

**EI TRABAJO CON PERSONAS QUE SUFREN LAS CONSECUENCIAS DE TRAUMA MULTIPLE.**

*Desde la Perspectiva Narrativa*

*por Michael White*

**WORKING WITH PEOPLE WHO ARE SUFFERING THE CONSEQUENCES OF MULTIPLE TRAUMA:**

*A narrative perspective*

*by Michael White*

The International Journal of Narrative Therapy and Community Work, 2004 No1.

Traducción Angeles Díaz Rubín (Cuqui Toledo).

**PARTE 2**

**CONVERSACIONES DE RE-AUTORÍA**

***Desde una sola historia de la existencia a una historia múltiple de la existencia.***

Ahora voy a revisar un tema que ya toqué brevemente cuando les estaba describiendo el principio de la doble escucha. Este tema se refiere a que la naturaleza de la vida es multi-historiada. Cuando la gente viene a consultarme porque ha sido sujeto de un trauma, muy a menudo me presentan su vida con una sola historia. Es como si se sintieran totalmente atrapadas en una vida de una sola dimensión, en la que predominan elementos de desánimo, futilidad, vacío existencial, vergüenza, desesperación y depresión. En el primer contacto que tengo con la gente que ha pasado por una experiencia de trauma, usualmente lo primero que tratan de explicarme es la triste y dolorosa situación en la que se encuentran. En estas explicaciones procuran unir algunos eventos de su vida en una especie de secuencia en el tiempo de acuerdo a un tema específico que generalmente es de tragedia y de pérdidas. Aunque estas explicaciones casi siempre son bastante delgadas y desarticuladas, usualmente en su relato excluyen el reconocimiento de los temas que valoran y que se ven reflejados en el “sentido de mí-mismo” al que ya me he referido en esta presentación, pero que de todas formas estas explicaciones constituyen las historias.

Cuando la gente representa su vida con una sola historia, cuando sienten que su vida está atrapada dentro de una sola dimensión, yo encuentro que es muy útil concebir la vida como una vida multi-historiada. Una forma de explorar las implicaciones que tiene esta idea de que la vida es multi-historiada es considerándola desde una metáfora de un edificio. Por ejemplo, imagínense por un momento este edificio de Ramallah en donde nos hemos reunido hoy, como un edificio que no tiene elevadores ni escaleras, tampoco hay salidas de emergencia ni puerta en la planta baja para que las personas puedan salir al exterior. No hay forma en que las personas que están en la planta baja tengan acceso a los otros pisos, ni tampoco pueden salir del edificio. Imagínense como se sentirán esas personas atrapadas en la planta baja, a las que se les ha negado el acceso a otros pisos de este edificio multi-historiado,

especialmente porque los otros pisos representan territorios para vivir, territorios donde pueden encontrar cosas valiosas acerca de sus vidas, incluyendo otros conocimientos de vida y prácticas para vivir que les serían útiles para encontrar la manera de salir de los aprietos en que se encuentran en la vida, y que les ayudarían en su esfuerzo por sanar los efectos del trauma que vivieron.

En las conversaciones de la terapia narrativa, que toman forma por nuestras preguntas y por estructuras como las asociadas a la Ceremonia de Definición, construimos un andamio parecido al que se hacen los obreros alrededor del edificio que está en construcción. Es en esta construcción del andamio hecho por medio de nuestras preguntas y estructuras, donde damos la posibilidad para que las personas tengan acceso a otras historias o territorios en sus vidas. Al identificar estas otras historias de vida, o si así lo prefieren, estos otros territorios de vida; primero parecen pequeños, de hecho minúsculos, como si fueran islas pequeñas de coral en medio de un mar tormentoso. Sin embargo cuando estas historias o territorios de vida que estuvieron descartados, se exploran con nuestras conversaciones terapéuticas, la isla va creciendo y se vuelve un lugar donde se puede encontrar seguridad y sostén; más adelante al seguir conversando, las islas se volverán archipiélagos, y eventualmente continentes de seguridad que abren otros mundos de vida a las personas que nos están consultando. En el desarrollo de estas historias alternativas, en la exploración de estos otros territorios, las historias de trauma y dolor de la persona no se invalidan, no se borran, lo que pasa es que como resultado de estas conversaciones, la persona encuentra otro lugar para pararse, un lugar donde encuentra la oportunidad de expresar su experiencia traumática sin que sienta que esta experiencia la define.

En todas estas historias que les he compartido en esta presentación, el primer paso que permite el acceso a territorios de vida alternativos, es descubrir aquello a lo que la persona le da valor. Todas las personas siempre tienen algo que valoran, creo que la evidencia es el mero hecho de que siguen viviendo. A pesar de lo difícil que es encontrar aquello a lo que la persona le da valor, algo que podría darnos la pista para encontrarlo, es la narración que la gente hace sobre su pena y su dolor. No creo que la persona sentiría dolor en relación con el trauma si éste no hubiera violado o deshonrado algo que la persona valora; creo que la intensidad de este dolor es testimonio de la intensidad de aquello que es apreciado y deseado y que ha sido violado y deshonrado; no creo que la gente experimentaría este diario y continuo malestar por un trauma si no siguieran en contacto, siguieran en relación, con aquello a lo que le dan valor; y en vez de esto, continuarán viviendo resignadas a su situación y a las experiencias que van viviendo de acuerdo a sus circunstancias (White 2000b, 2003). El diario malestar del trauma que permanece, puede ser entendido como un tributo que mantiene la relación con aquello que la persona aprecia y que quiere seguir defendiendo sin darse por vencida.



### *Panorama de acción.*

El panorama de acción está formado por eventos unidos en secuencias, a través del tiempo, de acuerdo a un tema o a una trama. Parece ser que estos cuatro elementos: *eventos*, *secuencia tiempo* y *trama*, representan en forma rudimentaria la estructura de las historias. Por ejemplo, al leer una novela uno se engancha en la lectura de acuerdo a eventos específicos que están unidos entre sí dentro de una secuencia, no necesariamente lineal, y que se desarrolla a través del tiempo de acuerdo a un tema o una trama. La trama puede ser de romance, de tragedia, de comedia, de farsa, o de cualquier otra cosa.

### *Panorama de identidad*

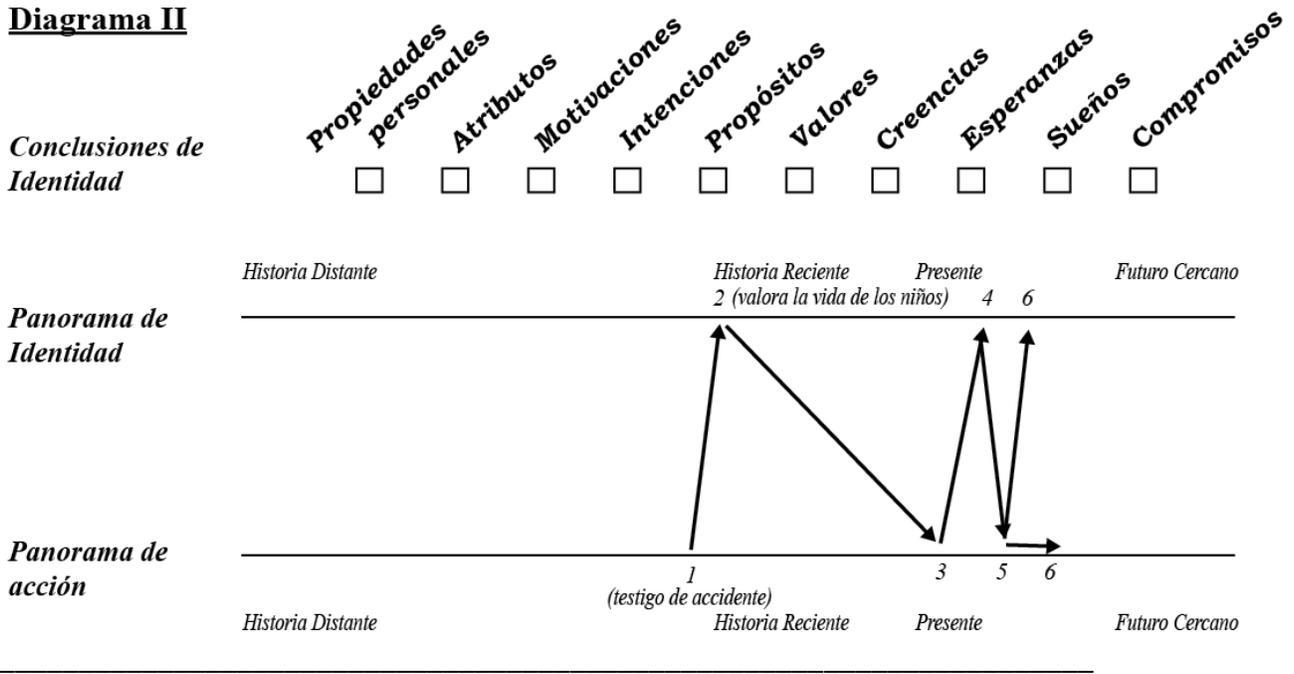
El panorama de identidad está compuesto por categorías de identidad que funcionan como compartimentos de la mente. Estas categorías de identidad son específicamente culturales y pueden incluir: las motivaciones, atributos, rasgos de personalidad, fortalezas, recursos, necesidades, impulsos, intenciones, propósitos, valores, creencias, deseos, sueños, compromisos, etc.

En estos archiveros mentales es donde las personas guardan la variedad de conclusiones sobre su identidad. Estas conclusiones de identidad usualmente se han configurado de acuerdo a los eventos de la vida contenidos en el mapa de panorama de acción. De acuerdo a la “perspectiva constitutiva” que tiene la práctica narrativa, la vida de las personas no se forma por cosas como las motivaciones o los rasgos de personalidad sino que se conforman por las conclusiones que se sacan de estas motivaciones o rasgos de personalidad que han sido archivadas en los compartimentos mentales de su archivero.

En las conversaciones terapéuticas dirigidas por el mapa de conversaciones de re-autoría, es trabajo del terapeuta la construcción de un andamio por medio de preguntas. Mediante este andamio, la persona podrá incorporar a su historia, muchos eventos y acciones brillantes que se tenían relegados por considerarse irrelevantes. También es responsabilidad del terapeuta en este trabajo, la construcción de un andamio que ayude a la persona a reflexionar sobre los eventos y los temas, dentro de estas historias alternativas que se van desarrollando. Así la persona podrá sacar conclusiones acerca de su identidad que contradigan muchas de las identidades extraídas de conclusiones construidas desde el déficit y que han puesto limitaciones en su vida.

Deseo ilustrar brevemente la relevancia que tienen las conversaciones de re-autoría en el trabajo terapéutico con personas que han vivido un trauma. Para hacer esto, voy a regresar a la historia de mi trabajo con Julie, y al tiempo que voy explicando, les pido seguir el Diagrama II en donde se ilustra gráficamente la naturaleza de zigzag en estas conversaciones de re-autoría.

**Diagrama II**



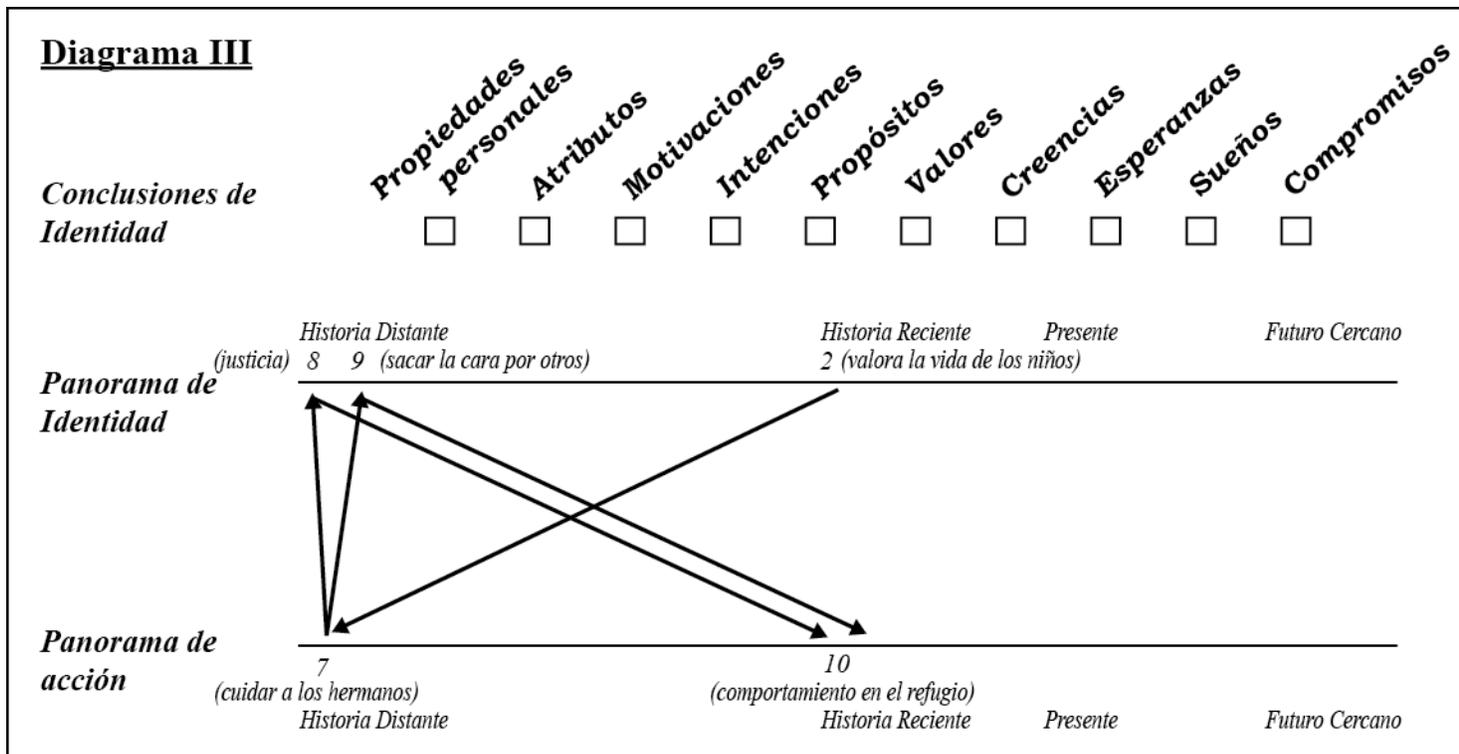
Es posible revisar la ceremonia de definición con Julie que ya antes describí y marcar en el mapa de conversaciones de re-autoría lo que se *cuente* y lo que se *re-cuenta*. Recordarán que una de las experiencias que Julie relató fue el hecho de cómo se paralizó cuando vio al niño atropellado por un automóvil (en el diagrama II está marcado con el #1 como una acción que sucedió en el pasado reciente). En nuestras conversaciones, esta historia acerca de este evento y la respuesta de Julie, abrió una avenida para llegar a lo que Julie valoraba en la vida: ella atesoraba la vida de los niños. Esto es un material para el panorama de identidad (véase el #2).

A continuación arreglé un contexto en donde Julie pudiera tener la experiencia de escuchar respuestas poderosamente resonantes respecto a lo que ella daba valor. Este contexto se logró con el re-contar de las testigas externas. Las testigas externas hablaron del lugar a dónde habían sido llevadas al escuchar la historia de Julie, material para el panorama de acción (véase el #3), de las imágenes que la historia les había evocado acerca de la identidad de Julie (material para el panorama de identidad -véase el #4), hablaron sobre las resonancias que habían sentido en sus vidas personales (panorama de acción #5) y acerca de las maneras en que habían sido transportadas a un lugar distinto con el relato de Julie (panorama de acción y panorama de identidad - #6).

En la tercera parte de esta reunión regresé a entrevistar a Julie. Le pregunté acerca de lo que había escuchado en el re-contar de las testigas externas. Esta entrevista siguió las mismas categorías de preguntas que dan forma al re-contar de los

testigos externos. Julie, en respuesta a mis preguntas, habló sobre lo que había cautivado su atención de lo que las testigas externas habían re-contado (material para el panorama de acción), habló sobre las imágenes mentales sobre su vida que fueron evocadas por las expresiones usadas en el re-contar (material para el panorama de identidad) y dijo que de su memoria habían surgido experiencias pasadas, que se habían iluminado (material para el panorama de acción) y como esto podría cambiar la perspectiva que tenía de su vida (material para el panorama de identidad). Todo esto se puede mapear en el Diagrama II.

En la segunda entrevista que tuve con Julie, procedí a entrevistarla siguiendo el Mapa de Conversaciones de Re-autoría que ofrece la Terapia Narrativa. Así ahora les daré un ejemplo de esta conversación e iré trazando las intervenciones en el Diagrama III.



Michael: Al final de nuestra primera sesión, te pregunté sobre lo que las testigas externas te dijeron, te pregunté qué te había llamado la atención y qué te había inspirado para lo que te gustaría hacer. Entre otras cosas, hablaste acerca de la precisión que habías encontrado sobre lo apreciada que es para ti la vida de los niños, y cómo esto ha sido siempre una verdad en tu vida. Tuve curiosidad y te pedí que contaras historias que habías vivido cuando eras más joven, que reflejaran este gran valor que le has dado siempre a la vida de los niños.

Estas son preguntas de panorama de acción, los *eventos* de la historia de Julie. Esta pregunta de panorama de acción tiene referencia con el desarrollo del panorama de identidad donde se caracterizó la fuerte realización sobre el valor que Julie le da a la vida de los niños.

Julie: *Bueno...este, En este momento no se me ocurre ninguno. Mira, en este momento tengo muchos problemas con mi memoria, tengo muchas lagunas mentales... por eso no sé qué decir.*

La respuesta de Julie de “no saber qué decir”, me indicó que yo tenía que ser más activo en proveer un andamio para estas conversaciones de re-autoría. Yo asumía que dentro del contexto que el desarrollo del andamio proporciona, Julie se daría cuenta lo que conocía de sí-misma, al ir respondiendo mis preguntas acerca de su vida.

Michael: *Tengo entendido que tienes un hermano y una hermana menores que tú. Si tus hermanos estuvieran presentes hoy aquí, escuchando nuestra conversación ¿Podrías adivinar qué clase de historias me contarían de ti que estuvieran relacionadas al valor que siempre le has dado a la vida de los niños?*

Julie: *Si mis hermanos pudieran estar aquí, ¿qué dirían de mí?*

Michael: *Sí, si yo pudiera pedirles a tus dos hermanos que me contaran algunas historias pasadas que reflejaran el aprecio que tienes por la vida de los niños ¿qué historias me contarían?*

Con esto estoy tratando de evocar la presencia de sus hermanos. Pedirle que represente a sus hermanos en asuntos relacionados a su propia identidad, da el potencial para que Julie pueda tomar distancia en la inmediatez de su propia experiencia, de lo que para ella es sabido y familiar (por ejemplo: sus muchas conclusiones negativas acerca de su propia identidad). Yo esperaba que esta maniobra de alejamiento, diera una distancia que le permitiera dar un paso dentro de la conciencia que tenían sus hermanos acerca de su propia identidad, que fuera un punto de entrada diferente de conocimiento para que pudiera contestar las preguntas que yo le hacía acerca de su vida cuando era joven.

Julie: *Bueno. Déjame ver... ¡Ya sé! Puedo pensar en algo que mi hermana podría contarte de mí cuando yo era pequeña*

Michael: *Bien. ¿Qué historia me contaría?*

Julie: *Te contaría una historia de cuando yo era chica, tendría entre 9 o 10 años. Te diría que cuando yo veía que mi papá estaba tomando demasiado alcohol y que había una alta posibilidad de que nos lastimara, llevaba a mis hermanos al bosque situado cerca de nuestra casa y los escondía. Por ser la hermana mayor, era el trabajo que a mí me correspondía hacer; no había nadie más a quien pedir protección. Nos quedábamos escondidos en aquel lugar hasta que yo calculaba que ya no habría peligro para regresar, que ya mi papá estaría inconsciente tirado de borracho.*

Michael: *¡Esa sí que es una gran historia!*

Julie: *Y recuerdo... sí, ahora recuerdo, que siempre tenía cosas para comer y beber guardadas en el escondite, y también juguetes, para que mis hermanitos no pasaran hambre o sed y que la pasaran entretenidos.*

Esto es material para el panorama de acción (ver el #7) ¿No les parece una historia maravillosa? Es un bello relato de algunas acciones en la historia de Julie que reflejan lo que ella valoraba -la vida de sus hermanos cuando eran niños. Nosotros como terapeutas, no escucharemos estas historias a menos de que tengamos gran cuidado en las preguntas que hacemos. Y las personas que nos consultan no recordarán este tipo de historias a menos que nosotros, los terapeutas, tomemos la responsabilidad de proveer el andamio para estas conversaciones de re-autoría. Creo que al rastrear la historia de aquello a lo que Julie le daba valor, permitió el primer rayo de luz para que Julie pudiera ver aquello que ella hoy valoraba, era parte del tema que había estado siempre presente a través de su historia. Era como un amanecer en el aprecio explícito del tema que continuamente estaba presente en el transcurso de su vida, un tema que unía muchas historias a través del tiempo. Yo suponía que este amanecer de su conciencia contribuiría a un nuevo desarrollo de su "sentido de mí-misma", eso de lo que les hablé al principio de esta presentación.

Michael: *Julie, imagínate que tu hermano y tu hermana estuvieran aquí presentes y yo les preguntara qué era lo que estas acciones que me habían contado les decían acerca de ti, ¿qué crees que me dirían? O si les preguntara ¿qué imagen de ti como persona, habían formado estas acciones? ¿Qué piensas que me responderían? O si les preguntara qué les dicen estas acciones acerca de lo que tú defendías en la vida, ¿qué crees que responderían?*

Estas preguntas corresponden al panorama de identidad. No son preguntas para indagar acciones pero sí se refieren a un nuevo acopio de las acciones de Julie. Estas

preguntas invitan a reflexionar sobre las acciones que derribarán a nuevas conclusiones sobre la identidad de la persona. Invitan a reflexionar sobre las acciones que sugieren la clase de carácter de la persona, sus propósitos en la vida, sus creencias, sus valores y mucho más.

*Julie: Dame un momento para pensar, ¿Qué sería lo que esto le hubiera dicho de mí a mi hermana? Quizá le hubiera dicho algo acerca de lo que yo defiendo cuando hay circunstancias de injusticia. Sí, me imagino que se habría referido a mi postura ante la injusticia.*

Michael: *¿Y a tu hermano?*

*Julie: Bueno, creo que le habría dicho algo acerca de...acerca, bueno, quizá le habría dicho algo acerca de mi creencia de que es importante dar la cara por aquellos que la están pasando mal.*

Estas palabras contribuyeron al desarrollo de nuevas conclusiones de identidad (material para el panorama de identidad -ver #8 y #9) que tienen gran contraste con las conclusiones negativas a las que Julie les estaba dando voz en nuestra primera entrevista. Simplemente imaginen como estas nuevas conclusiones son archivadas en el compartimento correcto del archivero cerebral al que me referí anteriormente en esta presentación. Imagínense como estas nuevas conclusiones toman el lugar que habían estado ocupado las conclusiones negativas anteriores.

Michael: *¡Acerca de la postura que tienes ante la injusticia! ¡Y lo importante que es para ti sacar la cara para proteger a aquellos que están pasando por un momento difícil!*

Julie: *Sí, así es*

Michael: *¿Podrías pensar en algunos otros eventos recientes en tu vida, que pudieran ser otros ejemplos de la postura que tomas ante la injusticia y sobre tu creencia de que hay que sacar la cara por las personas que están pasando por un mal momento?*

Esta es una pregunta que corresponde al panorama de acción que tiene referencia con los desarrollos de las conclusiones de identidad. Es una pregunta acerca de cualquier acción o evento que pueda ser reflejo de estos principios o creencias importantes para Julie.

Julie: *Déjame pensar... No estoy muy segura de poder encontrar algo. Qué pena, pero*

*no puedo recordar nada al respecto.*

*Michael: Trata de poner tu mente en lo sucedido en las últimas semanas, más o menos en las últimas semanas. Quizá recordar algo sucedido desde que estás viviendo en el refugio. Puede ser cualquier cosa, cualquier cosa que pienses que ha sucedido en estas semanas que pudiera ser ejemplo de tu posición ante la injusticia, o ser un ejemplo de tu creencia de sacar la cara por la gente que se encuentra en un momento duro en su vida.*

*Julie: Bueno, quizá...quizá puedo tener un ejemplo. Pero no lo había pensado antes, así que podría equivocarme.*

*Michael: Dímelo ¿qué es?*

*Julie: Hay una mujer, se llama Bev. Está en el refugio pues ha pasado por un tiempo muy difícil. Pienso que ha sido aterrorizada pues no habla y se aparta de casi todos. Me he sentado junto a ella a la hora de las comidas, solo me siento junto a ella, pero le he hecho sentir que no espero que ella me dirija la palabra, que solamente pretendo acompañarla (material para el panorama de acción -ver #10). Pienso que ella se ha dado cuenta que yo entiendo aquello por lo que ha pasado y por lo que no habla. Creo que ella sabe que yo no estoy de acuerdo con lo que le ha pasado, pero que está bien para mí que ella no quiera hablar.*

*Michael: ¿Podría ser esto una muestra de tu posición ante la injusticia, y sobre la importante que es para ti el sacar la cara por las personas que están pasando por tiempos difíciles?*

*Julie: Bueno, como ya lo dije, antes ni siquiera lo había pensado, pero ahora sí podría pensar que es un ejemplo de esto. Sí, puede ser en verdad un ejemplo.*

Estas expresiones recientes de solidaridad con la mujer en el refugio dan la oportunidad de hacer otras preguntas tanto de panorama de acción como de panorama de identidad, así que en los siguientes cuarenta minutos trabajamos con la historia alternativa de Julie y el desarrollo enriquecido de su identidad, usando sus respuestas a las preguntas que le hice acerca de su vida, dentro del contexto zigzagueante de la conversación de re-autoría. Es dentro de conversaciones como éstas, donde se da la reconstrucción de la identidad de las personas; en estas conversaciones el “sentido de mí-misma” se desarrolla en forma gradual y se re-vigoriza. Por medio de este desarrollo y re-vigorización, en lugar de tener un sentimiento de discontinuidad, Julie empezó a

experimentar en los muchos episodios de su vida, la continuidad del “sentido de mí-misma” que ella ahora prefería. Este “sentido de mí-misma” preferido expresaba lo que ella valoraba y sus acciones de agencia personal estaban fundamentadas también, en lo que ella valoraba.

En esta conversación de re-autoría con Julie, el foco estuvo en el desarrollo de su historia. Esta conversación tomó numerosos eventos que hasta entonces no se habían tomado en cuenta, los unió en una secuencia a través del tiempo de acuerdo a un tema específico. Estos fueron temas que contradecían el tema de que “la vida es una tragedia”, o “la vida tomada como algo que no tiene utilidad”. La historia alternativa, generalmente tiene un desarrollo gradual y progresivo. Volviendo a algunas metáforas de territorio que ya propuse en esta presentación, podemos concebir que estas conversaciones contribuyen a una apertura gradual de los territorios de vida que estaban olvidados empezando a visualizarlos como atolones, luego como islas, luego como archipiélagos y después como continentes.

Haciendo un resumen de la entrevista con Julie, al comienzo escuché atentamente el relato de su historia y me esforcé para encontrar aquello a lo que Julie le daba valor existencial. Seguidamente, a través de mis respuestas y del re-contar de las testigas externas, aquello a lo que Julie le daba valor fue re-presentado en una forma poderosamente resonante. Después entrevisté nuevamente a Julie sobre cuál había sido su experiencia con el re-contar de las testigas externas, y encontramos, entre otras cosas, que este re-contar le había evocado otras imágenes de su vida y de su identidad que armonizaban con estas respuestas resonantes. Estas imágenes proporcionaron la puerta de entrada para proseguir con las conversaciones de re-autoría que tuvieron un efecto regenerativo en el “sentido de mí-misma” de Julie, lo que le permitió experimentar un sentido de continuidad en su existencia a través de los episodios de su vida. Esto es un logro de crucial importancia cuando se trabaja con personas que han pasado por eventos traumáticos.

Es importante hacer notar que durante toda la conversación terapéutica que sigue la forma de la metáfora de la Ceremonia de Definición y del Mapa de las Conversaciones de Re-autoría, el terapeuta no tiene el rol de primer autor en las historias alternativas de la vida las personas. En mi trabajo con Julie, aquello que ella valoraba era solamente un débil trazo de su historia alternativa que podía robustecerse mediante nuestra conversación, pero yo no podía saber ninguna particularidad de su historia alternativa antes de que ella me diera los detalles al responder a mis preguntas de panorama de acción. Y antes de mis preguntas de panorama de identidad, yo no podía saber si los eventos que hasta entonces Julie había descartado y que reflejaban su identidad, tendrían resonancia en ella. Yo no era el autor de ninguna explicación sobre sus acciones ni tampoco era el autor de sus nuevas conclusiones de identidad; sin embargo yo podía influenciar sus descubrimientos al seguir el modelo de las

estructuras terapéuticas que les he venido presentando y con las preguntas que yo le formulara. Según como yo lo entiendo, estas estructuras y formas de preguntar, constituyen el andamio que hizo posible que Julie se separara de lo ya conocido y familiar para llegar a una nueva conclusión sobre su vida y su identidad.