



WorldShare Books

DIÁLOGOS PARA LA TRANSFORMACIÓN

EXPERIENCIAS EN TERAPIA Y OTRAS INTERVENCIONES
PSICOSOCIALES EN IBEROAMÉRICA

VOLUMEN 1

EDITORA

DORA FRIED SCHNITMAN

**Red de Trabajo
para Diálogos
Productivos**

A Taos Institute Publication

Diálogo, performatividad y generatividad en la psicoterapia

Edgardo Morales Arandes, Paloma Torres Dávila,

Solymer Solís Báez y Zoeli Ayala García

Introducción

Este artículo propone una mirada novedosa a la práctica dialógica en el contexto de la psicoterapia generativa. En el mismo, esbozamos los rasgos de una práctica terapéutica cuyas bases teóricas provienen del construccionismo relacional y que se destaca por su carácter generativo, la acción conjunta, la innovación y el reconocimiento de que los saberes de los consultantes representan un recurso valioso en la psicoterapia. Representa un modo de hacer psicoterapia, que hace uso de múltiples recursos relacionales que se derivan de diferentes tradiciones psicoterapéuticas posmodernas y generativas.

Estos recursos forman parte de un proceso dialógico que crea las condiciones para que las personas puedan re-imaginar su vida, gestar futuros alternos, enfrentar desafíos y solucionar los problemas que les aquejan. Con el fin de ilustrar los principios y los recursos dialógicos que utilizamos, e invitar al lector a reflexionar sobre las posibilidades imaginativas y generativas de nuestro acercamiento, finalizamos el artículo con dos ejemplos de nuestro trabajo clínico.

Durante los últimos diez años, hemos desarrollado en Puerto Rico un acercamiento clínico que se fundamenta en la práctica dialógica y se destaca por sus dimensiones dramáticas y generativas. Sus bases teóricas provienen del pensamiento posmoderno, particularmente de la propuesta de Gergen (2009) sobre el construccionismo relacional. También ha sido influenciado por la psicoterapia sistémica, la psicoterapia narrativa y centrada en soluciones (Nardone y Watzlawick, 2001; Beyebach, 2006; White y Epston, 1990). Además, integra ideas y prácticas que provienen de la terapia de metas (Matlin, 1977), una orientación psicoterapéutica puertorriqueña. Nos ha interesado también la concepción de la psicoterapia como *performance* que se encuentra en los trabajos de Wilson (2007) y Keeney (2009), al igual que el trabajo de Milton Erickson y la “nueva

hipnosis” (Nardone, 2006), y la propuesta de *Self-Relations* de Stephen Gilligan (2004). Estos acercamientos abren un espacio en la psicoterapia para la integración y la puesta en escena de recursos que provienen de otras disciplinas y tradiciones culturales como son las artes literarias, plásticas y escénicas, y la atención plena que propone la meditación budista (Suzuki, 1973).

Trasfondo de nuestro acercamiento

Desde el construccionismo relacional, Gergen destaca el rol de los procesos relacionales en la construcción de la realidad y la generación del sentido. Según Gergen, construimos el mundo desde una mirada que emerge de nuestra participación en una red compleja de relaciones, procesos sociales, tradiciones y comunidades. Supone que somos agentes activos en la construcción de una realidad co-creada, cuyas posibilidades permanecen abiertas, que está sujeta a un proceso continuo de reconfiguración, en el que nuestras relaciones con los demás juegan un papel central (Gergen, 2009).

Concebimos entonces la psicoterapia como una práctica cultural fundamentada en la relación, que privilegia la conversación y la co-construcción del sentido. Ésta opera como un teatro de posibilidades con el potencial de gestar transformaciones significativas (Keeney y Kenney, 2013). Nuestra postura asume una dialogicidad bakhtiniana. Mediante el diálogo, intercambiamos, elaboramos y construimos significados en el curso del proceso terapéutico, con el fin de explorar la complejidad del contexto de vida de la persona con todas sus problemáticas y posibilidades. Dichos intercambios se apoyan en el uso del lenguaje, entendido como un vehículo ideológico que nos revela a través de los significados el mundo cultural, sociopolítico y emocional de nuestros consultantes (Bakhtin, 1981). No obstante, nuestra postura dialógica amplía la noción de lenguaje más allá de la lógica lingüística (Fried Schnitman, en prensa) y los juegos de palabras (Wittgenstein, 1958), para conversar sobre las distintas dimensiones de una problemática y generar posibilidades imprevistas en el diálogo.

Nuestro acercamiento particular se fundamenta en la acción conjunta y se distingue por el énfasis que coloca en la sensibilidad, la innovación y la creación de escenarios sorprendentes. Atiende además, la singularidad de cada persona y cada encuentro, y reconoce la importancia de utilizar los saberes de los consultantes como un recurso valioso en la psicoterapia. En tanto proceso generativo, tiene como finalidad propiciar un diálogo que lleve a la persona a cuestionar limitaciones, descubrir recursos, enriquecer relaciones, diseñar futuros alternativos, explorar posibilidades, y re-significar y actuar sobre aquellos espacios de su vida que ha problematizado (Fried Schnitman, 2008).

En el teatro de posibilidades que es la psicoterapia se gestan y se dramatizan historias de todo tipo. Asumimos que los relatos que nos cuentan y dramatizan nuestros consultantes no son historias descontextualizadas. No las consideramos datos objetivos, ni las tratamos como fichas autobiográficas. Reconocemos su carácter co-generado y el modo en que están afectadas por los discursos sociales y familiares de donde emergen, y por la forma en que el imaginario social define qué es la psicoterapia. Reconocemos, además, que

estas historias son co-creadas por la manera en que conversamos y nos relacionamos con nuestros consultantes, y por los modelos teóricos que utilizamos como terapeutas para guiar y significar nuestros intercambios (De Shazer, 1994).

La puesta en escena de la historia oficial

Las historias que dramatizan nuestros consultantes en la psicoterapia están típicamente saturadas de dificultades y problemas. Denominamos *historia oficial*⁶ a la historia en la que las personas se encuentran atrapadas. Usualmente contiene descripciones debilitantes, identidades problematizadas y una lógica inflexible y cerrada. Representa también perspectivas y formas de relación que limitan las opciones de nuestros consultantes para solucionar o atender satisfactoriamente los problemas y desafíos que enfrentan. En ella pueden jugar un papel importante discursos sociales que resaltan lo deficitario y lo incapacitante, y/o lenguajes profesionales que convierten en entidades psicopatológicas los problemas y dificultades que se producen en y entre los seres humanos (Gergen, 2006).

La historia oficial trasciende la narración y la palabra hablada e incluye formas particulares de dramatizar, interpretar, explicar y relacionarse. Se expresa corporalmente a través de los gestos, los ritmos, las tonalidades de voz y la emoción (Morales, 2009). Ésta opera como una forma de relación que depende de diversos recursos que actúan como un sistema respiratorio social y contribuyen a su sostenimiento (Gergen, 2006). Estos recursos, que denominamos *recursos que sostienen el problema*, pueden incluir a la audiencia que participa en la puesta en escena del relato (terapeutas, autoridades, familiares, entre otros), y los diferentes discursos, prácticas culturales, voces y perspectivas que forman parte del mundo relacional del consultante (White, 2011). Incluyen también las explicaciones y la lógica que sustentan sus creencias, así como las soluciones que han resultado infructuosas para aliviar su malestar (Matlin, 1977; Ceberio y Watzlawick, 2006; Fiorenza y Nardone, 2004).

La psicoterapia como escenario para generar historias y dramatizaciones alternativas

Nuestra orientación terapéutica parte de una idea relativamente sencilla: la historia oficial es solo una entre múltiples formas de narrar, significar y relacionarse con situaciones que han sido problematizadas. Suponemos también que la identidad del consultante que aparece en la historia oficial es solo una entre múltiples identidades posibles. El carácter co-construido de la historia oficial, implica que ésta puede ser deconstruida mediante el diálogo y la relación (Gergen, 2006). Es por eso que en nuestro trabajo clínico hacemos uso

⁶ En nuestro acercamiento, la historia oficial cumple un papel parecido a aquello que White y Epston (1990) denominaron historia dominante. Preferimos nuestro término *historia oficial* (que tomamos prestado de la película argentina del mismo nombre), para acentuar el aspecto dramático a través del cual se expresan los relatos y descripciones problematizadas, y la forma en que éstos encubren historias, saberes y posibilidades alternativas.

de un conjunto de prácticas dialógicas y relacionales, con el fin de socavar las creencias y recursos que sostienen la historia oficial, generar posibilidades y futuros alternativos, y reposicionar a los consultantes como gestores de su vida.

Nuestro acercamiento supone que las personas no son su historia, ni están determinadas por la misma. Asume también, que poseen conocimientos importantes sobre su vida, que han vivido experiencias y practican modos de relacionarse que se dan al margen, y son contrarios a la lógica que propone la historia oficial. Estas excepciones o logros únicos sirven, a su vez, como recursos importantes para socavar la hegemonía de la historia oficial y generar opciones, dramatizaciones y narrativas nuevas en la vida de las personas (White y Epston, 1990; Gergen, 2006).

Nuestro trabajo también supone que los consultantes pueden escoger aquellos asuntos en los que habremos de colaborar juntos, y determinar si el propósito por el cual asistieron a la psicoterapia ha sido atendido. Trabajamos pues, desde una postura que asume que interactuamos con seres humanos competentes que no han abdicado de su capacidad para elegir. Es en parte por esto, que establecemos como guía y punto de partida de la psicoterapia la elaboración de un acuerdo que estipule las bases y los alcances de nuestra colaboración, las normas que habrán de regir nuestro trabajo y el propósito o fin común que habrá de guiarnos (Beyebach, 2006).

En aras de fomentar la colaboración y cumplir con el acuerdo que hemos establecido, asumimos una postura relacional y dialógica que privilegia la curiosidad, el humor, la sensibilidad al momento interactivo y el *no saber*. Este *no saber* tiene varias implicaciones significativas. Implica, por ejemplo, que no ofrecemos prescripciones ni pretendemos tener un peritaje particular sobre cómo las personas deben vivir su vida (Matlin, 1977). Representa también una forma de sensibilidad relacional que atiende la expresión corporal y emocional del consultante, sin un compromiso ideológico que contenga un esquema particular de interpretación. Significa, además, un modo de indagar y dialogar que no se fundamenta en el peritaje del experto, y que reconoce la imposibilidad de predecir con certeza el movimiento específico en la relación que podría propiciar la apertura o el cambio (Anderson, 2007; Gergen, 2006). Es por esto que, al conversar, utilizamos como principio el dejar que la respuesta del consultante guíe nuestro proceder. Es decir, suponemos que la forma en que responde la persona a nuestras acciones en la psicoterapia, determina si una práctica o movida relacional particular merece ser continuada. En cuanto a esto, le damos una importancia singular a aquellos momentos en que se produce una apertura y/o cambios inesperados y generativos en nuestra conversación. Estas instancias abren horizontes y posibilidades inéditas en el diálogo, por lo cual operan como una especie de llave dialógica que confirma la utilidad de una práctica particular (Morales, 2009; Shotter y Katz, 1999).

El carácter incierto de la relación psicoterapéutica subraya la importancia de la improvisación y la acción creativa, y de que el terapeuta pueda adaptar aquello que hace a los intereses y particularidades de cada consultante. Entre los recursos que utilizamos se destaca la capacidad de no ser *uno solo* en la psicoterapia. Es decir, nuestro trabajo requiere que el terapeuta pueda representar diferentes papeles y cualidades en la relación con sus consultantes. Implica también incorporar el humor y la exageración en el diálogo

terapéutico, hacer uso de múltiples voces y tonalidades, adoptar la práctica de dramatizar y relatar historias, y de utilizar metáforas y analogías. Este juego dramático solo está limitado por nuestras preferencias y capacidades relacionales, nuestra inventiva e imaginación, y el sentido o utilidad que puede tener una actuación particular en el contexto de una relación psicoterapéutica específica (Wilson, 2007; Keeney, 2009; Farrelly y Brandsma, 1974).

Organizamos nuestro trabajo clínico en distintos espacios de conversación que, aunque persiguen propósitos diferentes, en su conjunto tienen como fin co-generar alternativas y soluciones a las dificultades, desafíos y problemas que nuestros consultantes enfrentan en sus vidas. Estos espacios sintetizan las características centrales de un proceso generativo, ya que atienden la necesidad de establecer relaciones matizadas por la confianza y la apertura, a la vez que incorporan y utilizan las fortalezas, capacidades y talentos de los consultantes como recursos en el diálogo.

Entre estos espacios se destacan por sus posibilidades generativas las conversaciones orientadas a generar una *crisis de fe*, cuyo fin es provocar que las personas cuestionen la lógica, las creencias y la razón de ser de las actuaciones que sostienen la historia oficial. Este cuestionamiento promueve que se re-signifiquen las situaciones en las que se encuentra la persona, y se disuelvan las certezas interpretativas que han sostenido sus problemas (Matlin, 1977; Nardone y Watzlawick, 2001).

Utilizamos los relatos y formas de pensar y actuar que las personas han excluido de su historia oficial como materia prima para provocar dicho cuestionamiento. Esa materia prima se compone de experiencias que resaltan competencias y talentos personales así como recursos relacionales y referentes biográficos y culturales que benefician a la persona, y forman parte de su trayectoria de vida y su mundo social. Ejemplo de esto, son personajes significativos que han influido positivamente sobre la vida de la persona, y personajes e imágenes de la literatura, el cine, el teatro, la música y la televisión (Beyebach, 2006).

Al acceder a estos recursos, solemos adoptar un estilo indirecto de conversación que tiene algún parecido al que se utiliza en las tradiciones de la “nueva hipnosis” (Nardone, 2006). Contrasta este modo de conversar, con los modos de intervención de orientaciones terapéuticas, como la psicoterapia de la narrativa y la psicoterapia orientada hacia las soluciones, en las que se suele preguntar directamente al consultante por ejemplos específicos de excepciones al problema o por “logros únicos” (De Shazer, 1994, Freeman y Lobovits, 1993). Aunque en ocasiones recurrimos a este modo directo de acceder a historias y vivencias alternativas, preferimos descubrirlas al conversar sobre los distintos espacios vida de nuestros consultantes. Preguntamos, por ejemplo, por sus intereses, las actividades en las que participan y por detalles de su vida cotidiana que a primera vista pueden estar desligados de la situación que les preocupa, o bien no se los identifica como recursos. Este estilo indirecto y amigable de conversar abona a la relación porque demuestra un interés genuino por conocer más profundamente la experiencia y vivencias de la persona. Además, nos sirve para posicionar la información obtenida en el diálogo de forma inusual y sorprendente, lo cual ayuda a alterar la perspectiva de los consultantes (Matlin, 1977; Nardone y Watzlawick, 2001).

Acompañan a esta práctica dialógica otras formas de conversar que pueden servir para generar una *crisis de fe* y para abrir espacios en el diálogo capaces de generar futuros alternativos. Entre estas formas se encuentran: la reformulación, la escucha literal, el cambio de la audiencia que responde al problema, la paradoja, la hipérbole y el humor, el uso de metáforas y recursos asociados a las artes escénicas, la literatura y las artes plásticas (Morales, 2009; Nardone y Watzlawick, 2001; Gilligan, 2004).

Socavar la hegemonía de la historia oficial y generar nuevas posibilidades en el diálogo son tareas compartidas entre terapeuta y consultante. Es un esfuerzo y un proceso que no suele ser lineal ni producto de una sola conversación. Conlleva la celebración de varios encuentros que se destacan por su postura irreverente, por su carácter generativo y por la disposición de las personas a reconsiderar y resignificar aquellas situaciones en las que se habían sentido atrapadas, y trazar nuevos rumbos en su vida (Beyebach, 2006).

Las señales de una *historia oficial en crisis* suelen ser evidentes. Por ejemplo, comenzamos a escuchar frases tales como “no lo había visto de esa manera” o “no se me había ocurrido que esto fuese posible”. La apariencia física de nuestros consultantes empieza a cambiar. Líneas de tensión desaparecen de su rostro, a la vez que descubren que pueden reírse por aquello que antes les preocupaba (Matlin, 1977).

Acompañan a la crisis de la historia oficial, nuevas direcciones en el diálogo terapéutico que se destacan por la forma en que las personas resaltan y afirman sus capacidades, y ensayan modos alternativos de responder tanto a demandas institucionales como a desafíos y problemas personales o familiares. En fin, interrumpir, socavar y escapar del efecto opresivo de la historia oficial, y explorar rumbos inéditos en la conversación permiten recobrar la capacidad y la fe en que es posible gestar una historia diferente, y adoptar un modo de vivir y pensar sobre la vida y sus desafíos que se destaca por su carácter abierto y generativo.

En la próxima sección de este trabajo, ilustraremos a través de dos relatos la puesta en escena de nuestro trabajo clínico. Luego de presentar cada historia, reflexionaremos brevemente sobre la forma en que éstas evidencian las características a las que hemos hecho referencia y cómo ofrecen un atisbo de las posibilidades imaginativas que implica nuestro acercamiento.

Rosa Salvaje⁷

Rosa era una mujer de cincuenta años que fue referida por un programa gubernamental de rehabilitación vocacional para recibir servicios de psicoterapia. El referido señalaba que la mujer era “retardada mental” y que tenía dificultades “verbalizando sus problemas o necesidades”. Además, indicaba que estaba desempleada y tenía a su cargo

⁷ Una versión en inglés de este caso fue publicada en Morales-Arandes, 2010. El relato proviene de la experiencia clínica de una de las co-autoras de este artículo, Solymar Solís, por esto está escrito en primera persona.

una hija que padecía de hiperlexia cerebral. El programa había solicitado que se le hiciese una evaluación psicológica para determinar si poseía las “capacidades intelectuales” para aprovecharse de un programa de adiestramiento vocacional y que se le ofreciera psicoterapia para que aprendiese a vivir con su “incapacidad”.

En nuestro encuentro inicial, Rosa dramatizó varias de las características que aparecían en la historia oficial según había sido descrita por el referido. Al hacerle preguntas sobre la razón de su visita, empezó a gesticular rápidamente con sus manos pero tuvo dificultades para contestar la pregunta. Me indicó “no sé qué decir, me encuentro atorada”. Los esfuerzos para sostener una conversación profesional resultaron infructuosos. Al darme cuenta de esto, cambié mi acercamiento y empecé a conversar con ella como si fuéramos dos personas en una sala de espera. Comenzamos hablar sobre el clima, el lugar donde vivía y sobre su vida en general. Fue entonces, que el tono de la conversación cambió y pude escuchar la historia de Rosa.

Rosa me habló sobre su vecindario, me describió la enfermedad de su hija y su experiencia como “retardada mental”, condición que se le había diagnosticado de niña y que estaba convencida que padecía. En cuanto a esto me dijo que la gente le decía que no podía hacer cosas porque era estúpida e incapaz, y que temía hablar frente a otros por temor a que se burlaran de ella. Además, dijo sentirse sola y temerosa de ser evaluada porque anticipaba que los resultados de la prueba indicarían que era incapaz de trabajar.

Mientras conversamos, fui descubriendo experiencias de vida que no aparecían en su historia oficial. Por ejemplo, Rosa me indicó que había completado su educación secundaria y había obtenido un diploma, y que también había asumido la responsabilidad de cuidar una hija con una condición médica muy seria. Descubrí que Rosa tenía un talento para la jardinería, actividad que llevaba a cabo diariamente, en particular cuando se sentía abrumada o sola. Noté que cuidar a su hija y la jardinería eran actividades en las que se desenvolvía capazmente y, en la última, operaba como una experta.

Al conversar con mi supervisor sobre lo que había descubierto en mi primera sesión con Rosa, me sugirió alterar la identidad que había asumido y explorar un modo alternativo de relación en el tema de la jardinería, colocándola a ella como perito y ubicándome yo como ignorante. Esta posición no requería un gran ejercicio dramático de mi parte, ya que en aquellos momentos, en mi hogar no sobrevivía nada verde. Pensamos también que, en el contexto de la psicoterapia, su relación con las plantas podría operar como una metáfora viviente de su relación consigo misma y con su vida, y que por lo tanto podría servir como un recurso conversacional para la transformación.

En mi siguiente conversación con Rosa le indiqué que tenía interés en aprender de jardinería y le describí la suerte desafortunada de las plantas que había intentado cultivar en mi hogar. Le expliqué que desconocía la cantidad de agua que una planta requería o si ésta debería estar dentro o fuera de la casa. Rosa me contestó que las plantas tenían su propio lenguaje y que tenían múltiples formas de indicarnos lo que necesitaban. Los cambios de color, por ejemplo, significaban que necesitaban más o menos agua, la textura y la composición de las hojas “te decían” si deberían estar dentro o fuera del hogar. Según Rosa, todo esto se podía aprender a través de la experiencia y si uno le prestaba atención a

las plantas. Al hablarme sobre este tema noté que era muy articulada y conversaba cómodamente. ¡No había pausas ni dificultades cuando hablaba en este lenguaje!

Al dialogar con mi nueva mentora, descubrí que a través del uso de metáforas propias de la jardinería, ella podía hablar articuladamente sobre qué sentía, sobre sus dificultades y sobre las diversas experiencias que enfrentaba en su vida cotidiana. Por ejemplo, al hablar sobre la falta de un orden en su vida, se comparaba con “una yerba mala que crece desordenadamente en el patio de su casa y que aunque uno la corta sigue creciendo por todas partes”. Sin embargo, también indicaba, que como portavoz de su hija, al igual que la yerba mala, ella se metía “donde fuese necesario para defenderla”. Al referirse a su hija la describía como “una orquídea, muy bella pero muy frágil”. Al describir cómo creía que otras personas la percibían indicó que la veían como un “clavel barato”, pero que ella se consideraba una rosa salvaje porque “era bella, una vez que uno podía sobreponerse a las espinas”.

Hablar sobre “el lenguaje secreto de las plantas” nos permitió contrastar su forma de relacionarse con éstas, con su nerviosismo e inseguridad al comunicarse con otras personas. Al explorar los modos en que podía descubrir qué necesitaba cada planta y qué le funcionaba en su relación con cada una de ellas, pudimos examinar la forma en que podía utilizar esas habilidades para hablar y relacionarse con otros seres humanos.

La experiencia de relacionarse como una experta en una relación con una “profesional” produjo un sentido de confianza y de afirmación propia que le hizo cuestionar su “retardo mental” y la llevó a concluir que era “capaz de hacer cosas”. Comenzamos entonces, a conversar sobre aquellos momentos en su vida en que había demostrado talentos y capacidades que la distinguían. Rosa habló sobre su logro graduándose en la escuela superior, la diversidad de flores que había cultivado en el jardín de su casa, la forma en que había criado, cuidado y protegido a su hija, y el esfuerzo que había hecho para evitar que fuese institucionalizada. Estas conversaciones llevaron a Rosa a concluir que, igual que otros seres humanos, ella tenía fortalezas y debilidades, y le hicieron cuestionar la idea de que era una persona “incapaz”, “estúpida” y “retardada”.

Este cambio de perspectiva generó posibilidades para su futuro desarrollo que no habían sido anticipadas. Por ejemplo, co-generamos un plan mediante el cual aprovecharía de sus fortalezas, le serviría para participar en nuevas actividades y situaciones sociales, y la prepararía para un empleo en la jardinería. Durante el proceso de implantación de este plan terminó nuestra relación en terapia.

Unos meses más tarde, recibí una llamada de su consejero vocacional indicándome que Rosa había terminado un programa que la había certificado para emplearse en la jardinería. El consejero dijo estar sorprendido de que esta mujer que había padecido de tantas dificultades ahora lucía “diferente y transformada.” Me indicó que en sus conversaciones con esta “nueva mujer” ella le recordaba que en relación con su interés por las flores “poseía un talento y pasión por algo que pocos dominaban.”

Reflexión teórica

Las dificultades de expresión verbal y gesticulaciones agitadas nos revelaban el rol que Rosa asumía dentro de una historia oficial de “retardación mental”, marcada por la impotencia, la discapacidad y el temor, en la que había participado conjuntamente con sus interlocutores profesionales. Su posicionamiento restringía las posibilidades de diálogo con la terapeuta. Sin embargo, valiéndose del recurso de *no saber* y de una curiosidad genuina respecto a la vida de su consultante, la terapeuta propició conversaciones sobre otras áreas de la vida de Rosa que sirvieron para socavar la validez de las creencias sobre las que estaba montada su historia oficial. En el diálogo se privilegiaron las historias alternativas que albergaban fortalezas y capacidades (la obtención de un grado académico, la defensa y protección de una hija con discapacidades, y su talento particular para la jardinería), que inicialmente habían sido excluidas en los primeros momentos de la psicoterapia. Al invertir los papeles de experto y aprendiz y conversar sobre el tema de la jardinería, la terapeuta se convirtió en una audiencia distinta que evocó las capacidades generativas del diálogo. Durante estas conversaciones se notaron cambios en Rosa: una mujer diferente, elocuente y confiada que poseía un manejo imprevisto del lenguaje apareció en el espacio terapéutico. Esto, a su vez, provocó una nueva danza relacional improvisada entre terapeuta y consultante, que quebrantó el trance de la discapacidad y generó nuevas direcciones y posibilidades inéditas en el diálogo.

La psicoterapia operó como un espacio dramático donde se insertó a la jardinería como metáfora viviente y recurso generativo. Rosa se comparó a sí misma y a su hija con distintos tipos de flores que, aunque delicadas, lograban defenderse, permanecer y desarrollarse en medio de la adversidad. Conversar sobre la jardinería creó un nuevo *juego* de lenguaje que catalizó transformaciones importantes en su vida. Tal como hacía con las plantas, Rosa pudo reconocer y cultivar sus fortalezas y virtudes y utilizarlas para afirmarse y establecer lazos de confianza consigo misma y con los demás.

Amparada en diálogos y relatos que afirmaron su valía, Rosa comenzó a asumirse como gestora y protagonista de su vida. Fue entonces cuando la terapeuta y Rosa comenzaron a imaginarse acciones que, al llevarse a la práctica, generaron ciclos virtuosos en sus relaciones y en sus posibilidades de trabajo. De esta manera se abrió en la vida de Rosa, un espacio fértil de posibilidades acompañado por nuevas historias de valor, fortaleza y conocimiento.

La muñeca rusa⁸

Además de atracciones como la catedral de San Basilio en Moscú y ballets como *El Cascanueces*, la cultura rusa también se nutre de unas figuras artesanales cuya popularidad trasciende sus límites geográficos. Éstas son las llamadas *matrioskas* o muñecas rusas. Su particularidad radica en que cada una contiene en su interior otra muñeca, y ésa otra a su vez, y así sucesivamente. Por lo tanto, la clave para conocer las múltiples muñecas que

⁸ El relato proviene de la experiencia clínica de otra de las co-autoras de este artículo, Zoeli Ayala García. Al igual que el relato anterior, está escrito en primera persona.

guarda en su interior, radica en ir desmontando sus capas. Esto implica ir más allá de lo visible, asumiendo entonces que la multiplicidad sólo responde a posicionamientos que dan espacio a la apertura. Desde esta perspectiva, decidí entonces referirme a la chica de quien les hablaré bajo el seudónimo de *Muñeca Rusa*.

Me resulta imposible olvidar a Muñeca Rusa. Llegó a su primera sesión con el pelo desaliñado, incluso sudorosa, y con una expresión facial que parecía luchar con los pormenores de tener que contenerse cuando lo que se desea es reventar. “¡Necesito ayuda psicológica!”, fueron las primeras palabras que me dijo cuando le pregunté a qué debía su solicitud. “¡Tengo problemas familiares, la situación en mi casa es caótica, siempre se están peleando y eso me pone tensa y estresada!” Narrar esa línea fue como desbocar un ahogo, pues finalmente, la humedad de su rostro ya no sólo se debía a las particularidades de vivir en una isla tropical: las lágrimas comenzaron a abrir un surco. Sus palabras poseían en su haber una carga muy pesada, carga que parecía abonar a sus dificultades para manejar la situación que había narrado.

Muñeca Rusa vivía con su madre, su padre y su hermana mayor. De acuerdo con su relato, casi todos los problemas en el entorno familiar se debían a los “descontroles” de su hermana: Que entraba y salía de la casa a tutiplén, que tenía un novio que no era del agrado de nadie, que no seguía las reglas de sus padres; en fin, la hermana era la “oveja negra” de su familia. A medida que me hablaba sobre las escandalosas trifulcas que se daban entre las cuatro paredes de su casa, comencé a notar un curioso detalle: Muñeca Rusa no aparecía en el relato. Al preguntarle dónde estaba ella cuando se daban las trifulcas, me respondió que siempre estaba intentando que la escucharan, y que incluso les pedía que se sentaran a dialogar:

Terapeuta: Me imagino que también has pensado en dónde deberían sentarse, cómo deberían sentarse, cómo es que deben hablar...

Muñeca Rusa: Bueno más o menos. Por ejemplo, siempre pienso en la mesa del comedor. Si se sientan así yo les podría decir lo que creo de cómo es que deben comunicarse pa’ que no peleen tanto.

Terapeuta: Mmm... ¡Wow, eso a mí me suena como a una mediadora de conflictos!

Muñeca Rusa: (Se ríe tímidamente) Pues... fíjate sí, se podría decir que algo así.

Según la chica, los temas por los que se generaban las polémicas no tenían que ver con situaciones relacionadas con ella. Sin embargo, ella jugaba un papel central en medio de dichas dinámicas: el de la mediadora de conflictos; o por lo menos, una labor como ésta era la que intentaba representar. El dilema con esa labor, era que sólo se había quedado en la parte del intento pues, hasta el momento, no había dado el resultado que ella esperaba. Aun así, Muñeca Rusa me contaba que solía aventurarse a ese tanteo; me decía que “siempre” que escuchaba a su familia discutir, ahí iba ella desbocada a intentar salvar la situación. ¿Y cuándo era el siempre? “Pues prácticamente todos los días, ellos ni mirarse pueden, que ya empiezan a fastidiar”.

Poco a poco me di cuenta de otro detalle importante, un detalle que podía cambiar el rumbo de lo que pasaría en adelante en el proceso de psicoterapia. Noté que cada vez que Muñeca Rusa me hablaba de los intentos que hacía por detener las discusiones en su familia, su expresión adquiría un tono sombrío, casi lúgubre. Quien aparecía ante mí era una chica triste, desolada, frustrada. Como terapeuta, tenía la opción de ignorar esta particularidad y continuar desentrañando la historia verbal que me narraba Muñeca Rusa. No obstante, mi curiosidad ante lo que veía me llevó por otro rumbo. Se me ocurrió pensar si habría momentos en su vida en que su actitud denotaba un cambio, la aparición de nuevas voces. Con la intención de hallar excepciones al discurso de una mediadora de conflictos a tiempo completo, realicé una movida particular:

Terapeuta: ¿Y alguna vez no has abierto la oficina?

Muñeca Rusa: (Pausa). Cómo... no entiendo.

Terapeuta: Porque como me dijiste que prácticamente siempre lo intentas, me imagino que debe ser bien agotador mantener la oficina de mediación de conflictos abierta durante tanto tiempo. Por eso me estaba preguntando si alguna vez no abres la oficina de mediación de conflictos porque estás cansada ese día o incluso por alguna otra razón...

Muñeca Rusa: Bueno... sí. O sea casi nunca, pero sí hay veces que no abro.

Terapeuta: ¿Y qué haces cuando no abres?

Muñeca Rusa: Pues... trato de bregar con las otras cosas que tengo que hacer.

Mientras escribo estas líneas, recuerdo la manera en que su respuesta parecía confirmar que había una narrativa alternativa a la que solía traerme durante las sesiones. Y es que “otras cosas que tengo que hacer” abría una puerta de posibilidades en las que, por momentos, Muñeca Rusa dejaba atrás el sombrero de mediadora de conflictos. ¿Cuáles serían los otros atuendos en los que se envolvía? Poco a poco, nuestra conversación comenzó a moverse en una dirección distinta a la que inicialmente transitábamos.

Terapeuta: Así que cuando no abres la oficina, ¿en qué otras cosas te envuelves?

Muñeca Rusa: Trato de estudiar... A veces escribo, aunque hace tiempo no lo hago...

Terapeuta: Espera, ¿tú escribes? ¿En serio?

Muñeca Rusa: Sí, sí...

Terapeuta: ¡Qué bien! ¡A mí también me gusta! ¿Y te gusta escribir sobre algún tema?

Muñeca Rusa: Pues me gustan las historias que incluyen temas de fantasía. Por ejemplo, estaba trabajando en un libro, pero hace un tiempo no brego con él.

Terapeuta: ¡Wow! ¿Todo un libro?

Muñeca Rusa: (Más animada) ¡Sí! Porque mira, el libro trata sobre esta muchacha...

A medida que me hablaba sobre el libro, Muñeca Rusa fue transformándose ante mis ojos. La chica que tenía enfrente iba deshaciéndose de ese atuendo lúgubre que solía cubrirla durante nuestras primeras sesiones. Y así, cual camaleón que da rienda suelta a una nueva piel, fue develándose una chica cuya sonrisa, blanquísima y muy alineada, iba haciéndose más presente en medio de cada relato. Su mirada también iba adquiriendo una expresión distinta; la mirada de quien versa acerca de una gran pasión. Paralelamente, el espacio dialógico del que formábamos parte (y al que contribuía mediante mis preguntas y mi expresión corporal), también iba coloreándose de un tono distinto, uno que pintaba nuevas conversaciones, y una nueva identidad con rasgos de una chica más alivianada y más fortalecida.

Nuestra próxima sesión fue amenizada por la narrativa que ya comenzaba a conjugarse desde la última vez que nos habíamos reunido. Y es que lo primero que me dijo fue: “¡Zoeli, te tengo que contar algo importante!” Antes de que yo pudiera comenzar a emitir una pregunta, su respuesta saltó enérgicamente: “¡Es que volví a escribir!”. “¿Wow, de verdad? Ah, no. Tengo que saber sobre eso, ¡cuéntame, cuéntame!”, le contesté. Emocionada, me respondió: “Es que cuando me fui la semana pasada me quedé pensando en lo que hablamos del libro y en dónde lo había dejado la última vez que lo toqué. Llegué a casa y rápido prendí la computadora para buscarlo y releerlo. La cosa es que terminé envolviéndome y pues, ¡seguí escribiendo!”.

Mientras redacto este corto relato, vuelvo a tener un poco de la sensación de satisfacción que experimenté aquella tarde. Lo que me acababa de contar tan efusivamente, significaba un importante alcance en el espacio psicoterapéutico: no sólo entre las paredes de la oficina en la que nos reuníamos se habían generado nuevos posicionamientos. Tanto fue así que, durante las siguientes dos o tres sesiones, el libro fue el indiscutible protagonista de nuestras conversaciones: las historias viejas que había ido elaborando, los personajes incorporados, los temas que quería continuar desarrollando. De hecho, en una de nuestras reuniones la chica trajo su libreta de dibujos: “¡Oye, no sabía que también habías vuelto a dibujar!”, le comenté intrigada. “¡Sí, es que me puse a dibujar personajes y paisajes que visualizo en el libro!”, me respondió.

Muñeca Rusa había vuelto a darle voz a una identidad que había permanecido dormida durante mucho tiempo. A diferencia de la que había representado durante las primeras sesiones, una irremediable mediadora de los conflictos de otros, esta nueva chica se encarnaba como alguien que le daba más importancia a aquellas pasiones que había dejado de lado en un pasado. Pero esta nueva voz no sólo emergió a través de la escritora en quien se había vuelto a convertir, sino que además su identidad comenzaba a plastificarse de una forma aun más abstracta: Muñeca Rusa iba haciéndose espacio a través de uno de los personajes principales de su obra. A través de su narrativa, la chica me contaba que la protagonista de su historia era una joven cuya vida era un constante campo de batalla luchando con monstruos que se iba encontrando. Aunque en un inicio percibí el parecido entre la Muñeca Rusa que se posicionaba como la escritora de su cuento, y el personaje principal de su historia, decidí dejar que me contara mucho más del personaje:

Muñeca Rusa: Este siempre era el personaje que más difícil se me hacía desarrollar.

Terapeuta: ¿Por qué crees que era eso?

Muñeca Rusa: No estoy segura. Creo que es porque nunca tenía claro hacia dónde dirigirla, o qué era lo que quería.

Pensé que de la misma forma en que alguna vez fue posible conjugar su historia personal a través de la mediadora de conflictos, también era posible que se estuviera generando una nueva voz por medio de su relación con este personaje. Según lo que me había contado, la protagonista peleaba con situaciones que no necesariamente tenían que ver con ella, pues eran monstruos que se encontraba en sus recorridos. Estas descripciones me hacían sentido si recordaba el ahínco con el que Muñeca Rusa se ponía el sombrero de mediadora de conflictos en su entorno familiar, y las casi eternas debacles en las que se sumergía tratando de solucionar aquello que ni iba ni venía con ella. Sí, se parecían bastante, pero antes de que yo siguiera cavilando sobre sus similitudes, la chica me sorprendió durante la segunda sesión dedicada al libro haciéndome una confesión:

Muñeca Rusa: “Sabes... Ya me cansé de que la protagonista siempre esté en lo mismo, siempre luchando tanto y parece que no hace nada más con su vida.

Terapeuta: Es verdad, suena a que lucha bastante en su vida. ¿Entonces, ya estás más clara sobre lo que quieres hacer con ella?

Muñeca Rusa: Hace como dos días empecé a desarrollarla un poquito más para que cambie de ambiente. Es que siento que si yo me muevo, ella se mueve, y viceversa... Se parece mucho a mí.

Según lo que me acababa de contar, Muñeca Rusa se encontraba asumiendo una nueva identidad a través del personaje de su libro, y estaba consciente de que se representaba a través de ese rol. Sin embargo, lo que realmente me sorprendió es que a través del mismo era más palpable la forma en que ella comenzaba a reautorizarse como una chica que sentía una necesidad de movilización, que ya estaba cansada de que su vida sucumbiera a luchas que no le daban un sentido de dirección. A través de su posicionamiento en esta nueva identidad, comenzaba a desbancar aquella otra *ella* que intentaba mediar los conflictos de otros.

Hasta ese momento, todo sugería que el espacio psicoterapéutico en el que nos relacionábamos se había transformado. Sin embargo, aun cuando la nueva identidad de esta chica representaba una movida cualitativa, decidí corroborar cómo se encontraba respecto a la situación por la que inicialmente solicitó los servicios de psicoterapia. Hacía un buen rato que los dilemas familiares de Muñeca Rusa no se asomaban en medio de nuestras conversaciones. ¿Qué tal si el surgimiento de una nueva identidad significaba una posibilidad de que la chica hubiera comenzado a relacionarse de forma distinta con aquello que hace un tiempo la incomodaba?

Admito en este punto, que repensé varias veces la pregunta que me parecía importante hacer. Considerando el giro esperanzador que habían tomado las sesiones, me debatía sobre la idea de que traer nuevamente a colación la dinámica familiar arruinara los alcances de la terapia. No obstante, me incliné a salir de dudas porque en los procesos

psicoterapéuticos resulta fundamental cotejar de vez en cuando dónde se encuentra el consultante respecto a los propósitos que se habían establecido. ¿Pero cómo abordar este asunto? Las posibilidades se me hacían múltiples. Finalmente, decidí sacar partido de un recurso que anteriormente había resultado:

Terapeuta: Oye, me he dado cuenta de que hace tiempo no me hablas de tu oficina de mediación de conflictos... ¿cómo ha seguido el negocio?

Muñeca Rusa: Sí, es que siento que ya me estoy jubilando.

Terapeuta: ¿Ah sí? ¿Y cómo es eso?

Muñeca Rusa: Pues ya casi no brego con mis clientes porque me di cuenta de que me gusta más cogermelos días libres... Me siento más relajada ahora.

Aunque en ocasiones anteriores la metáfora de la mediadora de conflictos había supuesto un instrumento que había dado estructura a la forma en que Muñeca Rusa se envolvía con sus familiares, traerla nuevamente a sesión representó la confirmación de que comenzaba a dejar atrás aquello que la esterilizaba respecto a sí misma. A su vez, representaba que ella hubiera hallado nuevas formas de interactuar con aquello que la circundaba. Así, en una ocasión en que el tema de su familia había vuelto a salir a flote, se limitó a decir: “Ellos siguen peleando, como siempre, pero yo ya tengo mejores cosas que hacer que estar pendiente a eso y no me molesto tanto cuando tengo que hablar con alguno de ellos. Estoy mucho más tranquila, más relax.

Las últimas conversaciones que sostuvimos no sólo estuvieron basadas en las nuevas identidades que se habían co-generado en el espacio de la psicoterapia, sino que además iban salpicadas de nuevas historias que continuaban reautorizando los lugares de empoderamiento en que se iba colocando Muñeca Rusa. La chica había tomado varias decisiones trascendentales: un cambio de concentración hacia una profesión que realmente la llenaba, un cambio de institución académica, e incluso planes de mudarse. Tomando en cuenta el tiempo que toman estas diligencias, sí, definitivamente Muñeca Rusa “tenía mejores cosas que hacer”.

Reflexión teórica

El seudónimo “Muñeca Rusa” implica, de entrada, el reconocimiento de una propuesta clínica que aboga por la existencia de las múltiples identidades (Gergen, 2009). Es por eso que a través de las sesiones se fue asumiendo que tanto la historia como la identidad presentada por la consultante, no eran más que una entre muchas otras. Por lo tanto, esto fue moldeando la expectativa de ir dándole un espacio a aquellas que aún permanecían invisibilizadas bajo el entramado de su historia oficial.

La utilización de seudónimos también representó el elemento de metáfora viviente en el diálogo terapéutico. En ese sentido, una de las movidas que se realizó fue introducir la metáfora de la “mediadora de conflictos” como un intento de crear un lenguaje común que

permitiera estar en sintonía y co-crear un espacio generativo. Así, mientras la mediadora de conflictos representó aquella muñeca desesperada, estresada y desvalida, la escritora que luego apareció en el escenario terapéutico simbolizó una nueva muñeca determinada, soñadora y fuerte. De esta forma, además de servir como vehículo lingüístico transformativo, las metáforas también permitieron el quiebre de la historia oficial. Esto reflejó la capacidad constructiva y relacional del diálogo, posibilitando nuevos diálogos entre terapeuta y consultante que develaban narrativas y dramatizaciones alternativas en las que la mediadora de conflictos no asumía el papel protagónico, y en las que se activaban nuevas identidades y formas de vida.

Es importante además, llamar la atención sobre la curiosidad y la incredulidad como elementos en el diálogo. Que la terapeuta presentara una actitud que reunía estos elementos, permitió dar espacio a posibilidades que distaban de la personificación que Muñeca Rusa representaba inicialmente en el escenario terapéutico. Fue precisamente esta postura de la terapeuta la que permitió la ocurrencia de una de las preguntas clave que llevó a generar una crisis de fe en la historia de la Muñeca: “¿Y alguna vez no has abierto la oficina?”.

Conclusión

Estos relatos ilustran las posibilidades de realizar un trabajo psicoterapéutico que se fundamenta en el diálogo generador de posibilidades. Este diálogo representa una práctica dialógica y un escenario social novedoso e innovador que sirve para deconstruir identidades y roles estereotipados. En ese espacio se adoptan formas nuevas de actuar y conversar que privilegian la acción conjunta y la conexión profunda entre las personas. Se facilita, además, que se recuperen o resignifiquen recursos que habían sido invisibilizados por la lógica cerrada de una historia oficial.

Este espacio dialógico es el taller del artesano: cada encuentro crea la posibilidad de una nueva obra, única y especial. Como espacio de trabajo tiene una apariencia sencilla, dos o más personas en conversación. Sin embargo, no es hasta que penetramos su exterior y descubrimos su capacidad de transformación, que podemos dar curso a su potencial generativo. Su práctica requiere la puesta en escena de nuevas actuaciones e identidades. Su propósito: socavar discursos limitantes y opresivos y cogenerar un conjunto de alternativas inéditas que operen para abrir nuevos caminos, y producir cambios significativos en el campo de acción y en la vida de las personas.

Practicar la psicoterapia desde esta postura la convierte en un teatro mágico. Mágico, pues su exterior sólo parece remitir a un terapeuta y un consultante en una oficina donde el experto cree conocer de antemano aquello que se dirá, aquello que surgirá. Sin embargo, son esos instantes en que la incertidumbre y la extrañeza hacen su aparición, que su interior nos revela la ineffectividad de continuar sosteniendo jerarquías de conocimiento y una apariencia prefijada. Es entonces momento de renunciar a aquello que inicialmente se creía, sumergiéndonos así en la inevitable danza transformadora y generativa de lo desconocido.

Referencias bibliográficas

- Anderson, H. (2007). Dialogue: people creating meaning with each other and finding ways to go on, en H. Anderson y D. Gehart (Eds.), *Collaborative Therapy* (pp. 7-19). New York, NY: Routledge.
- Bakhtin, M.M. (1981) *The Dialogic Imagination*, Austin, TX: The University of Texas Press.
- Beyebach, M. (2006). *24 ideas para una psicoterapia breve*. Barcelona: Herder.
- Ceberio, M. y Watzlawick, P. (2006). *La construcción del universo*. Barcelona: Herder.
- De Shazer, S. (1994). *Words were Originally Magic*, New York, NY: W.W. Norton.
- Gilligan, S. (2004). Overview: An invisible presence is awakening. En S. Gilligan y D. Simon (Eds.) *Walking in Two Worlds* (pp. xiv-xxix). Phoenix, AZ: Zeig, Tucker & Theisen.
- Gergen, K. (2006). *Therapeutic Realities*, Chagrin Falls, Ohio: Taos Institute Publications.
- Gergen, K. (2009). *Relational Being: Beyond self and community*. New York, NY: Oxford University Press.
- Farrelly, F. y Brandsma, J. (1974). *Provocative Therapy*. Millbrae, California: Celestial Arts.
- Fiorenza, A. y Nardone, G. (2004). *La intervención estratégica en los contextos educativos*, Barcelona: Herder
- Freeman, J. y Lobovits, D. (1993). The turtle with wings. En S. Friedman (Ed.). *The New Language of Change: Constructive collaboration in psychotherapy* (pp. 188-225). New York: NY: Guilford.
- Fried Schnitman, D. (2008). Generative inquiry in therapy: from problems to creativity. En *Meaning in action: constructions, narratives and representations* (pp. 73-95). T. Sungiman, K.J. Gergen, W. Wagnery Y. Yamada (Eds.). Japan: Springer.
- Fried Schnitman, D. (en prensa). Prácticas dialógicas generativas en el trabajo con familias. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, (5).
- Keeney, B. (2009). *The Creative Therapist*, Routledge: New York.
- Keeney, H. y Keeney, B. (2013). *Creative Therapeutic Technique*, Phoenix, AZ: Zeig, Tucker & Theisen.
- Morales, E. (2009). Herejías terapéuticas. En D. Miranda, R. Nina y B. Ortiz (Eds.). *Temas de la psicología* (pp. 121-141). Hato Rey, Puerto Rico: Publicaciones Puertorriqueñas.
- Morales-Arandes, E. (2010). Therapeutic heresies: A relational-constructionist approach to psychotherapy. *Human Systems: The Journal of Therapy, Consultation & Training*, 21 (3), 420-443.
- Matlin, N. (1977). *La práctica de la terapia de metas*. Cayey, Puerto Rico: Facultad de Ciencias Sociales Aplicadas.
- Nardone, G. y Watzlawick, P. (2001). *El arte del cambio*. Barcelona: Herder.
- Nardone, G. (2006). Hipnoterapia sin trance, volver mágicas las palabras. En G. Nardone, C. Lorio, J. Zeig y P. Watzlawick (Eds). *Hipnosis y terapia hipnótica* (pp. 145-166). Barcelona: Integral.
- Shotter, J. y Katz, A. (1999). Living moments in dialogical exchanges, *Human Systems*, 9, 81-93.
- Suzuki, S. (1973). *Zen Mind, Beginner's Mind*, New York: Weatherhill.

- White, M. y Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York, NY: W.W. Norton.
- White, M. (2011). *Narrative Practice*, New York, NY: W.W. Norton.
- Wilson, J. (2007). *The Performance of Practice*, London: Karnac Books.
- Wittgenstein, L. (1958). *Philosophical Investigations*. Oxford, UK: Basil Blackwell.