

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

Cuando estaba a punto de marcharse, le pregunté a Sally si quería ver algunos de mis vídeos y darme su opinión profesional sobre ellos. A ella le pareció bien. Le telefoneé una semana después y Sally me respondió que quería ver los vídeos pero que estaba demasiado ocupada con varios pedidos de filmación. En la breve conversación que mantuvimos no se mencionó la depresión. Un tiempo después también le escribí para sugerirle que sería muy valioso para otras mujeres que ella llevara un registro escrito de cómo descubrió una solución para su depresión mirando y escuchando su propio vídeo o cómo había redescubierto su solución original: "Darle esto a otras personas puede ser lo más generoso que puedo hacer por ellas".

Volví a telefonearle seis semanas después, Sally me comentó que ya no se sentía deprimida, que veía la vida desde una perspectiva positiva y que tenía muchos deseos de ver mis vídeos. Cuando le pregunté si había hecho el registro que le sugerí, me contestó que aunque había querido hacerlo, la respuesta parecía siempre escapársele. Lo único que había podido establecer es que yo le había permitido quedar "mano a mano". Le respondí que coincidía con ella, pero en el fondo de mi espíritu pensé que yo había recibido la mejor parte.

Marcel Mauss, un antropólogo francés que escribió a comienzos de este siglo, al referirse a la cultura maorí, afirmó:

Uno regala lo que en realidad es una parte de la naturaleza y la sustancia de uno mismo. Por consiguiente, recibir algo es recibir algo de la esencia espiritual de alguien... sea lo que fuere, alimentos, posesiones, mujeres, niños o ritos, aquello que se regala continúa teniendo una influencia mágica y religiosa en quien lo recibe.

Recibir sin retribuir o sin recompensar aun más, es exponerse a la subordinación, convertirse en un cliente, en un subalterno, convertirse en un ministro, en alguien que hace lo que otro dispone (1977).

Referencia bibliográfica

Mauss, M., 1977: *The Gift: Forms and functions of exchange in archaic societies*, W. W. Norton, Nueva York.

19

Cada cual con su propia aflicción*

La señora Rutherford** me llamó por teléfono para pedirme una entrevista urgente. Su hija Charlotte, de 17 años, había agredido físicamente a su hermana Carolyn. Esta fue internada en el hospital, pues en un primer momento se creyó que tenía la mandíbula fracturada, pero al día siguiente le fue dada el alta. Si bien la mandíbula no estaba quebrada, Carolyn había sufrido una agresión considerable. Combiné con la señora Rutherford para encontrarme con toda la familia, salvo con Carolyn, que en aquel momento se hallaba afuera. Yo hubiera preferido esperar a que la joven regresara, pero la señora Rutherford insistió en que dos semanas era demasiado tiempo.

El señor Rutherford era contador y su esposa, una vez que las hijas crecieron, había comenzado a participar activamente en un movimiento de voluntarias. Además de las gemelas, el matrimonio tenía otra hija de 13 años llamada Robyn, que era una niña extremadamente equilibrada. Los Rutherford llegaron puntualmente a la entrevista. La madre me aclaró que ya habían estado viendo a otro terapeuta familiar durante seis sesiones y que, aunque no habían logrado resultados duraderos contra los arranques de cólera y la violencia de Charlotte, consideraban valiosa aquella experiencia. Me dijo que había aprendido que la conducta de Charlotte no era atribuible a un mal desempeño de la madre. Estuve de acuerdo con ella en cuanto a que aquél era un descubrimiento extremadamente importante, aunque me pareció que se podía haber llegado a esa conclusión con cinco sesiones menos. Le dije que se trataba de un problema muy sencillo y que ciertamente podrían haberlo resuelto en una sola sesión. Observé que los Rutherford se quedaban perplejos ante mi insistencia en esta cuestión. Por lo menos, el estado de perplejidad había reemplazado al estado de des-

Publicado en *Australian Journal of Family Therapy*, 5, 4, 1984, págs. 287-289.

**Todos los nombres y el apellido son ficticios.

peranza. Salí de la habitación y regresé con algunas cartas de otros jóvenes y padres que me informaban sobre la súbita desaparición de los problemas de cólera cuando afrontaban la perspectiva de una Fiesta del Berrinche. Entonces la confusión fue reemplazada por la incredulidad.

Luego los interrogué más detalladamente sobre el problema de ira de Charlotte (como lo hago habitualmente, pidiendo que los demás miembros de la familia comenten la conducta de x o la conducta de y). Un interrogatorio cuidadoso me permitió construir el patrón típico de los sucesos. Apparentemente el mal humor y los berrinches de Charlotte comenzaron aproximadamente en la época en que la joven preparaba los exámenes para obtener el certificado de la escuela nacional. Charlotte estuvo a punto de cumplir los requisitos académicos, como lo hicieron sus compañeras de escuela, pero no lo logró. Finalmente dejó los estudios y comenzó a trabajar en una fiambrería, pero este trabajo le parecía muy poco exigente. Recientemente había tomado la decisión de abandonar el empleo y comenzar a estudiar en algún colegio técnico. Durante ese período la madre se había preocupado particularmente por Charlotte y cada vez que notaba "cualquier señal de infelicidad" no podía evitar atribuirle a su hija "sentimientos de cólera": "¿Te sientes enojada? siento que hoy no estás feliz y me pregunto si acaso no deseas hablar de eso conmigo". Charlotte negaba que tuviera sentimientos de cólera y de algún modo se sentía irritada por lo que consideraba una intrusión de su madre. Esta advertía entonces que el mal humor de Charlotte aumentaba, lo cual le parecía una confirmación de que tenía de qué preocuparse. Este proceso continuaba hasta que Charlotte estallaba de cólera en su habitación.

La señora Rutherford, apenas tenía ocasión, se acercaba a su marido y le decía que Charlotte estaba muy enojada y que era necesario hablar con ella. El señor Rutherford iba entonces al dormitorio de Charlotte y le decía: "Dice tu madre que estás enojada. ¿Quieres hablar conmigo?" La hija, cada vez más encolerizada, le pedía que saliera de su habitación, con lo cual el señor y la señora Rutherford se inquietaban aún más. Se sentían impotentes para ayudar a la hija y comenzaban a temer nuevos episodios desagradables. Habitualmente hablaban con Carolyn y le pedían que interviniera para apoyar la posición de los padres (Charlotte y Carolyn eran muy confidentes y tenían una buena relación no competitiva de gemelas). Aquella vez fue Carolyn y le comentó a su hermana la preocupación de los padres: "Mamá y papá están inquietos porque te sientes tan enojada. ¿Puedo hacer algo para ayudarte?" Entonces, ante el asombro de todos, incluso el de la propia Charlotte, ésta atacó a su hermana. Era esta una familia en la que nadie estaba acostumbrado a los arranques de cólera ni a la violencia.

Le pregunté pues a Charlotte si deseaba superar su problema de ira, y

ella me respondió rápidamente que sí. Le pregunté si deseaba hacerlo mediante una Fiesta del Berrinche, o si prefería elegir un camino más fácil. Analizamos el método alternativo en detalle, pero les dije a todos que no se preocuparan por memorizarlo, pues esa noche les enviaría una carta que especificara los pasos que debían seguirse.

La carta decía lo siguiente:

Queridos amigos:

Charlotte, recientemente has tomado una decisión muy importante para tu vida y sospecho que no fue tarea fácil. En este momento, la vida es para ti excitante, pero al mismo tiempo te produce temor. Tu padre y tu madre comprenden todo esto y desean ayudarte del modo en que puedan hacerlo. Pero tú te das cuenta de que eres la única que puedes manejar tu mente y controlar tu cólera. Creo que depende de ti que tu familia, de un modo u otro, entre en el círculo vicioso que yo llamo "la aflicción busca compañía", y en el que cada uno, sin advertirlo, hace que el otro se siente cada vez más afligido. Les has pedido a tus padres y hermanas que te permitan vivir tu propia aflicción. Parece que has querido tranquilizarlos en cuanto a que te sientes bien y te conoces perfectamente. A tu familia no le gusta verte luchar sola con las decisiones importantes de la vida, pero están de acuerdo con prescindir de ti cuando tú te halles 7,5 arriba y con disfrutar de tu compañía cuando estés 7, 5 abajo.

Charlotte, continúa teniendo la responsabilidad de informarles sobre tus sentimientos. Nos pusimos de acuerdo en aceptar la siguiente escala: 10= furiosa y fuera de control; 7,5 arriba= enojada y con ganas de estar sola; 5= estado normal y 0= feliz y exultante. Pondrás una pizarra en la puerta del refrigerador donde todos puedan verla.

Si te sientes en un estado de 7,5 puntos o más, anótalo y ve a tu habitación; tu familia respetará tu necesidad de estar sola.

Si deseas pedir un consejo, una opinión o simplemente que alguien te escuche, pídeselo a cualquiera, pero debes anticiparle qué esperas de él o de ella. Y ambos discutiréis si es conveniente; si la persona a quien hayas llamado no lo considera conveniente te lo dirá y tú has de respetar esa decisión y mostrarte paciente.

Todos estuvieron de acuerdo con que Charlotte tiene derecho a encolerizarse en su dormitorio, pero que no tiene derecho a herirse ni a herir a los demás. Si les muestras a tu madre y a tu padre que no eres capaz de controlarte, ellos deberán encontrar una manera de hacerlo.

Hasta que todos ustedes aprendan a hacer las cosas de un modo diferente del que utilizaron en el pasado, sigan el siguiente procedimiento. Si Charlotte se niega a retirarse a su dormitorio cuando se siente en un estado de 7,5 puntos, los demás miembros de la familia deben tener preparada una tarjeta con esos números escritos con grandes caracteres. Deben entregársela y apartarse de ella. Sin decirle nada. Si alguien trata de animar

a Charlotte y quiere saber por qué ella está tan enojada, ella debe tener a su vez una tarjeta preparada para dársela al "comedido". Charlotte tampoco debe decir nada, pues ellos ya saben que deben respetar su privacidad y su concentración.

Charlotte, tu seriedad me causó gran impresión. Quisiera que pienses en eso. La cólera es un sentimiento como cualquier otro. Pero, a diferencia de otros sentimientos, éste puede transformarse en energía que te permita lograr en la vida las cosas que deseas. Pero ten cuidado de no atemorizar a las personas con la ira incontrolable, pues tarde o temprano la gente se apartará de ti.

Me agradó mucho conocerte y creo que resolverás este problema transitando el camino más fácil. Llámame si tienes alguna duda.

Buena suerte, D. E.

Charlotte no volvió a atacar a su hermana ni tuvo ningún otro berrinche que inquietara a su familia. Le pedí entonces que me escribiera y me contara cómo había logrado superar el problema tan rápidamente. (Charlotte me había confesado que "sabía que no volvería a hacerlo" cuando nos despedimos al final de la primera entrevista.) Pareció muy interesada en cumplir con lo que yo le pedía. Unas horas después volvió a telefonarme para decirme que, aunque quería escribir su experiencia no podía hacerlo, sencillamente porque no comprendía cómo lo había logrado.

En la actual corriente de "autoexpresión" y "ventilacionismo", prácticamente siempre se concentra la principal, si no ya la exclusiva, atención en la cólera. La ira reprimida se considera el veneno de la personalidad y, por lo tanto, se dice que debe "dejarse salir"; pero oímos pocas exhortaciones de este tipo a la honestidad cuando se trata de emociones mucho más venenosas como la envidia y el resentimiento... Parece evidente que la cólera no es una emoción ni "buena" ni "mala", ni "positiva" ni "negativa", sino que depende de cada caso, de las circunstancias y del individuo, de la naturaleza del "agravio" y de sus antecedentes. (Solomon, 1976.)

Referencia bibliográfica

Solomon, R. C., 1976: *The Passions: The myth and nature of human emotion*, Anchor Press, Garden City, N. Y.

Enfoque estratégico para resolver un problema de desnutrición extrema*

David Epston y Phyllis Brock

Este artículo describe la dramática resolución de un pertinaz problema de nutrición de un niño de dieciocho meses. Antes de iniciar el tratamiento, el niño había pasado 199 días en el hospital y después del tratamiento ya no tuvo que volver, salvo por un breve período a causa de una operación de amígdalas. Una vez concluido el tratamiento, el niño recuperó el ritmo normal de crecimiento. Los autores desarrollan aquí las hipótesis en las que se basaron y las intervenciones que derivaron de ellas. Cuatro meses después de la primera sesión, los padres hicieron una reflexión sobre la terapia que constituye un comentario sobre nuestro comentario.

La familia N nos fue derivada por el hospital a causa del contumaz problema de nutrición que sufría Steven y de las dificultades maritales de sus padres. Steven era el primer hijo de la señora N, de 24 años, y el señor N, de 25. Cuando tenía 16 años, la señora N había tenido un hijo fuera del matrimonio y lo había dado en adopción. A los dieciocho meses Steven pesaba "alrededor de 7 kilos" y había sido hospitalizado intermitentemente desde que tenía seis semanas durante un total de 199 días. Con frecuencia, cuando le daban el alta, los médicos les pedían a los padres que lo alimentaran en casa con goteo nasogástrico. Cuando no ocurría esto, los padres se pasaban las veinticuatro horas tratando de alimentar al niño; con frecuencia se sentían desilusionados (cuando el niño rechazaba la comida) o impotentes (cuando comía, pero inmediatamente vomitaba). Una comida podía durar 5 ó 6 horas. "Siempre estaba enfermo, siempre debía tomar antibióticos, siempre se deshidrataba, de modo que había que hospitalizarlo nuevamente para que le suministraran suero; al regresar a casa, volvía a enfermarse y así una y otra vez." Steven tenía un aspecto agotado, exangüe y permanecía curiosamente inmóvil salvo porque sin previo aviso, con fre-

*Leslie Centre, Auckland, Nueva Zelanda. Publicado en *Australian of Family Therapy*, 5, 2, 1984, págs. 111-116.