

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

4. CONTRADOCUMENTOS

Si en nuestra cultura el lenguaje desempeña un papel central en las actividades que definen y modelan a las personas, y si el lenguaje escrito realiza una contribución importante en este sentido, es obligado analizar los documentos modernos y su papel en la redescritción de las personas.

La proliferación de documentos y el elevado *status* que se les asigna queda de manifiesto en el hecho de que se recurre a ellos cada vez más para determinar el valor de las personas. Por ejemplo, para cubrir un puesto de trabajo es habitual que se revisen los documentos sobre el candidato antes de entrevistarle, y se dan circunstancias en las que las decisiones sobre su valía se toman, no viendo a la persona, sino viendo los documentos. Por tanto, los documentos influyen sobre la vida de las personas hasta el punto de que en muchas situaciones preceden y excluyen a las personas.

En el campo de las disciplinas profesionales, un documento puede tener diversos propósitos, de los cuales el hecho de presentar al objeto del documento y a su autor no es el menos importante. El objeto de la mayoría de los documentos profesionales es una persona que se somete, o ha sido sometida, a evaluación, y el autor del documento es una persona versada en la retórica característica de un dominio específico de conocimiento experto. Esta persona tiene a su disposición todo un diccionario de términos descriptivos que son invención y se consideran propiedad de ese particular campo de conocimiento experto. Estos términos descriptivos «especifican al objeto del documento».

La existencia de estos documentos es independiente del objeto al que se refieren y de su autor. Al investigar la costumbre psiquiátrica de «hablar en términos de expedientes», Harre (1985), refiriéndose a la forma en que un documento psiquiátrico —concretamente, un

expediente— puede tener vida propia, afirma: «Un expediente tiene una existencia y una trayectoria en el mundo social que pronto se sitúa fuera del alcance de la persona a la que se refiere» (pág. 179).

La vida del expediente se desarrolla a través del proceso de «retranscripción», en el transcurso del cual la vivencia del sujeto es transferida al campo del conocimiento experto, que se apropia de ella. El lenguaje del paciente es transcrito al «lenguaje oficial», las descripciones cotidianas de los problemas se convierten en diagnósticos correctos, de «sentirse fatal» a «afectividad nula». Finalmente, la presentación original de la experiencia del paciente resulta irreconocible. Al estudiar dos de los pasos de este proceso de retranscripción, pasos relacionados con el intercambio de cartas entre profesionales sobre un paciente, Harre comenta:

...los dos procesos de transcripción insertados en la trayectoria del expediente dieron lugar a una especie de dispersión en la que se perdió el significado de la queja. Al volver al lenguaje del cliente después de las dos transcripciones, era a menudo difícil identificar rasgos de la queja original (pág. 179).

Además de su papel en la redesccripción y presentación de su objeto, los documentos modernos tienen otra función que en muchos casos es tal vez más primaria. Se trata de la presentación de su autor. Los documentos se redactan con un cierto estilo, y este estilo sirve para establecer, a los ojos del lector, «una cierta impresión acerca del carácter y de las cualidades morales... del escritor en una situación dada» (Harre, 1985). Es decir, los documentos son el vehículo de presentación y exhibición de la valía del autor según una serie de criterios morales que se han establecido en una disciplina dada. Y en este sentido, los documentos moldean la vida de su autor de la misma forma en que moldean la de su objeto.

En las disciplinas científicas la retórica es tal que la valía del autor se establece creando la impresión de que posee un punto de vista objetivo e imparcial. Aquí, la demostración de un conocimiento adecuado de los hechos —por ejemplo, el listado psiquiátrico de «problemas personales»— y de cierta «perspicacia clínica» es el mecanismo principal por el cual el autor «reivindica su honor», decisivo para lograr la estima de la comunidad profesional.

La psiquiatría no es en modo alguno la única disciplina que utiliza los expedientes para presentar el valor moral del autor. Todas las disciplinas tienen una serie de requisitos de autopresentación y, según Foucault (1979), el crecimiento y el éxito espectacular de todas

las disciplinas ha sido posible gracias a las prácticas de evaluación (juicio normalizador) y documentación que dan lugar al sometimiento de las personas.

Al estudiar la historia de la adscripción de identidades problemáticas a las personas y la separación de estas personas del resto de la población, Foucault habla de la aparición de las «prácticas de división» o «prácticas de exclusión» (1965, 1973). A partir de este análisis podemos considerar el importante papel que documentos como el expediente desempeñan en los modernos «rituales de exclusión».¹

Sin embargo, no todas las prácticas culturales que documentan la redesccripción de las personas lo hacen en el contexto de las disciplinas, y estas prácticas no siempre marginan a las personas presentando una imagen de «identidad deteriorada». Hay prácticas, situadas en el campo de los conocimientos populares alternativos, que tienen la capacidad de redescibir y especificar a las personas de una forma tal que destaca sus conocimientos especiales y su competencia, así como su lugar en la comunidad. La concesión de galardones es un buen ejemplo.

Las prácticas asociadas con estos documentos alternativos contrastan con las asociadas a los expedientes. Mientras que un expediente es leído por un grupo reducido de profesionales, las noticias simbolizadas por un premio llegan a toda la comunidad. Mientras que el expediente desempeña una función muy importante, si no central, en los rituales de exclusión, los galardones se asocian más bien a lo que Bryan Turner (Turner y Hepworth, 1982) denomina «rituales de inclusión».

Diversos tipos de galardón, como los trofeos y los certificados, pueden considerarse ejemplos de documentos alternativos.² Estos galardones, a menudo, implican que la persona adquiere un nuevo *status* en la comunidad, que conlleva nuevas responsabilidades y privilegios. Puesto que estos documentos pueden ser leídos por muchas personas y tienen la capacidad de reunir a un amplio público para la representación de nuevos relatos, se pueden situar en lo que Myerhoff (1982) llama ceremonias de definición:

Llamo a estas representaciones «ceremonias de definición», entendiendo que constituyen autodefiniciones colectivas dirigidas específicamente a un público que de otro modo no estaría disponible (pág. 105).

1. Véase Garfinkel (1956), «Conditions of Successful Degradation Ceremonies»; y Goffman (1961), *Asylums*, págs. 117-156.

2. Sin embargo, entendemos que incluso éstos pueden resultar especificadores según los conocimientos dominantes.

La incorporación de un mayor número de lectores y la congregación de un público, no sólo contribuyen a la supervivencia y consolidación de nuevos significados, sino también a una revisión de los significados preexistentes.

También hay documentos en cuya elaboración participa activamente la persona aludida. En estos documentos, el sujeto desempeña un papel central a la hora de contribuir a la especificación de sí mismo y de esta manera se hace consciente de su participación en la constitución de su propia vida. Esto puede desarrollar un profundo sentido de la responsabilidad personal, así como conducir a la conciencia de que se posee la capacidad de intervenir en la conformación de la propia vida y las propias relaciones. En una línea similar, Myerhoff (1982), refiriéndose a las actividades de autopresentación y autoconstitución de una comunidad judía en Venice, California, observa que:

...asumen la responsabilidad de inventarse a sí mismos y a la vez mantienen su sentido de la autenticidad y la integridad. Esta gente ejerce poder sobre su imagen, a sus propios ojos y en cierta medida a los ojos de cualquiera que les esté observando. A veces su imagen es la única parte de sus vidas que pueden controlar. Y no es poco. Pueden desarrollar el sentido del poder personal y servir como fuente de placer y comprensión en el proceso de la conciencia (pág. 100).

CERTIFICADOS

En las páginas siguientes se representan diversos documentos que acreditan estos nuevos relatos. Por ejemplo, hemos incluido una muestra de los galardones que hemos coconstruido con las personas premiadas. El lector apreciará una progresión en el sentido de que los últimos certificados invitan más explícitamente a la representación de significados en nombre del destinatario y del público asistente. En muchas ocasiones, los galardonados han reunido con entusiasmo un público del que no se había hablado en terapia. Por ejemplo, nos hemos encontrado con niños que llevaban sus certificados de «cazafantasmas» al colegio e intentaban encontrar a otros niños que, o bien estuvieran necesitados de ayuda, o bien fueran ya miembros de la Asociación de Domadores de Fantasmas y Cazadores de Monstruos.



Dulwich Centre

345 Carrington Street,
Adelaide, South Australia. 5000
Telf. (08) 223 3966

Certificado de Domador de Monstruos y Cazador de Fantasmas

Por la presente se certifica que

ha realizado un Programa de Entrenamiento en Doma
de Monstruos y Captura de Fantasmas, y puede ayudar
a otros niños a los que molestan los miedos.

a de de 19 .

Firmado:

Michael White

Presidente de la

Asociación Australiana de

Domadores de Monstruos y Cazadores de Fantasmas

Certificado de victoria sobre el Pipí Traicionero

Se otorga este certificado a _____ en reconocimiento por su éxito al poner al Pipí Traicionero en su sitio.

_____ ha cambiado las cosas con respecto al Pipí Traicionero. Antes, el Pipí Traicionero le ganaba. Ahora es él quien gana al Pipí Traicionero. En vez de llenarse de pipí, se llena de gloria.

Concedido el _____ de _____

Firmado:

Michael White

Certificado de control sobre la Caca Traicionera

Se otorga este certificado a _____ por desembarazarse de las garras de «la Caca Traicionera». Ahora la Caca Traicionera está en manos de _____, que puede poner a la Caca Traicionera donde le corresponde.

La Caca Traicionera estaba ensuciando la vida de _____, y con frecuencia le ponía las cosas difíciles, apareciendo cuando menos se la esperaba. La Caca Traicionera incluso ha intentado engañar a _____ haciéndole creer que era su compañero de juegos.

Ahora que la vida de _____ vuelve a ser limpia, la Caca Traicionera no puede ponerle las cosas difíciles y no puede seguir engañándole. Cualquiera que desee saber cómo _____ se libró de las garras de la Caca Traicionera puede preguntárselo.

¡Felicidades _____!

Concedido el _____ de _____ de 1989

Firmado:

Michael White

Certificado de concentración

Se otorga este certificado a _____ por asumir y reforzar su concentración. Al hacerlo, se ha dado cuenta de que se gusta más a sí mismo.

_____ ha reforzado tan bien su concentración que incluso se ha sorprendido a sí mismo. Cuando también otras personas se sorprendan de lo mucho que puede hacer por sí mismo, leer este certificado les ayudará a entender lo que ha pasado.

Concedido el _____ de _____

Firmado:

Michael White

Certificado de huida de las rabietas

Este certificado es para que todo el mundo sepa que _____ ha escapado de las rabietas. Estas rabietas estaban dando mucha guerra y poniéndoles las cosas difíciles a él y a otras personas.

_____ estará encantado de contarle a la gente cómo le dio una gran lección a las rabietas. Ahora las rabietas saben que ya no consentirá que le den la lata ni a él ni a nadie más.

¡Tres hurras por _____ !

Presentado el _____ de _____

Firmado:

Michael White

Certificado de huida del sufrimiento

Otorgo este certificado a _____ en reconocimiento por su éxito a la hora de volverle la espalda al sufrimiento y alejarse de él.

Ha privado al sufrimiento de su compañía, sabiendo perfectamente que el sufrimiento ama la compañía, y que de hecho se nutre de ella.

Este certificado servirá para recordar a _____ y a los demás que él es el tipo de persona a la que le gusta más la felicidad que la tristeza.

Concedido el _____ de _____

Firmado:

Firmado:

Michael White

Certificado de huida de la culpabilidad

Otorgo este certificado a _____ en reconocimiento de su victoria sobre la culpabilidad.

Ahora que la culpabilidad no tiene tanta prioridad en su vida, es capaz de darse prioridad a sí misma en su propia vida. Ahora que no es esclava de la culpabilidad, es libre para ser ella misma.

Este certificado servirá para recordar a _____ y a los demás que ella ha renunciado a su disposición de superresponsabilidad en la vida de los demás, y que ya no es vulnerable a las invitaciones de los demás para que viva por ellos y deje su propia vida a un lado.

Concedido el _____ de _____

Firmado:

Firmado:

Michael White

Certificado de victoria sobre los malos hábitos

Se entrega este certificado a _____, porque consiguió que los malos hábitos dejaran de darle órdenes.

Puesto que ahora sabe tanto sobre cómo ganar a los malos hábitos, cualquier chico que necesite ayuda para deshacerse de sus malos hábitos puede pedir ayuda a _____

Cada vez que _____ vea este certificado estará orgulloso de sí mismo. Cada vez que otras personas vean este certificado se darán cuenta de lo bien que lo hizo.

¡Felicidades _____!
Concedido el _____ de _____

Firmado:

Michael White

Testigo:

Diploma de conocimiento especial

Proclamo que en el año _____ identificó y se sintió con el derecho de asumir sus propios conocimientos especiales acerca de las necesidades de sus hijos y de los requerimientos necesarios para mejorar su futuro.

Además, todos los que han tenido la suerte de ser testigos de este proceso han reconocido que su éxito ha supuesto esfuerzos extraordinarios para superar importantes adversidades.

El hecho de que _____ se haya convertido en su propia consejera es señal de una mayor aceptación de sí misma, lo que le permite apreciar más plenamente su propia sabiduría.

Otorgo este diploma en reconocimiento de lo que _____ ha conseguido y para que quienes no pudieron ser testigos de su éxito al reivindicar su propio conocimiento especial puedan entender los cambios que están notando en la familia.

El diploma también certifica que _____ está preparada y dispuesta a contestar a las preguntas de los demás, tales como:

«Resulta realmente estimulante ver que ahora eres capaz de seguir mejor tus propios consejos. ¿Cómo has sido capaz de conseguirlo?»

«¿Cómo has llegado a confiar en tu propia autoridad y a depender de ella más que de la autoridad de los demás?»

«Ahora que tienes la oportunidad de poner en práctica tu capacidad de resolver problemas en tu vida, ¿qué efecto está ejerciendo esto sobre el futuro de tu familia?»

Este diploma entrará en vigor el _____ de _____

Firmado:

Firmado:

Michael White

DECLARACIONES

*Una Declaración de Independencia*³

Daniel, de 14 años, desarrolló un cuadro de asma a los diez. Se descubrió por primera vez a causa de una respiración ruidosa inducida por el ejercicio. Cuando fue reconocido en el Hospital de Auckland por primera vez en setiembre de 1984, se le diagnosticó asma crónica inestable. Estuvo ingresado en el hospital durante un mes y posteriormente pasó por la clínica pediátrica. En setiembre de 1986, Daniel fue ingresado por una crisis aguda de asma que amenazaba su vida. Fue remitido a terapia familiar en abril de 1987, debido a la continua inestabilidad que, a pesar de los grandes esfuerzos de sus padres y de su médico de cabecera, presentaba el control de su asma. Había llegado a lo que se considera la máxima medicación para el asma crónica a su edad. La cuestión era que, en vista de su inestabilidad, podía sufrir más crisis que amenazasen su vida. Había que prevenirlo a toda costa.

Daniel parecía mucho más joven de lo que era y se le antojó raro que le hiciesen preguntas directas. Buscaba ayuda tanto de su madre como de su padre para contestar esas preguntas. Cuando le pregunté qué sabía del asma, pareció un tanto perplejo por la pregunta y tuvo que admitir que no tenía mucha idea. Tampoco supo contestar a la pregunta complementaria —«Si controlar totalmente la evolución del asma pudiera medirse en un 100%, ¿cuánto control ejercerías tú [Daniel], y cuánto tus padres?»— y se la pasó a sus padres. Le pedí que persistiese hasta que encontrase la respuesta. Acabó moviendo la cabeza burlonamente. Para entonces, sus padres se reían porque ya sabían la respuesta: «Nosotros vigilamos el asma un 99% y él un 1%». Entonces les pregunté si Daniel era, por naturaleza, confiado, sin recelos y espontáneo. Estuvieron de acuerdo conmigo en que lo era.

Externalizando el asma como si fuese un estafador, que dependiera de su maldad y de su astucia, pregunté a Daniel sobre su vivencia del asma. Esto dio lugar a una descripción del chico como una persona distraída, desprevenida y a la que fácilmente se cogía por sorpresa. Se implicó mucho en la conversación a medida que empezaba a percibir la injusticia de su situación. Dijo que sabía qué hacer porque había recibido instrucciones de su hermana mayor

3. Autores: Innes Asher (Senior Lecturer, Pediatría, Universidad de Auckland) y David Epston.

(Tara, de 22 años), que también había padecido asma. Redefiní los consejos que ella le había dado como una forma de conseguir «control mental».

Los padres de Daniel me contaron entonces lo frustrados que estaban por la incapacidad de Daniel para controlar la medicación y para registrar sus puntos de máximo flujo espiratorio. Las preguntas perfilaron la relación entre la creciente competencia de los padres y la creciente dependencia con respecto a su hijo. Sin embargo, dado que la vida de Daniel estaba en juego, difícilmente podían correr ningún riesgo. La siguiente carta resume una nueva descripción, donde los requerimientos del control del asma toman un nuevo significado.

Estimados Jackie, Arthur, y Daniel:

Nos parece, Daniel, que tu asma es de un tipo especialmente taimado y astuto. Por el contrario, tú me pareces un joven abierto, natural, sin recelos y confiado. Cuando estás enfermo, cedes ante el asma, como tiene que ser, pero cuando estás bien parece que no te mantienes en guardia, que no estás alerta. Así que cuando por fin te das cuenta de que el asma te está rondando, ya te tiene pillado. Has caído en la emboscada. No me extraña que tus padres hayan tenido que esforzarse tanto para vigilar el asma. Daniel, es casi como si, cuando vas contra el asma, saltaras al terreno de juego a mitad de partido, y para entonces ya perdieras por diez a cero. No es de extrañar que sea demasiado tarde para que uses tu control mental, para que pases a la ofensiva contra el asma «entrando, sentándote y relajándote». Tara te lo enseñó y funciona, pero sólo cuando estás prevenido de antemano. Ahora dependes de tus padres para que te prevengan, pero ellos tienen que depender de ti para que les des algún aviso. Los puntos de máximo flujo espiratorio son tu principal modo de detección.

Acordamos el siguiente plan de acción:

1. *En vez de olvidarte de tu asma y volver a la rutina normal, Daniel, acordaste incrementar tu astucia y vigilancia. La otra posibilidad era intentar convencer al asma de que fuera menos taimada y más respetuosa con tu crecimiento, pero todos decidimos que en este sentido no había muchas esperanzas. Tu asma juega sucio y, si quieres reducir tu dependencia de la prednisona, tendrás que aprender a engañar al engañador desarrollando por tu cuenta un contraengaño. Daniel, decidiste ir en misión de espionaje para aprender su forma de actuar y sus trucos. Éste, por supuesto, es sólo el primer paso. Pensabas*

que la mejor forma de hacerlo era la siguiente: comprobar seis flujos máximos espiratorios al día y apuntar los resultados cuidadosamente en un cuaderno secreto que llevarás encima oculto. Habría que quitar el gráfico que está en la puerta de la nevera. Jackie y Arthur, si estáis preocupados, Daniel os permite que le pidáis que compruebe su cuaderno. Daniel, también tienes que apuntar todos los trucos del asma, si es que intenta volverse contra ti. Daniel, si te fallas a ti mismo, tus padres tendrán que encargarse de ti.

2. Este experimento tiene otra parte. Daniel, aceptaste asumir la responsabilidad de la medicación y dejar de inducir a tus padres, por tu naturaleza confiada, a que lo hagan por ti. El propósito de este experimento es que aprendas más de tus amigas (las medicinas), que por supuesto, son las enemigas de tu asma.
3. Vas a tener una cita con la doctora Asher tú solo. Tu misión es hacerle preguntas sobre los efectos secundarios de la dependencia de la prednisona y de tus otras medicaciones. Antes de ir, harás tú solo una lista de las preguntas y así no se te olvidará nada.

¡Buena suerte!
D. E.

Los padres de Daniel no pudieron asistir a la entrevista siguiente, un mes más tarde, porque habían llevado urgentemente a la madre al hospital. Por desgracia se le diagnosticó que sufría una enfermedad que amenazaba su vida. Ahora ella tenía su propia lucha, y lo hablamos por teléfono. Sin embargo, Daniel llegó con una bolsa de plástico llena de folletos sobre el asma que había estado consultando tras su entrevista con la doctora Asher. Estaba mucho más seguro de sí mismo, a pesar de que había estado ingresado tres días. había asumido una completa responsabilidad por su medicación y había comprobado y apuntado celosamente sus flujos espiratorios máximos.

Estimado Daniel:

Daniel, no hay duda de que estás estudiando el asma. Tal y como tú mismo dijiste, «Tengo una mejor visión de lo que están haciendo las medicinas, de lo bueno que es relajarse... porque hace que pueda respirar mejor». Me interesaba ver los libros que estás leyendo y me pregunto si has iniciado una carrera de especialista en asma. Cuando

veas a Denise Gordon,⁴ estarás dando uno o dos pasos más en esa dirección. Daniel, si sigues aprendiendo más cosas sobre el asma, tu asma no podrá seguir tomándote el pelo.

Daniel, has reducido el tiempo de hospitalización de dos semanas a tres días. Utilizas tu inhalador regularmente y ya no se te olvida. Daniel, como tú mismo dijiste, estás jugando el partido completo y con seguridad estás marcando más goles contra el asma de los que el asma está marcando contra ti. Y tu vigilancia del asma es «un alivio» para tus padres. El asma ya no puede derrotarte sin más. Decías que el asma pensaría: «Este chico está más atento: voy a tener que intentar engañarle con más fuerza». Por supuesto, tienes ciertos contraengaños en la manga. Has estado llevando un diario secreto: «Puedo tenerla vigilada (al asma) y anotar en un mapa sus actividades: eso me indica por dónde anda». Y has alcanzado el mejor flujo espiratorio máximo: 470. No es de extrañar que estés tan orgulloso: «Me puse mejor enseguida, en tres días en vez de dos semanas».

No hay duda de que el asma todavía tiene más trucos que intentar contigo, así que tendrás que mantener alta la guardia.

Teniendo en cuenta todo esto, no me sorprende que tus padres estén tan contentos de que hicieses lo que dijiste que harías.

Sugeriste unos experimentos:

1. Adquirir más conocimientos sobre el asma y estudiar mejor su forma de actuar y los medios que utiliza.
2. Mantener tu actual nivel de observación del asma y de la medicación.
3. Experimentar con la relajación para así poder cortar por lo sano antes de que el asma se agrave.
4. Leer con atención los mapas para así poder descifrar el código del asma.

Estoy deseando volver a verte. Hasta ahora, me has dicho que estás «mucho más» orgulloso de ti mismo, «un 70% más». ¿Mejorarás esa mejoría?

D. E.

Daniel, su padre y yo nos vimos seis semanas después. Habían respondido bien a una caída del flujo espiratorio máximo de Daniel de acuerdo con su «plan de crisis». A Daniel se le ocurrió espontáneamente la idea de hacer un trabajo sobre el asma. La siguiente carta resume la entrevista:

4. Educador de asma, Hospital Público de Auckland.

Estimados Arthur, Jackie y Daniel:

Daniel, has seguido manteniéndote alerta frente a los engaños del asma. Gracias a eso fuiste capaz de advertir una caída en tus flujos espiratorios máximos, iniciar rápidamente medidas correctivas, y más o menos recuperarte antes de llegar a estar fuera de control. Arthur, nos contaste que encontrasteis enseguida su inhalador y la prednisona, y que «cortasteis el asma antes de que se apoderara de él». Daniel, has seguido observando al asma, y como tú decías, Arthur: «Nos estamos manteniendo al margen». Daniel, también has seguido con tu carrera de especialista en asma y te sientes más informado. Antes eras un asma-ignorante. Creo que fue una jugada genial hacer tu trabajo sobre el asma y pienso que aún aprenderás muchas más cosas. Tus conocimientos sobre el asma incluyen ya lo siguiente:

- a) Sé qué causa el asma;
- b) Sé qué puede prevenirla; y
- c) Conozco sus trucos.

Me dices que has aumentado tus conocimientos sobre el asma en un 50 %. Dices que te sientes mayor «no teniendo que recurrir tanto» a tus padres. No me sorprendí en absoluto cuando tú, Arthur, comentaste que Daniel ahora también «hace mejor sus deberes». Ahora se está supervisando a sí mismo. Ha pasado de ser una persona supervisada a alguien que se autosupervisa. Daniel, me impresionó mucho el consejo que te diste tú mismo: «Simplemente había que hacerlo, así que lo hice». Daniel, tu «lectura del mapa» de los movimientos del asma está dando resultados. Ahora atrapas al asma antes de que pueda organizar un ataque importante. No me extraña que estés más orgulloso, un 20-30 % más, desde la última vez que te vi.

Daniel, aceptaste asumir las siguientes responsabilidades:

1. Experimentar con las ideas de tu hermana sobre relajación.
2. Ir a una librería y buscar un libro de historia americana. Encontrar una copia de la Declaración de Independencia y escribir tu propia Declaración de Independencia del gobierno del asma.

Espero volver a veros. Jackie, lamenté no verte y quisiera transmitirte mis mejores deseos para que te mejores y mi respeto por tu valentía.

D. E.

Volvimos a vernos seis semanas más tarde. Mi colega Paraire Huata⁵ estuvo conmigo en esta sesión. El trabajo de Daniel sobre el asma le había mantenido totalmente absorbido y el resultado fue espléndido, hasta el punto de que lo seleccionaran para el concurso escolar. Se había producido otro breve ingreso en el hospital, de cuatro días de duración. Daniel seguía responsabilizándose de su medicación, sus comprobaciones del flujo máximo espiratorio y sus estudios. Más importante aún, había elaborado su Declaración de Independencia. Me pareció que había sido algo muy pesado y que le había exigido una gran perseverancia: leer el original, luego la exégesis, y después aplicarla a sus circunstancias personales. Cuando me lo leyó en voz alta, la retórica del documento se adueñó de él y yo escuché hechizado su conmovedora declaración. La siguiente carta describe esta entrevista:

Estimados Daniel, Jackie y Arthur:

Daniel, no cabe duda de que estás avanzando mucho en tu carrera como especialista en asma. Tu trabajo sobre el asma fue tan bueno que participó en la muestra científica de la escuela. Tus conocimientos sobre el asma se están volviendo «profundos», mientras que antes eran meramente superficiales. El trabajo te dio muchas oportunidades para asimilar y revisar tus conocimientos y creo que ahora sabes más de lo que crees saber. Sospecho que lo comprobarás a medida que pase el tiempo.

Sufriste un ingreso de cuatro días. Pero no olvides que normalmente pasabas dos semanas en el hospital. Esto supone una mejoría del 65 %. Arthur, nos dijiste que el asma os engañó, que Daniel se vino abajo un par de días y empeoró rápidamente. Daniel, nos explicaste que la causa de tu 65 % de mejoría era que antes no vigilabas el asma tú mismo. Arthur, dices que Daniel baja la guardia de vez en cuando. ¡Bueno, nadie es perfecto!

Daniel, has informado de un nuevo aprendizaje en relación con el asma: «A veces pienso que estoy mejor antes de estarlo realmente. No termino el trabajo del todo y ya estoy deseando volver a la vida "normal"».

Daniel, me gustaría que te hicieras estas preguntas a ti mismo: «¿Me ha convertido en modesto el asma? ¿Será que el asma no quiere que oiga los elogios que me hacen, porque esto me fortalecería demasiado? ¿Prefiero retroceder o evolucionar? ¿Qué es mejor para mí? ¿Qué preferiría el asma: una persona retraída o una persona en constante desarrollo?».

Me impresionó mucho tu Declaración de Independencia, de la que incluyo una copia. Realmente deberías enmarcarla y colgarla sobre tu

cama o en tu pupitre para que puedas leerla cuando quieras; Daniel, según cuenta tu padre, has seguido supervisándote a ti mismo, tanto en lo que se refiere a los estudios como en lo que respecta al asma («Hace muy bien sus deberes»).

También te pido que te hagas esta pregunta: «Si esperas a notar la respiración asmática para practicar la relajación, ¿crees que llegarás a hacerlo bien? Si un equipo de fútbol esperara a un encuentro importante para entrenarse, ¿crees que ganaría muchos partidos?».

Paraire dijo que quería que supieras que se emocionó mucho con lo que contaste. Quiere que te dé las gracias por compartir con él las cosas nuevas que has aprendido sobre ti mismo. Lo que le hizo emocionarse fue la esperanza y la convicción de tu Declaración de Independencia.

*Sinceramente tuyo,
D. E.*

Declaración de Independencia

A veces, en el transcurso de la vida humana, se hace necesario que una persona disuelva los lazos que la atan al asma, y se asegure entre los poderes de la tierra una posición en la que las leyes de la naturaleza y del Dios de la naturaleza le confieran el derecho a una vida decente y normal como las demás, sin necesidad de temer al asma. Declaramos que estas verdades son evidentes: que todos los hombres han sido creados iguales, y que han sido dotados por el Creador de ciertos derechos inalienables, entre los que están la vida, la libertad frente al asma y frente a todas las demás cosas malas, y la búsqueda de la felicidad. Y es así que los médicos y las medicinas están aquí para protegernos. Las personas tienen el derecho a cambiar de médico y a probar otros métodos de tratamiento, pero no deben hacer cambios revolucionarios en cuanto a doctores, medicinas u otros remedios de probada eficacia. Pero deben tener el derecho de destituir a médicos, medicinas u otras cosas que no estén dando resultado, y deben tener el derecho de derrocar al asma si está causándoles daño. Y es esto lo que voy a hacer. Derrocaré al asma y estableceré mi propio gobierno, y elegiré aquello que considere bueno para mí y no lo que quiera el asma. Ha causado mucho mal y nos ha creado un montón de inconvenientes.

De forma que con sumo gusto me libero a partir de ahora de la tiranía del asma, y me libero de todas sus ataduras.

Daniel Brady
hizo esta declaración el (día)
de (mes) de 1987

en la ciudad de
de Nueva Zelanda.
Esta declaración ha sido presenciada por su madre, Jackie Brady
y su padre, Arthur Brady

Daniel, su padre y yo nos volvimos a ver nueve semanas más tarde. Daniel se había enfrentado al dilema: o evolucionar o verse empujado por el asma, y había optado por la primera alternativa. En esa sesión abandonó su *status* de «cliente» y asumió el papel de consejero para otros jóvenes gobernados por el asma.

Estimados Daniel, Jackie y Arthur:

Daniel, has continuado con tu carrera de especialista en asma. La gente te pregunta por el trabajo sobre el asma y «la mayoría de las veces» sabes responderles. Y tus padres han confiado tanto en tu control del asma que se fueron de viaje a Christchurch dejándote en casa. Y Tara y tú os enfrentasteis a una crisis de asma y la resolvisteis de forma brillante. En los viejos tiempos te hubieras hundido y rendido, y sin embargo ahora, «gracias a tu cuaderno de anotaciones», consigues salir adelante rápidamente.

En cuanto a la disyuntiva entre un estilo de vida de retraimiento y un estilo de vida de expansión, parece haber optado por el segundo. Éstos son los datos que lo indican:

1. *Realizaste la ofensiva contra el asma mientras tus padres estaban fuera.*
2. *En los campeonatos escolares de Eastern Bay's tú, Arthur, cuentas que Daniel «empezó a respirar con dificultad a media carrera y siguió corriendo... hasta que superó «la crisis», logrando así superar su anterior marca en un minuto y veintidós segundos.*
3. *Tu cuerpo se está haciendo más fuerte: has crecido 3 cms y ahora pesas 1 kg más.*

Los consejos que diste a la persona que eras hace seis meses son éstos:

1. *«Lo fundamental es seguir con el cuerpo de anotaciones... y lo estoy haciendo yo solo.» Arthur, tú añadiste que Daniel está haciendo algo más que llevar un cuaderno: «Lo está interpretando».*
2. *«Estudiar y aprender sobre el asma... he aprendido a correr a pesar de mi disnea.»*
3. *«Actuar a tiempo».*

4. «Aprender de mí mismo.» Daniel, dices que gracias a esto «tienes algo más de confianza», que lo has conseguido haciendo las cosas por ti mismo y teniendo éxito con ellas.

Daniel, me pregunto si estás listo para empezar a actuar como consejero. A fin de comprobar si estás preparado, te propongo que contes a las siguientes preguntas, que escribas la respuesta y que me las mandes para que las evalúe.

1. ¿Quién vigila mejor al asma, tú o tus padres?
2. ¿Deben los jóvenes vivir dominados por el asma, o deben declarar su independencia de ella?
3. Si un joven quisiera saber qué va a hacer su asma, ¿cómo podría averiguarlo?

Arthur, advertiste que Daniel ha sufrido una explosión de madurez. «Es más independiente, parece arreglárselas muy bien... Se prepara su propia comida... Hace su ruta de reparto de periódicos y mantiene sus bicicletas a punto.» Yo también he notado que Daniel ha madurado mucho en poco tiempo.

Daniel, si hubieras sido totalmente derrotado por el dominio del asma, te habrías convertido en una persona retraída y no en una persona expansiva, en una persona más débil en vez de más fuerte, en alguien dependiente y no en alguien independiente, en una persona sin esperanza en vez de esperanzada, en un chico mal informado en vez de bien informado, y en una persona menos madura en vez de más madura. A mí me queda claro que te estás independizando cada vez más del dominio del asma.

Sugiero que nos volvamos a ver dentro de tres meses para hablar de tu nuevo papel de consejero antiasma.

Recuerdos,
D. E.

En los once meses transcurridos desde que le enviaron a terapia familiar, Daniel ha mostrado algunas mejorías en su control del asma. No ha vuelto a sufrir ataques de asma que pusieran su vida en peligro. Ha sido ingresado en dos ocasiones debido a crisis agudas, pero la gravedad del asma en el momento del ingreso ha sido menor que en las dos ocasiones previas al inicio de la terapia. Daniel ha sido capaz de dominar varios ataques de asma en su propia casa, sin tener que ir al hospital. A pesar del

extraordinario estrés que le ha provocado la enfermedad de su madre, su actitud con respecto al control del asma ha sido magnífica.

Aunque el asma crónica de Daniel sigue provocando ataques recurrentes, su capacidad de manejar estas crisis y mantener el control de la situación ha mejorado claramente.

AUTOCERTIFICADOS

Durante mi primer encuentro con Louise y con su familia, tuve [M. W.] muchas dificultades para simpatizar con ella. Se mostraba muy retraída, y cualquier intento de hacerla participar en la conversación le provocaba un mar de lágrimas. A medida que se desarrollaba la entrevista, Louise se fue violentando cada vez más, por mucho que la tranquilizásemos diciéndole que no hacía falta que interviniera activamente. Otros miembros de la familia me aseguraron que yo no era responsable de la tensión de Louise, que era su respuesta habitual ante situaciones desconocidas.

A Louise nos la enviaron hace unos años con un diagnóstico de esquizofrenia. Se había retirado del mundo a los 16 años. Rara vez se atrevía a salir de su casa, estaba a menudo en tensión, se desesperaba cuando no podía contar con la presencia constante de sus padres para tranquilizarla, y se veía acosada por obsesiones y «voces». ⁶ Al obtener información de lo que preocupaba a los miembros de la familia, descubrí que conocían bien el diagnóstico de Louise y su pronóstico. Me presentaron un cuadro más bien sombrío. Todos parecían completamente oprimidos por la esquizofrenia de Louise. Introduje preguntas que les invitaron a externalizar la esquizofrenia, y les insté a que explicaran sus preocupaciones más inmediatas (véase White, 1987).

Hacia el final de la entrevista, Louise recobró parte de su serenidad e hizo algunos comentarios sobre el efecto de la esquizofrenia en su vida. Tras una pausa para discutir con mi equipo, ⁷ volví para compartir con la familia algunas de nuestras observaciones. Hice una referencia especial a la admiración que sentíamos por la reacción de Louise contra la esquizofrenia durante la sesión, que era aún más destacable teniendo en cuenta que se había producido en circunstancias que no le eran familiares. Ante las preguntas de cómo lo había logrado, Louise pareció sorprendida al descubrir que esto constituía una proeza.

6. En el campo profesional se las denomina «alucinaciones auditivas».

7. Unidad de Terapia Familiar del Hospital de Glenside.

Este acontecimiento extraordinario, así como la participación de los miembros de la familia en la creación de significados en torno a él, marcaron el punto de inflexión para Louise y su familia. Esto abría la puerta a nuevas evoluciones en sus vidas. A lo largo de varias sesiones, invitamos a Louise y a su familia a participar en la creación de un nuevo relato de la vida de Louise y en nuevas descripciones de su persona y de sus relaciones. Durante este tiempo, Louise abandonó su retiro y empezó a sentir ganas de vivir. Su medicación fue reducida al mínimo mientras empezaba a formar una red de amigos y a trabajar de «voluntaria».

A lo largo de los últimos años, Louise ha seguido manteniendo contactos esporádicos con el equipo. En esas ocasiones suele llamarnos en gran estado de tensión, quejándose de que sus voces la aterrorizan y vuelven a adueñarse de ella. Siempre se la somete a una sesión inmediatamente, y normalmente descubrimos que Louise ha intentado dar un paso muy ambicioso antes de estar lista para darlo, que ha querido avanzar demasiado sobre una rama, «antes de que la rama haya crecido lo suficiente como para sostenerla» (la fuerza de estas ramas procede de muchos pequeños éxitos).

Louise es especialmente temeraria cuando se somete a ciertas imposiciones que le impiden ver aspectos importantes de su propia historia. Estas imposiciones problemáticas se suelen disfrazar como «expectativas» y «ambiciones», y Louise las identifica como tal. Cuando sus expectativas y ambiciones consiguen imponerse a su buen juicio, empieza a sentir que su cuerpo es una «cosa» que no puede controlar.

En uno de estos momentos de crisis, Louise me llamó y me informó de que las voces le habían hecho la vida imposible durante más de dos semanas. Concertamos una entrevista, y cuando la saludé en la sala de espera estaba sollozando. Sin embargo, al entrar en la sala de entrevistas se tranquilizó y fue capaz de contestar a algunas preguntas. Sí, le sorprendía haber sido capaz de venir a la entrevista a pesar de que las voces habían tratado de disuadirla y habían dicho cosas terribles sobre mí y el equipo. Sí, esto le indicaba algo sobre ella misma que era importante saber: que podía derrotar a las voces incluso en circunstancias tan adversas. Sí, probablemente nos indicaba a mí y a mis colegas algo que podíamos constatar, tal vez que ella era más fuerte que sus voces.

Cuando las voces dieron fin a sus rabietas,⁸ descubrimos que habían intentado aprovecharse de Louise cuando ésta se había exigido dema-

8. A menudo me refiero a las alucinaciones auditivas como «ideas con rabietas».

siado, participando en un ambicioso y agotador programa de preparación para el trabajo. ¿Sería posible que se valorara a sí misma sin aceptar (tener en cuenta) esas expectativas? «Sí.» ¿Y tenía alguna idea de cómo podía demostrar esto ante las voces? «Sí.» En un momento de la entrevista, al responder a mi pregunta de por qué las voces se estaban volviendo tan quisquillosas en sus acusaciones, Louise asestó un durísimo golpe a las voces: «Está claro que eso demuestra que las he debilitado, y por eso tienen que recurrir a cosas sin importancia».

Al final de la sesión, Louise y yo redactamos la siguiente carta dirigida «a quien corresponda»:

Mediante la presente se hace saber que Louise es ahora una persona que hace lo que quiere y que tiene sus propias opiniones. Dirige su propia vida y por muchas rabietas que cojan las voces, no se dejará arrinconar por ellas. Es Louise quien manda, y seguirá haciendo lo que haga falta para dar una lección a las voces. Esto no significa que las voces no vayan a seguir intentando que Louise las obedezca. Sin embargo, creemos que están acabadas y que Louise las ha convertido en unas estúpidas. Louise les ha devuelto la pelota y las ha hecho huir. Han sido reducidas al absurdo, por lo que ahora tratan de criticar las cosas más ridículas. Esto prueba que Louise ya las ha debilitado mucho.

Además, Louise ha dado recientemente nuevos pasos para poner a las voces en su sitio. Sabiendo que tratan de engañarla cuando se exige demasiado a sí misma o cuando se preocupa en exceso por los demás, Louise ha demostrado a su ambición que sabe valorarse cuando hace justo lo que quiere hacer y al ritmo que quiere hacerlo, y además ha decidido ser generosa con sus preocupaciones. Va a repartir un poco más sus preocupaciones, de forma que nadie se quede sin algo por lo que preocuparse, y a partir de ahora se limitará a su parte de la preocupación. Incluso va a hacer creer a las voces que ya no se preocupa en absoluto, ayudando a la gente que la necesita de una manera muy, muy lenta.

Cuando las voces empiecen a alborotar y a hacer ruido, Louise las reducirá a pensamientos sujetando esta carta delante de ella. Y en esos momentos no tendrá ninguna piedad de las voces.

Louise terminó la entrevista habiendo reducido a las voces a pensamientos silenciosos y con la confianza de que la carta sería eficaz para ayudarla a combatirlos en el caso de que volvieran a atacarla. Se fijó una entrevista de seguimiento dos semanas más tarde, y en esta revisión Louise informó de que sus voces la habían respetado mucho más y que sólo en un par de ocasiones había tenido que

Diploma de conocimientos especiales

Este certificado se concede a _____ en reconocimiento de su éxito en recobrar su propia vida.

Ella restituyó su propia vida incluso cuando las voces intentaban engañarla haciéndole creer que se trataba de la vida de ellas.

Cualquiera que lea este certificado sentirá curiosidad por saber cómo «devolvió la pelota» a las voces, y ahora ella está preparada para contestar cualquier pregunta acerca de esto.

En cualquier momento en que las voces lean este certificado comprenderán que «todo se ha acabado para ellas».

Firmado:

Firmado:

Michael White
(por/en nombre del equipo)

usar la carta contra ellas. Habían reaccionado inmediatamente, dejando de molestarla.

Louise siguió haciendo progresos, las crisis eran cada vez menos frecuentes. Cuando ella consideró que estaba preparada, el equipo organizó una pequeña fiesta en la que le entregamos un diploma de «conocimientos especiales».

CONCLUSIÓN

Hemos decidido no extendernos en estos comentarios finales, ya que pensamos que las diversas cartas, documentos y certificados que hemos incluido en este libro hablan por sí solos. Esta selección se ha realizado con la idea de demostrar la aplicabilidad de los medios literarios a una amplia gama de problemas presentados.

Jerome Bruner termina así su alegato en favor de la importante contribución de nuevas posibilidades y realidades, a la construcción de nuevos mundos:

He tratado de defender que la función de la literatura en cuanto arte es abrirnos a los dilemas, a lo hipotético, al abanico de mundos posibles a los que puede referirse un texto. He empleado el término «subjuntivizar», hacer el mundo menos previsible, menos banal, y más susceptible de recreación. La literatura subjuntiviza, extraña, convierte lo obvio en menos obvio, lo incognoscible en menos incognoscible, las cuestiones de valor en problemas más abiertos a la razón y a la intuición. La literatura, en su esencia, es un instrumento de libertad, ligereza, imaginación y —sí— razón. Es nuestra única esperanza ante la oscuridad de la noche (1986, pág. 159).

En esta misma línea, nos gustaría realizar un alegato en favor de una terapia que incorpore recursos narrativos y literarios. Hemos constatado que estos recursos son de gran utilidad para la introducción de nuevas perspectivas y de un «abanico de mundos posibles», para destacar aspectos vitales de la experiencia vivida en la «recreación» de ejemplos en marcha, para ayudar a las personas a reescribir sus vidas y sus relaciones.

En este libro hemos presentado una pequeña muestra de recursos narrativos que han contribuido a una terapia que nosotros consideramos un instrumento de libertad, y que han proporcionado mucha esperanza a gente que, de otro modo, se hubiera sentido perdida en la «oscuridad de la noche».