

Título del original en inglés: *Collected Papers*
© 1989 by Dulwich Centre Publications

Traducción: Alcira Bixio

Primera edición, Marzo de 1994, Barcelona.

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© by Editorial Gedisa, S. A.
Muntaner, 460, entlo., 1.ª
Tel. 201 60 00
08006 - Barcelona, España

ISBN: 84-7432-475-0
Depósito legal: B. 8.960/1994

Impreso en Libergraf
Constitució, 19 - 08014 Barcelona

Impreso en España
Printed in Spain

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

Índice

INTRODUCCIÓN	13
1. El cuento de la gatita Dory	17
2. Una buena revolución merece otra	21
3. ¿Sofocar el problema o encontrarle una solución?	40
4. David Epston: "Una reflexión"	45
5. En recuerdo de Hatu (Hayden) Barlow (1973-1985), Cynthia Barlow, David Epston, Mike Murphy, Lynn O'Flaherty y Louise Webster	50
6. ¿Eres un candidato para entrenarte en karate mental?, David Epston y Ben Cole	80
7. Vigilancia nocturna. Tratamiento de los temores de la noche	84
8. Perdedor en casa y ganador fuera de casa	107
9. Contrasueños	110
10. ¿Competencia o cooperación?	120
11. Entrevista con David Epston	125
12. Algunos casos de rechazo escolar	131
13. ¿No crees que deberías hacer una reserva?	137
14. Crecer es una decisión seria que no puede tomarse a la ligera	142
15. Dos historias paralelas	145
16. Usted nunca nos dijo que éramos malos padres	151
17. La familia que cargaba con una maldición	155
18. Un intercambio justo	158

sabré a ciencia cierta y ahora es demasiado tarde para averiguarlo. Pero sé que hasta que muramos nos perteneceremos el uno al otro.

El cuento en sí mismo, por mucho que se esforzara la imaginación, no provocó una unión instantánea. Pero significó el comienzo de un largo y difícil proceso de ajuste, gracias al cual Mark pudo valorar a su obstinada hija y Ellen, a su obstinado padre.

Apéndice

Terry, de trece años, era otro jovencito que no estaba bien integrado en su familia. Por mera coincidencia, recientemente sus padres le habían regalado un gatito. Al finalizar la quinta sesión les leí el cuento de la gatita Dory y le entregué una copia a Terry. Un mes más tarde tuve una entrevista con él y le pregunté acerca del cuento:

D.E.: ¿Cuántas veces lo leíste?

Terry: Tres o cuatro veces.

D.E.: ¿Dónde lo guardas?

Terry: En el escritorio de papá. Cuando tengo ganas, lo busco y me lo llevo para leerlo en la cama. Después de leerlo me siento feliz y abrazo a mi gato.

D.E.: ¿Cuándo lo lees?

Terry: A veces lo leo cuando la familia está alterada y hay peleas y ese tipo de cosas.

D.E.: ¿Por qué te hace tan feliz el cuento?

Terry: Me siento feliz porque tengo a alguien a quien amar.

D.E.: ¿El cuento te dice eso?

Terry: El cuento dice cómo uno puede sentirse ligado a otras cosas. Por ejemplo, la idea de ser amado y tener a alguien a quien amar podría influir en mí y hacer que yo cambie mi modo de ser... probablemente.

D.E.: ¿Y cómo ocurriría eso?

Terry: Si yo tuviera más influencias de ese tipo... probablemente cambiaría por completo.

Es demasiado pronto para asegurar que la predicción de Terry se ha hecho realidad, pero espero que él esté en lo cierto.

Notas

1. Los nombres de los pacientes mencionados en *Story Corner* son ficticios.
2. Richard Whitney fue el primer terapeuta que trabajó en este caso.

2

Una buena revolución merece otra*

Karla y Jerry estaban muy preocupados por su hija Sarah, de trece años. Al parecer, ésta era muy temerosa y les pedía siempre a sus padres que la acompañaran a todas partes. Estaba obsesionada por la idea de perfección y hacía y rehacía sus tareas escolares hasta muy tarde en la noche. Sarah permaneció sentada sin sonreír y en ocasiones en que habló, su voz era apenas audible. Karla y Jerry estaban sentados en el borde de las sillas, como si esperaran que se les dictara sentencia. Sin embargo, no podían esperar. Jerry confesó que había sido un alcohólico, pero que gracias a Alcohólicos Anónimos no probaba una gota desde hacía once años. No obstante, sufrió esa enfermedad hasta que Sarah cumplió los dos años y eso explicaba, sin duda, el curso que había tomado la vida de su hija. Karla no estaba de acuerdo: ella era la única culpable. Tenía tanto miedo de no "hacer las cosas bien" que se paralizaba por completo y era incapaz de actuar. No podía pedirle a Sarah que hiciera las cosas "de manera correcta". Cuando le pregunté por qué, me informó que Sarah nunca hacía lo que se le pedía. Martin (de once años) y John (de cinco años) también aportaban pruebas de que "no estaba haciendo las cosas correctamente". Karla tenía miedo de no saber pedir las cosas "correctamente" y dañar así de manera irreparable a sus hijos. La única forma de solucionar el dilema y de evitar que sus hijos corrieran el riesgo de perjudicarse era hacerlo todo por ellos. Sin embargo, Karla se sentía a veces tan oprimida, desesperada y desvalorizada, que prefería el refugio de una institución psiquiátrica a la alternativa de permanecer viviendo con su familia. En esas ocasiones, Jerry dejaba de lado sus propios sentimientos de culpa para exigir un poco de disciplina. Pero esa actitud de Jerry preocupaba tanto a Karla, que ésta se ponía a discutir acaloradamente con él alegando que, en lugar de discipli-

*Publicado en *Family Therapy Case Studies*, 3, 2, 1988, págs. 45-60.

na, se necesitaba más cuidado y protección, lo que significaba satisfacer más todavía las exigencias de los hijos. También observé una relación de "odio" entre Sarah y Martin. De modo que supuse que Karla y Jerry consideraban justas y apropiadas las exigencias competitivas de sus hijos. Si Jerry tan sólo se culpaba un poco más y Karla lograra "hacer las cosas bien", sus hijos no habrían tenido problemas.

Cuando les hice conocer la revolución de los Storey, se mostraron incrédulos. Les pregunté si querían consultar a los Storey y enterarse de cómo éstos habían logrado "superar" su situación, los Jones estuvieron de acuerdo.

Les dije que me encargaría de arreglar una cita pero que primero tenían que estar preparados.

De nuestra entrevista surgieron algunas preguntas respecto de su "preparación" que ellos debían responder en casa:

(carta fechada el 27/5)

Queridos Karla y Jerry:

Aquí están las preguntas relativas a la "disposición".

1. Karla y Jerry: *¿Por qué no podéis evitar haceros responsables de las obligaciones que sólo les corresponden a nuestros hijos, aun cuando os habéis dado cuenta de que esa actitud constituye una invitación a la irresponsabilidad? ¿Acaso por la maldita idea de perfección (Karla) o de culpa (Jerry)?*

2. Karla y Jerry: *para ganaros el respeto de vuestros hijos y ayudarlos a que se respeten a sí mismos, tendréis que padecer ciertas angustias durante un breve lapso. Pero ¿qué es preferible? ¿Un breve período de angustia o una vida angustiosa para todos y cada uno de vosotros?*

3. Karla y Jerry: *los problemas de vuestros hijos se han adueñado de vosotros y os han separado. Jerry, tú has tratado de disciplinarlos y tú, Karla, de cuidarlos y protegerlos. Pero al obrar cada uno por su cuenta, la autoridad parental misma se ha destruido. ¿Os sentís capacitados para ser los padres de vuestros hijos? Si es así, ¿cómo habéis de lograr una conducta parental coherente? ¿Podréis ambos mantener al mismo tiempo una de las dos actitudes (de disciplina o ternura) o la combinación de ambas?*

4. Karla y Jerry: *tenéis la capacidad, pero no la disposición adecuada. Cuando la alcancéis tendréis todo lo que necesitáis. ¿Cuándo ocurrirá eso? Os aseguro que lo sabréis cuando ocurra.*

Poneos en contacto conmigo cuando ello ocurra. Os saludo afectuosamente, D. E.

Dos semanas después, Karla y Jerry pidieron entrevistarse conmigo y me dijeron que se sentían tan bien dispuestos que ya no podían esperar un minuto más. Karla había aceptado una invitación de Carolyn Storey: "Es-

taba tan sorprendida de que nos pasaran las mismas cosas", dijo Karla; y luego pasó a enumerar las similitudes y a repetir la frase "y eso simplemente desapareció". Jerry agregó que si la "revolución" de los Storey les llevó tres días, él se consideraba capaz de revertir la situación en uno. Tan entusiastas se mostraban que tuve la precaución de examinar con más detalles su "disposición". Conspiramos en secreto. La siguiente carta detallaba nuestro complot:

(carta fechada el 15/6)

Queridos Karla y Jerry:

Vosotros ya estáis preparados para la revolución, y sabéis que no será fácil. Pero, por otra parte, reconocéis que es mucho más fácil soportar un breve lapso de angustia que una vida angustiosa para todos y cada uno de vosotros. Sin embargo, esto no implica negar los esfuerzos que ya habéis realizado para enfrentar y modificar la situación existente. Por ejemplo, Sarah trató por todos los medios de evitar que su madre se enterara de la angustia abrumadora que le provoca el miedo de viajar sola. El resultado de esos esfuerzos fue que Sarah se decidiera a viajar sola, enfrentara el miedo y avanzara un poco más en su proceso de crecimiento. ¡Karla, te felicito!

Indudablemente, Sarah, Martin y John no han de apreciar mucho el hecho de que vosotros os hagáis cargo de la familia, puesto que durante mucho tiempo estuvieron acostumbrados a que todo ocurriera como ellos lo disponían. Karla y Jerry, si estáis decididos a desembarazaros de la influencia limitadora de la culpa, estaréis preparados para comenzar a cambiar; si por el contrario, seguís recibiendo esa influencia nefasta, nada podrá hacerse, pues en lugar de actuar, vosotros seguiréis censurándoos.

Jerry, tú me pareces más dispuesto a desafiar la culpa que Karla —quizá debas ayudarla, si ella desea estar tan preparada como tú lo estás—. Mi consejo es que no actuéis hasta que ambos no estéis listos.

¿Cuándo estaréis listos? Cuando los dos os pongáis de acuerdo. Os sugiero el siguiente rito de "toma de posesión". Quizá John sea demasiado pequeño para presenciar la ceremonia, pero eso lo decidiréis vosotros. Antes de la hora de acostarse y en el más absoluto secreto, poned dos velas sobre la mesa del comedor para iluminar el cuarto, pues las luces deben permanecer apagadas. Debéis insistir en que Sarah y Martin se sienten y prohibirles toda interrupción. Luego, Karla y Jerry, os colocaréis de pie y tomados de la mano a la cabecera de la mesa, y leeréis la siguiente proclama, a la cual podéis agregar o quitar lo que juzguéis conveniente:

Sarah y Martin: os hemos llamado para proclamar ante vosotros la revolución. Hasta el momento lo hemos ocultado, pero queremos que sepáis que estamos hartos del modo en que nos comportamos todos en nuestra familia y que nos proponemos rebelarnos contra eso. Sabréis con se-

guridad lo que os queremos decir cuando leamos las REGLAS Y NORMAS DE LA FAMILIA JONES. Hemos perdido poco a poco nuestra autoridad de padres a causa del sentimiento de culpa y de la autocensura. Pues bien, os podemos asegurar que de ahora en adelante ya no seremos esclavos de tales ideas. Somos buenos padres y vamos a creer en nosotros mismos. Habíamos pensado que era una buena idea evitarles cualquier angustia, pero ahora sabemos que eso nos conduce a un estilo de vida angustiante, no sólo para vosotros, sino también para nosotros. Hemos decidido respetarnos como individuos y como padres y ya no nos adherimos al mito de los padres perfectos. De ahora en adelante esperamos que ambos nos respetéis, pues si no lo hacéis, no seréis capaces de respetaros a vosotros mismos y eso nos preocupa. Sarah y Martin: la revolución comienza mañana por la mañana y queremos que sepáis que estamos hablando muy en serio. Hasta el momento ambos habéis hecho las cosas a vuestra manera, de modo que no esperamos que nuestra revolución os haga felices inmediatamente. Lo que esperamos de vosotros es exactamente una contrarrevolución y, según nuestra opinión, cuanto antes la hagáis, mejor, ya que así podremos solucionarlo todo para el lunes.

LAS REGLAS SON LAS SIGUIENTES:

1. Estamos disgustados y cansados de las complicaciones que se presentan por la mañana a la hora de levantarse. Karla se levantará a las 6.45. Karla o Jerry le harán a Sarah y a Martin dos advertencias para que se levanten en menos de cinco minutos. Si ellos no lo hacen se llevarán una sorpresa (por ejemplo, les pondremos cubos de hielo en los pijamas).

2. Estamos disgustados y cansados de las complicaciones que se presentan a la hora de ir a dormir. Martin, tú deberás acostarte a las 8.30 y, tú, Sarah, a las 9. John deberá irse a dormir a las 7.30 con las luces apagadas y sin juguetes. Vosotros mismos debéis ocuparos de hacer todo lo necesario antes de acostaros, como lavarse los dientes... etc. Una vez que os hayáis acostado, si alguno decide levantarse será llevado nuevamente a su cama en silencio; si alguno decide gritar o llamarnos, será ignorado salvo en caso de alguna urgencia médica o de incendio.

3. Estamos disgustados y cansados de las complicaciones que se presentan cuando os pedimos que hagáis algo, particularmente de las excusas que dais. De ahora en adelante, cuando os pidamos que hagáis algo, no vamos a escuchar ninguna excusa ni vamos a renunciar a lo solicitado para evitaros la molestia. A fin de haceros saber que esperamos que lo que pedimos se cumpla, haremos lo siguiente:

I) Nos acercaremos, os tomaremos las manos, os miraremos a los ojos y os diremos: "Espero que tú... y no aceptaré ninguna excusa".

II) Si cumplís y respetáis nuestra solicitud, os felicitaremos.

III) De lo contrario, os daremos un minuto por reloj y repetiremos el pedido en un tono de voz más alto: "Haz eso".

IV) Si cumplís os felicitaremos.

V) De lo contrario, os daremos otro minuto por reloj y levantaremos el tono de voz un poco más: "Haz esto o... Se terminó el tiempo".

VI) Si cumplís inmediatamente, os felicitaremos; de lo contrario, el que haya desobedecido irá dos minutos a encerrarse en el cuarto de baño. Si chilla, grita o tiene un berrinche, no importa. De todos modos, deberá cumplir dos minutos de silencio. Pasados los dos minutos, volveremos a preguntarle si está dispuesto a hacer lo que se le solicitó antes. Si la respuesta es no, cumplirá otros dos minutos. Y así cuantas veces sea necesario.

VII) Durante este período revolucionario os pediremos muchos pequeños favores. Estamos dispuestos a no ahorrarnos incomodidades. Es bueno sufrir algunas molestias y cuanto antes pasen, mejor será.

Estas son las reglas de la familia Jones y si queréis ser miembros de esta familia, esperamos que las respetéis.

Hacer copias de las reglas, entregarle una a cada uno de los niños y dejar una más, en un lugar visible de la casa para que cualquiera pueda consultarla cuando lo desee.

Una vez establecidas las reglas, debéis anunciarles a los niños cómo han de instrumentarse exactamente dichas normas. Esto puede realizarse mediante acciones concretas; por ejemplo, Sarah puede pretender no levantarse a la mañana, entonces los padres pueden obrar exactamente como cabía esperar; Martin puede pretender no hacer lo que se le pide y dar excusas, entonces Jerry o Karla pueden hacer exactamente lo estipulado.

Es conveniente proclamar la revolución el viernes por la noche, porque de ese modo se cuenta con el fin de semana para encaminarla.

Karla y Jerry, debéis reservaros quince minutos cada noche para mantener una Reunión de Evasión (de la opresión familiar) y anotar separadamente los modos en que cada uno logró evadirse de la opresión familiar. Por favor, guardad esas anotaciones, pues pueden ser muy útiles para tratar a otras familias en el futuro. Propongo que nos reunamos dentro de un mes para celebrar la victoria.

Os deseo lo mejor en esta empresa revolucionaria. Quiero agregar por último, que si no obtenéis una contrarrevolución, realmente no podréis confirmar que la revolución se produjo. Recordad que las revoluciones no son fiestas. Los dos únicos enemigos que pueden venceros son la culpa o el mito de los padres perfectos. Y cualquiera de ellos puede defraudaros.

Os apoya en la revolución, D. E.

Cuando nos encontramos, cinco semanas después, el humor era muy diferente. Todos estaban muy jocosos. Jerry me informó que fue una revo-

lución de tres días y que... “el sábado fue la calma que precede a la tormenta”. Las notas de la Reunión de Evasión del sábado decían:

Sarah estuvo muy enojada hoy. Todo el tiempo estuvo empeñada en envolvernos con sus argumentos contra Martin, diciendo que él no había hecho esto o aquello o que la había estado fastidiando. Como la ignoré me dijo que yo estaba sordo y que necesitaba un audífono. Además golpeó a Martin dos o tres veces cuando estaban haciendo sus tareas —no estoy muy segura de cómo manejar esta situación—. A la hora de cenar Sarah estaba furiosa con nosotros y, aunque decidió cooperar a la segunda vez que se lo solicité, me llamó “maldita p...” y también le dijo algo similar a Jerry mientras hacía una tarea. Además, dice que no es nuestra esclava. Los varones se acuestan a la hora establecida sin inconvenientes, pero Sarah permaneció levantada hasta los últimos minutos y cuando nos acercamos para darle las buenas noches nos chilló que aún no estaba lista. De todos modos, dijimos “buenas noches” y apagamos las luces. Seguidamente, Sarah arrojó al suelo los juguetes que tenía sobre la cama y se puso a llorar. Ninguno de nosotros respondió.

El lunes todo marchó “mucho mejor”. Karla me informó que “en lugar de sentir culpa por pedirles que hagan algunas cosas, me aferro tenazmente en lo que digo... ‘es por el propio bien de ellos’... y Jerry nota ya un cambio en mí... Ya no me quejo ni me lamento”. Todos coincidieron en que había una sustancial mejora de la felicidad familiar: Karla calculó la mejora en un 75%, Jerry también. Martin, en un 85%, y Sarah en “un montón” y todos estuvieron de acuerdo en afirmar que la felicidad es preferible a la desdicha. El siguiente mensaje fue leído en voz alta, pero, por un descuido no le fue remitido luego a la familia Jones, como es mi costumbre.

Martin está comprometido con la revolución, quizás aun más que sus padres. Sarah se siente aún algo insegura. Sin embargo, creemos que si Karla y Jerry perseveran en sus ideales revolucionarios, las dudas de Sarah han de desaparecer, como lo hicieron las de Martin. Jerry y Karla, debéis saber con seguridad hacia donde se inclina Sarah —hacia la revolución o hacia la reacción— por la intensidad con que mantiene su ánimo y afronta sus miedos. Karla, sospecho que, como en el caso de la experiencia de Sarah, verás desaparecer muchos otros problemas, de modo que debes estar atenta. Es difícil advertir una desaparición, es mucho más fácil advertir una aparición. Karla y Jerry, todos nosotros os felicitamos por el éxito obtenido en esta revolución que trajo tanta felicidad a vuestra familia y alejó de ella la aflicción. Sin embargo, los pasos siguientes serán arduos. Debéis iniciar otra campaña a fin de afirmar vuestra autoestima y el creciente respeto de los niños por vosotros.

Durante la sesión, los padres se complacieron al informar que Sarah había comenzado a sonreír “por primera vez desde que era un bebé”. Le

pedimos entonces a Sarah que practicara la sonrisa ante el espejo, una sonrisa que surgiera del corazón, que luego se manifestara en los labios y por último en los ojos. Finalmente les predije las “desapariciones”.

Al despedirnos les pedí a los Jones que volviéramos a reunirnos tres meses después. “Creo que entonces, vuestra revolución será muy profunda.”

Cuando nos reunimos, tres meses después, Jerry no asistió a la sesión. Después de analizar la “profundidad” de la revolución, Karla dijo que también se estaba cansando y disgustando por las constantes peleas de Sarah y Martin. La desaprobación de Sarah había adquirido tales proporciones que hasta la respiración de Martin parecía encolerizarla, para no hablar de un estornudo, una conversación o cualquier otra prueba de su existencia. Karla ya no podía llevarlos juntos a ningún lugar público y sentía que esto limitaba injustamente su propia vida. Todos, de buen humor, aceptaron someterse al experimento que describimos en la siguiente carta fechada el 19 de septiembre:

Queridos Karla, Jerry, Sarah, Martin y John:

Martin, consideras que la revolución es algo tan bueno que casi has olvidado que ocurrió. Parece que hubieras logrado un muy buen ajuste. Tu conducta ha mejorado en un 25% y está claro que has decidido cooperar más. Desde que comenzó la revolución sólo tuviste diez penitencias.

Tú, Sarah, te estás adaptando a la revolución más lentamente de lo que esperábamos. Aun así, has demostrado algunas actitudes muy revolucionarias. Haces más tarea escolar en casa y hasta elaboraste un proyecto de 16 páginas. En el período prerrevolucionario hubieras pedido a tus padres que te ayudaran a hacerlo. En realidad, te apoyas más en ti misma, has ido sola a la biblioteca en el autobús, buscaste sola los libros de referencia y dijiste: “Me sentí mejor después de hacerlo”. A tus padres no les extraña que te sientas “orgullosa”. Continuaste teniendo victorias valerosas: ahora viajas regularmente en el autobús, vas a reunirte con las Niñas Guías y asistes al Club de la Juventud “aun cuando es difícil” y “lo más importante es que va sola, se relaciona con otras chicas y siempre vuelve a casa feliz y diciendo que lo pasó maravillosamente”.

Sarah, desde que tus padres comenzaron esta revolución, eres una persona más abierta y feliz. Te has estado “sonriendo” ante el espejo y ahora sabes que prefieres una vida abierta y feliz a un vida hosca y desdichada y yo estoy de acuerdo con tu decisión. Sarah, tu madre también observó que supiste defenderte cuando una amiga fue desagradable contigo, aun cuando sólo se trataba de una broma.

Karla y Jerry, vuestra revolución ha ido dejando atrás muchos de los problemas que analizasteis conmigo en la primera sesión. Otro efecto de esa revolución es el de revelaros otros problemas que, aunque siempre

existieron, exigen vuestra atención y una actitud revolucionaria: me refiero al hecho de que Martin y Sarah estén peleando constantemente, tratando de competir todo el tiempo y desvalorizándose uno al otro. Sarah, puedo comprender que te perturbe que Martin parezca estar a punto de sobrepasarte en madurez. No es extraño que quieras superarlo. Sin embargo, en lugar de desvalorizarlo, puedes acelerar tu propio crecimiento y colocarte así adelante.

Karla y Jerry, os sugiero el siguiente experimento destinado a reducir las disputas fraternas. Este experimento no garantiza en modo alguno una satisfactoria relación entre hermano y hermana; eso llegará después. Antes de que ambos puedan aprender a valorizarse, deben dejar de desvalorizarse.

1. Cuando Karla o Jerry esperan que Sarah o Martin hagan algo y el aludido sugiere que también debería participar su hermano/a se le dirá: **"Mira, deja a Sarah/Martin tranquilo/a. Esto es algo entre tú y yo"**. Si él o ella insiste, habrá que recurrir al procedimiento de la penitencia de dos minutos.

2. Cada vez que Karla o Jerry vean u oigan que Sarah o Martin maltrata a su hermano/a han de decirle: **"Quiero llamarte la atención sobre el hecho de que vi/oi cómo degradas la relación con tu hermano/a. Y lo marcaré en tu lista. Ahora vete inmediatamente afuera o deja de pelear"**. Si antes de que pase un minuto ellos vuelven a discutir, hacedlos salir, aunque llueva o haya sol, lejos del alcance de vuestros oídos a fin de que no puedan implicarlos en la pelea. La lista debe exhibirse en un lugar destacado y tener este título: **DEGRADACIÓN DE LA RELACIÓN HERMANO-HERMANA**.

3. Sarah y Martin os entregaron sus listas de "denigraciones". La de Martin incluía los siguientes términos: perra, bebé, llorona, estúpida, quejosa sanguinolenta, mentirosa, embustera, llorona, plañidera, señora Spock, afiebrada y apática. La lista de Sarah incluía los siguientes epítetos: asno inteligente, cerdo, idiota, macho sanguinario, cabeza de huevo, monstruo horripilante y moco de cerdo. Escribid estos diez insultos en dos listas.

4. Cuando hayáis registrado diez incidentes en los que se utilizaron estos epítetos degradantes, informadles a los niños que deben entablar una lucha de un **round** (20=2 rounds). Uno de vosotros debe ser el árbitro y el otro el espectador de la pelea que habrá de desarrollarse así: En el patio trasero debe construirse un **ring** con una sogá o con rayas en el suelo. El árbitro debe decidir quien comienza y entregarle a ese niño la lista elaborada por su hermano/a. El padre espectador da la orden de iniciar la pelea. El que recibe el primer insulto enfrentará a su hermano/a y le **"replicará en sus narices"**. Luego el que insulta y el insultado cambian sus papeles. El **round** debe desarrollarse cuando los padres lo consideren conveniente y no cuando lo decidan los niños. También pueden invitarse a algunas personas para que asistan al es-

pectáculo de Sarah y Martin **"degradando la relación hermano-hermana"**. Karla, como tú lo sugeriste, puede ser conveniente intercalar algún **"round sorpresa"**, si lo consideras necesario. Creo que es una muy buena idea. Una vez que cada litigante haya cumplido su turno, el árbitro levantará en alto una mano de cada luchador y dirá: **"Es un empate. Martin y Sarah volvieron a perder la posibilidad de ganar una buena relación hermano/hermana. La pelea se suspende hasta el próximo round. ¡Buena suerte!"**

5. Sarah y Martin, ambos aseguráis que preferiríais tener una relación hermano/hermana antes que una pelea hermano/hermana. Karla, me has dicho que estás de acuerdo con que, si los niños logran mejorar la relación antes de nuestra próxima entrevista, el Centro Leslie filme este logro y que haréis una fiesta de Hermana y Hermano para los amigos de Sarah y Martin. Ambos están de acuerdo con decir un pequeño discurso para la ocasión y con unir sus manos para tomar un cuchillo y cortar el Pastel de Hermano y Hermana.

Martin y Sarah, siento verdadero interés por nuestra próxima entrevista. Si no me hubiese tenido que ir al Canadá no sé si hubiera podido resistirme a telefonaros cada noche para preguntaros si habíais logrado fortalecer vuestra relación o si os habíais desvalorizado mutuamente cada vez más. Con mis mejores deseos, D.E.

Volvimos a reunirnos siete semanas después. Jerry tampoco pudo concurrir esta vez por razones de negocios. Seguidamente transcribo algunos mensajes de la entrevista:

D.E. Me parece que ya no disputáis tanto como antes. ¿A qué se debe?

Martin: No lo sé. Ya no me meto más en su dormitorio, de modo que ella ya no puede ponerse de mal humor conmigo.

Sarah: Y yo le digo que continúe haciendo ruido y que trate de molestarme porque a mí me encanta y ese tipo de cosas... Porque de veras ya no me molesta.

D.E.: ¿Cómo? ¿Realmente ya no te molesta? Espera... espera. Debo anotarlo (comienzo a tomar notas). En primer lugar, Martin, tú te detuviste. Dijiste: **"Dejé de meterme en su dormitorio"**.

Martin: Lo cual fue bastante difícil para mí.

D.E.: Un momento... ¡un momento! (escribo)... dejaste de entrar en su dormitorio y te costó bastante hacerlo, ¿eh? Y luego, ¿cuál fue el resultado de esa actitud?

Martin: Bueno, pensé que si no me entremetía con sus cosas ella dejaría de estar de mal humor conmigo. De modo que lo hice y ella ya no puede aullar: **"No husmees en mi dormitorio"**, pues yo ya no lo hago.

D.E.: (siempre tomando notas). Ella ya no puede aullar. Ese fue un descubrimiento muy sagaz, ¿no es cierto? Y tú, Sarah, ¿descubriste algunas buenas ideas para afrontar sus insultos, no?

Sarah: No, si él hace ruidos o algo así, simplemente le digo que siga haciéndolos (todos ríes).

D.E.: ¿Descubriste todo eso por ti misma?

Sarah: Sólo me di cuenta de ello esta mañana.

Karla: Oh, vamos, Sarah, hace bastante que dices eso.

Sarah: Sí, si hace ruidos yo le digo que continúe haciéndolos, pero además esta mañana me gustó.

D.E.: Bien, pasemos a otro tema. ¿Tuviste algún *round*?

Martin: Tuvimos un *round* sorpresa el sábado por la mañana cuando todavía estábamos en pijamas.

D.E.: Ah, un *round* sorpresa ¿no?

Martin: Porque nos agredimos dos veces.

D.E.: ¿De veras?

Karla: En realidad habrían dejado de insultarse desde que salimos de aquí la última vez.

D.E.: A ver, esperen un momento... Debo anotar esto (vuelvo a tomar notas).

Sarah: Yo no lo insulté.

Martin: Dejamos de insultarnos cuando salimos de aquí.

D.E.: ¿Te sorprendiste por ello, Karla?

Karla: Bueno, me sorprendí bastante de que se redujeran las agresiones verbales. De todos modos ambos manifestaron otras formas de desvalorización recíproca sin recurrir a los insultos.

D.E.: ¿Ah, sí?

Karla: Sí, de modo que pensé que realmente vendría bien establecer un *round* sorpresa antes de que pasaran muchos días. Así que un sábado por la mañana —creo que ellos estaban mirando la televisión— les dije que salieran al jardín del frente en pijamas y que mantuvieran su *round*.

Martin: Claro que fue algo...hum... diferente (risas del grupo).

Karla: Sarah no quería cooperar y se negó a hablar.

D.E.: ¿Por eso fue diferente?

Karla: Sí, yo les dije que se quedarían allí hasta que Sarah dijera todas las palabras, aunque tuviera que estar allí toda la mañana y que cuanto más tiempo pasara más gente podría observar la situación (risas de todos).

D.E.: De modo que, ¿cuánto tiempo permanecieron allí?

Karla: Creo que se quedaron afuera durante unos diez minutos aproximadamente.

D.E.: ¿Creen que fue una buena idea mejorar la relación hermano y hermana?

Martin y Sarah: Sí.

D.E.: ¿Por qué piensan que es tan buena idea?

Sarah: Bueno, porque papá y mamá podrán dejar de rezongar... podrán decidir dejarnos solos cuando quieran salir y ese tipo de cosas.

D.E.: Y tú, Martin, ¿qué beneficios crees que puede traer esta idea de ser buenos hermanos?

Martin: Bueno, ahora somos más amigos. Por ejemplo, no hace mucho, Sarah me preguntó si yo quería jugar al Monopolio. Pero yo estaba ocupado y le dije que no. Luego yo le pregunté a ella lo mismo y ella me respondió que no porque estaba ocupada. Ella estaba ocupada cuando yo la solicitaba y yo estaba ocupado cuando ella me pedía a mí que jugáramos.

D.E.: Y finalmente jugaron.

Martin: Bueno, no, pero todo fue muy amistoso... sí; nos dijimos todo muy amistosamente.

Sarah: Creo que era el día del cumpleaños de papá... un sábado.

Martin: Sí, era el día del cumpleaños de papá y ese día fuimos muy amistosos.

D.E.: ¿Fue así, Sarah?

Sarah: No tuvimos ninguna discusión.

D.E.: ¿Por qué crees que eres una persona más fuerte ahora que cuando eras enemigo de tu hermana? ¿Por qué crees que eres más fuerte ahora que mantienes una relación más amistosa y hay un poco de amor entre ambos?

Martin: Bueno, ahora ella se comporta de manera más agradable conmigo... si hago algo que normalmente molesta, ella ya no me dice: "¡Basta, Martin!"; y ahora puedo hacer este tipo de cosas y en general ella ya no me dice: "Martin, deja de ser una molestia" o "Me estás fastidiando".

D.E.: Digamos que Sarah ha comenzado a apreciar tus humoradas un poquito.

Martin: Sí, a veces ella entra un poco en el juego, pero a veces vuelve al mal humor.

D.E.: Oh, sí. Los viejos hábitos no se pierden fácilmente. Y tú, Sarah, ¿sientes que has ganado el aprecio de tu hermano, que él te aprecia más? ¿Te sientes una persona más fuerte ahora?

Sarah: Sí.

D.E.: ¿Hasta qué punto te sientes más fuerte?

Sarah: Más fuerte de lo que era antes.

D.E.: Bien, bien, Martin y Sarah, ¿qué pensáis de vosotros mismos? ¿Estáis orgullosos?

Sarah y Martin: Oh, sí.

D.E.: Bien, yo también estoy orgullosos de vosotros. En realidad, estoy muy orgulloso. No pensé que pudieran lograrlo. Yo pensaba: "... bueno, hay un 50% de probabilidades". Ahora bien, si alguna vez me encuentro con otros niños que tengan el mismo problema, ¿qué pensáis que puedo aconsejarles? De todo lo que hicisteis, ¿qué creéis que fue lo mejor? ¿El asunto de los insultos les pareció útil?

Sarah y Martin: Sí, porque hizo que dejáramos de insultarnos.

D.E.: ¿Hizo que dejaran de insultarse? Sencillamente así...

Sarah: Bueno, fue algo lento... pero, sí, lo logró.

Martin: No queríamos tener que salir al jardín del frente y hacerlo otra vez, porque la próxima vez podía haber un montón de gente observándonos.

D.E.: Comprendo, de modo que lo que en realidad hizo el *round* fue ayudarlos a dominar el hábito. Así que fue una buena idea. ¿Qué otras ideas resultaron buenas?

Sarah: Y bien, la idea de hacer una revolución como la que hicimos.

Martin: Sí, hacer una revolución.

D.E.: Esto es interesante, Sarah, porque la última vez, Martin creía que era una buena idea, pero tú no te habías adaptado a ella tanto como él. ¿Por qué crees ahora que sí es una buena idea?

Sarah: Supongo que porque dio buenos resultados.

D.E.: ¿Y cuáles son para ti esos resultados?

Sarah: Me parece que ahora cooperamos más con papá y mamá y con John.

D.E.: Y ahora que cooperas más, ¿sientes que la vida es mejor?

Sarah: Sí.

D.E.: ¿Consideras que tienes una madre más feliz, un padre más feliz, un hermano más feliz y que tú misma eres más feliz?

Sarah: Sí.

D.E.: ¡De veras lo crees! ¿Le recomendarías una revolución semejante a otros jóvenes?

Sarah: Sí.

Sarah: David, si nos peleamos, podríamos invitar cada uno a tres o cuatro amigos, que vengan todos juntos y salir en grupo, por ejemplo.

D.E.: Bueno, creo que eso deberías discutirlo con vuestros padres.

Karla: Bueno, podríamos planear algo. Martin simplemente se pregunta si podríamos salir todos juntos como una familia...

Martin: Simplemente salir a comer afuera o algo así cuando Sarah y yo podamos ponernos de acuerdo en algo, digamos para celebrar.

D.E.: ¡Qué buena idea! ¿Creéis que será difícil que os pongáis de acuerdo?

Sarah: No, hum... no creo porque a ambos nos encanta ir a MacDonalds (todos ríen).

Karla: Bueno, creo que hemos terminado. Todo eso podremos charlarlo después.

(carta fechada el 7/11)

Queridos Karla, Jerry, Sarah, Martin y John:

Karla y Jerry, ahora la revolución está firmemente consolidada y tanto Sarah como Martin congenian muy bien con ella. Y gracias a esto ellos pudieron terminar con el hábito de insultarse, reducir las agresiones y comenzar a valorizarse mutuamente cada vez más. Se apartaron de la dirección en la que os encaminaban —una relación hermano/hermana deteriorante— y se dirigen ahora hacia una relación hermano/hermana gratificante y tolerante. Creo que vuestra decisión de imponer un “round sorpresa” fue una jugada inspirada que inspiró a vuestros hijos. Martin estimó que desde entonces experimentó un aumento de alrededor de un 87 - 89% de sentimientos amistosos hacia su hermana. Y Sarah, un aumento de 80 - 85%. Tened preparado “en la manga” otro round sorpresa, aunque quizá no sea necesario ponerlo en práctica. No me extraña que ahora digas, Karla, que la vida es “más tranquila y pacífica” y que “me hace sentir mejor el hecho de poder hacer cosas... por ejemplo, ahora puedo salir con ellos”.

De todos modos, abandonar un hábito e imponer otro no es tarea fácil. Como dijo sabiamente Martin: “Podría no desear que fuera perfecto (el desarrollo de una relación amistosa entre hermano y hermana) porque sería aburrido”. Karla y Jerry, si en algún momento os parece que Sarah o Martin está tratando de ser un hermano/a perfecto/a, desalentadlo/a con una actitud evidentemente deshonesta. Con esto quiero darles un motivo para que peleen. Ciertamente habrá algunos “sacudones” puesto que el nuevo hábito está aún en las sombras del antiguo hábito. Y hasta habrá algunos “sacudones”, aunque más infrecuentes, cuando el antiguo hábito entre en las sombras del nuevo (es decir, valorizarse mutuamente). Karla y Jerry, debo felicitaros por haberos adherido a vuestra revolución con tanta intensidad, por haber resistido el temporal de la contrarrevolución y haber establecido un orden leal y justo. Creo que habéis recuperado vuestra

autoridad parental, una autoridad de la que sois muy merecedores. Os deseo lo mejor en el futuro.

Quisiera que Sarah y Martin se prestaran para filmar un video sobre “hermanos y hermanas: cómo pasar de la denigración a la valorización” a principios del año próximo. Os telefonearé en enero o febrero para que hagamos una cita.

Sara y Martin, hasta entonces quisiera que vayáis pensando en las siguientes preguntas: pegadlas en la pared exactamente arriba de vuestras camas, así podréis pensar en ello a la noche antes de dormir. Sé que muchos otros chicos querrán conocer vuestros secretos.

Cuestionario sobre fraternidad para Martin y Sarah.

1. ¿Qué es mejor, denigrar a tu hermano/a o valorizarlo/a? ¿Qué diferencia sientes cuando tu hermano/a te valora en lugar de denigrarte?

2. ¿Qué crees que es mejor, tener un enemigo o un amigo por hermano/a? ¿Por qué es mejor tener un amigo que un enemigo?

3. ¿Por qué dejé de insultar a mi hermano/a? ¿Por qué dejé de decir chismes sobre mi hermano/a? ¿Por qué dejé de tratar de implicar a mis padres en las disputas que sostengo con mi hermano/a? ¿Mi padre y mi madre dejaron de ocuparse tanto de nuestras disputas? ¿Se negaron a inmiscuirse en nuestras disputas aunque nosotros se lo solicitáramos?

4. ¿Fue muy difícil iniciarse en el hábito de valorizar a tu hermano/a? ¿Cuál de los dos hábitos te exigió más tiempo y energía: denigrar a tu hermano/a o valorizarlo/a? ¿Qué hábito te recompensa más?

5. ¿Cuándo comenzasteis a ayudaros uno al otro? ¿Cuándo comenzasteis a jugar y a divertirlos juntos? ¿Cuándo advertisteis que era mejor tener un amigo que un enemigo por hermano/a?

6. ¿Qué les aconsejaríais a otros jóvenes que tengan hoy el problema que vosotros teníais?

7. ¿Recomendaríais a otros jóvenes que siguieran vuestro consejo? ¿Pensáis que estáis en condiciones de dar un buen consejo?

8. ¿Hasta qué punto estáis orgullosos por lo que habéis logrado? ¿Creéis que merecéis una medalla? ¿Cuán orgullosos están vuestros padres cuando hablan entre sí sobre lo que vosotros habéis logrado? ¿Uno de vuestros padres se muestra más orgulloso que el otro? ¿O ambos se manifiestan igualmente orgullosos?

Martin y Sarah, realmente estoy ansioso por reunirme con vosotros en 1988 y comprobar que la resolución que habéis tomado para este Año Nuevo es la que yo supongo. Sinceramente vuestro, D.E.

Querida Sarah:

Pensé que era conveniente escribirte individualmente a fin de agradecer las muchas maneras en que afrontaste valerosamente la vida. Aun

así, tienes un largo camino por delante, aun así puedes inclinarte hacia la dirección del temor si no has cambiado realmente tu manera de pensar. Y al decir que debes cambiar tu manera de pensar (y la dirección) me refiero a que sigas los siguientes pasos: (1) dormir con las luces completamente apagadas y supongo que cuando volvamos a encontrarnos ya lo harás, (2) ganar una condecoración por ser la que pronuncia los mejores discursos entre las Niñas Guías, (3) leer uno de tus excelentes poemas en la escuela, (4) conseguir un trabajo en una librería que te permita juntar dinero para participar en un campamento y (5), lo más importante, gánate a tus amigos con una sonrisa. Ahora eres una niña de primera clase en valentía, aun cuando te falte practicar un poco el trato con los demás, en lugar de rehuirles.

Hablé de tus logros con el presidente de la Asociación Australiana de Domadores de Monstruos y Cazadores de Miedos y éste me aconsejó que te entregue un certificado. Creo que realmente lo mereces pues has recorrido un largo camino en muy poco tiempo. ¡Felicitaciones!

Tuyo, animosamente, D.E.

A causa de las vacaciones de verano de la familia Jones y de mi viaje al extranjero, no pudimos reencontrarnos antes de los cuatro meses y medio. Jerry sostenía que todos habían recorrido un largo camino y yo estuve de acuerdo con él. Con todo, Karla dijo que, como yo les había advertido, surgieron algunos otros problemas o, mejor dicho, la familia se había dado cuenta de que esos problemas existían. Karla comentó que los cuestionamientos que le hacía Sarah habían llegado a un punto imposible y que después de un día de “ésos” se sentía con “el cerebro en tensión”. Analizamos bastante extensamente el hábito cuestionador de Sarah y los distintos modos en que esto había llevado a Jerry y a Karla a adquirir el hábito de responder permanentemente. Sarah, en gran medida, había adquirido la costumbre de obstinarse o de transformar sus opiniones en preguntas a fin de alentar a sus padres a responder. La siguiente carta resume esa discusión y sugiere un programa de entrenamiento para Sarah y una descripción complementaria de las relaciones de los padres con el terapeuta.

Queridos amigos:

Jerry, ciertamente coincidí contigo en lo que dijiste: “Hemos recorrido un largo camino”. Ahora que estáis en las etapas finales, confío en que no descuidéis todo aquello que esta revolución familiar enriqueció a cada uno de vosotros.

Sarah, tú te estás dando cuenta de que tu especialidad en denigrar a tu hermano no da buenos resultados. Y de que no hay manera de contenerlo. Martin es demasiado irrefrenable. En cambio decidiste que, en lugar de tratar de frenarlo (y de frenarte a ti misma al mismo tiempo), la mejor

estrategia era darte prisa y ponerte a la delantera. Creo que es una muy buena idea.

Todos decidimos que el mejor modo de “darte prisa” es perder ese hábito de preguntar que has adquirido. Y que vosotros, Jerry y Karla, abandonéis el hábito de responder. El hábito de Sarah de formularos preguntas permanentemente, os exige tal esfuerzo mental que tú, Karla, me llegaste a decir que sentías “el cerebro en tensión”. Sarah, tu costumbre cuestionadora te ha llevado a la negligencia y la irreflexión y al mismo tiempo ha sumergido a tus padres en una atención permanente y en la reflexión. Jerry y Karla, llegasteis a la conclusión de que ambos sois suficientemente atentos y reflexivos y que creéis que ya es tiempo de que Sarah ejercite su propio intelecto, tenga sus propios pensamientos y sus propias opiniones. Cuanto más se apoye Sarah en vosotros, más negligente se hará. Y el resultado de este proceso es fácilmente predecible: Sarah puede convertirse en una persona que confía más en los otros que en sí misma; que depende de los demás en lugar de ser una persona independiente.

Para que Sarah ejercite su intelecto, vosotros, Karla y Jerry, debéis declinar las incitaciones que ella os haga a responder preguntas y proponerle en cambio que sea ella quien responda vuestras preguntas, para que de ese modo Sarah elabore sus propias opiniones. Karla, sé que te preocupa el hecho de no causarle ninguna angustia a tu hija, pero descubrir los propios pensamientos, las propias opiniones e ideas es una forma de estrés sinceramente recomendable. Tratar de evitarle ese tipo de presión es una manera de garantizar inconscientemente un estilo de vida muy angustioso para todos vosotros.

Estas son algunas de las ideas que propongo para que Sarah ejercite su intelecto:

1. Cuando Sarah os pregunte la hora, a pesar de que ella ya tenga un reloj, decidle solamente: “Es hora de que tengas tu propio reloj”.
2. Cuando Sarah le pida a Karla que la ayude a vestirse para salir, ésta le hará dos advertencias, por ejemplo: “Saldremos dentro de ... minutos y espero que estés lista para entonces”. Si ella no se ha preparado sola, tendrá que terminar de vestirse en el automóvil o en la casa de los amigos a los que va a visitar. Si lo deseáis podéis telefonear antes a vuestros amigos para comentarles que estáis ayudando a Sarah a ser más responsable, en lugar de permitir que ella siga apoyándose en vosotros para hacer cosas que ya sabe hacer sola.
3. Programa para desarrollar ideas, opiniones y pensamientos propios. Cada vez que Sarah os formule una pregunta, incitadla a que ella misma exprese su opinión y preguntadle vosotros: “¿Pueden venir mañana nuestro amigos?”, “Antes de considerar mi respuesta, me gustaría oír tu

opinión al respecto". "Mamá, ¿cómo se llamaba el barco?", "Sarah, ¿cómo se llamaba el barco?". Cada vez Sarah se verá obligada a flexibilizar su mente y a registrar el episodio en una lista diaria que podría llamarse LISTA DE MOMENTOS DE ATENCIÓN. En la misma lista vosotros podéis registrar las ocasiones en las que os negásteis a encontrar respuestas que la propia Sarah podía averiguar.

Jerry, Karla, Sarah y Martin, a cualquiera le lleva aproximadamente el mismo tiempo desarrollar su intelecto que desarrollar una aptitud corporal. Sin embargo, creo que el primero es más importante. Sería casi imposible desarrollar el propio cuerpo, si uno no pudiera disponer su espíritu para hacerlo. Jerry y Karla, considerando que vuestro hábito de responder duró tanto como el hábito de preguntar de Sarah, creo que ambos necesitáis entrenaros para superarlo. Vuestro, con los mejores deseos, D.E.

P.S. Me he dado cuenta de que yo mismo he adquirido el hábito de responder. No os sorprendáis si en nuestra próxima entrevista transformo todas mis respuestas en preguntas.

Al reunirnos, un mes después, todos nosotros advertimos claramente que la revolución se había convertido en rutina. Con justicia, cada uno de los miembros de la familia se sentía orgulloso de sus logros y lo manifestó cuando comenzamos a escribir la historia del nuevo régimen. Entonces también resultó evidente que Sarah tenía gran interés por participar y que sentía verdadero placer haciéndolo. También quedó de manifiesto la capacidad parental de Karla y Jerry y la convicción que tenían ambos de que eran felizmente imperfectos y, sin duda, padres suficientemente buenos. A medida que la revolución familiar se transformaba en la historia familiar todos se sintieron gratificados. Y esto fue celebrado en la siguiente carta:

Queridos Karla, Jerry, Sarah y Martin:

Ahora la revolución ha terminado y todo vuelve a la normalidad. Como dijiste tú, Jerry: "Estamos progresando, en lugar de dar vueltas en círculos... hemos recorrido un largo camino". A fin de que podáis recordar exactamente cómo vivísteis ese recorrido, consideramos útil registrar vuestras victorias totales o parciales ocurridas desde el momento en que nos conocimos.

1. Hace algunos años comenzásteis a trataros por un problema relacionado con el momento de ir a dormir, en el Centro Leslie y con Kathy MacDonald.

2. Sarah superó sus temores a los fantasmas, los esqueletos, la oscuridad, viajar en autobuses, ir a la biblioteca, ir de campamento o a casa de amigas a pasar la noche y comenzó a hacer algunas cosas tales como animarse a subir a los dormitorios sola e ir de una habitación a otra de noche, sola. Mientras estaba desarrollando su valentía, Sarah recibió un certificado de la Asociación Australiana de Domadores de Monstruos y

Cazadores de Miedos que actualmente ocupa un lugar destacado en la pared del dormitorio junto a sus premios de música.

3. Martin, tú superaste el miedo a los fantasmas que te aterrizaban, al ver cómo crecía la valentía de Sarah.

4. Karla y Jerry, vosotros habéis desafiado con éxito la debilitante idea de ser padres perfectos, aunque tú, Jerry, me dicen que aún eres algo duro contigo mismo.

5. Karla y Jerry, habéis afrontado con éxito la paralizante idea de que si les exigíais a vuestros hijos que cumplieran lo que se les pedía, podríais dañarlos. Como dijiste tú, Karla: "buscábamos la aprobación de los niños; yo compraba la comida que a ellos les gustaba, los llevaba adonde ellos querían, hacía lo que ellos deseaban que hiciera". Ahora tenéis un lema diferente:

"No buscamos la aprobación de los niños, sólo su cooperación".

6. Sarah ha comenzado muy bien a luchar contra su hábito de preguntar permanentemente y tú, Jerry y tú, Karla, habéis hecho lo mismo con vuestra costumbre de responder provocada por las preguntas de Sarah. Decís que la niña se manifestó en contra durante los primeros días, pero que ahora está "definitivamente mejor". Estoy de acuerdo con vosotros en que todo esto se reflejará muy pronto en el trabajo escolar de Sarah. Jerry, me dices que a veces te descubres dando respuestas, pero que estás tratando de dominarte. Karla, tú me informas que... "Estoy más atenta que antes a fin de inducir a Sarah a que responda por sí misma, pero aún me cuesta hacerlo". Por otro lado, ninguno de vosotros se siente ya con el "cerebro en tensión" y ambos coincidís en que después de un día con los niños "conservamos más energía que antes".

7. Sarah y Martin, habéis tenido una victoria sobre la denigración mutua y tú, Sarah, dices que "mi logro predilecto es haber podido valorar a Martin más de lo que lo hacía anteriormente". También tú, Martin, coincides en que tu logro favorito es que Sarah haya comenzado a valorarte. Me contáis que esto "puso un freno a la denigración mutua y a la costumbre de fastidiaros recíprocamente y que ya casi no recibís castigos".

8. Sarah y Martin, vuestra relación hermano/hermana se encamina hacia la amistad. Ahora os saludáis por la mañana y os deseáis las buenas noches antes de ir a dormir. Habéis comenzado a pasar momentos juntos escuchando música y tú, Sarah, hasta le prestaste un vídeo a Martin para que pudieran reproducirla. Ambos afirmáis que en un lapso de uno a tres meses vuestra relación ha de ser "normal", pues ambos estáis de acuerdo con que manteniendo constante el ritmo de progresos obtenidos hasta ahora, podréis lograrlo.

9. Sarah obtuvo una victoria contra la aflicción al desarrollar la alegría interior, la sonrisa y el sentido del humor. Karla y Jerry, debe ser

maravilloso observar esta felicidad después de tantos años de tristeza. Recuerdo cuando me contásteis que la última vez que la habían visto reír fue cuando ella era un bebé.

10. Sarah venció su deseo inconsciente de reprimir a Martin reprimiéndose a sí misma al mismo tiempo. Ahora está convencida de que aquella era una proposición "perdida", ya que Martin es tan "irrefrenable".

11. Karla y Jerry, habéis establecido en vuestra familia un régimen leal y justo, en el cual podéis expresar vuestro buen criterio en lugar de desconfiar de él.

Martin, cuando te pregunté sobre tu evolución familiar, dijiste: "Siento que fue positiva, que ayudó". Sarah **tu opinión** fue: "Al principio fue algo raro, pero al cabo de algunos meses comprendí que era útil".

Querría dejar por escrito que muy pocas familias de las que he conocido pudieron superar tantos problemas en tan corto tiempo. Creo que hacéis honor a vuestra familia, a vosotros mismos como padres de vuestros hijos, y vosotros, niños, como hijos de vuestros padres. ¡A todos vosotros, mis sinceras felicitaciones!

Espero que me llaméis en cualquier momento futuro para comentarme vuestros progresos o para que hagamos una cita para una reunión de repaso. Con mis mejores deseos, D.E.

Nueve meses después de nuestra última entrevista, recibí una inesperada pero muy bienvenida carta de Sarah:

Querido David:

¡Hola! Soy Sarah. Bueno, aún debo dejar una luz encendida por las noches, pero no creo que sea porque tengo temor. Pienso que ahora es sólo un hábito. Martin, John y yo nos llevamos muy bien. Hace siglos que no nos insultamos (salvo muy rara vez).

¿Recuerdas que no me gustaba viajar en el autobús? Bien, ayer fui a casa de una amiga que vive en Onehunga y por primera vez viajé de vuelta sola en el autobús.

También estuve yendo al Club de Jóvenes de la Iglesia. Allí no conocía a nadie, sin embargo ahora me siento bastante cómoda.

Mi trabajo en la escuela ha mejorado mucho. Nuestra clase debía preparar un proyecto sobre Estudios Sociales y yo fui la **única** (además de mi amiga) que obtuvo un 100% (15/15) en toda la clase. También obtuve A en el proyecto de francés. En estudios sociales tengo 16 puntos sobre 25. Antes nunca había superado los 7 puntos de los 20 máximos.

Bueno, además no me estuve quejando (salvo una o dos veces) por tener que ayudar a mamá (y sólo algunas veces le digo a Martin qué tiene que hacer). Para probarlo, ahora mismo voy a ir a ayudar a mamá a po-

ner los platos para el desayuno. (En realidad voy a hacerlo sola sin la ayuda de mamá.)

Muchísimas gracias por tu ayuda (¡realmente no fue una pérdida de tiempo!).

Sarah

P.S. Supongo que esto muestra como estudiar mejora las calificaciones.

Mi respuesta fue la siguiente:

Querida Sarah:

¡Recibir tu carta fue una maravillosa sorpresa! Y me recordó qué clase de persona eras cuando nos encontramos por primera vez: afligida, seria, temerosa y desconfiada. Tu carta me pintó un cuadro muy diferente: una persona feliz, valiente, dueña de sí misma y atenta a sus propios pensamientos e ideas. Además el hecho de que tú, Martin y John se lleven tan bien me prueba, más allá de toda sombra de duda, que eres una nueva persona. Supongo que el hecho de que te hayas vuelto una persona tan atenta ha mejorado tu intelecto hasta tal punto que has llegado a ser una alumna muy capaz. Recuerdo las épocas en que solías pedirle a tu madre que hiciera tus proyectos de la escuela. Ahora tú misma los haces en un 100% y obtienes 100% en tus calificaciones. ¡Felicitaciones!

Dale mis cariños a Martin, a quien imagino tan irrefrenable como siempre. Creo que también deberías felicitar a tus padres por haberte sido tan útiles en los momentos en que tú luchabas por superar tus problemas y tratabas de convertirte en ti misma.

Mirando hacia atrás, ¡todo esto me parece un milagro!

Mantente en contacto. Con mis mejores deseos, D.E.