

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

3

¿Sofocar el problema o encontrarle una solución?*

El padre de Tracey había abandonado a su familia dos años antes de manera inesperada. Había dejado el hogar para formar una nueva pareja. Tracey, que entonces tenía ocho años, no mostró en aquel momento ningún cambio visible. La familia misma se hizo "más cerrada". El efecto que tuvo la partida del señor Parker en la vida cotidiana de la familia fue mínimo puesto que éste no era un "hombre de familia"... "Era un extraño, no estaba casi nunca en casa." La señora Parker describió su relación matrimonial como una "esclavitud" y dijo que ella "permanecía siempre en el hogar... y lo hacía todo por él". Tracey dijo que odiaba a su padre y hasta entonces se había negado a visitarlo, pero pensaba que podría hacerlo en el futuro. La señora Parker había sido una "madre estricta" antes de su separación, pero luego "llegué a ser todo lo contrario" y sus expectativas acerca de sus hijas se redujeron prácticamente a la nada. Al mismo tiempo, había extendido su horario de trabajo. La señora Parker sentía a veces que "no podía preocuparme" por su papel parental. Dijo que ahora advertía que durante los últimos cuatro años anteriores a la partida de su marido ella había estado "deprimida": "con dolores nerviosos de estómago, hastiada, agotada hasta sentir que me estallaba la cabeza". Cuando su marido la dejó se sintió "diez veces mejor". La señora Parker se identificaba bastante estrechamente con Tracey. "Es el mismo tipo de persona que yo, me reconozco en ella." Ante todo se refería a la "timidez", un rasgo que contrastaba marcadamente con la locuacidad de las hermanas de Tracey, Carolyn, de 15 años, y Nicola, de 9. Sin embargo, en ese aspecto la señora Parker había cambiado bastante durante los seis meses anteriores a nuestra primera entrevista. Antes, ella era incapaz de hablar cómodamente con la gente, pero desde que comenzó a trabajar fuera de su casa, sintió "que me había encontrado a mí misma".

*Publicado en *Australian & New Zealand Journal of Family Therapy*, 9, 1, 1988, págs. 54-56.

La señora Parker nunca había tenido ningún problema con Tracey. Tracey tenía amigos, pero su madre no estaba muy segura de la lealtad de tales amistades, a las que Tracey sólo veía durante las horas de escuela, pero con las cuales mantenía una amplia correspondencia escrita.

Un año después la señora Parker inició una relación con un compañero de trabajo, Roger. Y los problemas comenzaron de manera dramática cuando Tracey conoció a Roger. Lo insultó, pegó portazos y pataleó. Cuando vio que Roger besaba a su madre, Tracey exhibió muestras aún más extremas de su ira, es decir, aulló y "se revolcó en el suelo". La señora Parker decidió hablar con ella, pero "Tracey no podía superarlo", a pesar de los esfuerzos que hizo la madre para asegurarle todo su amor. *La señora Parker indagó si lo que Tracey temía era que Roger pudiera llevarse a su madre a vivir lejos de sus hijas.* La segunda vez que Tracey vio a Roger se enfurruñó, tuvo un arranque de mal humor y "le rompió su aparato de radio". Además salió corriendo y se escondió tras los árboles. La señora Parker pensó en salir a buscarla, pero luego advirtió que si lo hacía transformaría los arranques de Tracey en un hábito, de modo que desistió y Tracey pronto regresó, aunque primero se quedó sentada durante algunos minutos afuera. La señora Parker se refirió luego a estallidos sin causa aparente, durante los cuales Tracey "rompía cosas", estallidos que rápidamente se convertían en verdaderos ataques a la propiedad con alaridos que a veces provocaban la intervención de la policía cuando los vecinos la llamaban. La propia señora Parker había llamado alguna vez a la policía para tratar de controlar a su hija. La opinión de los policías fue que Tracey era esquizofrénica y que estaba necesitando una buena paliza. Por otra parte Tracey comenzó a amenazar a su hermana mayor, Carolyn, con un cuchillo, cada vez que ésta tenía una cita y quería salir. Y hasta había comenzado a pegarle a su madre. Con todo, la señora Parker informó que este tipo de episodios había cambiado durante los meses previos a la entrevista: "Tracey comenzó a darse cuenta de que Roger no estaba tratando de alejarme de ella, sino que antes bien intentaba unírnos a todos". La señora Parker tuvo que admitir que las cosas parecían estar resolviéndose por sí mismas y hasta se mostró un poco incómoda por hacerme perder el tiempo. Le dije que no tenía ninguna razón para sentirse incómoda y que sí tenía razones para felicitar-se, pues evidentemente había ayudado a su hija a superar un período difícil de la vida.

Dos meses después recibí un urgente llamado telefónico del consejero escolar de la hermana mayor, Carolyn, que me pedía que pusiéramos a Tracey al cuidado del Departamento de Bienestar Social a causa del "estrés que vivía esa familia". Se estaba ocupando de Carolyn porque los profesores de la escuela sospechaban que la niña estaba bajo la influencia de las drogas. Aparentemente, con frecuencia Carolyn estaba en un estado

casi comatoso durante las clases. Al entrevistarse con el consejero escolar, Carolyn admitió que estaba tomando sedantes que le habían prescrito el médico de la familia, quien también se los había recetado a la madre. Tracey aún continuaba teniendo sus estallidos, pero en realidad, éstos habían disminuido en frecuencia e intensidad desde que Roger fue a vivir con ellas. Coincidí con el consejero en que era conveniente que yo viera a la familia inmediatamente.

Me reuní con la familia en su casa, la noche siguiente. El temor de Tracey se había convertido para entonces en una tiranía. La señora Parker permaneció bastante silenciosa. Carolyn expresó claramente el terror que sentía por el carácter impredecible de la conducta de Tracey y me dijo que tanto la madre como ella misma habían recurrido a sedantes fuertes. Roger me impresionó como un hombre profundamente interesado por el bienestar de esa familia. Todos, hasta Tracey, coincidieron en que Roger había traído "alegría" a la familia y también en el contexto de la relación de pareja. La señora Parker había redescubierto en sí misma una vivacidad muy diferente de la persistente "depresión" enmascarada que había experimentado durante su matrimonio. Tracey era tan tímida que se escondía detrás de su largo cabello y fue casi incapaz de sostener mi mirada. Advertí que cuando se hablaba de sus arranques de cólera, Tracey sonreía nerviosamente. En sus fervorosos esfuerzos por unir a la familia, Roger permanecía prácticamente inactivo ante la provocación extrema. Parecía paralizado por la incertidumbre. Todos ellos describieron el último estallido de Tracey. Tracey le había pedido a Roger que le prestara atención y éste se negó diciéndole que primero quería terminar de ver el noticiario que pasaban por la televisión. Entonces Tracey le arrojó una silla. Roger no reaccionó contra ella, pero tampoco se rindió a la solicitud. Tracey salió de la casa y se puso a gritar obscenidades a los vecinos. Aquella era una típica secuencia de los hechos. Luego, durante la misma entrevista, cuando se decidió que debía realizarse una intervención terapéutica con la familia, Carolyn pidió que se la ayudara contra su fobia social: según confesó, esta fobia le impedía ir a ningún lado si no la acompañaban y ahora estaba constituyendo un problema, pues quería comenzar a trabajar.

Inmediatamente después escribí la siguiente carta:

Queridos amigos:

Este es un resumen de nuestra entrevista del jueves.

1. Les envío un libro (El libro sobre el divorcio para niños) que la señora Parker y Tracey deberían leer juntas, especialmente las partes referentes a la ira y a lo importante que es poder expresarla de un modo que permita obtener lo que uno realmente desea.

2. Todos estuvieron de acuerdo con ayudar a Tracey a encontrar mejores modos de expresar sus sentimientos que los arranques de mal humor.

Procedimiento

(a) Roger y Tracey deben visitar a todos los vecinos que hayan oído las imprecaciones de Tracey, a fin de explicarles lo que están haciendo. Si quieren darles más seguridad, muéstrenles la carta adjunta. Adviértanles que durante una o dos semanas posiblemente vuelvan a oír algunos ruidos y pídanles que tengan la gentileza de soportarlos.

b) Tracey, has elegido a Roger para compartir quince minutos de "enojo" todas las noches en el mismo lugar y a la misma hora. Roger, usted aceptó en principio que Tracey tiene profundos sentimientos que necesitan expresarse apropiadamente.

c) Qué hacer cuando aparece un "arranque de cólera".

La madre: A fin de ayudar, usted debe asumir una actitud fría, calma y sosegada. Cuando Tracey esté enneguecida por la ira, colóquese un espejo ante ella, con el fin de ayudarla a verse a sí misma como la ven los demás, especialmente los amigos de Carolyn. Si no puede estar suficientemente calmada, enciérrese en su dormitorio, colóquese auriculares y escuche música.

Carolyn: Cuando Tracey comience a tener un ataque de cólera, entrégale esta nota:

"Querida hermana: te quiero mucho y deseo ayudarte a ganar amigos. Ahora sé que necesitas expresar tu enojo, de modo que ya no siento miedo. Pero no puedo soportar el ruido, así que me voy a mi dormitorio. Cuando termines con eso ven a buscarme. Con amor, Carolyn".

Roger: Usted debe mantenerse firme y decir únicamente:

"Tracey, respeto tus sentimientos. Sin embargo, tú no puedes dañar la propiedad de los demás. Si es necesario, te ayudaré, impidiéndote hacerlo".

Reprímala sólo si es absolutamente necesario y cuando lo haga continúe dándole seguridad, diciéndole: "No corres ningún peligro".

3. Si Tracey tiene un berrinche, tomen el tiempo por reloj. Cada minuto de berrinche deberá multiplicarse por dos y ese será el tiempo que habrá de descontarse de las sesiones de "ira" que mantienen Roger y Tracey.

4. Como Tracey es una experta en arreglárselas sola, está de acuerdo en ayudar a Carolyn a superar su fobias y Carolyn, que es una experta en llevarse bien con los demás, está de acuerdo en ayudar a Tracey a superar su timidez. Estoy buscando a algún profesional especialista en timidez y fobias que pueda ayudar a ayudarnos mutuamente. Los llamaré pronto. Sinceramente, D.E.

Le demostré personalmente a la familia cómo debía obrar Roger en

caso de que surgiera la necesidad de reprimir a Tracey. Además les remití la siguiente carta:

A quien corresponda:

Como saben, Tracey tiene problemas para expresar sus sentimientos del modo apropiado que corresponde a su edad. Proporcionamos a la familia Parker un programa destinado a controlar la cólera. Sin embargo, por una o dos semanas es posible que oigan todavía algunas expresiones inapropiadas de Tracey. Quisiéramos tener el apoyo de ustedes en esto. Si los ruidos son demasiado molestos, les rogamos que enciendan el televisor o el aparato de música. Muchas gracias por ayudar a Tracey en su tratamiento.

Cuando volvimos a encontrarnos, dos semanas después, no se había registrado ningún berrinche en Tracey. La familia en general vivía en una atmósfera más relajada y sin tensiones. Nos pusimos de acuerdo en que quince días después, Tracey quemaría la(s) carta(s) en una especie de ceremonia familiar. Esta decisión fue el resultado de una discusión en la que participó toda la familia sobre si convenía o no olvidar todos esos episodios. Los momentos de "cólera" de Roger y Tracey fueron un éxito; no obstante, en los últimos tiempos, Tracey estaba abandonando su "ira". Aun así, insistí en que convenía prolongar por unos quince días más las sesiones de "enojo". El resto de la entrevista estuvo dedicado al convenio realizado entre Carolyn y Tracey para luchar contra la timidez y la fobia. Carolyn, Roger y la señora Parker informaron que ya se advertían progresos y yo mismo pude darme cuenta de ello observando a Tracey que se mostró más comprometida con el programa, sonrió varias veces y, por primera vez, mantuvo mi mirada y no se escondió tras su pelo. Carolyn había tomado a su cargo un programa de "autoexpresión" para Tracey. Cada miembro de la familia debía mantener la vigilancia sobre otro y llamarle la atención cada vez que éste "hablaba en lugar de Tracey" diciéndole: "Bríndale a Tracey la oportunidad de expresarse por sí misma, a fin de que pueda superar su timidez". A su vez Tracey estaba ayudando a Carolyn mediante un programa sistemático de desensibilización, para que ésta pudiera superar su fobia social. Dos meses después tampoco se habían registrado nuevos berrinches de Tracey, quien ya había quemado las cartas. Carolyn alcanzó su objetivo en el término de dos semanas y se presentó sola a solicitar un empleo. Ahora Tracey puede mantener una interacción verbal con los miembros de su familia, de la cual Roger ya forma parte. Todos ellos proyectan ahora emigrar a Australia para iniciar una nueva vida.

4

David Epston: "Una reflexión"

La primera vez que tuve noticias del trabajo de David Epston fue cuando éste presentó su taller de un día en la Segunda Reunión Australiana sobre Terapia Familiar realizada en Adelaida en 1981. Durante el desayuno de trabajo, los participantes de los diferentes talleres que comparaban notas sobre lo que se había escuchado y los pocos que habían concurrido para escuchar al desconocido David Epston de Nueva Zelanda, sólo tuvieron palabras de elogio. A la hora del almuerzo los participantes armaron otros talleres con sus comentarios entusiastas sobre David: "Deberías ver a este insólito muchacho con su peinado afro, sencillamente se pone de pie ante el público y cuenta relatos... habla sin parar y es ¡increíble!" Al final del día David seguía contando sus historias ahora ante una sala colmada por un auditorio fascinado por ese hombre que daba vueltas de arriba abajo los conceptos tradicionales sobre terapia familiar.

Desde entonces David Epston es ampliamente reconocido en Australia y Nueva Zelanda como un terapeuta, profesor y teórico cuyo trabajo ha influido de manera radical en la terapia familiar australiana. Su original e innovador enfoque se basa en la compasión, en un evidente respeto por la gente y en el sentido del humor. Su trabajo está deliciosamente cargado de diversión, ritos y metáforas que fascinan a las familias y a los demás terapeutas.

Consideramos un privilegio que David Epston haya accedido a escribir un breve resumen de sus enfoques actuales de la terapia familiar para esta, nuestra primera serie de "Perfiles"

Cheryl White, compiladora

Ya en otro trabajo reconocí una deuda con Michael White: "... Ahora ya no sé dónde comienza y dónde termina" (Epston, 1984). Aunque en otro sentido, recuerdo bien cuándo comenzó. Al leer su "Structural and Strategic Approaches to Psychosomatic Families" (White, 1979), me sentí inmediatamente impresionado por dos aspectos: en primer lugar, White era australiano y, en segundo lugar, incluía en su trabajo fragmentos de su charla terapéutica que se asemejaba a los míos. Resolví encontrarme con

*Publicado en *Dulwich Centre Newsletter*, verano 1987/88, págs. 16-17.