

RE-MEMBRANZA: RESPUESTA A LAS PREGUNTAS MÁS FRECUENTES

Coordinado por Maggie Carey & Shona Russell

Capítulo 3 de S. Russell y M. Carey (comp.) (2004) *Narrative therapy: responding to your questions*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.

Traducido por Altea de Eusebio y Alicia Moreno (Universidad Pontificia Comillas de Madrid)

Este artículo se publicó por primera vez en el volumen nº 3 de 2002 de *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*.

1. ¿De qué trata la práctica de re-membranza y en qué se diferencia de la remembranza ordinaria?

El término “re-membranza” (*re-membering*) fue acuñado por primera vez por Barbara Myerhoff (1982, 1986), una antropóloga que trabajó en varios contextos diferentes, incluyendo comunidades judías de ancianos en el sur de California. Myerhoff utilizó el término re-membranza para describir un “tipo especial de recuerdo”:

Para referirnos a un tipo especial de recuerdo, se puede emplear el término “Re-membranza”, refiriéndonos a la re-agregación de miembros, de figuras que pertenecen a la propia historia de vida... (Myerhoff, 1982, pág. 111).

Michael White (1997) entonces introdujo el término “re-membranza” en la terapia narrativa, desarrollando la idea de que las identidades de las personas son modeladas por lo que podemos llamar “club de vida”. Esta metáfora del “club de vida” introdujo la idea de que para todos nosotros hay miembros de nuestro club de vida que han jugado determinados papeles en cómo hemos llegado a experimentarnos a nosotros mismos. Estos miembros de nuestro “club de vida” a menudo han tenido diferentes rangos o estatus dentro del club. Por ejemplo, prestamos más atención o damos más credibilidad a lo que piensa una persona de nosotros que a lo que piensa otra. La persona o personas cuyos puntos de vista nos importan más, que influyen en nuestras identidades de la forma más significativa, puede decirse que tienen un estatus de miembro de nuestro “club de vida” muy considerado y respetado. Aquellos a los que no damos mucha credibilidad, tienen un estatus de miembro menor o más bajo.

Pensar en la vida como un “club con miembros” ofrece nuevas posibilidades para las conversaciones terapéuticas. Las prácticas de re-membranza proporcionan un contexto para que las personas revisen o reorganicen la “membresía” de su “club de vida”. El guion (-) es importante al considerar las distinciones entre re-membranza y remembranza (recuerdo), pues dirige nuestra atención a esta noción de membresía más que a una simple evocación de un recuerdo.

Las conversaciones de re-membranza abren posibilidades para que las personas revisen la membresía de su club de vida. Por ejemplo, puede que Virginia haya estado teniendo una época difícil. Ha estado enfrentándose con una visión de sí misma como una persona no válida y estúpida. En una serie de conversaciones con su terapeuta,

Virginia ha trazado las historias de estas opiniones que tiene de sí misma y se ha dado cuenta de que se originan en la forma abusiva en que su padrastro la trataba y se relacionaba con ella en su infancia y juventud. Ha deducido que estas opiniones de sí misma con las que está luchando son en realidad la visión que tenía de ella su padrastro. A pesar de que Virginia no ha tenido contacto con su padrastro desde hace años, la visión que él tenía de ella sigue influyendo profundamente en cómo se ve a sí misma. En una conversación de re-membranza Virginia puede decidir que desea rebajar los derechos de membresía de su padrastro en su “club de vida”. Con la ayuda de su terapeuta, puede que también determine qué perspectivas sobre ella quiere dar más relevancia. Por ejemplo, puede que decida subir de nivel y honrar determinadas relaciones que hayan contribuido a un sentido positivo de sí misma. La hermana pequeña de Virginia es alguien que siempre la ha valorado muy positivamente y ha reconocido su amabilidad y aquello que defiende. Puede que Virginia desee crear una membresía honoraria permanente para su hermana pequeña en su “club de vida”. Junto con el terapeuta, puede que Virginia lleve a cabo rituales, quizá incluso escriba algunas cartas que formalicen la suspensión de la membresía de su padrastro (y las condiciones hipotéticas en que se levantaría esa suspensión) y que den relevancia a la membresía de su hermana.

De esta forma, la re-membranza supone más que un simple recuerdo, incluye una reorganización deliberada de la membresía del propio “club de vida”.

2. ¿Cómo se relacionan las conversaciones de re-membranza con otras prácticas narrativas?

Nuestra intención en el trabajo narrativo es contribuir al engrosamiento de las historias de identidad *preferibles*, con el entendimiento de que cuando una persona tiene la oportunidad de estar en su historia o territorio preferibles, más fácil le será ser capaz de ver qué acción desea realizar en su vida. La re-membranza hace que la persona se apoye junto con otras personas significativas en este territorio preferible de su identidad y estas conexiones proporcionan un gran apoyo para las conductas preferibles que quiera llevar a cabo.

3. ¿Qué pensamiento hay detrás de la re-membranza? ¿Qué perspectiva del *self* se asocia con las conversaciones de re-membranza?

Las prácticas de re-membranza se basan en la noción post-estructuralista de que nuestras identidades se forjan a través de las relaciones con otras personas. Nuestras vidas tienen membresía y ésta influye en nuestra experiencia de nosotros mismos. Cómo nos ven los demás, cómo nos experimentamos a nosotros mismos en relación a otros, cómo participamos con otros, todo influye a la hora de considerar en quién nos estamos convirtiendo como personas. El arzobispo Desmond Tutu ha descrito de forma sucinta: “las personas se convierten en personas a través de otras personas” (Morrison 2002, pág. 5).

Esta es una perspectiva de la vida que ve nuestras identidades como compuestas a partir de “muchas voces” (multi-voz) y que es bastante diferente de otras descripciones de la identidad más individualizadas que se centran únicamente en un *self* de una sola voz. También es distinto de la noción de identidad del estructuralismo contemporáneo, que construye un *self* el centro de la persona, compuesto por varias propiedades y esencias de la naturaleza de la persona. La perspectiva post-estructuralista que apoya las conversaciones de re-membranza no asume un *self* individual, sino una red interconectada de relaciones. Como describe Gergen: *nuestras relaciones crean nuestros selfs, en lugar de que nuestro selfs creen relaciones* (1994). Para más información sobre las distinciones entre pensamiento estructuralista y post-estructuralista y sus diferentes implicaciones en la terapia, véase Thomas (2002).

4. ¿Cuándo es más probable utilizar conversaciones de re-membranza? ¿Cómo comenzar una conversación de re-membranza?

Así como hay múltiples formas de utilizar conversaciones de re-membranza, hay tres circunstancias concretas en las que iniciamos este tipo de exploraciones.

La primera es cuando alguien menciona una persona importante de su pasado de forma positiva. En este caso, podríamos hacer preguntas como: “y si tía Mary estuviera sentada aquí ahora mismo y yo le pidiera que me contara sólo una cosa que ella valora de lo que has hecho con respecto a esto, ¿qué crees que me diría?”. Este tipo de preguntas eleva el grado de membresía de la tía Mary (una persona que ha sido identificada como una figura positiva en la vida de la persona).

Un segundo caso puede ser cuando las personas que nos consultan hablan de una habilidad o conocimiento que están utilizando al enfrentarse a una determinada situación problemática en sus vidas. Cuando la persona toma conciencia por primera vez de esta habilidad o conocimiento, puede que lo describa muy vagamente (puede que no se sienta muy segura de esta habilidad). En ese caso, podríamos indagar en la historia de esta habilidad o conocimiento que valora. En estos casos, una indagación de re-membranza podría empezar con la pregunta: “¿y cómo crees que llegaste a pensar (o a actuar) así? ¿Cuál es la historia de esta habilidad en concreto? ¿Hubo alguien en particular que te introdujera esta forma de ser/pensar/actuar?”. Este tipo de preguntas de re-membranza unen la vida de la persona que consulta con la vida de otra persona en torno a un valor, compromiso, destreza o conocimiento compartido.

Una tercera situación en la que solemos desarrollar conversaciones de re-membranza es cuando la persona que consulta presenta una visión negativa sobre su identidad: está desesperanzada, no vale, es estúpida, odiosa, etcétera. Cuando una persona habla como si estas descripciones resumieran todo lo que es, las conversaciones de re-membranza pueden proporcionar un antídoto. Por ejemplo, cuando Peter vino a terapia, describió que se sentía un verdadero fracasado en su vida, pero en el inicio de la conversación también había mencionado que su amigo Rob le había traído a consulta y le estaba esperando. Una serie de preguntas de re-membranza podrían explorar qué contribución hace Rob la vida de Peter y cómo contribuye positivamente a su sentido de identidad. Se podrían formular posteriores

preguntas para explorar cómo ha contribuido Peter a la vida de de su amigo Rob y a la identidad de éste. Una conversación de re-membranza como ésta puede tener como objetivo proporcionar una oportunidad para que Peter vea su vida a través de los ojos de Rob, más que de los ojos de otras personas que en este momento le juzgan negativamente. Quizá en la próxima sesión se podría invitar a Rob a la sesión para ser un testigo compasivo de algunos de los pasos que Peter está dando para rescatar su vida de la sensación de fracaso que le ha estado persiguiendo.

Este tipo de indagaciones de re-membranza reúnen de forma deliberada figuras de apoyo alrededor de una persona que está teniendo dificultades y elevan estas “membresías” en el “club de vida” de la persona.

5. ¿Qué haces cuando ya has identificado una figura significativa?

Una vez que se ha identificado una figura significativa, las conversaciones de re-membranza a menudo se caracterizan por dos grupos de preguntas¹

El primer tipo de indagación incluye preguntas como:

- ¿En qué ha contribuido la tía Mary en tu vida? ¿Qué hizo que marcó una diferencia en tu vida?
- ¿Cómo marcaron una diferencia estas acciones de tu tía Mary acerca de cómo te entendías a ti mismo y cómo veías tu vida? ¿Cómo te hicieron sentir y pensar acerca de ti mismo?

El segundo tipo de indagación incluye preguntas como:

- ¿Por qué crees que la tía Mary mostró este interés en ti? ¿De qué manera tú has contribuido a su vida?
- ¿Qué crees que ha significado para tu tía Mary tu relación con ella? ¿Qué diferencia crees que marcado en su forma de pensar acerca de sí misma y de su vida?

A menudo las preguntas de re-membranza se construyen sobre los principios de una historia alternativa. Cuando la gente empieza a intuir una posible forma alternativa de pensar sobre sí mismos, seguramente ya hay indicios de esa identidad preferible a lo largo de la historia de la persona y en ella encontraremos alguna persona o figura significativa que haya contribuido a esa identidad preferible. Por lo tanto, nos interesa hacer preguntas del tipo:

- ¿Quién en tu pasado estaría menos sorprendido de oírte hablar de esta forma sobre lo que es importante para ti?
- ¿Qué sabe de ti o qué puede haberte visto hacer que le haya podido indicar que este valor/creencia/compromiso era importante para ti?
- ¿Qué habría significado para esa persona darse cuenta de eso?
- ¿En qué podría haber contribuido a su vida?

De esta forma, las preguntas de re-membranza también tratan de unir las vidas de las personas alrededor de determinados temas. Puede ser que Juan identifique la

“generosidad” como un valor que aprecia. Cuando trazamos la historia del compromiso de Juan con la “generosidad”, puede que haya una persona o un número de personas para quienes la generosidad también fuera importante y que hayan sido significativas para Juan. Cuando se evoca la presencia de estas personas en la conversación o quizá cuando se contacta con estas personas para invitarlas al proceso terapéutico, entonces sus vidas se vinculan alrededor del tema de la “generosidad”.

Esta conexión de vidas alrededor de temas compartidos es un aspecto clave de las conversaciones de re-membranza. Una vez que las vidas de las personas se asocian alrededor de un tema en particular, se reduce a menudo el sentimiento de aislamiento y se contribuye a una descripción más rica de la historia alternativa de la vida de una persona.

6. ¿Qué pasa si la persona con la que estamos teniendo la conversación de re-membranza no tiene nadie que quiera re-memorar? ¿No le hará sentir peor?

Una de las mejores cosas de las conversaciones de re-membranza es que aunque normalmente identifican figuras significativas en la historia de una persona, no es necesario que éstas sean personas con las que tengan relación directa. Por ejemplo, una persona que esté leyendo un libro de un determinado autor puede pensar que ese autor la comprendería y apreciaría. Ese autor podría entonces convertirse en el foco de una conversación de re-membranza muy significativa. Nos interesa trazar la historia de los compromisos, los valores y los propósitos de la vida de la persona, y nos encontramos con que algunas de estas figuras significativas que contribuyen al sustento de los compromisos, valores y propósitos pueden ser personajes mitológicos, imaginarios o ficticios, figuras históricas, animales o incluso peluches. Hablando de forma general, si hacemos bien las preguntas y no nos adelantamos a la persona, será capaz de identificar alguna figura que haya contribuido a los progresos que está describiendo en la conversación. Esto es porque las habilidades, los compromisos, los valores y los propósitos de las personas no se crean en un vacío: se les ha dado forma a través de la historia de la persona y sus relaciones con otros y con el mundo. Se trata de encontrar la manera de ver el origen de estas conexiones e historias.

Es más, como participamos en las conversaciones narrativas pregunta a pregunta, a las personas no les da la sensación de que no se les ocurra nadie que querrían re-memorar. Por ejemplo, si hemos estado desarrollando una historia de algo inusual que hicieron en sus vidas y preguntamos: “¿quién podría haber predicho que harías esto?”, si la persona responde el nombre de alguien, este puede ser el comienzo de una conversación de re-membranza. Por otro lado, si la persona no consigue pensar en nadie, algunos terapeutas ofrecerían un andamiaje mayor para facilitarle a la persona que identificara a alguien, preguntando por ejemplo: “¿quién crees que estaría menos sorprendido?” o “¿hay alguien que imagines que podría haber sospechado que darías este paso?”. Si la persona no puede pensar en nadie, entonces se puede tomar otra dirección, como: “Este paso fue importante y puede que otras personas no lo predijeran... ¿puedes decirme qué pasos te llevaron a hacerlo? ¿Qué habilidades tuviste que desarrollar para conseguirlo?”. En este caso, el foco se ha podido desplazar de la re-membranza por un momento, pero puede que vuelva

más adelante. Una vez que la persona ha descrito en profundidad las habilidades que ha demostrado recientemente, puede ser invitada a una conversación de re-membranza sobre cómo aprendió estas habilidades. Tanto si esas destrezas implican imaginación, coraje, inteligencia, paciencia, creatividad, rigor o cualquier otra cosa, siempre habrá una historia acerca del desarrollo de esas destrezas, y una conversación de re-membranza sobre quién le acercó a estas habilidades, quién las introdujo en su vida, puede resultar ser relevante y de ayuda.

Merece la pena mencionar que las conversaciones de re-membranza no sólo incluyen a aquellos que están vivos. Una de las áreas más conocidas de aplicación de las conversaciones de re-membranza es en las situaciones de pérdida y duelo, como describe Lorraine Hedtke:

En mi trabajo con personas moribundas y familias en proceso de duelo, la re-membranza es una guía que está siempre presente. Yo pregunto directamente a las personas que se están muriendo cómo quieren que sus historias sigan adelante. ¿Cómo quieren que su membresía se honre y se mantenga viva en los clubs de vida de otras personas? También me interesa hablar con las familias sobre el “después” de la muerte de un ser querido. ¿Cómo están manteniendo vivo el recuerdo y el legado de la persona fallecida? ¿Qué rituales utilizan o podrían evocar para honrar esta conexión? ¿Cómo se está presentando el significado de la vida de la persona fallecida a nuevos miembros en sus clubs de vida?

Cuando trabajo con quienes están muriendo, hay otras consideraciones. Un caballero con el que estaba trabajando había sobrevivido a la muerte de sus amigos y familiares. La re-membranza en este caso tomó una responsabilidad distinta, pues necesitaba contar con otros recursos mantener la historia de esta persona, su legado. Para este caballero en concreto, hablamos juntos sobre su decisión de donar su considerable colección de arte. Hablé con él sobre lo que querría otras personas en el futuro supieran de él, de sus decisiones y de su vida, y cómo esto estaba relacionado con esta donación de obras de arte. A través de las conversaciones de re-membranza, su club de vida creció para incluir a quienes en un futuro serían testigos de su acto de generosidad. Era un público a quien nunca había conocido y nunca lo haría, pero aun así las conversaciones fueron significativas.

7. ¿Las conversaciones de re-membranza son sólo de figuras positivas en la vida de una persona? ¿Qué pasa con aquellas personas que han tenido una influencia negativa en la vida de una persona?

Como se mencionaba anteriormente, a veces hay circunstancias en la vida de las personas (sobre todo en situaciones en que ha habido abusos) en las que puede resultar significativo reducir la influencia de la opinión de ciertas personas en la identidad de la persona. Si entendemos la vida como un club con miembros, entonces en ocasiones será necesario renegociar, bajar de categoría o incluso en casos extremos expulsar a alguien del club. Hay varias formas de hacer esto. Se pueden crear documentos y organizar ceremonias para que la persona pueda recuperar el

derecho a determinar a partir de qué personas va a construir una visión de sí mismo. Estos documentos y ceremonias a menudo detallarán las condiciones bajo las que aceptarán a las personas en su club de vida (estos términos suelen implicar que los miembros muestren respeto, amabilidad o amistad entre otras cosas).

Cada vez que cierta membresía se suspende o se baja de grado o nivel, se aprovecha la ocasión para subir de grado y honrar a otros miembros que han sido de apoyo durante los tiempos difíciles. Los documentos y las ceremonias también se utilizan para este propósito.

Es importante mencionar que a veces las conversaciones de re-membranza suponen una reconstrucción de las identidades de aquellas personas cuya contribución como miembro del club de vida de una persona inicialmente se pueda haber visto como negativa. Quizá la forma más sencilla de explicar esto es a través de un ejemplo.

Jonathan había crecido con su madre, Janice, que había luchado contra el alcoholismo durante la infancia de Jonathan. Cuando Jonathan vino a terapia por primera vez, él creía que Janice, que había muerto unos años antes, le había decepcionado y que era la culpable de muchas de las dificultades por las que él estaba pasando en ese momento. Sin embargo, al explorar la historia de su madre con la bebida, Jonathan empezó a pensar más en la violencia que había experimentado en su propia familia y también por parte del padre de Jonathan (quien había abandonado a su familia cuando Jonathan tenía diez años). Janice nunca había continuado esta violencia hacia Jonathan y a través de cuidadosas conversaciones de re-membranza, le fue posible considerar desde una perspectiva diferente los valores y los compromisos que habían sido importantes en la vida de Janice. De hecho, cuando el terapeuta le preguntó a Jonathan dónde creía que había aprendido a tener sus modales amables y considerados, fue a su madre a quien mencionó. Al descubrir la forma en que su vida y la de su madre estaban vinculadas de forma positiva, se estableció una diferencia significativa en Jonathan y en su forma de entender su vida y su familia.

Este tipo de conversaciones de re-membranza requiere cuidado y consideración por parte del terapeuta y aun así, cuando es relevante, puede ser muy significativa para la persona en cuestión.

8. He oído a menudo que las personas de verdad disfrutan con la práctica de la re-membranza, ¿con qué crees que tiene que ver esto?

Las conversaciones de re-membranza ofrecen a las personas la oportunidad de contactar de nuevo con experiencias de su vida a las que de otro modo no se prestaría atención. Experimentar tu vida como asociada a las vidas de otros alrededor de valores y temas comunes, puede ser un antídoto contra el aislamiento. También puede ser estimulante, como describe Jill Freedman:

Tener a determinadas personas en el corazón y en la mente como un equipo personal, e incorporar las experiencias que esas personas tuvieron de uno,

permite a las personas conocerse a sí mismas en una comunidad de elección, más que de azar. Esto implica una gran diferencia.

9. ¿En qué se diferencia la re-membranza del trabajo con la familia de origen?

Algunos terapeutas han hecho asociaciones y distinciones entre el trabajo con la familia de origen (una forma de terapia familiar) y la práctica de la re-membranza. Si te interesa este tema, te recomendamos la entrevista de Ann Hartman's, *Reconectado con el trabajo de la familia de origen* ("Reconnecting with family of origin work", 2001).

Una similitud clave entre el trabajo con la familia de origen y la re-membranza parece ser que los dos se preocupan en reconocer la influencia de las relaciones pasadas en el sentido de identidad de uno mismo y ambos intentan crear oportunidades para re-negociar estas relaciones.

Una de las principales diferencias es que el trabajo con la familia de origen se basa en una visión estructuralista de la familia y de la identidad. Esta visión implica ciertas asunciones acerca de lo que constituyen unas relaciones familiares "sanas". En contraste, la re-membranza no privilegia las relaciones de una persona con su familia biológica de origen por encima de la familia elegida. La re-membranza no implica mirar sólo hacia el club de vida biológico. El foco de las conversaciones de re-membranza viene determinado por la experiencia y los valores particulares de la persona, y las formas en que cualquier persona significativa ha contribuido a diseñar y rediseñar su identidad. Otra diferencia clave es que las conversaciones de re-membranza no se basan en ningún patrón de lo que constituye una "relación sana". En su lugar, lo que determina el valor de determinadas relaciones es explorar las consecuencias reales de esas relaciones y las preferencias de la persona con respecto a estas consecuencias

10. ¿Hay cosas a las que haya que estar especialmente atento en este tipo de práctica narrativa?

Como en cualquier práctica terapéutica, lleva tiempo y práctica desarrollar confianza y habilidad en la re-membranza. Aquí hay algunas cosas que otros terapeutas han considerado útiles para tener en cuenta:

- *Cuando estoy en consulta con padres y niños/as juntos, en ocasiones he dejado que la vergüenza y el deseo de mostrarme "profesional" se interpusieran a la hora de hacerle preguntas de re-membranza a los niños. Me ha requerido un tiempo de práctica ser capaz de hacer preguntas como: "¿Y qué crees que tu peluche diría acerca de lo que has sido capaz de hacer?" o "¿Puedo preguntarte qué piensa tu amigo imaginario de esto?". Pero he aprendido que a menudo estas preguntas son una gran ayuda, que capacitan al niño para hablar de sus habilidades de forma muy rica y creativa y por eso he seguido haciéndolo. Y los padres en general también conectan con estas preguntas!*

- *He aprendido a siempre tener cuidado cuando invito a la persona a revisar la membresía de su “club de vida”, especialmente si es una situación en la que la persona pueda desear revocar una membresía. Siempre me tomo estas conversaciones muy en serio. No me interesa ponerme del lado de una persona contra otra y aun así, en situaciones en las que ha habido un abuso significativo, uno puede tomar la decisión de revocar o suspender la membresía de alguien que ha sido abusivo y esta decisión puede resultar muy significativa y sanadora para la persona involucrada. Yo no guío a la persona. Nos tomamos tiempo para decidir qué pasos dar. Cuando alguien está considerando revocar una membresía, a menudo es una persona con la que ya no hay relación y se explora la idea de revocar la membresía en el sentido de reducir la influencia que el recuerdo de esta figura sigue teniendo en la identidad de la persona. Sea cual sea el caso, la persona puede decidir incluir algún tipo de cláusula en relación a cómo esa figura podría dar pasos para volver a acercarse y ser re-introducida en el club de vida en algún momento. O puede que decida que quiere revocar la membresía de esa figura de forma permanente. Sea cual sea el caso, tengo mucho cuidado en estas circunstancias, pues revocar la membresía de alguien no es algo para tomarse a la ligera, aunque a veces puede ser importante.*
- *Me resulta útil pensar cuidadosamente en qué momento introducir las conversaciones de re-membranza. Solía acelerarme un poco al hacerlo. Ahora intento asegurarme de que hemos explorado plenamente y descrito las consecuencias reales del problema antes de buscar cualquier acontecimiento extraordinario o de hacer preguntas de re-membranza sobre estos acontecimientos. Esto ayuda a asegurar que la persona no siente como que las consecuencias de los problemas se están infravalorando de ninguna forma.*
- *Cuando las personas tienen dificultades en identificar a alguien como respuesta a una pregunta de re-membranza, solía rendirme y cambiar a otro tipo de pregunta. Pero ahora intento seguir explorando las posibilidades. Me recuerdo a mí mismo que seguramente hay conexiones que re-memorar (si no es con familia y amigos, a lo mejor una antigua profesora del colegio, una persona más joven, un vecino mayor o personajes de libros o películas, un osito de peluche que se ha guardado como un tesoro durante años o incluso con un lugar en particular). Mantengo la mente muy abierta en cuanto a qué territorio puede explorar la conversación de re-membranza. Sigo buscando maneras de conectar la historia alternativa que se está desarrollando con una perspectiva histórica, y honrar las contribuciones que han hecho otros a esta historia. Supongo que soy más persistente de lo que era antes.*
- *Solía quedarme atrapado en las conversaciones terapéuticas justo cuando se comenzaba a desarrollar una historia alternativa. La persona en consulta me decía algo como “eso es porque tengo muy buena autoestima” o “eso es por mi fuerza interna” y entonces yo ya no sabía qué hacer. La conversación simplemente se detenía. Las conversaciones de re-membranza me han ayudado con esto: puedo empezar a hacer preguntas sobre esta “autoestima” o su “fuerza interna”. Puedo aprender sobre su historia, quién contribuyó a ella, quién la hizo posible. Los personajes significativos de las vidas de las personas entonces*

aparecen en la conversación y encuentro que es más fácil entonces hacer más preguntas.

Pregunto por las contribuciones que estas personas han hecho a la vida de la persona y qué dirían sobre los pasos que esa persona está dando en el momento actual. Y pregunto por las contribuciones que la persona ha hecho en la vida de estos personajes. Estas conversaciones a menudo son muy emotivas (mucho más que las conversaciones sobre fuerza interna o autoestima). Y a las personas parece que se les ocurren nuevas ideas de cómo pueden permanecer más conectadas a estas personas significativas en sus vidas. Puede que decidan llamarles. Podríamos pedirles que acudan a la próxima sesión de terapia. O si ya no están vivos podemos pensar en formas en que puedan ser más valorados en el día a día de la persona. La gente suele encontrar este tipo de conversaciones de mucha ayuda. Y yo también las disfruto.

11. ¿De qué forma las prácticas de re-membranza tienen relevancia en el trabajo y la vida de los terapeutas?

Las prácticas de re-membranza tienen mucha relevancia en nuestro trabajo como terapeutas y en nuestra vida. Muchas de las habilidades y conocimientos que son relevantes para nuestra práctica narrativa han sido generados en la historia de las relaciones significativas en nuestras vidas. Las conversaciones de re-membranza hacen posible que estas habilidades y conocimientos se experimenten y describan de una manera mucho más rica, y esto significa que se hacen más disponibles para utilizarlas en un desarrollo posterior de nuestra práctica terapéutica.

Por ejemplo, como terapeuta, una de las habilidades más preciadas de Jane es su sensibilidad hacia la situación de otros, especialmente en momentos difíciles. A través de las conversaciones de re-membranza con su supervisor, Jane se dio cuenta de que su sensibilidad era de hecho una habilidad que había aprendido y puesto en práctica a lo largo del tiempo. Se dio cuenta de que fue su tía abuela quien había acercado a Jane a estas habilidades de sensibilidad al demostrar un gran cuidado y apoyo a la familia de Jane en una época dura durante la infancia de Jane. Al describir con detalle esta historia y al re-memorar a su tía abuela, Jane pudo valorar y apreciar mejor su capacidad de sensibilidad. Al considerar lo que significaría para su tía abuela el hecho de que estas habilidades ahora fuesen importantes en la vida profesional de Jane y al pensar qué diría su tía abuela sobre esto, a Jane se le ocurrieron más ideas con las que mejorar su práctica, para desarrollar más lo que ella denomina “práctica terapéutica sensible”. Describió la importancia de ser sensible no sólo con respecto a los sentimientos de los demás sino también en el contexto de sus vidas y de las historias que habían dado forma a sus experiencias. Este tipo de exploraciones en relación a las habilidades terapéuticas y los compromisos que los terapeutas traen a su práctica profesional pueden contribuir enormemente a nuestro trabajo y nuestras vidas.

He aquí algunas respuestas de otros terapeutas a esta pregunta:

- *Las prácticas de re-membranza han supuesto una diferencia muy significativa para mí, tanto profesional como personalmente. Y esto ha sido especialmente así al re-memorar algunas personas que realizado su terapia conmigo. Con el paso de los años, he tenido el privilegio como terapeuta de presenciar y de ser parte de algunas conversaciones llenas de significado con las personas que acuden a mi consulta, y estas conversaciones han transformado mi trabajo. También han cambiado de muchas maneras cómo entiendo mi propia vida. Algunas de las personas con las que he trabajado siguen estando presentes en mi consulta mediante fotografías u otras representaciones. Parte de mi ética profesional ahora tiene que ver con estar a la altura de sus expectativas, y esto lo valoro. Al recordar/recorder a estas personas y su influencia en mi vida y trabajo, me siento apoyado y apreciado en lo que a veces es un trabajo difícil. Estar conectado con otros en mi trabajo me hace sentir parte de algo mucho más grande que yo y esto lo valoro.*
- *Personalmente, utilizo las re-membranzas todo el tiempo. Me han ayudado mucho a superar la muerte de mi padre sin dar por finalizadas nuestras conversaciones. Me guían para las notas que pego en la fiambra de mi hija los días que no quiere ir al colegio y han cambiado la forma en que me siento con el mundo y mi vinculación con él.*
- *Encuentro que las conversaciones de re-membranza son extremadamente relevantes en contextos docentes, pues capacitan a los estudiantes a reconectar con algunas influencias importantes de sus vidas. Las prácticas de re-membranza a menudo traen una historia de valores importantes que les ha llevado a elegir esa carrera como terapeutas y les ayuda a tener más claro cómo desean trabajar y por qué.*
- *El concepto de re-membranza me resulta muy útil para ser capaz de alejarme de los discursos de “propiedad privada” y de “comercio” que a veces se utilizan en el mundo terapéutico. Cuando tomo en consideración las historias de relaciones que han contribuido a las habilidades que las personas traen consigo a la terapia y tomo en consideración las historias de relaciones que han dado forma a mis propias habilidades terapéuticas, tiendo mucho menos a “poseer” los desarrollos en mi propio trabajo y a entrar en consideraciones sobre si yo o la persona que me consulta “merecemos que se nos reconozcan los méritos” de los desarrollos positivos de nuestras conversaciones. Y es un alivio, en realidad. Me libera para poder explorar aspectos más interesantes de la historia.*
- *Las conversaciones de re-membranza me ayudan a no privilegiar mi propia posición como terapeuta en la vida de la persona que viene a consulta. Puede que sólo les vea una hora cada dos semanas. Las conversaciones de re-membranza me recuerdan que los avances en la vida ocurren fuera de la terapia. No quiero decir con esto que la terapia no influya en la vida de las personas o que quiera alejarme de esa influencia, pero las prácticas de re-membranza me ayudan a seguir dándome cuenta de la importancia de otros en la vida de quienes vienen a terapia. Me sirve para mantener mi rol descentrado, y eso es algo que valoro.*

- *Pensar en mi vida como terapeuta como si fuera un “club con miembros” me ha ayudado a reducir la sensación de aislamiento y carga a la que tiendo a veces. Me ha ofrecido un sentido de estar en esto junto con otros. Esto es cierto no sólo en cuanto a colegas y amigos que son miembros apreciados dentro de mi “club de vida”, sino que además soy más consciente de las contribuciones de clientes anteriores en mi trabajo. Y cuando pienso en lo que es importante para mí como terapeuta, puedo trazar la historia en mi propia vida de las personas que me han dado fuerzas para desarrollar los valores y compromisos que tanto aprecio. Todo esto me ayuda a seguir conectado con lo que es importante para mí en mi vida y trabajo. De algún modo resulta refrescante.*

Sobre estas preguntas y respuestas

Nos gustaría hacer un reconocimiento de las siguientes personas que estuvieron involucradas en la creación de este artículo: *Maggie Carey, Shona Russell, Lorraine Hedtke Rudi Kronbichler, Carolyn Markey, Mark Hayward, Sue Mann, Michael White, Amanda Redstone, Jill Freedman y David Denborough.*

Nota

1. Para leer más sobre estos dos tipos de exploración, ver las notas de los talleres de Michael White, que están publicados en la página web del Dulwich Centre: www.dulwichcentre.com.au

Otras lecturas

Morgan, A. 2000: *What is narrative therapy? An easy-to-read introduction.* Adelaide: Dulwich Centre Publications.

Payne, M. 2000: *Narrative therapy: An introduction for counsellors.* London: SAGE Publications

White, M. 1997: *Narratives of Therapists' Lives.* Adelaide: Dulwich Centre Publications.

Referencias

Gergen, K. 1994: *Realities and relationships.* Cambridge: Harvard University Press.

Hartman, A. 2001: 'Reconnecting with family of origin work.' In Denborough, D. (ed): *Family Therapy: Exploring the field's past, present and possible futures.* Adelaide: Dulwich Centre Publications.

Morrison, J. D. 2002: 'South African Journey' *Social Work Networker: National Association of Social Workers, Illinois Chapter*, vol xxxi, no. 2, March, pp.5-7

- Myerhoff, B. 1982: 'Life history among the elderly: Performance, visibility and remembering.' In Ruby, J. (ed): *A Crack in the Mirror. Reflective perspectives in anthropology*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Myerhoff, B. 1986: 'Life not death in Venice: Its second life.' In Turner, V. & Bruner, E. (eds): *The Anthropology of Experience*. Chicago: University of Illinois Press.
- Thomas, L. 2002: 'Poststructuralism and therapy – what's it all about?' *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, No.2.