia en Elizabeth, uno de los barrios más marginados de la ciudad. Trabajé tanto con hombres que perpetuaban la violencia, como con personas que se habían visto sujetas a ésta. Tuve la fortuna de tener a colegas solidarios con un terapeuta novato, como Terry Callahan y Chris Dolman.

Después de la muerte de Michael, regresé a México. Formé Colectivo de Prácticas Narrativas con la intención de explorar, aplicar y desarrollar las prácticas narrativas en el contexto mexicano. En el 2010, en asociación cercana con Maggie Carey y el Narrative Practices Adelaide, empezamos con el Diplomado Internacional en Prácticas Narrativas, ahora vamos en la sexta generación. Hace un par de años, en colaboración con la Universidad Campesina Indígena en Red, empezamos la Maestría en Prácticas Narrativas en el Trabajo Comunitario y en la Educación. Además de los cursos y talleres, me he dedicado a la práctica terapéutica y comunitaria en diferentes estados del país.

Mi esperanza para las prácticas narrativas es poder entenderlas desde los saberes locales de los grupos y comunidades con las que hemos trabajado. Para que junto con éstas, podamos discernir qué es una práctica narrativa “mexicana”, y cómo se pueden continuar desarrollando prácticas que respondan de maneras relevantes a los saberes, retos y contextos que nos toca enfrentar.



Marta Campillo

Soy originaria de Xalapa, Veracruz, una zona del este de México cerca del golfo y del mar. Desde que yo recuerdo me ha interesado el trabajo con las personas y descubrir el por qué funcionan así. Como crecí en un lugar chico y en una época de muchos cambios, eso me hizo cuestionar las expectativas que se tenían de mí como mujer, como

hija de un abogado muy conocido, en donde lo que eras estaba en el ojo de otras personas. Luego vivimos los años sesenta, tiempos de cuestionamientos políticos hacia el Estado y la violencia que éste ejerció. Posteriormente estudié en Boston, en EEUU y eso me trajo la oportunidad de coincidir con el movimiento feminista y los grandes cuestionamientos sobre la vivencia, los derechos de la mujer e incluso sobre su propio cuerpo. Estudié inicialmente en una escuela radicalmente conductista, la propia

práctica hizo que encontrara las fallas tanto teóricas como aplicadas al modelo y desde ahí, comencé la búsqueda de una manera de entender y de intervenir más acorde con lo que yo valoraba. Así, fui aprendiendo los modelos a los que empecé a tener acceso sin que respondieran más que muy parcialmente a la demanda que me hacía el trabajo de la clínica comunitaria donde trabajaba.

La terapia breve fue de los últimos modelos que aprendí y afortunadamente en un viaje al MRI en Palo Alto, tuve la oportunidad de familiarizarme con Michael White a través de un video del taller que acababa de impartir ahí y con su libro, el cual también recientemente había sido traducido al español. El primer curso de terapia narrativa lo llevé en la Ciudad de México con Michael White y su manera tan novedosa de abordar la terapia, los planteamientos acerca del conocimiento como poder, el plantearse la explicación de la historia como un texto, me abrían posibilidades a la búsqueda que había tenido por muchos años de una visión social con una intervención que se centra en la persona y no en el conocimiento y el poder del “experto”. Posteriormente pude tener la oportunidad de seguir el desarrollo intenso que se iba dando en el modelo y en el Dulwich Centre y que en cada año y cada taller nos planteaba nuevos retos de aprendizaje y para desarrollar al modelo, respetando nuestro contexto. En ese “copiar que origina” está contenido el gran desafío teórico-práctico que enfrentamos al pensar en no adoptar un modelo para únicamente repetirlo sino que podamos incorporar ideas, realizar colaboraciones con los grupos de personas con los que trabajamos para ir respondiendo a sus necesidades y afrontar las grandes problemáticas sociales que generan muchos problemas emocionales como son la violencia en sus muchas formas, el abuso sexual y los problemas de salud que actualmente son una epidemia como la diabetes mellitus o el VIH.

Creo que la terapia narrativa representa el camino y el reto de responder con intervenciones creativas y respetuosas, a una enseñanza basada en la vigilancia epistemológica con la responsabilidad del efecto que pueden tener las intervenciones que proponemos.



Jacqueline Sigg

Si pensara en dos palabras como compañeras de vida, elegiría exploración y curiosidad, con ellas de la mano he atravesado fronteras geográficas, personales, relacionales y profesionales descubriendo con asombro y desafío, otros mundos posibles. He emprendido con gozo y a veces llanto, travesías identitarias con formas

de mujer y biculturalidad, con historias de crianza, de lucha, de pérdida y restablecimiento; con cuestionamientos profundos sobre roles de género y poder, sobre pobreza y marginalidad, sobre salud mental y enfermedad, sobre injusticias e inequidades. Entretejidos que han impulsado a migraciones y reinversiones profesionales desde la psicología, el psicoanálisis y la terapia de arte hasta llegar al encuentro con los espacios creados por las prácticas narrativas.

Habitar estos espacios junto con procesos de arte gráfico en el consultorio, en las comunidades y en las escuelas ha generado un especial interés en acompañar a mujeres, niños y jóvenes en construir formas de responder a la violencia de género, a la violencia escolar y la violencia social, dando voz y visibilidad a la justicia, la solidaridad y la esperanza; a mundos matizados por los colores de la inclusión y el respeto así como por la ética del cuidado y la responsabilidad en nuestras conversaciones.

Igualmente el deseo de fortalecer y ampliar a la comunidad que, inspirada bajo el pulso de las prácticas narrativas, se sume a la travesía comenzada por Michael White y David Epston, me ha inspirado en la actividad docente, de tutoría y de investigación en contextos universitarios así como en la reciente co-creación de espacios narrativos como una propuesta que co-contribuye a estos compromisos en México.



Marina González Gutiérrez

Pienso que el bienestar comunitario es la esperanza de un mundo diferente, por ello en el 2012, a partir de mi interés por desarrollar y crear un espacio para fomentar y difundir herramientas y experiencias en torno a las prácticas

narrativas fundé Casa Tonalá. Este espacio surge de una concepción crítica que vincula el trabajo de las personas y las comunidades, a través de un discurso de resistencia, desde el género y el cuerpo para contribuir a contextos de justicia desde el saber local.

Mi trabajo en el consultorio privado se ha visto influido también con ideas sobre espacio y territorio que viene de mi primer quehacer: la arquitectura, más tarde incorporo una inquietud en torno a lugares que ocupan las personas con algún tipo de neurodiversidad y en general hay un interés y compromiso por trabajar con temas de estigma y marginación para personas donde su condición es determinada por una percepción de vida diferente. La indagación, la escritura y la docencia me motivan a encontrar la manera de articularnos, vincularnos en colectivos desde lógicas donde se puedan fomentar, difundir herramientas y saberes de las personas que nos consultan pero, sobre todo, a acompañar a las personas en procesos de vida con prácticas solidarias desde las ideas de las prácticas narrativas y comunitarias.



marcela polanco

Soy de origen colombiano. Mi nombre es marcela polanco. En mi país natal, estudié psicología y psicología comunitaria en la Universidad de los Andes y en la Universidad Javeriana respectivamente. Además estudié terapia de la familia y consejería en salud mental en Nova Southeastern University, Florida, EE.UU. En

el centro Dulwich en Adelaide, Australia me entrené en terapia narrativa.

Actualmente vivo en Yanaguana/San Antonio, Texas. Allí trabajo como profesora asistente del departamento de psicología de la universidad Our Lady of the Lake, además soy directora del programa de Maestría en Psicología con Concentración en Terapia Familiar, y del certificado bilingüe Psychological Services for Spanish Speaking Populations. Como terapeuta de la familia, trabajo junto con personas inmigrantes de orígenes latinoamericanos.



Mónica Latorre Gentoso

Yo soy Mónica Latorre Gentoso, sí, claramente con esos dos apellidos pa' no olvidar de dónde vengo. Soy la única mujer en el primero de ellos, en tiempos en que eso hacía aún más diferencia que hoy –y con tres grandes presencias de hombres muy grandes desde pequeños– qué importantes y qué presentes... y

Gentoso, el segundo de mis apellidos, que es en muchas formas diferentes, el primero de ellos... que gran mujer, también desde pequeña tan grande... tan potente... de ahí viene el abrazo, de allí la vida.

Mis más lindas obras son tres, dos niñas y un niño de quienes he tenido que ir aprendiendo que lo único mío de ellos, es mi versión de los hechos. Tan distintos de mí y tan parecidos, diferentes los tres y a pesar de ello son mi energía completa y *mi alma*... cuya existencia comprobé con su sólo aparición en esta vida. De ello y de otras cosas más, disfruto junto a Rodri, mi compañero de batallas con el que crecimos junt@s y tejimos desde mucho, también historias comunes... y seguimos tejiendo.

La psicología, mi forma de vivir, aunque así no se llamara. El pincel con el que trazo un camino para estar y existir más allá de mi pequeña existencia: en el trabajo que para mí tiene sentido de vida, y en la vida misma, en la que nos toca trabajar tanto, mi extensión hacia el mundo que pide un espacio, un lugar propio y a hacia mí, que pido un espacio en él.

Disfruto escaparme de la rutina, a veces contra todo. Me defino como disidente, porque me gusta pensar... pensar que no todo es como está establecido y el sólo pensarlo, me ahoga.

Mi orgullo: Que mis hij@s sean pensantes porque pueden, porque quieren. Que sean independientes, que amen, que sean felices y disidentes también, aunque eso les produzca decepción a veces, frustración o tristeza... hay algo en eso de tener que luchar que te libera.

PRÁCTICAS DE TERAPIA NARRATIVA

Voces latinoamericanas tejiendo relatos preferidos. Volumen II
se publicó a finales de enero de 2018, en Santiago de Chile.

En su formación se emplearon las fuentes Helvetica Neue (diseñada por
Adrian Frutiger, Gary Munch y el Linotype Design Studio sobre un diseño original
de Max Miedinger) y Sabon MT Pro (diseñada por Jan Tschichold sobre un diseño
original de Claude Garamond).