

Título original: *Narrative means to therapeutic ends*
Publicado en inglés por W. W. Norton and Co., Nueva York - Londres

Traducción de Ofelia Castillo (cap. 1)
Mark Beyebach y Cristina Sánchez (caps. 2, 3 y 4)

Cubierta de Eskenazi & Asociados

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier método o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

© 1980 by Dulwich Centre, Adelaida, Australia
© 1993 de todas las ediciones en castellano,
Ediciones Paidós Ibérica, S.A.,
Av. Diagonal, 662-664 - 08034 Barcelona
<http://www.paidos.com>

ISBN: 978-84-7509-925-5
Depósito legal: B-3.069/2007

Impreso en Book Print Digital
Botànica, 176-178 - 08908 L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Impreso en España - Printed in Spain

SUMARIO

Prefacio, por Karl Tomm	9
Agradecimientos	15
Introducción	17
1. Relato, conocimiento y poder	19
Analogía	22
La analogía del texto	26
La analogía del texto y la terapia	30
La narración dominante como conocimiento dominante y unidad de poder	34
Relatos alternativos y discursos culturalmente disponi- bles	42
Tradiciones orales y escritas: una distinción	48
Conclusión	52
2. La externalización del problema	53
Preguntas de influencia relativa	56
Cómo definir el problema que se debe externalizar	62
Acontecimientos extraordinarios	69
La revisión de la relación de las personas con los problemas	76
Responsabilidad	77
El contexto cultural	78
El panóptico	79
Algunas reflexiones finales	86
3. Una terapia relatada	89
Distinciones entre el pensamiento lógico-científico y el narrativo	91

Cartas de invitación	95
Cartas de despido	101
Cartas de predicción	104
Cartas de contradervación	106
Cartas de recomendación	107
Cartas para ocasiones especiales	112
Cartas breves	115
Las cartas como narrativa	130
Historias propias	162
4. Contradocumentos	185
Certificados	188
Declaraciones	198
Autocertificados	207
Conclusión	211
Bibliografía	213
Índice analítico	217

PREFACIO

Abrir caminos es una labor importante en cualquier campo. Hacerlo en varias direcciones a la vez y descubrir así nuevos territorios constituye un *tour de force*. En mi opinión, Michael White y David Epston se han comprometido precisamente con este tipo de iniciativa pionera en el ámbito de la terapia familiar. Este sustancioso libro supone la condensación de algunos de sus logros más destacados. Recoge una serie de pasos atrevidos en su exploración de los problemas humanos y delimita algunas contribuciones terapéuticas originales.

Tanto White como Epston son especialistas de gran talento, cada uno con su propio estilo, pero con mucho en común. Su colaboración sinérgica a lo largo de los últimos años ha sido excepcionalmente productiva, generando un amplio abanico de ideas y nuevos métodos. Ya han tenido un importante impacto sobre la práctica clínica de muchos profesionales en sus respectivos países, Australia y Nueva Zelanda, y ahora puede apreciarse también su influencia en la escena internacional de la terapia familiar. Desde mi primer contacto con su trabajo, hace tres años, mis propios métodos terapéuticos han cambiado muchísimo. Gracias al «nuevo sendero» que han abierto, he podido entrar en campos enteramente nuevos. No hace falta decir que esto ha sido muy gratificante para mí, tanto profesional como personalmente. Muchos de mis amigos y colegas están teniendo la misma experiencia. En otras palabras, Epston y White no sólo están extendiendo sus conocimientos clínicos y su habilidad terapéutica a nuevas áreas, sino que están posibilitando que otros terapeutas también lo hagan.

¿Pero cuáles son estos nuevos territorios que Epston y White han explorado y a los que nos invitan a entrar? En mi opinión, el campo más importante que White ha abierto es el de la «externali-

zación del problema». Cuando puede separarse claramente la distinción del problema de la distinción de la persona, se hace posible examinar cuidadosamente la dinámica y la dirección de la interacción entre personas y problemas. Entonces puede abordarse una pregunta crucial: ¿está consiguiendo el problema más influencia sobre la persona, o está la persona consiguiendo una mayor influencia sobre el problema? La exploración teórica profunda de esta cuestión ha llevado a White a revelar no sólo los efectos opresivos que tiene la forma en que habitualmente describimos los problemas, sino también los efectos constitutivos y subyugadores del propio conocimiento descriptivo. Ha entrado así en el vasto terreno de la ontología y la epistemología. Aunque este aspecto de nuestras vidas nos pueda resultar a algunos muy remoto y tal vez un tanto intimidante, implícitamente estamos siempre basándonos en él. Por ejemplo, nuestra identidad personal está constituida por lo que «sabemos» de nosotros mismos y por cómo nos describimos como personas. Pero lo que sabemos de nosotros mismos está constituido en su mayor parte por las prácticas culturales (de descripción, etiquetado, clasificación, evaluación, segregación, exclusión, etc.) en las que nos movemos. Como seres humanos, en el lenguaje estamos, de hecho, sojuzgados por «controles» sociales invisibles basados en prácticas lingüísticas presuposicionales y patrones socioculturales implícitos de coordinación. En otras palabras, cuando los miembros de una familia, los amigos, los vecinos, los compañeros de trabajo o los profesionales piensan que una persona «tiene» una cierta característica o un problema determinado, están ejerciendo un «poder» sobre él al «representar» este conocimiento respecto a esa persona. Por tanto, en el terreno de lo social, conocimiento y poder están inextricablemente unidos.

Al explorar y explicar estos complicados temas, White se apoya en gran medida en el análisis filosófico de la historia moderna realizado por Foucault. En realidad, una de las contribuciones originales más importantes de este libro es el análisis que hace White de la perspectiva de Foucault y de su relevancia para la terapia. Este análisis se ofrece en el primer capítulo, que constituye, de hecho, una importante toma de postura teórica sobre una serie de áreas relevantes. La más importante de ellas es la discusión del «conocimiento como poder», un vasto territorio que los terapeutas familiares apenas están empezando a explorar. En esta exposición White está, en esencia, ampliando su trabajo pionero sobre la externalización de problemas, poniendo al descubierto de qué manera las «técnicas de conocimiento» restan inadvertidamente poder a las personas y

pueden dársele a los problemas. Cuando pueden identificarse estas técnicas encubiertas (como imponer descripciones problemáticas a las personas), se hace mucho más fácil externalizar los problemas y ayudar a la persona a escapar de ellos.

El segundo gran territorio que Epston y White exploran para nosotros en este libro es la variedad de formas en que podemos usar terapéuticamente la palabra escrita. Éste es el campo de los *Medios narrativos con fines terapéuticos*, y constituye el contenido del resto del libro. White y Epston ofrecen una muestra increíblemente rica y diversa de iniciativas terapéuticas «en blanco y negro». Utilizando breves viñetas clínicas, proporcionan numerosos y estimulantes ejemplos de cartas, invitaciones, cartas de referencia, certificados, predicciones, declaraciones, etc., usados como medios terapéuticos. El lector puede elegir entre gran variedad de nuevas intervenciones (cosechando los frutos de un nuevo terreno que ya ha sido cuidadosamente arado, regado y sembrado para nosotros). Los muchos (numerosos) ejemplos merecen releerse y estudiarse con atención para recoger toda la cosecha. De hecho, sospecho que muchos lectores se verán atraídos una y otra vez a este campo a medida que vayan descubriendo lo fértil que puede llegar a ser para su propio trabajo clínico.

David Epston, en especial, subraya el potencial terapéutico de las cartas que resumen habitualmente cada sesión. Se ha impuesto la disciplina de escribir una carta al cliente o a la familia tras casi cualquier entrevista. La copia de la carta constituye normalmente el único registro de la sesión. De esta forma, la «historia clínica» es prácticamente compartida por familia y terapeuta. Esta conducta supone una significativa incursión en una relación más igualitaria entre profesionales y cliente.

Lo que más intriga de las cartas de Epston y White es su fascinante contenido y estilo. Están muy lejos de ser simples descripciones «objetivas». El contenido es seleccionado cuidadosamente para generar distinciones que puedan resultar heurísticas, para conectar determinadas experiencias y acontecimientos que prometen crear recursos, y para promover aquellos «relatos» con potencial curativo. En cuanto al estilo, tienden a usar el subjuntivo y el lenguaje vulgar. Utilizan frases y palabras corrientes de forma no habitual. Esto da lugar a una atractiva novedad que estimula la imaginación del lector y su participación en el texto. Por ejemplo, una frase como «Una vida dominada por la culpa es una sentencia a cadena perpetua» puede ser llamativa, mientras que la yuxtaposición de frases en contraste como «Meterse más en líos y estar más afectado... o salir de los líos y tener menos problemas» puede suscitar la experiencia de

la elección. Este estilo de escritura resulta excepcionalmente absorbente, incluso para un lector «de fuera», cuya vida no está directamente implicada en la cuestión.

Para proporcionar un marco conceptual a su exploración de los recursos narrativos, Epston y White acuden a la noción de «textos narrativos». Proponen la analogía de la terapia como un proceso de «contar» y/o «volver a contar» las vidas y las experiencias de las personas que se presentan con problemas. En otras palabras, al documentar «en blanco y negro» eventos y significados seleccionados, las cartas y los certificados terapéuticos contribuyen de forma muy concreta a la cocreación de narraciones nuevas y liberadoras. Esta analogía tiene intuitivamente un gran atractivo y ayuda a añadir realismo y dramatismo a las vidas de las personas incluidas en la narración.

La analogía del texto sirve también como un puente de fácil acceso entre el territorio de los medios narrativos y el del conocimiento como poder. Nosotros, como humanos, no sólo damos significado a nuestra experiencia al «narrar» nuestras vidas, sino que también tenemos el poder de «representar» nuestros relatos gracias al conocimiento que tenemos de ellos. Las historias pueden, por supuesto, ser tanto negativas como positivas. Por ejemplo, la mayoría de nosotros disponemos de múltiples relatos acerca de nosotros mismos, de los demás y de nuestras relaciones. Algunos de ellos promueven la competencia y el bienestar. Otros sirven para constreñir, trivializar, descalificar o patologizarnos de alguna u otra manera a nosotros mismos, a los demás o a nuestras relaciones. Y otras historias pueden dar confianza, animar, liberar, revitalizar o curar. El relato que prevalezca a la hora de asignar significado a los sucesos de nuestra vida determinará, en gran medida, la naturaleza de nuestras vivencias y nuestras acciones. Si predomina una historia saturada de problemas, se nos invita una y otra vez a la desilusión y la tristeza. Debido a la tendencia conservadora natural a la que todos estamos sujetos, se nos hace cada vez más difícil evitar representar de modo habitual la misma, vieja y problemática historia. Es esta dominación por parte del conocimiento problemático y el tenaz predominio de los relatos patologizantes lo que hace tan relevante la exploración del «conocimiento como poder».

Epston y White nos invitan a preguntarnos: ¿cómo podemos hacer posible la escritura de relatos personales y colectivos que liberen y curen, cuando los relatos dominantes están tan saturados de problemas? Al publicar este libro, están compartiendo algunos de sus descubrimientos en relación con este interrogante. ¿Cuál es nuestra

disposición a unirnos a ellos en esta exploración y a dotarnos de habilidades en el uso de medios literarios para reanimar la vida de nuestros clientes y de sus familias?

KARL TOMM,
Universidad de Calgary,
Facultad de Medicina.

AGRADECIMIENTOS

Nos gustaría agradecer a las siguientes personas sus útiles comentarios al anterior borrador de este libro, así como su estímulo, sus ánimos y su apoyo: Ann Epston, Susi Chamberlain, Michael Durrant, Greg Smith, Karl Tomm, y Cheryl White.

Debemos un agradecimiento especial a Jane Hales, del Dulwich Centre, por mecanografiar este material y por su paciente e incansable reacción a los numerosos cambios que se han ido produciendo al escribir este libro.

INTRODUCCIÓN

La idea de reunir el material de este libro fue de David Epston. Fue él quien inicialmente sugirió que Dulwich Centre Publications publicara un número de la *Dulwich Centre Review* dedicado al uso de cartas en la terapia. El entusiasmo de Cheryl White ante la idea nos animó a plantearnos seriamente el proyecto y a dedicar un tiempo a organizar el contenido. El resultado es este libro.

Aunque David y yo nos habíamos escrito algunas veces, en realidad no descubrí su trabajo hasta 1981, en el transcurso del Segundo Congreso de Terapia Familiar Australiana en Adelaida. Yo no estaba inscrito en su taller y llegué media hora después de que hubiera empezado, atraído por los comentarios entusiastas de algunos de los miembros del comité científico. Me intrigó inmediatamente lo que oí, así como la forma en que se estaba presentando el material. También creí reconocer una cierta correspondencia entre nuestras respectivas ideas y nuestras prácticas. Hablamos después del taller, y ése fue el comienzo de nuestra amistad y de nuestra asociación profesional.

Desde entonces, David ha seguido maravillando con sus historias a los asistentes a sus seminarios en Australia y Nueva Zelanda, y ha animado a toda una generación de terapeutas a extender la tradición de contar historias. De esta forma ha realizado una contribución central a lo que constituye un estilo de terapia excepcional. Muchas personas se han familiarizado con esta tradición y este estilo gracias a la sección «Story Corner» del *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*. David la ha coordinado desde su creación, y sigue siendo la sección fija más popular de esta revista.

David ha aplicado constantemente nuevas formas de la analogía del relato a una amplia gama de problemas presentados. Los detalles pueden consultarse en varias de sus publicaciones (por ejemplo,

Epston, 1983, 1984a, 1985a, 1985b, 1986a, 1986b, 1986c; Epston y Whitney, 1988; Barlow y otros, 1987).

Sin duda, la fascinante infancia de David (Epston, 1984b) y su carrera de antropólogo han sido una preparación ideal para el uso que hace de los relatos. De hecho, reflexionando sobre su particular posición en el mundo de la terapia, veo que no se ha apartado en absoluto de la antropología. Hay quien define el título de antropólogo como una «licencia para la piratería intelectual»: una buena descripción del tipo de credenciales que David se tomaría más en serio. Recoge en todas partes ideas para sus historias y muestra una profunda falta de respeto por los límites «interdisciplinarios» a la hora de buscar metáforas útiles para interpretar lo que sucede en los sistemas sociales.

David me animó mucho a estudiar la analogía del relato, así como Cheryl White, cuyo entusiasmo por ella procede de sus lecturas feministas. Respondiendo a su estímulo, me encontré con que la analogía del relato o, en un sentido más general, la analogía del texto, encajaba con las nociones que yo había extraído de la epistemología del antropólogo Gregory Bateson, por cuya obra había estado interesado durante un tiempo.

David y yo hemos estado experimentando con los recursos escritos en nuestro trabajo terapéutico durante un tiempo considerable. Hemos aceptado la proposición de que el lenguaje hablado y el escrito tienen diferentes dominios de existencia, aunque reconocemos que también comparten un terreno común. Pensamos que lo escrito añade una nueva dimensión a nuestro trabajo con personas que experimentan problemas que les preocupan. El *feedback* que hemos recibido de ellas ha reforzado nuestros esfuerzos. Seguiremos revisando y explorando formas de ampliar el uso que hacemos de los recursos narrativos y escritos.

Puesto que David y yo estamos separados por varios miles de kilómetros (él vive en Auckland, Nueva Zelanda, y yo en Adelaida, Australia del sur), la mayoría de lo expuesto en este libro ha sido elaborado por separado. Sin embargo, nos hemos influido mucho mutuamente leyendo nuestras publicaciones, trabajando juntos de vez en cuando, intercambiando ideas por carta e impartiendo seminarios conjuntos. Estoy seguro de que el lector observará muchas coincidencias al comparar los medios que empleamos David y yo, y que apreciará en qué medida nuestra asociación ha sido enriquecedora para ambos.

MICHAEL WHITE