

Título del original en inglés:
Narratives of Therapists' Lives
© 1997 by Dulwich Centre Publications

Traducción: Verónica Tirota

Primera edición: abril del 2002, Barcelona

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© Editorial Gedisa, S.A.
Paseo Bonanova, 9 1º-1ª
08022 Barcelona, España
Tel. 93 253 09 04
Fax 93 253 09 05
Correo electrónico: gedisa@gedisa.com
<http://www.gedisa.com>

ISBN: 84-7432-848-9
Depósito legal: B. 17332-2002

Preimpresión: Editor Service, S.L.
Diagonal 299, entresòl 1ª
Tel. 93 457 50 65
08013 Barcelona

Impreso por Limpergraf
Mogoda 29-31. Barberà del Vallès

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 en cualquier otro idioma.

Índice

<i>Introducción</i>	9
---------------------------	---

PARTE I: RE-INTEGRACIÓN Y CEREMONIA DE DEFINICIÓN

Introducción	19
1. La cultura de las disciplinas profesionales	28
2. Re-integración	40
3. Re-integración y vidas profesionales	76
4. Ceremonia de definición	124

PARTE II: ASPECTOS POLÍTICOS DE LA PRÁCTICA TERAPÉUTICA

Introducción	153
5. Discursos profesionales	155
6. La relación terapéutica	163
7. Supervisión como conversación de reescritura de la vida	188
8. Formación profesional como co-investigación ..	215

PARTE III: LA ÉTICA DE LA COLABORACIÓN
Y LA PRÁCTICA DESCENTRADA

Introducción	237
9. La ética de la colaboración	239
10. Práctica descentrada	244

Parte IV: DIVERSAS FORMULACIONES
DE LA TERAPIA NARRATIVA

Introducción	261
11. Terapia narrativa y posestructuralismo	264
<i>Conclusión</i>	281
<i>Referencias bibliográficas</i>	283

Introducción

Pienso que la mayoría de los lectores estarán familiarizados con las experiencias de desmoralización, fatiga y agotamiento con que es tan común encontrarse en la cultura de la psicoterapia. Y no me refiero aquí a las experiencias de las personas que consultan a los terapeutas, sino a las de los terapeutas mismos. Muchos expresan abiertamente su sentimiento de desesperanza y un número considerable abandona la profesión, aquejados de lo que suele llamarse síndrome de desgaste profesional o *burnout*. No obstante, otros suelen lidiar con un doloroso sentimiento de falta de dirección en su trabajo y sienten con frecuencia que, a pesar de sus mejores esfuerzos, no hacen más que marcar el paso del tiempo y que al hacerlo apenas si logran mantener la cabeza fuera del agua. Si bien hay terapeutas que no sienten nada de esto, dudo de que sean muchos los lectores que ignoran la presencia de estas expresiones de fatiga y abatimiento en las redes profesionales de las que forman parte.

En respuesta a estas experiencias de desmoralización, fatiga y agotamiento, no es raro que de pronto los terapeutas se encuentren reflexionando sobre su elección de carrera y que comiencen a preguntarse cómo y por qué ingresaron en la profesión de consejero/terapeuta. En esos momentos, es frecuente que se contemple la posibilidad de una jubilación anticipada o de un cambio de carrera. Por esta razón, la disciplina pierde muchos terapeutas.

Se proponen muchas explicaciones diferentes para este fenómeno. Algunas se refieren a la índole del trabajo mismo: que es exigente y, en ocasiones, bastante abrumador. Otras problematizan el yo de los trabajadores individuales: o no «están hechos para esto», o tienen «cuestiones sin resolver», o son «codependien-

tes», etcétera. Otras explicaciones, sin embargo, se refieren a las estructuras institucionales que constituyen el contexto de este trabajo (al hecho de que estas estructuras son desmoralizadoras y no brindan ningún apoyo a su personal) y a las innovaciones en la prestación del servicio que están siendo regidas cada vez más por la lógica económica del mercado «libre», y no por lo que sería lo mejor para las personas, según criterios valiosos para ellas.

Actualmente, esta última consideración está comenzando a recibir una importante atención. Todos tenemos buenas razones para estar preocupados por estas estructuras institucionales y por el sometimiento a las leyes del mercado de muchas de las decisiones sobre la prestación de servicios. En respuesta a esta situación, los trabajadores de la salud recién ahora están comenzando a encontrar nuevas maneras de compartir estas preocupaciones con otros (es decir, con otros prestadores de servicios y con las personas que utilizan esos servicios) en un esfuerzo por habilitar más opciones para la acción colaborativa en su abordaje.

Si bien estas cuestiones, que se vinculan con las estructuras laborales y la toma de decisiones acerca de la prestación de servicios, son sumamente importantes a la hora de considerar la vida y el trabajo del terapeuta, no constituyen el tema de este libro, al menos directamente. Aquí exploraré, en cambio, otra hipótesis sobre las experiencias de desaliento, fatiga y *burnout* de los terapeutas. La hipótesis propone que estas experiencias son también, muy significativamente, el resultado de: a) el modo en que generalmente se conciben las prácticas terapéuticas; b) las prácticas de relación que estructuran la interacción entre los terapeutas y las personas que los consultan; y c) las prácticas del yo del terapeuta que estructuran su manera de manejar la propia identidad.

En este libro presento algunas concepciones alternativas de la tarea terapéutica y exploro algunas de las prácticas de relación de la terapia –y de las prácticas del yo del terapeuta– que están asociadas con ellas. Estas concepciones alternativas están informadas por lo que comúnmente se conoce como «ideas narrativas» y por el pensamiento posestructuralista. Las prácticas de relación de la terapia y las prácticas del yo del terapeuta asociadas con estas concepciones alternativas se ofrecerán como antídotos parciales contra el desaliento, la fatiga y el síndrome de *burnout*

del terapeuta, y como fuentes de apoyo e inspiración para este, tanto en su vida como en su trabajo.

Muchas de las ideas y prácticas que se exponen en este libro ya aparecieron en artículos que publiqué anteriormente: por ejemplo, la primera parte incluye una reseña de prácticas de «re-integración»* que figuran predominantemente como preguntas del tipo «experiencia de la experiencia» en «Decir de nuevo: ¡Hola! La incorporación de la relación perdida en la resolución de la aflicción» (White 1988). Por otra parte, también he dedicado algún espacio en mis publicaciones anteriores a la consideración de las implicaciones de estas ideas y prácticas para la vida del terapeuta: no obstante, esta es la primera vez que la vida del terapeuta constituye el exclusivo centro de atención de mi escritura.

En los talleres que dirigí durante los últimos años expuse todas las ideas que se expresan en este libro acerca de cómo abordar el desaliento, la fatiga y el síndrome de *burnout* del terapeuta. A juzgar por la respuesta de los participantes de estos talleres, este es un tema que merece una prioridad (si bien no urgente) en un proyecto de escritura. Esta respuesta y el aliento expresado a través de ella contribuyeron de manera significativa a estimularme a escribir este libro.

La publicación de esta obra debió ser postergada debido a un accidente de bicicleta que tuve en febrero de este año. Las heridas que sufrí en él han tardado algún tiempo en curarse. Si bien cuando tuve el accidente ya había escrito la mayor parte de este texto, hasta hace muy poco tiempo no pude atender la preparación del borrador definitivo. Estuve muy dolorido durante un tiempo considerable y, por más que lo intentaba, no podía concentrarme en esa tarea. Al atravesar aquella difícil situación, mi experiencia

* N.T. Los términos usados en el original en inglés son «re-membering practices» y sus derivados *sui generis* «membered lives», «dis-membering», etcétera. La primera, traducida literalmente, sería «prácticas de re-memoración», pero el autor –y la creadora de estos términos, Barbara Myerhoff– desconstruyen esa palabra a través del guión para poder luego derivar otras, lo que puede hacerse en inglés, ya que «membering» evoca «membership» (membresía), que les permite neologismos tales como «membrar» y «re-membrar». Para esta traducción, con todo, hemos elegido evitar neologismos esperando habernos mantenido fieles a la intención del autor.

con respecto a este proyecto de escritura sufrió un cambio. Lo que había comenzado con entusiasmo y alegría pasó gradualmente a proyectar una sombra sobre mi vida. Y a medida que aumentaban mis dudas acerca de si alguna vez podría terminar el libro, me invadió lo que se conoce como «bloqueo del escritor», y ello complicó aún más mis esfuerzos por retornar a la tarea.

La oportuna intervención de Cheryl White en agosto de este año me ayudó a escapar de aquel bloqueo y del desaliento que me envolvía en lo referente a esta tarea. Ella organizó todo para que un grupo de nosotros, en el que estaba incluido David Denborough, ayudante de redacción en Dulwich Centre Publications, alquilara una cabaña en la Bahía Hanson, un sitio sumamente bello en la Isla del Canguro, por dos o tres días. Descubrí que sentarme en esa cabaña y contemplar la bahía y su mar invernal, mientras revisábamos el manuscrito con David, me devolvía la energía para continuar con mi proyecto. Cuando volví a Adelaida ya podía seguir con la tarea de preparar el borrador final de este libro.

De no haber sido por la intervención de Cheryl, este libro aún no existiría. Pero su contribución a este proyecto excede en mucho ese hecho. Ahora estoy pensando especialmente en su inteligencia y en su lucidez para percibir y cuestionar permanentemente las relaciones de poder de la cultura local en todo lo que ella hace, y también en la influencia que ello tuvo sobre la forma que fue tomando mi trabajo. Quiero asimismo agradecerle aquí a David Denborough, no solamente por haberme ayudado a arrancar de nuevo, sino también porque el espíritu con que lo hizo me entusiasmó y me puso otra vez de pie.

Al reflexionar con más profundidad sobre la historia de las ideas y prácticas que aquí presento, me encontré rememorando, y luego reviviendo, algunas de las experiencias que han estado reforzando fuertemente estas ideas y prácticas (experiencias que también han contribuido significativamente, de manera más general, a dar forma a mi trabajo y a mi vida). Parte de esta rememoración me condujo a las conversaciones que mantuve con los muchos terapeutas que han asistido a los talleres de formación intensivos en el Dulwich Centre, quienes se mostraron siempre dispuestos a ser entrevistados sobre sus vidas como terapeutas. Con su buena disposición para experimentar las prácticas narrativas desde

adentro y para comprometerse en exploraciones personales de su vida y su trabajo, han contribuido de manera significativa a dar forma a este libro. Espero haber logrado transmitir algo del espíritu de nuestras conversaciones. También espero que los participantes de los talleres puedan identificar las muchas regiones de este libro que de algún modo se vieron fuertemente afectadas por sus manifestaciones acerca de sus vidas y sus trabajos.

A todos aquellos compañeros que con tanto entusiasmo contribuyeron a este proyecto abriendo sus vidas a los lectores del modo en que lo hicieron, quiero decirles lo maravilloso que ha sido para mí sentirme en tan buena compañía y ampliar aún más mi sentido de comunidad. De modo que gracias Sophia, James, Louise, Pat Schumm, Ian Hanslow, Greg Stanton, Sally, Paul, Maria Fiorito, Michelle Murphy y Kathy, Aileen Cheshire, Brigitte, Mem, Sue y Veronika. También quisiera agradecer a David Epston, Amanda Kamsler, Jill Freedman y Gene Combs sus comentarios a un primer borrador de este libro, a Melissa Raven sus esfuerzos en la corrección de estilo, a Linda Higgins la transcripción de las entrevistas que aquí se publican y a Jane Hales la preparación de este libro para la imprenta.

Un comentario sobre el uso del lenguaje

Llevo algunos años explorando la tradición del pensamiento y la práctica posestructuralistas y es en esta tradición en la que he intentado ubicar lo que hoy se conoce como terapia narrativa. La búsqueda de interpretaciones posestructuralistas de la acción humana me ha acercado a los estudios de filosofía crítica, teoría literaria, antropología cultural y ética posmoderna. Estos estudios se alejan de las psicologías ortodoxas y las teorías de asesoramiento psicológico/terapéuticas —que están imbuidas de pensamiento estructuralista— y nos proponen términos descriptivos que no son los que se suelen dar por sentados cuando se trata de cuestiones de la vida y la acción humana: términos descriptivos que no son los más conocidos.

Por cuanto estas exploraciones del pensamiento y la práctica posestructuralista son precisamente el tema de este libro, utilizo aquí términos descriptivos que no son los familiares a la hora de

abordar los temas de la vida y la acción humana. Soy consciente de que esto puede presentar algunas dificultades al lector. Y, muy probablemente, generar también algunas preguntas: «¿Por qué no lo dice lisa y llanamente en castellano?», «¿Por qué tiene que usar una jerga que dificulta la comprensión de lo que está diciendo?», «En lugar de hablar de vidas que están «magramente descritas», ¿por qué no dice simplemente que la persona carece de autoestima?», «En vez de hablar de un trabajo que “describe con mayor riqueza los saberes y habilidades para la vida de una persona”, ¿por qué no dice simplemente que este trabajo conduce a la realización personal?»

¿Cuál es mi respuesta a estas preguntas? En primer lugar, las expresiones como «autoestima» y «realización personal» no son consideradas jerga porque representan conceptos sobre la vida y la acción humana que en la cultura occidental contemporánea se dan por sentados. Conceptos como estos se han convertido en los «hechos» sobre la naturaleza humana de nuestra cultura. Pero sin embargo ellos son productos de los discursos estructuralistas. En segundo lugar, no hay equivalencia entre términos como «autoestima» y «realización personal», por una parte, y términos como «descripción magra» y «saberes y habilidades para la vida», por la otra. No es sólo que estos términos no sean equivalentes, sino que se refieren a conceptos que están asociados con prácticas vitales específicas y diferentes, y, en consecuencia, a prácticas terapéuticas específicas y diferentes. Por ejemplo, la relación con nuestra propia vida y la propuesta para la acción inherente a la idea de «baja autoestima» es completamente diferente de la relación con nuestra propia vida y la propuesta para la acción inherente a la idea de «descripción magra». Los términos que se dan por sentados, como «autoestima» y «realización personal», son de hecho contradictorios con los términos establecidos por el pensamiento posestructuralista, y contradicen también lo que intento describir en este texto. Creo que esto se hará evidente a lo largo del libro.

En tercer lugar, el pensamiento posestructuralista ofrece un cuestionamiento directo de muchos de los «hechos» de esta cultura que se expresan en las maneras aceptadas de describir la vida y la acción humana. El pensamiento posestructuralista proporciona opciones para la deconstrucción de estos «hechos»: una deconstrucción que identifica las maneras de pensar y de vivir de

las cuales estos «hechos» son símbolos y el tipo de individualidades que estas maneras de pensar y vivir están reproduciendo, y que en la cultura contemporánea reciben veneración.

Me es imposible expresar las ideas y prácticas terapéuticas que quiero expresar valiéndome de los modos convencionales de hablar y escribir. En este libro, la elección de determinadas descripciones fue producto de una meticulosa reflexión. Otorgo a estas descripciones significados precisos, que los términos corrientes y dados por sentados de la cultura del asesoramiento psicológico/psicoterapéutico no son capaces de transmitir. Si bien es probable que algunos lectores consideren que algunos de los términos que utilizo son jerga, yo les pediría que evitaran traducirlos a las palabras y frases más familiares de los discursos convencionales del asesoramiento psicológico/psicoterapéutico, porque al hacerlo cambiarán su significado. Creo que fue Richard Rorty quien una vez dijo que «un hecho es una metáfora muerta». Quizá, siguiendo a Rorty, sería provechoso que los lectores consideraran muchos de los términos descriptivos que se utilizan en este libro como metáforas que se distinguen de los «hechos» de la vida y que por eso son «una fuente de novedad».

En este libro uso frecuentemente los términos «terapia» y «conversación terapéutica»¹ como descripción de lo que sucede en contextos en los que algunas personas solicitan una consulta acerca de sus preocupaciones/problemas, y en los cuales otras personas, llamadas «terapeutas» responden a esta solicitud. No obstante, estos términos siguen sin satisfacerme como descripción apropiada de las maneras de ser en el trabajo y en la vida que constituyen el tema de este libro.

Un comentario sobre el pensamiento posestructuralista

No me he conformado aquí con ofrecer simplemente una descripción de mis traducciones del pensamiento posestructuralista. An-

¹ Tomo prestado el término «conversación terapéutica» del trabajo de Harlene Anderson y Harry Goolishian (1988).

tes bien, me he esforzado por hacer transparente gran parte del pensamiento que a mi entender guía este trabajo. Lo hago no solamente para explicarle más claramente al lector de dónde vengo, sino también para que tenga una mejor oportunidad de elaborar sus propias traducciones del pensamiento en el que yo me he interesado y para que pueda colocarlas junto a la mía, en nuestra permanente exploración de las prácticas narrativas.

Soy sumamente consciente de que, en algunas partes de este texto, mi compromiso con la transparencia ha agregado un cierto grado de complejidad a la discusión. Confío en que, no obstante, los lectores encontrarán provechoso perseverar con esta complejidad.

Parte I

Re-integración y ceremonia de definición