

RE-MEMBRANZA: Respondiendo a las preguntas más frecuentes

Shona Russell & Maggie Carey

Re-membering: Responding to commonly asked questions
en Russel, S. & Carey, M. (eds.)(2004) *Narrative Practice: Responding to your Questions*. Dulwich Centre publications; Adelaide. Cap. 3. pp 44-61¹

Traducción: Cuqui Toledo (Ángeles Díaz Rubín)

1. ¿De qué se trata la práctica de re-membranza, y cuál es la diferencia con recordar o recordar?

El término “re-membrar”, fue acuñado originalmente por Bárbara Myerhoff (1982, 1986), una antropóloga que trabajó con personas en muchos contextos diferentes, incluyendo las comunidades judías de personas de la tercera edad establecidas en el Sur de California. Myerhoff usó el término “re-membrar” para describir una “clase especial de recuerdo”.

Para dar significado a una clase especial de recuerdo, la palabra “Re-membrar” puede usarse para resaltar, dar mayor atención, a la re-agregación de miembros, las figuras que están dentro de la historia de vida de una persona... (Myerhoff 1982, p.111)

Michael White (1997) introdujo el término “re-membrar” a la terapia narrativa desarrollando la idea de que la identidad de la gente está conformada como un “Club de Vida”. Esta metáfora de “club de vida” nos introduce a la idea que todos tenemos nuestro propio club de vida y como en todo club existen miembros, aquellos que de alguna manera jugaron un papel en la formación de lo que ahora creemos que somos. Estos miembros de nuestro “club de vida” han tenido diferentes rangos o status dentro del “club”. Por ejemplo, le damos atención o credibilidad a una persona más que a otra, sobre lo que piensa de nosotros. Aquella persona o personas cuya mirada es valiosa para nosotros y que tiene influencia en nuestras identidades tendrá una membresía de alto rango y respetabilidad en nuestro “club de vida”. Y aquellas a las que no les damos mucha credibilidad, su membresía se verá con un status bajo.

Pensar en nuestra vida como si fuera un “club con membresías” ofrece la posibilidad de tener conversaciones terapéuticas. Las prácticas de Re-membranza dan un contexto para que la persona revise u organice la “membresía” de su “club

¹ Publicado originalmente en 2002, No. 3 del *“International Journal of Narrative Therapy and Community Work”*

de vida”. El guión o raya de separación en la palabra re-membranza es importante para distinguirla del acto de recordar ya que hace referencia al hecho de membresía y no de simplemente recordar una historia.

Las conversaciones de Re-membranza abren opciones para que las personas revisen las membresías de su club de vida. Por ejemplo, quizá Virginia ha estado teniendo dificultades últimamente y ha estado luchando con una visión devaluada de sí misma, se ve como una persona tonta que no sirve para nada. En una serie de conversaciones con su terapeuta, ha recorrido las historias que validan esta forma de mirarse y ha llegado a la conclusión que su origen está en el trato abusivo que su padrastro tuvo con ella cuando ella era joven. Ha trabajado el hecho de que la mirada de sí misma, con la que ahora está batallando, es con la que su padrastro la veía. Virginia se ha dado cuenta de que a pesar de no haber tenido contacto con su padrastro por muchos años, la mirada de él sigue teniendo mucha influencia en la forma en que ella se ve a sí misma.

Dentro de una conversación de Re-membranza, Virginia puede decidir degradar los derechos de membresía de su padrastro en su “club de vida”. Con la ayuda de su terapeuta puede también determinar las miradas de otras personas y decidir elevarlas de rango y honrar las relaciones que han contribuido al sentido positivo de su identidad. La hermana menor de Virginia es alguien que siempre la ha tenido en alta estima reconociendo su bondad y la forma en que enfrenta las cosas en la vida, defendiendo los valores en los que ella cree. Podría ser que Virginia quiera crear en su “club de vida” una membresía honorífica y vitalicia especial para su hermana. Junto con su terapeuta, Virginia puede diseñar algunos rituales, quizá escribir algunas cartas para dar formalidad a la suspensión de la membresía de su padrastro (con las condiciones necesarias para revocar la suspensión) y para anunciar la membresía honorífica especial de su hermana menor.

En esta forma el re-memorar abarca más que un mero recordar, ya que permite que la persona re-organice las membresías de su propio “club de vida”.

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

Nuestra intención en el trabajo narrativo es contribuir al engrosamiento de las historias preferidas sobre la identidad. Entendiendo que cuando una persona tiene la posibilidad de pararse en una historia o territorio preferido, tendrá mucha más facilidad de mirar las acciones que quiere tomar en su vida. La Re-membranza sitúa a la persona junto a las figuras significativas en este territorio preferido de identidad; y estas conexiones darán un gran soporte a las acciones preferidas que quiere ejercer.

3. ¿Cuál es el pensamiento que hay detrás la Re-membranza? ¿Qué entendimientos sobre el Sí Mismo o Self se asocian a las conversaciones de Re-membranza?

Las prácticas de re-membranza están basadas en el entendimiento post-estructuralista de que nuestra identidad se forja a través de nuestras relaciones con las demás personas. Nuestra vida tiene membresías y éstas influyen en la forma en que nos vemos y sentimos. La forma en que nos sentimos con las otras personas, la forma en que interactuamos, influye en la persona que llegamos a ser. El Arzobispo Desmond Tutu lo describe de forma clara y corta: “la persona se hace persona a través de las otras personas”. (Morrison, 2002, p.5).

Es una forma de ver la vida que mira nuestras identidades como algo inventado por “muchas voces” (multihistoriada) y esto es muy diferente a la forma individualista que enfoca al self con una sola voz. También es diferente al entendimiento estructuralista contemporáneo de la identidad que construye un “self” en el centro de lo que uno/a es, comprendido dentro de varias propiedades y esencias de la naturaleza de la persona. La perspectiva post-estructuralista que apuntala las conversaciones de re-membranza, no asume un “self” individual sino lo ve como una red de relaciones interconectadas. Como Gergen lo ha descrito: Nuestras relaciones nos crean, no somos nosotros/as los que creamos las relaciones (1994) Para más información acerca de la distinción entre estructuralismo y post-estructuralismo y sus diferentes implicaciones en la terapia, ver Thomas (2002).

4. ¿Cuándo deben usarse las conversaciones de re-membranza? ¿Cómo se puede empezar una conversación de re-membranza?

Hay gran variedad de maneras para introducir una conversación de re-membranza, en particular hay tres circunstancias en las que se puede iniciar esta forma de exploración. La primera es cuando se menciona una persona o figura en forma positiva.

En este momento se puede preguntar algo así como: “Y si tu querida tía María estuviera aquí sentada con nosotros/as y yo le pidiera que me dijera algo, una sola cosa, que ella apreciara acerca de lo que has hecho para hacer frente a esto ¿qué crees que nos diría?”. Este tipo de preguntas elevaría la membrecía de la tía María –alguien que se ha identificado como figura positiva en la vida de la persona.

Un segundo ejemplo puede ser cuando la persona que consulta habla sobre una habilidad o conocimiento que está usando en una situación problemática en su vida. Cuando se da cuenta de esta habilidad o conocimiento podría describirlo en forma delgada, de poca importancia –no teniendo mucha confianza en esta habilidad. En este momento podríamos indagar sobre la historia de esta habilidad o saber que valora. Se podría empezar preguntando: ¿Cómo crees que pudiste llegar a pensar en esto (o actuar de esta manera)?, ¿cuál es la historia de esta

habilidad especial?, ¿hubo alguien en particular que te introdujo en este camino de ser/pensar/actuar?. Esta clase de preguntas de re-membranza dan la oportunidad para que la vida de la persona consultante se una con la vida de otra persona alrededor del valor, compromiso, habilidad o forma de pensar que comparten.

La tercera situación que es otra puerta de entrada para las conversaciones de re-membranza, es cuando la persona consultante nos presenta su identidad con una conclusión negativa, como por ejemplo, no sirvo para nada, soy una tonta, todos me odian, etc. Cuando la persona habla como si estas descripciones fueran todo lo que ella es, las conversaciones de re-membranza pueden actuar como un antídoto. Por ejemplo: cuando Pedro vino a terapia y describió como se sentía ya que su vida era un total fracaso. En la conversación ya se había mencionado que su amigo Rob era quien lo había traído a terapia y estaba en la sala de espera. Una serie de preguntas de re-membranza pueden buscar y poner en palabras lo que Rob hace para él y que constituye una contribución positiva para su identidad. Con las preguntas subsecuentes se pueden explorar las contribuciones que Pedro ha dado al sentido de identidad de Rob. Una conversación que usa estas preguntas busca la oportunidad de que Pedro mire su vida a través de los ojos de Rob en vez de hacerlo a través de la mirada negativa y crítica de otras personas. También se podría invitar a Rob a la siguiente sesión para que tomara parte como un testigo compasivo, al conversar sobre algunos de los pasos que Pedro ha ido dando para rescatar su vida del sentido de fracaso que lo ha estado acosando.

Esta clase de preguntas de re-membranza deliberadamente reúne figuras que den soporte a la persona para lidiar con lo que le aqueja y también para elevar el rango de membresía de estas figuras en su “club de vida”.

5. Una vez que se ha identificado a una figura significativa, ¿qué es lo que sigue?

Una vez identificada la figura significativa, las conversaciones de re-membranza usualmente se caracterizan por dos grupos de preguntas.

El primer grupo comprende preguntas tales como:

- ¿Cuáles son las contribuciones que ha tenido en tu vida tu querida tía María?, ¿Qué fue lo que hizo ella que marcó una diferencia en tu vida?, ¿Qué hiciste tú que contribuyó a la vida de ella?
- ¿Cómo es que estas acciones de tu tía marcaron una diferencia en cómo te entiendes a ti mismo/a y cómo entiendes tu vida?
- ¿Qué piensas que tu relación con tu querida tía María significó para ella?, ¿Qué diferencia crees que pudiera haber hecho tu relación con tu querida tía María en la forma en que pensaba acerca de ella y de su vida?

Frecuentemente, las preguntas de re-membranza se hacen cuando ya se ha empezado a construir la historia alternativa, cuando las personas han empezado a

ver destellos de una forma diferente de pensar acerca de sí mismos/as. Podemos asumir que estos destellos son indicios de que la identidad preferida quiere rescatar su lugar en la historia de la persona, y que habrá un reconocimiento para alguna persona o figura que contribuyó a lo que se quiere rescatar. Por eso es que ahora nos interesa hacer preguntas tales como:

- ¿Quién en tu pasado estaría menos sorprendida/o al escuchar la forma en que hablas ahora sobre lo que es importante para ti?
- ¿Qué es lo que saben de ti, de qué podrían haber sido testigos para darse cuenta del valor/creencia/compromiso que era importante para ti?
- Al notar esto, ¿Qué significado le habrán dado?
- Esto que estamos hablando, ¿podría haber sido también una contribución a su vida?

De esta manera, las preguntas de re-membranza también están relacionando las vidas de las personas alrededor de un mismo tema. Podría suceder que Juan identificara la “generosidad” como un valor que atesora; cuando la historia de Juan hable de un compromiso con la “generosidad”, al rastrearla, puede haber una o varias personas significativas para Juan que particularmente le den a la generosidad la misma importancia que él. Cuando durante la conversación se evocan y se traen al presente a estas personas, podrían ser contactadas e invitadas al proceso terapéutico, así sus vidas quedarán unidas alrededor de la “generosidad”.

La unión de vidas alrededor de temas compartidos es un aspecto clave de las conversaciones de re-membranza. Una vez que las vidas han quedado unidas alrededor de un tema en particular, frecuentemente el sentido de soledad se reduce y la descripción de la historia alternativa de la vida de la persona se enriquece.

6. ¿Y qué pasa si la persona con la que estamos teniendo una conversación de re-membranza no tiene a nadie a quien quiera re-memorar? ¿No se sentirá peor con eso?

Una de las cosas buenas que tienen las conversaciones de re-membranza es que en el remoto caso que no puedan identificar una figura dentro de su historia, no es necesario que sea una persona con la que han tenido contacto en la realidad. Por ejemplo, puede ser el autor o personaje de un libro que les impactó, ¿Qué entendería y apreciaría de ti este autor o personaje? Así el autor o personaje sería central en esta conversación de re-membranza. Estamos interesadas/os en rastrear la historia de los compromisos, valores y propósitos a través de la historia, y lo que encontramos es que estos contribuyentes significativos en la vida de los valores, compromisos y propósitos, pueden ser míticos, imaginarios o ficticios; pueden ser figuras de un libro, animales y hasta muñecos de peluche. En forma general si hacemos preguntas bien construidas y no avanzamos con prisa, la persona podrá identificar por ella misma la figura que ha contribuido al desarrollo de lo que se ha

venido conversando. Esto se debe a que las habilidades, valores y propósitos no se crean de la nada –han sido formados por la historia de la persona y en las relaciones con las demás personas y por el mundo en general. Simplemente se trata de encontrar los caminos para desenterrar estas conexiones y sus historias.

Además, en una conversación narrativa, si entramos por cualquier parte haciendo preguntas una la vez, las personas siempre encontrarán alguien a quien quieren recordar. Por ejemplo, Si hemos estado desarrollando una historia sobre algo inusual que hicieron en un momento dado, preguntaremos: ¿Quién hubiera predicho que tú harías esto?, y la persona nombra a alguien; podría ser el comienzo de una conversación de re-membranza. Por el contrario, si la persona no puede pensar en nadie, algunos terapeutas podrían ofrecer otras preguntas de nivel más bajo en el andamiaje para que la persona tenga mayor oportunidad de identificar a alguien. Pueden preguntar por ejemplo, “¿Quien crees tú que estaría menos sorprendida/o de esto? ¿Hay alguien que podrías imaginar que ya sabía que tú serías capaz de dar este paso? Y si la persona aún no es capaz de pensar en alguien, se tendría que cambiar de dirección y preguntar por ejemplo: “Este paso tan espectacular que has dado quizá sería algo que otras personas no se esperaban ¿podrías decirme entonces qué pasos pudiste dar antes para poder dar este gran paso? ¿Qué habilidades has tenido que desarrollar para poder hacer esto? Por el momento se quita el foco a la re-membranza para más adelante retomarlo.

Una vez que la persona ha seguido describiendo las habilidades que recientemente se han demostrado, entonces puede hacerse la invitación a la conversación de re-membranza acerca de cómo fue que aprendió estas habilidades. Si fue con imaginación, valentía, inteligencia, paciencia, creatividad, rigor, o algo más; seguramente habrá historias en torno al desarrollo de estas habilidades y las conversaciones de re-membranza acerca de quién le introdujo a estas habilidades, podrán ser relevantes y útiles.

Es conveniente mencionar que las conversaciones de re-membranza no solamente consideran a las personas que están vivas. Una de las áreas más conocidas en las que se utilizan las conversaciones de re-membranza es para tratar asuntos de pérdidas y duelos, como lo menciona Lorraine Hedtke:

En mi trabajo con personas que están muriendo y con las familias en duelo, 'Remembering' es una guía que siempre tengo presente. Le pregunto directamente a la persona moribunda como quiere que sus historias le perpetúen. ¿Cómo quiere que su membresía en el club de vida de las otras personas sea honrada y siga viva, teniendo vigencia? También me interesa hablar con sus familiares acerca de lo que piensan que pasará cuando su ser querido/a muera, ¿Qué están haciendo para que se perpetúe la memoria y el legado de la persona enferma tan querida?, ¿Qué rituales utilizan o pudieran evocar para honrar su conexión con el/la enfermo/a?, ¿Qué significado tiene

la vida de la persona moribunda?, y pensando en que la vida es como un club de vida ¿cuál sería la membresía que le darían en su propio “club de vida”?

En el trabajo con las personas que están muriendo hay que tomar en cuenta otras consideraciones. Estuve trabajando con un señor cuyos amigos y familiares ya habían muerto, en este contexto la Re-membranza tiene una responsabilidad diferente, se necesita enfocar otro medio para continuar en la historia de la persona: el legado. Con este señor en particular hablamos sobre su decisión de donar su colección de arte y le pregunté qué era lo que quería que las personas en el futuro supieran sobre él y sobre sus decisiones en su propia vida, y cómo éstas estaban unidas a la donación de las obras de arte. A través de estas conversaciones la lista de membresías de su club de vida creció al incluir al público que se beneficiaría por su generosidad. Este público era una audiencia que no conocería, sin embargo estas conversaciones fueron profundamente significativas.

7. ¿Son las conversaciones de re-membranza solamente para las figuras positivas en la vida de las personas? ¿Qué se hace con las personas que han tenido una influencia negativa en la vida de la persona?

Como ya lo mencione, a veces hay circunstancias en la vida de las personas (particularmente en situaciones en las que ha habido abuso) en las que la reducción de la influencia de la opinión de personas particulares en la identidad de la persona consultante puede ser significativa. Si para entender la vida utilizamos la metáfora de Club con sus membresías, habrá momentos en que sea necesaria una renegociación, quitar privilegios a ciertas membresías, bajarlas de rango o quizá hasta anular la membresía de ciertas personas en el Club de Vida de la persona. Hay varias maneras de hacerlo. Se pueden usar documentos y ceremonias en donde se estipule el reglamento para poder pertenecer al Club – dentro de los estatutos se debe resaltar que los/las miembros/as tendrán que ser respetuosos/as, bondadosos/as y amigables entre otras descripciones similares.

Cuando alguna membresía se cancela o se baja el status hay la oportunidad de honrar y elevar el rango de su membresía a otras personas que han sido solidarias en tiempos difíciles. También se usan documentos y ceremonias para este propósito.

Es relevante mencionar que en las conversaciones de re-membranza a veces se tiene que hacer una re-construcción de la identidad de las personas que inicialmente se pensó que habían dado una contribución negativa al Club de Vida de la persona que consulta. Creo que la mejor manera de explicar esto es con un ejemplo:

Jonathan había crecido con su mamá, Janice, quien había luchado contra el alcoholismo durante toda la crianza de Jonathan. Cuando Jonathan llegó a terapia creía que Janice, quien había muerto algunos años atrás, lo había defraudado, y la culpaba como responsable de las dificultades por las que él estaba pasando. Al explorar la historia del alcoholismo de su madre, Jonathan empezó a darse cuenta del alto grado de violencia que Janice había recibido de niña en su familia de origen y más tarde en su relación con el padre de Jonathan (el papá abandonó a la familia cuando Jonathan tenía 10 años). Janice nunca había replicado la violencia contra Jonathan. Así, las conversaciones de re-membranza, utilizadas cuidadosamente, permitieron que Jonathan considerara bajo otra luz los valores y compromisos que habían sido importantes en la vida de Janice. De hecho, cuando la terapeuta le pregunto a Jonathan de quién había aprendido su forma de ser tan bondadosa y cuidadosa de las demás personas, él dijo que de su mamá. El descubrimiento de la manera en que su vida y la de su mamá estaban unidas en esta forma positiva hizo una diferencia muy significativa en la forma de entender su vida y la de su familia.

Esta forma de conversación de re-membranza requiere cuidado y reflexión por parte del/la terapeuta, sin embargo, si es relevante, podrá ser muy significativo en lo que a la persona le interesa.

8. He escuchado que a veces la gente disfruta las prácticas de re-membranza, ¿Por qué crees que sea?

Las conversaciones de re-membranza dan oportunidad a las personas de reconectarse con experiencias de su vida que de otra manera permanecerían sin tomarse en cuenta. Las experiencias de vida siempre están conectadas a las vidas de otras personas por los valores que comparten, y tocar estos temas puede ser un antídoto para el sentimiento de soledad. Y también puede ser muy vigorizante, como Jill Freedman lo describe:

Guardar en nuestro corazón y en nuestra mente a ciertas personas como integrantes de nuestro equipo personal, y recrearse en sus experiencias de cómo son, permite sentir que pertenecemos a una comunidad elegida por uno/a mismo/a, no una comunidad que fue la que nos tocó. Esto puede hacer toda la diferencia.

9. ¿Cuál es la diferencia entre Re-membranza y Familia de Origen?

Algunos/as practicantes han hecho similitudes y diferencias entre el trabajo de Familia de Origen (una forma de terapia familiar) y la Práctica de Remembranza . Si les interesa el tema les recomendamos que lean la entrevista de Ann Hartman “Reconectarse con la familia de origen” (2001).

Una similitud clave entre Familia de Origen y las Prácticas de Re-membranza es que ambas se ocupan y reconocen la influencia que las relaciones del pasado tienen sobre la identidad de las personas y ambas crean oportunidades para re-negociar estas relaciones

Una de las diferencias claves es que el trabajo en la Familia de Origen se basa en el pensamiento estructuralista sobre la familia y la identidad, asumiendo que existen formas de relaciones necesarias para tener una relación familiar “sana”. En contraste, las prácticas de re-membranza no privilegian la relación de una persona con su familia de origen como una mejor relación que la que se da con la familia por elección.

Las prácticas de remembranza no trabajan con un club de vida cuyas membresías son solamente para los/las familiares. El foco de la conversación de remembranza lo determina la experiencia particular de la persona consultante, por lo que valora y por la manera en que la figura significativa ha contribuido a confeccionar y re-confeccionar su identidad. Otra diferencia clave es que las conversaciones de remembranza no están cimentadas sobre ningún templete de lo que tendría que ser una “relación saludable”, por el contrario, explora los efectos reales de ciertas relaciones y las preferencias de la gente en relación a estos efectos. Esto es lo que determina su valor.

10. ¿Hay algunas cosas que tenemos que cuidar cuando usamos esta práctica?.

Como en cualquier práctica, la confianza en el uso de las conversaciones de remembranza toma tiempo y práctica. Estas son algunas de las cosas que otros/as terapeutas han dicho que les han ayudado a adquirir confianza en la conversación de re-membranza:

- *Cuando la consulta es para padres/madres e hijos/as al mismo tiempo, algunas veces he dejado que la pena y el deseo de permanecer muy “profesional” se metan en mi camino cuando hago a los/las niños/as preguntas apropiadas. Me ha tomado tiempo y práctica para sentirme cómoda cuando hago preguntas como “¿Y qué crees que tu osito teddy diría respecto a lo que ya lograste hacer?” ó “¿Puedo preguntar que opina tu amiga imaginaria acerca de esto?” Pero he aprendido que generalmente estas preguntas son muy efectivas, dan oportunidad al niño/a de hablar sobre sus habilidades en una forma imaginativa muy valiosa. Eso me ha animado a seguir adelante, además los padres/madres por lo general también se relacionan con esta clase de preguntas.*

- *He aprendido a tener cuidado al invitar a una persona a revisar las membresías de su “club de vida” –en especial si se trata de una situación en la que hay el deseo de cancelar alguna membresía. Siempre tomo estas conversaciones con mucha seriedad. No estoy interesada en hacer una división o tomar partido en contra de nadie, sin embargo en situaciones donde ha habido un abuso significativo, hay la opción de suspender o cancelar la membresía de la persona abusiva y esta opción puede ser muy significativa para la persona víctima del abuso. Tengo que tener mucho cuidado en estas situaciones para no dirigir la decisión de la persona. Tomamos el tiempo necesario para dar este paso. Cuando alguien está considerando cancelar una membresía, generalmente es con una figura con la que de todas maneras ya no tiene contacto, y estamos explorando la idea de cancelar su membresía con el propósito de reducir la influencia que tiene sobre su identidad al seguir recordándola. En cualquier caso, la persona puede decidir incluir alguna cláusula en el documento de expulsión conteniendo los pasos que tendría que dar la persona expulsada para poder ser admitida nuevamente en el Club de Vida más adelante. También podría decidir cancelar la membresía de forma definitiva. De todas maneras siempre tengo mucho cuidado pues la cancelación de una membresía no se puede tomar a la ligera, pero puede ser muy importante en algunos casos.*
- *He encontrado que es muy útil pensar detenidamente sobre el momento preciso para la introducción de las conversaciones de re-membranza. Al principio lo hacía de prisa, ahora trato de estar segura de haber explorado y descrito suficientemente los efectos reales del problema antes de buscar los eventos o desenlaces extraordinarios. Esto sirve para dar seguridad a la persona, que no sienta que los efectos del problema no se han tomado suficientemente en cuenta.*
- *Cuando la persona tenía dificultad en encontrar a una persona para responder a la pregunta de re-membranza, yo cambiaba de tema y hacía otra clase de preguntas, pero ahora sigo explorando posibilidades, hago la apuesta conmigo misma de que seguramente encontraré conexiones relegadas, olvidadas, que se pueden re-memorar – si no con familiares o amigos, quizá un antiguo profesor, un muchacho joven o un viejo vecino, un personaje de un libro o de una película, o el osito de peluche que se ha conservado por muchos*

años, hasta puede ser un lugar en particular. Mantengo mi mente abierta para ver hasta dónde las conversaciones de re-membranza pueden explorar el territorio. Siempre estoy buscando caminos para conectar la historia alternativa que se está desarrollando, hacia una historia con sentido que honra las contribuciones de otras figuras dentro de la misma historia. Creo que soy más persistente ahora de lo que solía ser.

- Siempre me atoraba en las conversaciones terapéuticas cuando llegábamos al punto de desarrollar la historia alternativa. La persona consultante decía que era porque “ya tenía una buena auto-estima” o “es por mi fuerza interna”, entonces yo ya no sabía qué hacer y la conversación se detenía. Las conversaciones de re-membranza me han ayudado en esto. Puedo empezar preguntando acerca de esta “auto-estima” o por “la fuerza interna”, puedo saber las historias de éstas y quienes contribuyeron a su desarrollo y las hicieron posibles. Los personajes significativos en la vida de las personas vienen a la conversación y eso me facilita para seguir con las preguntas.

Les pregunto acerca de las contribuciones que éstas personas han tenido en su vida y qué dicen acerca de los pasos que actualmente está dando la persona consultante. Y pregunto acerca de las contribuciones que la persona ha tenido en la vida de estos personajes. Por lo general estas conversaciones son muy conmovedoras, mucho más que las conversaciones sobre la auto-estima o la fuerza interna. Y la persona genera nuevas ideas para estar más en contacto con estas personas significativas en su vida actual. Podrían pensar en llamarlas por teléfono, podríamos invitarles a la siguiente sesión de terapia. Y cuando ya murieron, entonces pensamos en la forma en que la persona pueda atesorarles más en su vida diaria. Las personas encuentran que estas conversaciones les son muy provechosas y yo también la disfruto.

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

La prácticas de re-membranza tienen una gran relevancia en nuestro trabajo como terapeutas y en nuestra propia vida. Muchas de las habilidades y saberes que son relevantes para nuestra práctica narrativa se han generado en la historia de las relaciones significativas que hemos tenido en nuestra propia vida. Las conversaciones de Re-membranza hacen posible que nuestras habilidades y conocimientos sean más ricamente experimentadas y descritas, esto quiere decir

que estarán más a la mano para ser utilizadas en el desarrollo de nuestra práctica terapéutica.

Por ejemplo, una de las habilidades más valiosas de Jane como terapeuta es su sensibilidad hacia las demás personas, especialmente cuando las cosas se les han puesto difíciles. Con las conversaciones de re-membranza que tuvo con su supervisor, Jane se dio cuenta que su sensibilidad era en realidad una habilidad que ella había venido aprendiendo y practicando desde hacía mucho tiempo. Pudo ver que de su tía abuela era donde lo había empezado a aprender, al ver cómo había sido tan bondadosa y solidaria con su familia en una época muy dura que habían vivido cuando ella era pequeña. Una rica descripción de este acontecimiento y re-memorar lo que su tía abuela había hecho, le permitió a Jane caer en cuenta de sus habilidades en el manejo de la sensibilidad en su vida profesional; y pensar en lo que su tía abuela diría ahora, le dio nuevas ideas para mejorar su práctica, para desarrollar más plenamente lo que Jane llamó “práctica de consejería con sensibilidad”. Pudo explicar la importancia de ser sensible, no solamente ante el sufrimiento de las demás personas, sino también ser sensible ante el contexto de sus vidas y de las historias que habían conformado sus experiencias. Esta forma de exploración de las habilidades terapéuticas y el compromiso que la/el terapeuta aporta a su práctica, tienen un gran significado en nuestro trabajo y en nuestra vida.

A continuación las respuestas que algunos/as terapeutas han dado a esta pregunta:

- *Las prácticas de re-membranza han hecho grandes diferencias, en mi profesión y en mi vida personal. Esto ha sido especialmente verdadero en algunas personas que recuerdo que vinieron a terapia. A través de los años, como terapeuta, he tenido el privilegio de atestiguar y ser parte de conversaciones muy conmovedoras que mis consultantes me han compartido y esto ha transformado mi trabajo. Y esto también de muchas maneras ha cambiado mi forma de ver mi propia vida. Muchas de las personas con las que he trabajado continúan poblando mi oficina en las fotografías u otros objetos representativos. Parte de la ética en mi trabajo tiene que ver con lo que ellos/as esperan de mí y esto tiene mucho valor ahora. Al recordar a esas personas y la influencia que ejercen en mi vida y en mi trabajo, me siento acompañada y valorada especialmente cuando el trabajo se pone difícil. Estar unida con otras personas en mi trabajo me hace sentir parte de algo mucho más grande que solamente yo, y eso es un tesoro para mí.*
- *Yo uso todo el tiempo las prácticas de re-membranza porque me ha dado mucha tranquilidad y paz en el duelo por la muerte de mi padre, al seguir*

la conversación con él. Estas conversaciones me guían en las notas que escribo y meto en la lonchera de mi hija, especialmente cuando no tiene ganas de ir al colegio. Esto ha cambiado mis sentimientos hacia el mundo y mi relación con él. He encontrado que las prácticas de re-membranza son extremadamente relevantes en los contextos de enseñanza ya que permiten al/la estudiante reconectarse con algunas influencias importantes en su vida. Las prácticas de re-membranza frecuentemente resaltan las historias de valores importantes que les han llevado a escoger esta carrera de consultoría, y así ven con más claridad cómo quieren trabajar y por qué.

- He encontrado que el concepto de re-membranza es muy útil para salirme de los discursos de “propiedad privada” y de “comercialización” que han invadido algunas veces el mundo de la terapia. Cuando considero las historias de las relaciones que han contribuido a las habilidades que las personas traen consigo al espacio terapéutico, y cuando tomo en consideración las historias de las relaciones en mi propia vida que han dado forma a mis habilidades terapéuticas, ya no caigo tan fácilmente en la tentación de sentir que los avances “son de mi propiedad” y que tengo que decidir si el crédito me lo doy a mí o si se lo doy a la persona consultante. Créanme esto es un alivio y te da el espacio para explorar aspectos más inteligentes de la historia.
- Las conversaciones de re-membranza me dan el privilegio de saber la postura que tengo como terapeuta en la vida de las personas que vienen a la consulta. Yo les veo quizá una hora de su vida cada quincena, las conversaciones de re-membranza me recuerdan que el asunto de vivir sucede fuera del consultorio. Esto no quiere decir que la terapia no tenga influencia en la vida de la gente o que quiero salirme de esta influencia, sino que las conversaciones de re-membranza me ayudan a fijarme en la importancia de otras personas en la vida de quien me consulta y de cierta manera me ayuda a des-centrarme de la vida de la persona.
- Pensar mi vida como terapeuta bajo la metáfora de “Club con membresías” me ha ayudado a no sentirme en soledad y con una carga auestas, como algunas veces me sentía. Me ha ofrecido un sentido de vida, de sentirme “junto a y en” otros/as. Esto lo siento no solamente en relación con mis colegas y amigos/as, cuyas membresías atesoro en mi “club de

vida”, ahora estoy más consciente de las contribuciones que he recibido de mis consultantes a través de mi trabajo, Cuando pienso qué es lo importante para mí de mi trabajo como terapeuta, ahora soy capaz de rastrear en mi vida la historia de aquellas personas que me animaron a desarrollar los valores y compromisos que ahora tanto quiero. Todo esto me ayuda a conectarme con lo que es importante para mí en mi vida y en mi trabajo y es de cierta manera una sensación muy refrescante.

Lecturas adicionales

- 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): *Narrative 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. xxxxi, 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.