

PENSAMIENTO POSMODERNO CONSTRUCTIVO Y PSICOTERAPIA

Luis Botella, Meritxell Pacheco y Olga Herrero
Facultat de Psicologia i Ciències de l'Educació Blanquerna
Universitat Ramon Llull
C/ Císter, 34, 08022 - Barcelona

In this article the influence of postmodernist conception on two main psychotherapeutic approaches, systemic and cognitive therapies, is considered in the context of contemporary cultural tendencies. The authors base their own position in the constructivist, constructionist, narrative and discursive tradition.

Key words: constructivism, constructionism, narratives, psychotherapy, discourse.

INTRODUCCIÓN

Las teorías de la psicoterapia así como sus formas de práctica, en cuanto que productos culturales, no son ni han sido ajenas a los debates y discursos prevalentes en cada momento de su ya centenaria historia. Como afirmábamos en otro trabajo relacionado con este (Botella y Figueras, 1995), la forma tradicional de presentar y evaluar los diferentes enfoques psicoterapéuticos se ha centrado en sus aspectos formales y teóricos, tales como conceptos básicos, estructura de la personalidad, visión de la psicopatología o concepción del cambio terapéutico. Dicha presentación fomenta la visión de los modelos psicoterapéuticos como si se tratara de descubrimientos objetivos sobre el ser humano, evaluables en cuanto a su contenido de verdad y aislados de su contexto cultural y socio-político. Sin embargo, y como correlato de la emergencia de la conciencia posmoderna, tanto las denominadas *ciencias duras* como la filosofía de la ciencia hace tiempo que reconocen la influencia del contexto social sobre sus teorías (véanse por ejemplo los trabajos clásicos de Kuhn (1970) o las propuestas aún más radicales de Feyerabend, 1976).

En la misma línea, Rennie (1995) afirma que tanto las *ciencias duras* como las ciencias sociales y humanas se sirven de mecanismos retóricos para justificar discursivamente sus argumentos, de lo que se deduce, por tanto, que «*todas las ciencias son retóricas*» (p. 325-326). Una forma alternativa de abordar los enfoques

psicoterapéuticos es atender a su naturaleza discursiva en cuanto que *construcciones sociales*, preguntándose por ejemplo en qué tipo de corriente filosófica, literaria y/o cultural pueden enmarcarse o cuál es el zeitgeist que explícita o tácitamente están revelando.

APROXIMACIÓN SINTÉTICA AL PENSAMIENTO POSMODERNO CONSTRUCTIVO

Polkinghorne (1992) define el pensamiento posmoderno como una reacción a los límites de la epistemología propia de la modernidad. Según Polkinghorne, la modernidad se alinea con una visión del mundo basada en la metáfora de un universo ordenado, regido por unas leyes matemáticas que a la larga podrán ser descubiertas por la ciencia empírica. El programa de la modernidad se originó en los trabajos de los filósofos del siglo XVII y de científicos como Descartes y Newton, quienes se esforzaron en contrarrestar el escepticismo de Montaigne y en encontrar un fundamento epistémico sólido para sus creencias metafísicas (véase Toulmin, 1990). La epistemología de la modernidad encontró su expresión más articulada tres siglos más tarde, en el programa del Círculo de Viena. Este grupo de filósofos y científicos contribuyó a renovar, mediante la incorporación de las nociones lógico-matemáticas desarrolladas por Russell y Whitehead, los fundamentos epistemológicos del positivismo del siglo XIX. Paradójicamente, los intentos del Círculo de Viena de elucidar la base epistemológica del conocimiento científico favorecieron el auge del postpositivismo, contribuyendo literalmente a socavar los fundamentos que buscaban. El tema subyacente al surgimiento de la conciencia posmoderna refleja las nociones de pérdida de fe (Polkinghorne, 1992), incredulidad (Lyotard, 1993), ambivalencia (Bauman, 1993), e increencia (*disbelief*) (Anderson, 1990) hacia el programa de la modernidad.

La pérdida de fe y la incredulidad llevaron a algunos autores posmodernos a una forma radical de relativismo que negaba cualquier posibilidad de conocimiento. La doctrina de la deconstrucción (véase Derrida, 1976) ha sido interpretada por algunos críticos (p.e., Melichar, 1988) como una *ideología de la desesperación*. El mismo término *deconstrucción* es un híbrido entre destrucción y construcción, que deja traslucir la idea que cualquier texto puede ser desmantelado y, en ocasiones, considerado como contradictorio. En otras palabras, analizar un texto es, desde esta postura, «poner de manifiesto los discursos que operan en él o bien los mecanismos retóricos y lingüísticos utilizados en su construcción» (Burr, 1997, pág. 173). Al crear un texto, su autor está-inevitablemente-seleccionando aquellos argumentos que sustentan la versión de los hechos que desea transmitir a su comunidad de interlocutores y dejando de lado aquéllos que no encajan con su relato. Deconstruir un texto es precisamente sacar a la luz este proceso de selección que se da en toda narración y revelar las contradicciones que aparecen de manera más o menos explícita en el mismo. De este modo deconstruir un texto implica leerlo tan

detenidamente (y tan críticamente) como para ser capaz de captar lo que se *esconde* en él o los elementos que están ausentes. Es llevar a cabo una tarea de *destrucción* partiendo de la premisa de que todo texto se sirve de intenciones justificativas. La práctica de la deconstrucción expresa la incredulidad posmoderna hacia las metanarrativas: ya que no existe un fundamento último en el que basar nuestro discurso, cualquier construcción no es más que una ficción caprichosa.

Un buen ejemplo de este método es la deconstrucción de los relatos autobiográficos de Freud y Jung llevada a cabo por Steele (1986). Steele concluyó que ambas biografías estaban llenas de inconsistencias, suavizaciones narrativas (*narrative smoothing*), omisiones, distorsiones, y sesgos ideológicos—algo que, por otro lado, puede encontrarse en mayor o menor medida en cualquier texto autobiográfico. Una omisión particularmente significativa es la exclusión de Antonia Wolff, la amante de Jung durante 30 años, de su autobiografía. Aparentemente, el apoyo de Wolff fue primordial para Jung durante su confrontación con Freud entre 1912 y 1915. Sin embargo, en el libro *Confrontations with the Unconscious* (véase Jaffe, 1973) Jung transformó a Antonia Wolff, mediante el uso conjunto de la omisión y la suavización narrativa, en una serie de figuras espirituales, sueños y fantasías que le guiaban y le introducían en los misterios del inconsciente y de los arquetipos (véase Steele, 1986). Además del trabajo con autobiografías, también se han deconstruido y revelado inconsistentes toda clase de textos, desde el *Walden Pond* de Thoreau hasta la Constitución Americana (véase Anderson, 1990). Como consecuencia de su radicalismo, la posición filosófica de Derrida ha sido denominada *posmodernismo eliminativo* (Griffin, 1996), y resumida irónicamente por Anderson (1990, pág. 87) como «*te equivocas pienses lo que pienses, a menos que pienses que estás equivocado, en cuyo caso podrías estar en lo cierto pero, de todos modos, no quieres decir lo que crees que quieres decir*».

La principal dificultad de esta forma de pensamiento posmoderno eliminativo proviene de su estancamiento en la celebración última de la incredulidad. El relativismo radical lleva al desencanto, a la falta de compromiso personal y a una especie de parálisis epistemológica, ya que cada manifestación o afirmación se considera como contradictoria en sí misma. Así, algunos enfoques posmodernos, como la deconstrucción, acaban cayendo en su propia trampa y «*se encuentran en la posición de afirmar (y desear) algo que a la vez afirman que es imposible alcanzar*» (Natoli and Hutcheon, 1993, pág. 200). La traducción de este callejón posmoderno sin salida a áreas como la psicoterapia o la educación podría fácilmente llevar a los psicoterapeutas y educadores posmodernos a ser incapaces de relacionarse significativamente con sus clientes—después de todo, ¿cuál es la utilidad de la psicoterapia o de la educación si cualquier construcción de la realidad es tan válida como cualquier otra?

Como afirma Griffin (1996) esta clase de pensamiento eliminativo posmoderno —si bien motivado en algunos casos por el loable interés en resistirse a sistemas

ideológicos totalitarios- deriva en el nihilismo. Este pensamiento podría denominarse *ultramodernismo*, en el sentido que lo que elimina proviene de llevar las premisas de la modernidad hasta sus últimas consecuencias lógicas. La clase de posicionamiento posmoderno que nosotros defendemos (véase Botella, 1995; 1998; Botella y Figueras, 1995) puede ser denominado, por contraste, *constructivo* (Anderson, 1995; Griffin, 1996). La tesis del pensamiento posmoderno constructivo no es la del *todo vale*, sino más bien la de que *todo es contingente*; no se trata de que no existan reglas válidas, sino de que las reglas que existen están «situadas histórica y culturalmente» (Gergen, 1985, pág. 273) y son eminentemente susceptibles de revisiones potencialmente interminables (más que verdades esenciales localizadas en un contexto metafísico). Desde esta perspectiva, no existe una naturaleza humana pre-existente que configura el mundo, y menos aún un conjunto de criterios objetivos para descubrir esa naturaleza. En efecto, esos criterios *explicativos* en sí mismos derivan y son explicados por la historia y la cultura que los configura. Todo conocimiento es condicional; todas las identidades son provisionales. Así, el pensamiento posmoderno constructivo no rechaza el conocimiento científico como tal; rechaza el cientifismo según el cual los datos de los discursos positivistas y objetivistas sobre la ciencia son los únicos autorizados a contribuir a la construcción de nuestra visión del mundo. El motivo de este rechazo no es tanto que las metodologías tradicionales de investigación (p.e. los diseños estadísticos) no aporten aspectos interesantes sobre los procesos psicológicos humanos, sino que -de mantenerse como las formas dominantes de investigación psicológica- pueden obstaculizar el desarrollo de metodologías más adecuadas para este fin.

Con anterioridad a la popularización del término *posmodernidad*, Perry (1970) señaló que, en el desarrollo intelectual durante el paso de la adolescencia a la edad adulta, el relativismo tenía un efecto paralizante a menos que fuera superado por lo que él denominaba compromiso (*commitment*), y definía como:

Una afirmación de valores personales u opciones personales en el relativismo. Un acto consciente de realización de la identidad y la responsabilidad. Un proceso de orientación del self en un mundo relativo. (Perry, 1970, pág. 258)

La noción de compromiso de Perry es especialmente relevante en este contexto pues se concibe como un avance frente al relativismo. En nuestra opinión, el compromiso tal como lo define Perry es un elemento esencial en el pensamiento posmoderno constructivo. También Efran y Clarfield (1992) sostienen una postura similar cuando afirman que:

En nuestra interpretación, el enfoque constructivista insiste en que (1) todos tenemos preferencias personales, (2) la gente tiene derecho a expresar tales preferencias y (3) dichas elecciones no deben disfrazarse como verdades o realidades objetivas. Para nosotros, una verdad es un conjunto de opiniones ampliamente compartidas. (pág. 201).

Dicho de otro modo, como afirma Gergen (1992) «*La verdad parece ser una cuestión de perspectivas, y éstas productos de intercambios y consensos sociales, es decir, construidas en los sistemas de comunicación social*» (pág. 20). A pesar de que no se puede olvidar que «*las verdades son ilusiones cuya naturaleza ilusoria se ha olvidado*» (Norris, 1988, pág. 14), cuando hacemos referencia al término *verdad* nos estamos refiriendo a las construcciones sobre las que existe un consenso entre aquellos que forman parte de la misma comunidad discursiva. Es decir, la *verdad* es el producto de un consenso social contingente a la comunidad discursiva en la que se considere como tal. De nuevo aparece la idea del conocimiento como local y contingente.

Efran y Clarfield (1992) lamentan que algunas nociones constructivistas (particularmente las del trabajo de Maturana y Varela) hayan sido ampliamente malinterpretadas por psicólogos posmodernos como una invitación a la mentalidad del *todo vale*. Maturana y Varela (1987), por ejemplo, afirman que la interacción instructiva es un mito del observador si se tiene en cuenta que los cambios viables en los estudiantes vienen determinados por su propia organización y estructura. Sin embargo, ello no implica que la educación sea una tarea imposible; Efran y Clarfield (1992) señalan acertadamente que «*dado que los estudiantes están estructurados de una forma similar y comparten comunidades en el lenguaje y herencia, también habrá puntos de intersección en sus experiencias*» (pág. 206). El hecho de que el constructivismo radical no implica una mentalidad del *todo vale* se hace evidente en la metáfora de Maturana y Varela (1987) de la odisea epistemológica como una travesía entre Escila (las rocas del dogma) y Caribdis (el remolino del solipsismo), metáfora ilustrativa de todas las teorías constructivistas.

La definición de Polkinghorne (1992) del pensamiento posmoderno difiere del nihilismo al incluir criterios neopragmáticos de elección entre las afirmaciones de conocimiento y constituye la base de nuestra comprensión del **pensamiento posmoderno constructivo**. Éste incluye los siguientes cuatro temas básicos:

- (a) ausencia de fundamento,
- (b) fragmentariedad,
- (c) constructivismo y
- (d) neopragmatismo.

La **ausencia de fundamento**, según Polkinghorne (1992), se refiere a la noción de que los seres humanos no pueden acceder directamente a la realidad, sino sólo al producto de sus propias construcciones, teniendo en cuenta que toda construcción está influida necesariamente por la propia actividad constructiva de quien la ha generado (Feixas y Villegas, 1990; Neimeyer y Mahoney, 1995). Así, el conocimiento humano es inevitablemente especulativo pues no disponemos de un fundamento epistemológico claro en el que basarlo.

La **fragmentariedad** hace referencia al énfasis posmoderno en lo local y situado, en lugar de en lo general y totalizante. De acuerdo con Polkinghorne (1992,

pág. 149), «*el conocimiento debe interesarse por estos acontecimientos locales y específicos, no por la búsqueda de leyes generales libres del contexto*». La noción del *self* como una narrativa polifónica es un buen ejemplo de este énfasis local. En este sentido todos estamos compuestos por varias voces en función de nuestra participación en diferentes procesos sociales; voces que si bien no son idénticas sí configuran una polifonía que contribuye a la belleza del producto final. En nuestra opinión, Odin (1996) acierta al postular un *self* social, múltiple y temporal; un *self* «*fluido, abierto, descentrado, variable y siempre cambiante en función del contexto*» (pág. 4) o, mejor dicho, en función de las relaciones que establece. En este sentido, se desafía la idea tradicional de continuidad del *self* para afirmar más bien su discontinuidad tal y como ya proponía Berger en 1963. Volviendo a Polkinghorne, de hecho la noción de leyes generales descontextualizadas carece de sentido en la epistemología posmoderna debido a la fuerte influencia postestructuralista.

El **constructivismo** entendido en el sentido en que Polkinghorne (1992) utiliza este término, está estrechamente relacionado con la ausencia de fundamento y hace referencia a la noción de que:

El conocimiento humano no es un reflejo especular de la realidad: ni de la de un caos superficial ni de la de (en caso de existir) estructuras universales. El conocimiento humano es una construcción erigida a partir de procesos cognitivos (que operan principalmente fuera de la conciencia) y de las interacciones corporalizadas con el mundo de los objetos materiales, de los otros y del self. (Polkinghorne, 1992, pág. 150).

Polkinghorne señala acertadamente que los tres temas de la *ausencia de fundamento*, la *fragmentariedad* y el *constructivismo* generan, de nuevo, una epistemología relativista. Hasta este punto, es posible afirmar que ningún conocimiento puede ser privilegiado, pero este relativismo nos deja incapaces de actuar sobre el mundo, de hacer elecciones, de tomar posiciones. De este modo, para evitar el solipsismo y el nihilismo hay que incluir un cuarto tema: el del *neopragmatismo*.

El **neopragmatismo**, de acuerdo con Polkinghorne (1992), se concentra de nuevo en el conocimiento local y aplicado. El énfasis de Polkinghorne en el conocimiento pragmático y situado es común a los demás autores que proponen una psicología posmoderna tales como Gergen (1992) y Kvale (1992c). La cuestión neopragmática no consiste en si una determinada proposición es cierta (es decir, si es una representación precisa de la realidad) sino en si el hecho de aceptarla como si fuera verdadera nos conduce a un resultado satisfactorio. Por ejemplo, como terapeutas podemos (de hecho, *debemos*) plantearnos a qué nos conduce aceptar las etiquetas diagnósticas psicopatológicas como si fueran ciertas e inmutables y, más aun, si esa aceptación conduce a un tipo de relación con nuestros clientes en que se abran el máximo de espacios posibles para el cambio.

El vínculo entre el neopragmatismo y el pragmatismo Americano (especialmente en la versión de William James) es obvio; James equiparaba la verdad con

la *satisfactoriedad* y la *satisfactoriedad* con la utilidad predictiva (véase Suckiel, 1982). Sin embargo, el neopragmatismo difiere del pragmatismo en que el primero no sostiene que el conocimiento pueda acumularse y progresar hacia un estado final; tal proposición resultaría inconsistente con la ausencia de fundamento, la fragmentariedad y el constructivismo posmodernos.

Esta forma de neopragmatismo podría también relacionarse con los planteamientos de Wittgenstein (1953) respecto a la naturaleza constitutiva (y no representativa) del lenguaje. Según esta línea de pensamiento, la función del lenguaje no es representar la realidad, sino constituir la en el seno de *juegos de lenguaje*. Wittgenstein se refiere a que las palabras obtienen su significado a través del sentido con que se las usa en las formas de relación social de una cultura. Por tanto, tales juegos de lenguaje pautan formas de vida (equiparables a estilos de relación social). Por ejemplo, dar órdenes y obedecerlas constituye una forma particular de juego de lenguaje, que da lugar a una forma de vida centrada en la autoridad y la obediencia. En este sentido, evaluar el conocimiento en función de su utilidad significa plantearse qué tipo de juegos de lenguaje y *formas de vida* posibilita, tanto desde su dimensión ética y política (por ejemplo, ¿contribuye a dar voz a los discursos oprimidos por otras formas de conocimiento?) como estéticas (por ejemplo, ¿contribuye a la constitución de formas de vida más bellas?)

Llegados a este punto, el siguiente apartado de este trabajo se centra en una reflexión sobre la influencia que los planteamientos posmodernos reseñados han ejercido en la terapia sistémica y en la terapia cognitiva.

Posmodernidad y Terapia Sistémica: de la Pragmática a la Semántica

Las distintas escuelas de Terapia Familiar Sistémica (TFS) se apoyan en una epistemología rica, aunque no siempre homogénea debido a que algunos de sus conceptos básicos provienen de ámbitos relativamente independientes. Esta epistemología se nutrió inicialmente de tres fuentes:

(a) la Teoría General de Sistemas (von Bertalanffy, 1954),

(b) la Cibernética (Wiener, 1948) y

(c) la Teoría de la Comunicación (Watzlawick, Beavin, y Jackson, 1967).

Además, los conceptos procedentes de enfoques evolutivos (p.e., Haley, 1981) y estructurales (p.e., Minuchin, 1974) resultan claves para la concepción sistémica de la familia. La resultante de estas aportaciones teóricas aplicadas a la psicoterapia familiar constituye el denominador común de la TFS.

El desarrollo y maduración de la epistemología sistémica en terapia familiar dio lugar a la emergencia de una tendencia que se manifiesta con fuerza creciente en publicaciones, congresos y prácticas psicoterapéuticas familiares: el *constructivismo*. El uso del término *constructivismo* (y su vinculación al interés por las narrativas en terapia familiar) arranca de las propias raíces de la terapia sistémica. Keeney y Ross (1985), por ejemplo, utilizan el término para referirse a

la afirmación de que «*el observador participa en la construcción de lo observado*» (pág. 24). Esta afirmación constituye el núcleo de los planteamientos de autores como Humberto Maturana, Francisco Varela, Heinz von Foerster, Ernst von Glasersfeld, Paul Watzlawick, o Gregory Bateson, quien ya en 1972 afirmaba que:

Creamos el mundo que percibimos, no porque no exista una realidad externa (...) sino porque seleccionamos y remodelamos la realidad que vemos para conformarla a nuestras creencias acerca de la clase de mundo en el que vivimos. (Bateson, 1972, pág. 7).

También la cibernética, especialmente la de segundo orden, se inspira en una postura epistemológica constructivista. Mientras la cibernética de primer orden se basaba en la premisa de que el sistema observado podía considerarse separado del observador la de segundo orden enfatiza el rol del observador en la construcción de la realidad observada. De ahí que la realidad no se conciba como independiente de los procesos de organización del observador. En este sentido, la coherencia epistemológica con los postulados del constructivismo es evidente (véase Botella, 1995, para una discusión de las bases epistemológicas constructivistas de diferentes teorías psicológicas contemporáneas).

El interés por el constructivismo en terapia sistémica ha sido documentado ampliamente. Por ejemplo, el monográfico de Marzo de 1982 de *Family Process* estuvo dedicado a una serie de críticas epistemológicas a la terapia familiar sistémica que invocaban el constructivismo de la obra de Bateson. El monográfico de Septiembre/Octubre de 1988 de *The Family Therapy Networker* llevaba el provocador lema de *¡Llegan los constructivistas!* y en él aparecían contribuciones de algunas figuras capitales del constructivismo en terapia familiar, tales como Karl Tomm, Steve de Shazer, Carlos Sluzki o Lynn Hoffman. Resulta significativo que una de las obras que marca la maduración del constructivismo como epistemología aplicada a la clínica (Neimeyer y Mahoney, 1995) incluya una sección sobre perspectivas sistémicas y psicosociales con contribuciones de Jay Efran, David Epston, Michael White y Guillem Feixas; precisamente este último ha sido uno de los pioneros de la exploración de la conexión entre constructivismo y sistémica en nuestro idioma (véase por ejemplo Feixas, 1991).

También uno de los monográficos de 1991 de la *Revista de Psicoterapia* (nº 6-7) dedicado a la terapia sistémica evidencia el giro constructivista en artículos de autores como Harlene Anderson, Harold Goolishian, Harry Procter o Valeria Ugazio. El trabajo de esta última es un excelente ejemplo de la tendencia que parece seguir la terapia familiar sistémica recientemente: la relativa desvinculación de la Teoría General de Sistemas y la adopción de conceptos basados en el construccionismo social (Gergen, 1994; para una revisión, véase Botella, 1995). En este sentido, el título de la obra de McNamee y Gergen (1992) resulta clarificador: *La Terapia como Construcción Social*. Esta perspectiva, asociada a posturas posmodernas en la práctica terapéutica y en la reflexión intelectual, implica la

redefinición de la psicoterapia como *la génesis intencional de significados y narrativas que puedan transformar la construcción de la experiencia de los clientes mediante un diálogo colaborativo* (Botella, en prensa; Kaye, 1995).

La reivindicación de la dimensión semántica en la comprensión de la interacción humana se puede considerar una reacción a la lectura excesivamente pragmática de la terapia sistémica en su primera época. Por otra parte, el rechazo de los conceptos mecanicistas subyacentes a la Teoría General de Sistemas y el re-descubrimiento de la importancia de la dimensión histórica, narrativa y lingüística en terapia sistémica responden quizá a las mismas causas. Este giro discursivo, semántico y narrativo es propio de toda la psicología contemporánea y, como documentábamos en otro lugar (Botella y Feixas, 1998), ha sido destacado por autores como Bruner (1990) en su denuncia al paradigma del procesamiento de la información por haber descuidado lo que es más característicamente humano de tal proceso; la atribución de significado a dicha información.

Como era de esperar, tal redefinición no ha despertado un entusiasmo unánime entre los terapeutas familiares, y algunos de ellos (por ejemplo Jay Haley o Salvador Minuchin) se oponen a la postura posmoderna constructivista/narrativa por lo que ellos entienden que tiene de excesivamente igualitaria en cuanto a la difusión del poder del terapeuta. En este sentido, como afirman Feixas y Miró (1993) citando a Anderson y Goolishian (1988), es posible que el modelo sistémico se encuentre. *”en una encrucijada entre aquellos que entienden la organización familiar en términos de alianzas de poder y conductas encadenadas funcionalmente y los que consideran la familia como un sistema de creencias compartido en el cual tiene sentido el síntoma”* (pág. 283).

POSTMODERNIDAD Y TERAPIA COGNITIVA: EL ASEDIO A LA FORTALEZA CARTESIANA

Las terapias cognitivas han experimentado su propia *evolución en la revolución* como consecuencia, en muchos casos, del asedio posmoderno a los planteamientos excesivamente simplistas, mecanicistas e intrapsíquicos que las caracterizaban en los años 70. En este trabajo tomaremos como ejemplo de este asedio las críticas, algo sobregeneralizadas pero demoledoras, de Kenneth Gergen desde su posicionamiento constructorista posmoderno a algunas de las bases de la psicología (y psicoterapia) cognitiva de las primeras generaciones. En concreto, consideraremos dos de las afirmaciones más populares en las primeras formulaciones del modelo cognitivo:

(a) no son los hechos los que nos afectan, sino el significado personal atribuido a ellos (Beck et al., 1979), y (b) el organismo humano está compuesto por una serie de subsistemas relacionados entre sí (afectivo, comportamental, fisiológico y cognitivo) y es el cognitivo el que regula los demás en función del significado personal que otorga a la información que recibe (Beck, Emery y Greenberg, 1985).

Siguiendo los argumentos de Gergen (1994), cabe plantearse lo siguiente en cuanto a la afirmación (a): si bien puede parecer una idea innegable y casi de sentido común, seguirla hasta sus últimas consecuencias lleva a una visión del mundo solipsista e irresponsable en extremo. Esta visión legitima afirmaciones tan monstruosamente ridículas como por ejemplo que, a las víctimas de la *limpieza étnica* serbia no es la violencia lo que le afecta, sino el significado que le atribuyen a ésta. Si seguimos la noción cognitiva de que lo que determina nuestras emociones y acciones no es el mundo, sino nuestras cogniciones sobre el mundo, el mundo en sí deja de ser objeto de interés-ni terapéutico, ni ético, ni político, ni social, ni científico. Es cierto que la crítica de Gergen se basa en un dualismo cognición/realidad muy poco posmoderno, pero se tiene que entender como reducción al absurdo del razonamiento cognitivo.

Obsérvese que dicha crítica no se aplica a los planteamientos constructivistas que consideran que la realidad y sus construcciones *son la misma cosa*. Por tanto, elegir como *objeto* de conocimiento las prácticas sociales que configuran (y son configuradas por) las prácticas discursivas de construcción de la realidad es *estudiar la realidad*. Dicho de otra forma, si se abandona el dualismo cognición/realidad, estudiar las prácticas sociales y discursivas de legitimación del uso de términos tales como *limpieza étnica* en lugar de lisa y llanamente genocidio (empleando el ejemplo anterior) es estudiar el *genocidio*, dado que, extendiendo los argumentos post-estructuralistas, se postula que el *estatus ontológico* del genocidio deriva de las prácticas discursivas que lo posibilitan y legitiman. En cierto sentido, hay muchas maneras de eliminar a un grupo étnico; las balas y las deportaciones masivas son una, pero la legitimación discursiva de su uso es casi igual de letal.

Por otra parte, la afirmación (b) que postula la *primacía cognitiva* nos lleva de inmediato a uno de los problemas que ha hecho verter ríos de tinta a psicólogos cognitivos y epistemólogos en general (véase, por ejemplo, Kornblith, 1985): *el problema del origen de la cognición* (¿de dónde provienen los esquemas, constructos, conceptos o como quiera llamárselos?, ¿cómo se pasa de ver un animal determinado a deducir que es *un perro*? ¿cómo pueden los términos que utilizamos tener un estatus ontológico ajeno a ellos mismos si la propia naturaleza de lo que llamamos *realidad* depende de su cognición?). Si se postula un *sujeto cognoscente* en una situación de soledad epistemológica, como es el caso cuando se concibe la cognición como un producto intrapsíquico individual, resulta imposible responder a tal interrogante. Afirmar que un concepto (por ejemplo, *perro*) proviene de un concepto evolutivamente anterior (por ejemplo, *guau-guau*) o lógicamente supraordenado (por ejemplo, *animal*) sólo nos lleva a un ciclo sin fin en el que la pregunta puede seguir planteándose *ad nauseam*. Dicho en otros términos, un niño abandonado en una isla desierta (en el improbable caso de que lograra sobrevivir) podría pasarse toda su vida contemplando una palmera y no llegar nunca a deducir que es *una palmera*. Gergen (1994) acierta al afirmar que el origen de la cognición

no puede entenderse ni explicarse sin hacer referencia a la cultura, la interacción y el lenguaje. Sin embargo, exagera el argumento cognitivo, pues psicólogos cognitivos como Nisbett y Ross (1988) aceptan el origen cultural de las teorías personales y el origen interaccional de ciertos *sesgos* de razonamiento.

Obsérvese, de nuevo, que esta crítica no se aplica a las posturas constructivistas más ajenas a los argumentos cognitivos ortodoxos. Tales posturas han incorporado tradicionalmente el reconocimiento del papel constitutivo del lenguaje, la cultura y la interacción en la construcción del conocimiento. Por citar dos ejemplos, Kelly (1969) reconoce la inspiración del trabajo de Korzybski (1933) sobre semántica general al afirmar que los términos que utilizamos para referirnos a las cosas expresan la estructura de nuestro pensamiento y, especialmente, que aquéllos referidos a nosotros mismos expresan la estructura de nuestra personalidad. El desarrollo de dichas *estructuras* depende de un proceso de validación inevitablemente intersubjetivo, es decir, de la compatibilidad percibida entre nuestras anticipaciones y el resultado de nuestras acciones. Justamente en esta intersubjetividad reside la dimensión social, discursiva y cultural de los constructos que utilizamos, aunque su uso pueda ser personal e incluso idiosincrásico. Estos constructos forman parte de narrativas y discursos pre-existentes en los que las personas se posicionan utilizándolos de tal forma que acaban sintiéndolos como suyos.

Por otra parte, si bien Maturana y Varela (1987) defienden la idea de que el establecimiento de una distinción es una operación del observador, también manifiestan que «*todo lo que se dice, se dice desde una tradición*» (Varela, 1979, pág. 268). En este sentido, el conocimiento no es ni subjetivo ni objetivo, sino *participativo*, es decir, producto de nuestra participación en comunidades lingüísticas unidas por una forma común de trazar distinciones.

Críticas como las antedichas han llevado a las psicoterapias cognitivas a superar su racionalismo cartesiano inicial y a buscar inspiración en la epistemología constructivista (aunque algunos autores prefieran denominarla *post-racionalista*). La confluencia en la evolución sistémica y cognitiva hacia posicionamientos discursivos, narrativos, constructivistas y/o construccionistas constituye un panorama enormemente fructífero para explorar posibilidades de integración entre enfoques compatibles. Una de tales posibilidades, que venimos desarrollando en el *Grupo de Investigación sobre Constructivismo y Procesos Discursivos de la Facultad de Psicología y Ciencias de la Educación Blanquerna (Universidad Ramon Llull)* es la que presentamos a continuación.

EL PROCESO PSICOTERAPÉUTICO DESDE UN POSICIONAMIENTO DISCURSIVO, RELACIONAL Y CONSTRUCTIVISTA

Nuestro interés en esta sección del trabajo es el de explorar con cierto detalle algunas implicaciones clínicas de la posición posmoderna constructivista y construccionista en psicoterapia, particularmente desde un marco narrativo y

relacional, así como exponer los principios fundamentales que guían nuestra práctica en este momento de nuestro desarrollo como terapeutas.

Aunque el surgimiento formal de la psicoterapia tuviera lugar durante la modernidad, los cambios en el concepto de *self* que se dan durante la posmodernidad requieren una transformación de la conceptualización y práctica de la psicoterapia. Partiendo de una comprensión de *self* como *self* narrativo, la identidad se construye a partir de las historias que explicamos sobre nosotros mismos. En este sentido, desde la conceptualización moderna del *self* se entiende a la persona como un *yo unificado* que se va fortaleciendo a lo largo del tiempo; en términos narrativos, como afirman Hermans y Kempen (1993) el *self* se consideraría un narrador omnisciente que percibe y organiza los acontecimientos desde una posición centralizada. Contrariamente, desde el posicionamiento dialógico mediante el cual contemplamos el *self fragmentado* que, según Gergen (1991) define a quienes vivimos en el contexto cultural posmoderno, se considera que la idea de *self unificado*, de narrador omnisciente, niega la diversificación y el conflicto personal que, una vez superado, facilita la extensión del campo fenoménico de la persona.

En consecuencia, la idea moderna de *self* autocontenido, integrado y autónomo lleva a prácticas psicoterapéuticas preferiblemente individuales y pretendidamente objetivas (libres de valoraciones éticas), basadas en el conocimiento científico y en la autoridad del terapeuta como portador de dicho conocimiento. El paso a una conceptualización posmoderna del *self* relacional, fragmentado y saturado (Gergen, 1991), como producto de la co-construcción y negociación de narrativas en un contexto interpersonal, posibilita la visión de la psicoterapia como un proceso conversacional de reconstrucción de narrativas (Botella y Pacheco, en prensa; McNamee y Gergen, 1992). En línea con la idea del proceso psicoterapéutico que planteamos en este trabajo, McLeod (1997, pág. 48) define la psicoterapia como «*un proceso en el cual cliente y terapeuta trabajan conjuntamente para descubrir la evaluación de los acontecimientos sociales que conforma las historias del cliente, y de esta manera llegar a una re-evaluación más satisfactoria de estos acontecimientos*». Con la creación conjunta de nuevos significados, el cliente es capaz de llegar a nuevas formas de acción. La narrativa, que constituye en sí misma una guía para la acción, aparece como una forma de proporcionar estructura y significación a la estrecha relación entre cultura y construcción de la identidad.

En esta línea, el punto inicial de nuestros planteamientos terapéuticos actuales es el siguiente: *los sistemas humanos se orientan proactivamente hacia la atribución de significado a la experiencia*. Consideramos imposible entender ningún proceso psicológico humano al margen del significado que se le atribuya de hecho, consideramos epistemológicamente indefendible la idea de que se pueda acceder a la realidad al margen de su significado. En este sentido, la inflación pragmática de algunas orientaciones sistémicas nos parece desafortunada, dado que se centra sólo

en la mitad de la imagen total. Ciertamente, las pautas de interacción de un sistema familiar pueden ser sumamente llamativas, pero no nos resulta claro cómo pueden ser entendidas por los terapeutas si éstos no tienen en cuenta la conexión entre acción y significado.

Adoptamos una visión discursiva, lingüística y contextual/relacional del significado. En otras palabras, entendemos por *atribuir significado a la experiencia* un proceso que implica posicionar dicha experiencia en los discursos culturalmente disponibles. La *experiencia* es, pues, una candidata al significado en un conjunto de afirmaciones (sostenidas relacionamente) que la constituyen como objeto del lenguaje. En este sentido, no hay experiencia si no hay conceptos previos con los que denominarla, o al menos con los que darse cuenta de que aquello ha sido *una experiencia*. En palabras de Gergen (1992), «*sin las formas del lenguaje no se podría afirmar que se tenga experiencia alguna*» (p. 149). Ésta se construye en función de los discursos en los que uno está inmerso (Botella y Pacheco, en prensa); es el resultado de los discursos en los que nos encontramos inmersos (Burr, 1997). Atribuir significado a la experiencia es un proceso que requiere, por tanto, posicionarla en discursos que se encuentran culturalmente disponibles; la forma de hacerlo es a través del lenguaje (White y Epston, 1993). De ello se deduce que los relatos son constitutivos, es decir, “*es en la ejecución de una expresión donde re-experimentamos, revivimos, recreamos, relatamos, reconstruimos y re-actualizamos nuestra cultura. La ejecución no libera un significado preexistente, que yacía dormido en el texto... Por el contrario, la ejecución misma es constitutiva*”. (Bruner, 1986, pág. 11).

En este sentido, el significado depende del lenguaje, concebido no como mecanismo de apropiación de un mundo externo, sino como el origen mismo del proceso de establecer distinciones que dan lugar a un mundo:

Creamos nuestras vidas en un acoplamiento lingüístico mutuo, no porque el lenguaje nos permita revelarnos sino porque estamos constituidos en él y en el continuo devenir al que damos lugar junto con los demás. Nos encontramos a nosotros mismos en este acoplamiento co-ontogénico, no como referencia preexistente ni en referencia a un origen, sino como transformación continua en el devenir del mundo lingüístico que construimos con los demás seres humanos. (Maturana y Varela, 1987, pág. 234-235).

Precisamente la dimensión relacional implícita en la afirmación anterior es la que nos lleva a concluir que el significado de cualquier categoría, concepto o experiencia sólo puede provenir de su posicionamiento relativo a otras categorías, conceptos o experiencias. En este sentido suscribimos la noción post-estructuralista del lenguaje como sistema autorreferencial en el que un significante conduce siempre a otros significantes (Derrida, 1976) de forma que no refleja una realidad social pre-existente, sino que la constituye. Nos encontramos, de este modo, con la característica autorreferente del lenguaje. Siempre que queremos explicar un

concepto necesitamos recurrir a otras palabras para hacerlo. Este proceso no sólo es infinito sino también circular; cada significante nos abre a otros significantes que, a su vez, nos remiten a otros significantes, y así sucesivamente (Sarup, 1988). De este modo, las palabras adquieren significado con relación a otras palabras, por ejemplo, la palabra *felicidad* se entiende en función de lo que no es, *infelicidad*. Pero, ¿podríamos entender el concepto felicidad sin el de *infelicidad*? La respuesta es negativa puesto que el significado de un término siempre depende de la diferencia que se establece entre éste y otros que se utilizan dentro del mismo sistema lingüístico (Gergen, 1992). Así, un discurso puede equipararse a un núcleo de inteligibilidad (Gergen, 1994), es decir, a un conjunto de proposiciones interrelacionadas que dotan a una comunidad de interlocutores de un sentido de descripción y/o explicación en un dominio determinado. Participar en dicha comunidad equivale a dar sentido a la experiencia de forma aceptable en su seno, a jugar al mismo «*juego lingüístico*» (Wittgenstein, 1953) como forma de acción conjunta (Shotter, 1993). Se trata de un concepto que, aplicado a la familia, resulta equiparable al de *Sistema de Constructos Familiares* (véase Feixas, 1995; Procter, 1981), sólo que enfatiza la implicación de que jugar un rol en un proceso social que incluye a otros implica no sólo disponer de un sistema de discriminaciones compartido, sino ser capaz de anticipar y/o compartir los *procesos* de atribución de significado de esos otros (véanse los corolarios de socialidad y comunalidad de la Teoría de los Constructos Personales; Kelly, 1955/1991; Botella y Feixas, 1998).

Nuestra definición de significado es, como puede deducirse de lo antedicho, sustancialmente relacional. Consideramos que *atribuir significado a una experiencia en el seno de una comunidad de interlocutores implica hacerla inteligible para dicha comunidad*. Es en este sentido que el lenguaje precede a la experiencia e inunda toda nuestra actividad como seres sociales. Piénsese si no en qué medida podríamos decir que algo tiene sentido si su inteligibilidad no fuese compartida por absolutamente nadie. Igualmente, sería difícil denominar *lenguaje* a un código totalmente privado que no permitiese la comunicación con ningún otro ser humano. En resumen, el significado depende de la inteligibilidad y esta es inextricablemente lingüística y, por tanto, relacional.

Equiparar la familia a *una comunidad de interlocutores que intentan activamente atribuir significado a su experiencia mediante la negociación de un conjunto de proposiciones interrelacionadas que les dotan de un sentido de descripción y/o explicación en un dominio determinado* implica alinearse con la visión de ésta como un sistema de creencias compartido (Anderson y Goolishian, 1988; Dallos, 1991, Feixas, 1995; Procter, 1981). Dicha visión tiene implicaciones importantes en cuanto a la concepción de los procesos de interacción familiar (especialmente de aquellos ligados al *poder*) en las que vale la pena detenerse.

Si bien, como comentábamos con anterioridad, la visión sistémica de la familia ha llevado a algunos autores (especialmente a los de orientaciones estratégicas y

estructurales) a centrarse en la *pragmática* de la comunicación, nuestra perspectiva lleva a centrarse en la retórica de ésta. Estamos de acuerdo con Gergen (1989) en que a todos nos motiva el deseo de que nuestra versión de los acontecimientos prevalezca sobre sus competidoras. Sin embargo, cada comunidad de discurso, cada núcleo de inteligibilidad, difiere potencialmente en cuanto a las reglas que garantizan la legitimidad de sus interlocutores. Se trata de un concepto similar al de «*forums de discusión*» de Toulmin (1982), en el sentido de que cada comunidad tiene sus propias preferencias en cuanto a qué constituye un razonamiento bien formado-normas que no tienen porque atenerse a la lógica formal aristotélica y, de hecho, en muchos casos se alejan sustancialmente de ellas.

El planteamiento esbozado en el párrafo anterior lleva a una visión del *poder* y la *autoridad* familiar diferente de la perspectiva estructural. Si bien para esta última el poder es consecuencia de alianzas, coaliciones y fronteras, desde nuestro punto de vista tales fronteras son resultado de las prácticas discursivas de la familia (y en algunos casos del terapeuta). Cuando la familia se concibe como un núcleo de inteligibilidad con unas reglas de legitimidad discursiva propias, el término *autoridad* refiere más a su raíz etimológica de autor que al ejercicio del poder como escaramuzas fronterizas. Así, como sugeríamos antes, la *autoridad* de un individuo en un sistema de creencias compartido deriva de hasta qué punto su versión de los hechos prevalece sobre las demás, es decir, hasta qué punto es autor de la versión que acaba por ser aceptada. Parafraseando a Wittgenstein, los límites de la familia son los límites de su discurso y de sus reglas de legitimidad y el *poder* dentro de tal sistema lingüístico depende de la posibilidad de hacer oír la propia voz.

En concordancia con lo antedicho, consideramos los procesos psicológicos, problemáticos o no, como formas discursivas. Los problemas existenciales sobre los que versan las conversaciones terapéuticas incorporan inevitablemente la dimensión temporal, precisamente porque la existencia implica temporalidad. En este sentido, Harré (en prensa) desde su perspectiva discursiva sobre la construcción de la identidad personal apunta que el sentido de unicidad y singularidad personal proviene de sentirse localizado en un espacio físico-relacional, de posicionarse moralmente en relación a otras personas, de tener determinado estatus social en relación a los demás y de vivenciar una trayectoria temporal mediante la que dar sentido al pasado, al presente y anticipar el futuro.

Tal como afirma Carr (1986), las narrativas existenciales se cuentan al ser vividas y se viven al ser contadas. Teniendo en cuenta la definición de narrativa como interconexión de al menos dos acontecimientos o situaciones en una secuencia temporal, concluimos que *los problemas humanos objeto de la psicoterapia se manifiestan en forma de discurso narrativo*. Si la experiencia narrada asume una estructura narrativa, la experiencia vivida asume una estructura de representación (*performance*). Es en este sentido que consideramos la función de la narración no como descriptiva, sino como performativa (Austin, 1962) dado que es en sí misma

una acción (o posicionamiento) en el mundo. El mundo al que hacemos referencia no es el mundo de la realidad física material, sino el mundo intersubjetivo de la ecología de narrativas en la que se sitúa cada una de ellas. Así, lo afortunado o desafortunado de una narrativa no puede ser evaluado en términos de su contraste con la realidad (como pretenden las terapias cognitivas racionalistas), sino según su inteligibilidad y coherencia con las formas de convención social en que se posiciona.

En una formulación reciente de una posición equivalente, Martin (1994) destaca como la mayoría de procesos psicológicos (a diferencia de los procesos físicos de la materia) no pueden ser descompuestos en *átomos* constituyentes con un referente último en la realidad tangible. El estudio de los procesos psicológicos es siempre (se acepte o no) el estudio de las formas de construcción de estos procesos. La psicología y la psicoterapia no acceden pues a la realidad en su esencia, sino a la forma en que individuos o comunidades dan sentido a su experiencia.

Ahora bien, el hecho de que los problemas objeto de la psicoterapia sean productos de la construcción discursiva no implica que sus efectos sean banales o *irreales*. Las construcciones de la experiencia están ancladas en convenciones sociales, culturales, lingüísticas, narrativas, históricas, relacionales y discursivas que, si bien es cierto que cambian, no lo hacen de la noche al día. Es en el seno de estas convenciones, no precisamente efímeras, donde tiene sentido el ejercicio de la psicoterapia.

Como afirmábamos con anterioridad, toda experiencia humana es candidata al significado en un número mayor o menor de discursos narrativos culturalmente disponibles, y uno de estos discursos es el de los *problemas psicológicos*. En este sentido, resulta imposible determinar qué experiencias pueden derivar en problemas, dado que potencialmente es el caso de cualquiera de ellas. Ante la omnipresencia del «*discurso del déficit*» (Gergen, 1994) en nuestro contexto cultural, cualquier conducta puede llegar a ser etiquetada de patológica (quien lo dude hará bien en consultar un manual de psicopatología o la sección de libros de *autoayuda* de cualquier librería especializada).

Sin embargo, desde nuestra perspectiva sí hay una dimensión del discurso narrativo relacional de las familias que presentan un motivo de demanda común a todas: su construcción de la situación como imposible de modificar. En otras palabras, «*las personas que acuden a terapia suelen sentirse incapaces de intervenir en una vida que les parece inmutable; están bloqueadas en su búsqueda de nuevas posibilidades y significados alternativos*» (White y Epston, 1990, pág. 50). A este respecto, las soluciones intentadas y fallidas les convencen aún más de que la situación es desesperada, hasta el extremo (como cantaban Simon y Garfunkel en *Wednesday Morning 3 A.M.*) de sentir que su vida parece irreal, como una escena mal escrita en la que deben actuar. En este punto, nuestra concepción actual es que *los problemas psicológicos se pueden concebir como resultado (a) del bloqueo en*

los procesos discursivos, narrativos y relacionales de construcción del significado de la experiencia y (b) del fracaso de las soluciones intentadas a dicho bloqueo.

Como afirmábamos con anterioridad, nuestra concepción de la psicoterapia es la de *la génesis intencional de significados y narrativas que puedan transformar la construcción de la experiencia de los clientes mediante un diálogo colaborativo* (véase Kaye, 1995). Teniendo en cuenta la concepción de los problemas psicológicos que presentábamos en la sección anterior, nuestros principales objetivos terapéuticos al trabajar con nuestros clientes son: **(a)** ayudarles a introducir cambios significativos en cualquier dimensión de sus narrativas de forma que éstas reaviven su función de marcos relacionales para la búsqueda de nuevas posibilidades y significados alternativos que amplíen sus posibilidades de elección, y **(b)** ayudarles a hacerse conscientes de la propia naturaleza discursiva, narrativa y relacional de la experiencia humana, con la finalidad última de fomentar no una «sustitución» sino una *«trascendencia narrativa»* (Gergen y Kaye, 1992). Tales objetivos se resumen en la afirmación de Mook (1992) de que las familias que acuden a terapia necesitan dos cosas: *inteligibilidad y transformación*.

Más concretamente, el proceso que seguimos consta de siete fases no necesariamente secuenciales (véase también Fruggeri, 1992; Sluzki, 1992). Las describimos a continuación no sin advertir que lo que consideramos fundamental es su objetivo, no la forma concreta de intentar alcanzarlo. Así, hemos incluido algunos detalles sobre algunas de las técnicas que empleamos más a menudo, pero todas ellas podrían ser reemplazadas por otras que cumplan la misma función, tanto si se han descrito en la literatura como si responden a la creatividad del terapeuta.

(1) Co-construcción de la alianza terapéutica: Básicamente se trata de la fase inicial de la relación terapéutica, en la que resulta fundamental negociar un acuerdo sobre las metas y las tareas implícitas en la terapia, así como desarrollar un buen vínculo emocional con la familia.

(2) Elicitación de las narrativas dominantes mediante el diálogo terapéutico o técnicas como la autocaracterización (Botella y Feixas, 1998; Feixas, Procter, & Neimeyer, 1993; Kelly, 1955/1991), las preguntas circulares (Selvini-Palazzoli, Boscolo, Cecchin, y Prata, 1980), el uso de metáforas o documentos escritos tales como cartas, diarios o autobiografías (White & Epston, 1990) o algunas variantes de Rejilla de constructos personales adaptadas a su uso con familias (Feixas, Procter, & Neimeyer, 1993). En este punto encontramos útiles algunas formas de conceptualización desarrolladas por autores sistémicos, y especialmente la de Green (1988) que implica evaluar cuál es el problema de la familia y la meta de la terapia, cuál es la explicación o teoría personal de los miembros del sistema familiar sobre a qué se debe éste, en qué fase del ciclo vital de la familia aparece, cuál es el patrón interaccional en que se sitúa, cuáles son las alianzas y coaliciones entre miembros del sistema familiar, y cuál es la función sistémica del problema.

(3) Deconstrucción de las narrativas dominantes en cuanto a sus dimensio-

nes de relevancia terapéutica susceptibles de transformación. En la actualidad consideramos un conjunto de diez de tales dimensiones (véase Sluzki, 1992, para un sistema alternativo compatible): meta narrativa, argumento, tema, personajes, causalidad, iniciativa, relevancia, coherencia, forma narrativa, nivel de conciencia narrativa y apertura a alternativas.

(4) Fomento de la emergencia de narrativas subdominantes: Afortunadamente, como se afirma desde el construccionismo social, ningún discurso es del todo monolítico. Dicho de otra forma, para cada narrativa dominante de la familia existen otras voces y otros discursos subyacentes, acallados, minusvalorados, subyugados, sometidos, desacreditados, menoscabados o subdominantes. Son las voces discordantes de las excepciones, del desacuerdo; son las pequeñas grietas que, debidamente ensanchadas en el diálogo terapéutico, pueden permitir la entrada de aire fresco en el ambiente viciado de la narrativa dominante estancada. Encontramos que la forma más significativa para las familias de dar voz a esas narrativas subdominantes es que nazcan de su propio seno. En este sentido, utilizamos formas de conducción de la conversación terapéutica tales como centrarnos en soluciones (de Shazer, 1985; Hudson O'Hanlon & Weiner-Davis, 1989), la externalización del problema y la identificación y exploración detallada de los acontecimientos extraordinarios (White y Epston, 1990), estrategias de aflojamiento o rigidificación narrativa y de inducción del rol de observador (Botella y Feixas, 1998) y en general cualquier estrategia que conduzca a la deconstrucción y reconstrucción de los discursos narrativos dominantes de la familia. En algún caso, también el papel del equipo de supervisión resulta clave en cuanto a la génesis de narrativas alternativas, especialmente si se utilizan recursos técnicos como el equipo reflexivo (Andersen, 1991) o el uso de material escrito como forma de comunicación con la familia.

(5) Validación de las narrativas alternativas: Tras haber accedido a dichas narrativas subdominantes y haberlas convertido en figura (en lugar de fondo) prestándoles la atención que merecen, el proceso continúa mediante su validación en contextos diferentes y más amplios que el original. Este es un punto delicado y vital; en demasiadas ocasiones hemos visto como terapeutas inexpertos desaprovechaban la oportunidad de validar una visión alternativa a la narrativa dominante de sus clientes por estar prestando más atención al problema que a las excepciones. En principio, mediante la co-construcción fomentada por el diálogo terapéutico y el uso de instrumentos tales como *la técnica de la moviola* (véase Guidano, 1995), *la técnica de la pregunta curiosa* (White y Epston, 1990), o las estrategias de cambio propuestas desde la Teoría de los Constructos Personales (Botella y Feixas, 1998) intentamos resaltar los aspectos de la narrativa subdominante más ligados, entre otras cosas, a la iniciativa activa, forma narrativa progresiva, nivel de conciencia narrativo reflexivo y/o elevada apertura a alternativas.

(6) Práctica de las narrativas alternativas mediante el uso de tareas o prescripciones post-sesión. La finalidad de esta fase es la de resaltar la utilidad de

la nueva narrativa no sólo como marco de comprensión del pasado, sino como fuente de acciones futuras.

(7) **Fomento de la reflexividad:** Esta fase coincide con la que en terapia familiar estratégica se denomina finalización y reconocimiento de méritos. Nuestra intención es que la familia se haga consciente de hasta qué punto han sido capaces de reavivar sus procesos discursivos de atribución de significado a la experiencia precisamente al hacerse conscientes de su propia discursividad. En esta fase acostumbramos a pedir a los clientes o familias que redacten una narrativa sobre su historia en la terapia, dado que ello contribuye a externalizar su capacidad de cambio y los factores que han contribuido a ella. Por otra parte, dado que no planteamos el cese de la relación terapéutica desde la metáfora del duelo, sino desde la del ritual de paso (véase Epston y White, 1995), tales narrativas nos resultan sumamente útiles en cuanto a la especificación de los logros de nuestros clientes como consecuencia de dicho «tránsito».

Reflexiones Finales

A partir de lo que se ha planteado en este trabajo llegamos a concluir que, desde esta perspectiva, todas las formas de psicoterapia podrían considerarse terapias narrativas o, más propiamente, discursivas. El cliente (o clientes en el caso de una familia) explica las historias que ha construido sobre sí mismo a partir de su participación en las formas de discurso culturalmente disponibles y, durante su participación en otro proceso discursivo-el proceso psicoterapéutico se produce una transformación de dichas historias. Gonçalves (1995) equipara la función del terapeuta con la del crítico literario: interpretar narraciones preexistentes y co-crear historias alternativas. La terapia se convierte en un escenario para el ensayo de narrativas alternativas. Como el mismo Gonçalves (1995, pág. 199) apunta: *«la psicoterapia es un escenario bien establecido para explicar y fabricar historias. Como Narciso, los clientes comienzan a reconocerse a sí mismos en el espejo de sus historias, siendo simultáneamente objetos, sujetos, y proyectos de sí mismos. En la protección del nicho terapéutico, pretenden conquistar la versatilidad de un texto».*

Los terapeutas pueden ayudar de diferentes formas a sus clientes a crear nuevas historias y/o re-narrar las antiguas, por ejemplo animándoles a experimentar con su propio comportamiento -el *role-playing* o la *terapia de rol fijo* podrían ser útiles en este sentido. La forma de favorecer la re-narración de historias dependerá del aspecto por el cual la narración pre-existente ha dejado de ser útil; si, por ejemplo, es demasiado flexible o demasiado rígida, demasiado concreta o demasiado abstracta (Viney, 1990). Según Viney (1990) las historias terapéuticas deberían proporcionar integración pero nunca llegar a la inflexibilidad; ser internamente consistentes, pero sólo lo suficiente para permitir predicciones viables; integrar los acontecimientos en el tiempo para conseguir una visión coherente del pasado, presente y futuro, así como contener elecciones viables para los clientes. También

es aconsejable que otorguen un sentido de poder y esperanza a los clientes en terapia. Se pretende una aproximación a un nuevo juego de lenguaje que permita el acceso a maneras alternativas de reconstruir la narración actual del cliente.

La psicoterapia empieza allí donde se plantea la cuestión de la comprensión del sujeto; allí donde no se pretende la supresión del significante, sino la construcción de nuevos significados; allí donde el concepto de curación es sustituido por el de cambio, que implica, como criterio, la dimensión temporal y evolutiva. Ya no se trata, por ejemplo, de combatir las ideas absurdas del paciente o de modificar o corregir sus hábitos disfuncionales, sino de entender el sentido de la acción humana, la cual es fundamentalmente discursiva y se desarrolla a partir de la propia historia como una estructura narrativa. (Villegas, 1995, pág. 3).

UNA HISTORIA A MODO DE EPÍLOGO (Luis Botella)

Mi hijo Nacho, a sus tres años, tenía una mascota de peluche de la que era inseparable: su loro *Paco*. Dormía con él, lo llevaba de viaje, le servía para consolarse de la ajetreada vida propia de su edad. Desgraciadamente, un día se cumplió el vaticinio budista de que todo lo que existe es impermanente y *Paco* desapareció olvidado en la oficina de una entidad bancaria. Salvamos la noche (relativamente) explicándole a Nacho que *Paco* se había quedado a dormir en casa de un amigo suyo. A la mañana siguiente recorrí Barcelona entera (¡lo juro!) buscando un loro de peluche igual que *Paco* que, por desgracia, provenía de una tienda de Tenerife. Imposible. Puedo asegurar que vi animales de peluche con los que nunca hubiese imaginado que un niño se pudiese encariñar, desde dobermans con aspecto de asesinos en serie hasta peludas tarántulas amazónicas... pero nada de alegres loros multicolores con la forma y el tamaño de *Paco*. De hecho, yo mismo empezaba a experimentar síntomas de duelo por el loro. A base de tanto buscarlo su pérdida parecía más irreparable de lo que había imaginado. Cuando ya desesperaba y regresaba abatido y preparado para contener el llanto amargo del doliente Nacho, encontré en una juguetería al lado de casa un *pingüino* con la misma forma y tamaño que *Paco* sólo que, claro, blanco y negro. Lo compré, lo escondí bajo un almohadón y le expliqué a Nacho que su lorito había ido a ver a unos primos del Polo Norte y se había quedado a dormir allí. *Paco* había rechazado irreflexivamente una manta que le ofrecían para dormir en el iglú, y de tanto frío como había pasado había perdido sus colores tropicales y se había quedado todo blanco. Ahora había vuelto a casa, pero le daba tanta vergüenza que Nacho lo viese de color blanco que se había escondido bajo el almohadón. Al levantarlo, Nacho estalló en risas de sorpresa y alegría al encontrar a *Paco* transmutado en pingüino. Desde entonces, según la perspectiva de Nacho, *Paco* pertenece a una especie ornitológica peculiar: los *loropingus*.

Cada vez que rememoro en esta experiencia le descubro nuevos significados

e implicaciones, pero en este caso quiero resaltar dos: (1) en la vida no nos basta con *un nuevo peluche*, necesitamos *una nueva historia*, y (2) la credibilidad de algunas historias no depende sólo de su verosimilitud, sino *del amor con que se narran*. Puede ser que la condición posmoderna nos haya hecho conscientes de la transitoriedad de nuestros «peluches» favoritos, pero también nos ha revelado el poder constitutivo de las narrativas de las que éstos forman parte. Así mismo, puede que nos haya hecho ver que el fundamento de nuestras creencias no reside en una Verdad Absoluta que las garantice, despertándonos del sueño de la razón ilustrada (el que, según Goethe, «produce monstruos»). Con todo, nos ha resituado en el dominio de lo que es más esencialmente humano: las relaciones que constituimos entre nosotros y las realidades (con minúscula) contingentes a nuestras prácticas discursivas.

Este artículo trata de la influencia que han ejercido los planteamientos posmodernos propios del contexto cultural contemporáneo sobre las dos orientaciones psicoterapéuticas en las que parecen haber tenido más eco: las terapias sistémicas y las terapias cognitivas. Presenta, asimismo, el posicionamiento de los autores, enmarcado en las tradiciones constructivista, construccionista, narrativa y discursiva.

Palabras clave: *constructivismo, construccionismo, narrativas, psicoterapia, discurso.*

Referencias bibliográficas:

- ANDERSEN, T. (Ed). (1991). *The reflecting team: Dialogues and dialogues about the dialogues*. New York: Norton.
- ANDERSON, H., & Goolishian, H. (1988). Los sistemas humanos como sistemas lingüísticos: Implicaciones para la teoría clínica y la terapia familiar. *Revista de Psicoterapia*, 2, 41-72.
- ANDERSON, W.T. (1990). *Reality isn't what it used to be*. San Francisco: Harper and Row.
- ANDERSON, W.T. (1995). Four different ways to be absolutely right. In W.T. Anderson (Ed.) *The truth about the truth*. (pp. 110-117). New York: Tarcher Putnam.
- AUSTIN, J.L. (1962). *How to do things with words*. London: Oxford University Press.
- BATESON, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. New York: Ballantine.
- BAUMAN, Z., (1993). Postmodernity, or living with ambivalence. In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.), *A postmodern reader* (pp. 9-24). Albany, NY: State University of New York Press.
- BECK, A.T., RUSH, J., SHAW, B., & EMERY, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- BECK, A.T., EMERY, G., & GREENBERG, R.L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- BOTELLA, L. (1995). Personal construct psychology, constructivism, and postmodern thought. In R.A. Neimeyer & G.J. Neimeyer (Eds.), *Advances in Personal Construct Psychology* (Vol. 3) (pp. 3-36). Greenwich, CN: JAI Press.

- BOTELLA, L. (1998). Clinical psychology, psychotherapy, and mental health: Contemporary issues and future dilemmas. *International Journal of Psychotherapy*, 3, 255-263.
- BOTELLA, L. (en prensa). Constructivismo y construccionismo en terapia familiar: Pragmática, semántica y retórica. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*.
- BOTELLA, L., & FEIXAS, G. (1998). *Teoría de los constructos personales: Aplicaciones a la práctica psicológica*. Barcelona: Laertes.
- BOTELLA, L., & FIGUERAS, S. (1995). Cien años de psicoterapia: ¿El porvenir de una ilusión o un porvenir ilusorio? *Revista de Psicoterapia*, 24, 13-28.
- BOTELLA, L., & PACHECO, M. (en prensa). Terapia familiar constructivista: Una aproximación narrativa relacional. En C. Pérez (Ed.), *La familia: Nuevas aportaciones*.
- BRUNER, J. (1986). *Actual minds, possible worlds*. Cambridge, MA: Harvard University Press
- BRUNER, J. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge MA: Harvard University Press.
- BURR, V. (1995). *An introduction to social constructionism*. London: Routledge.
- CARR, D. (1986). *Time, narrative, and history*. Bloomington: Indiana Press.
- DALLOS, R. (1991). *Family belief systems: Therapy and change*. London: Open University Press.
- DE SHAZER, S. (1985). *Keys to solution in brief therapy*. New York: Norton.
- DERRIDA, J. (1976). *Of grammatology*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- EFRAN, J.S., & CLARFIELD, L.E. (1992). Constructionist therapy: Sense and nonsense. In S. McNamee & K.J. Gergen (Eds.), *Therapy as social construction* (pp. 200-217). London: Sage.
- EPSTON, D., & WHITE, M. (1995). Termination as a rite of passage: Questioning strategies for a therapy of inclusion. In R.A. Neimeyer & M.J. Mahoney, (Eds.), *Constructivism in psychotherapy*. Washington DC: APA.
- FEIXAS, G. (1991). Del individuo al sistema: La perspectiva constructivista como marco integrador. *Revista de Psicoterapia*, 2, 91-120.
- FEIXAS, G. (1995). Personal constructs in systemic practice. In R.A. Neimeyer & M.J. MAHONEY, (Eds.), *Constructivism in psychotherapy*. Washington DC: APA.
- FEIXAS, G., & MIRÓ, M.T. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia: Una introducción a los tratamientos psicológicos*. Barcelona: Paidós.
- FEIXAS, G., PROCTER, H.G., & NEIMEYER, G.J. (1993). Convergent lines of assessment: Systemic and constructivist contributions. In G.J. Neimeyer (Ed.), *Constructivist assessment*. London: Sage.
- FEIXAS, G., & VILLEGAS, M. (1990). *Constructivismo y psicoterapia*. Barcelona: PPU.
- FEYERABEND, P.K. (1976). *Against method*. New York: Humanities Press.
- FRUGGERI, L. (1992). Therapeutic process as the social construction of change. In S. McNamee & K.J. Gergen (Eds.), *Therapy as social construction*. London: Sage.
- GERGEN, K.J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 40, 266-275.
- GERGEN, K.J. (1989). Warranting voice and the elaboration of the self. In J. Shotter & K.J. Gergen (Eds). *Texts of identity*. London: Sage.
- GERGEN, K.J. (1991). *The saturated self*. New York: Basic Books.
- GERGEN, K.J. (1992). Toward a postmodern psychology. In S. Kvale (Ed.), *Psychology and postmodernism* (pp. 17-30). London: Sage.
- GERGEN, K.J., (1994). *Realities and relationships*. Cambridge MA: Harvard University Press.
- GERGEN, K.J., & KAYE, J. (1992). Beyond narrative in the negotiation of therapeutic meaning. In S. McNamee, & K.J. Gergen (Eds.), *Therapy as social construction*. London: Sage.
- GRIFFIN, D.R. (1996). Introduction to SUNY series in constructive postmodern thought. In S. Odin, *The social self in zen and American pragmatism*. New York: SUNY Press.
- GUIDANO, V.F. (1995). Self-Observation in constructivist psychotherapy. In R.A. NEIMEYER, R.J., & M.J. MAHONEY, M.J. (Eds.), *Constructivism in psychotherapy*. Washington DC: APA.
- HALEY, J. (1981). *Uncommon therapy*. New York: Norton.
- HARRÉ, R. (in press). *The rediscovery of the human mind. Proceedings of the 50th anniversary conference of the Korean Psychological Association*. Seoul: Uichol Kim, Psychology Department, Chung-ang University.
- HERMANS, H.J.M., & KEMPEN, H.J.G. (1993). *The dialogical self: Meaning as movement*. San Diego, CA: Academic Press.
- HUDSON O'HANLON, W., & WEINER-DAVIS, M. (1989). *In search of solutions: A new direction in psychotherapy*. New York: Norton.

- JAFFE, A. (Ed.) (1973). *Memories, dreams, reflections*. New York: Pantheon.
- KAYE, J. (1995). Postfoundationalism and the language of psychotherapy research. In J. Siegfried (Ed.), *Therapeutic and everyday discourse as behavior change: towards a micro-analysis in psychotherapy process research* (pp. 29-59). Norwood, NJ, US: Ablex Publishing Corporation.
- KEENEY, B.P., & ROSS, J. (1985). *Mind in therapy: Constructing systemic family therapies*. New York: Basic Books.
- KELLY, G.A. (1955/1991). *The psychology of personal constructs* (Vols. 1 and 2). London: Routledge.
- KELLY, G.A. (1969). The autobiography of a theory. In B.A. Maher (Ed.), *Clinical psychology and personality: The selected papers of George Kelly* (pp. 46-65). New York: Krieger.
- KORNBLITH, H. (Ed.) (1985). *Naturalizing epistemology*. Cambridge, MA: MIT Press.
- KORZYBSKI, A. (1933). *Science and sanity: An introduction to non-aristotelian systems and general semantics*. Lancaster, PA: Science Press.
- KUHN, T.S. (1970). *The structure of scientific revolutions* (2nd ed.). Chicago: University of Chicago Press.
- KVALE, S. (1992). Postmodern psychology: A contradiction in terms? In S. Kvale (Ed.), *Psychology and postmodernism* (pp. 31-57). London: Sage.
- LYOTARD, J.F. (1993). Excerpts from «the postmodern condition: A report on knowledge». In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.), *A postmodern reader* (pp. 71-90). Albany, NY: State University of New York Press.
- MARTIN, J. (1994). *The construction and understanding of psychotherapeutic change*. New York: Teachers College Press.
- MATURANA, H., & VARELA, F. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of understanding*. Boston: New Science Library.
- MCLEOD, J. (1997). *Narrative and Psychotherapy*. London: Sage.
- MCNAMEE, S., & GERGEN, K.J. (Eds.) (1992). *Therapy as social construction*. London: Sage.
- MELICHAR, K.E. (1988). Deconstruction: Critical theory or ideology of despair. *Humanity and Society*, 12, 366-385.
- MINUCHIN, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge MA: Harvard University Press.
- MOOK, B. (1992). Intersubjetividad y estructura narrativa en la terapia familiar. *Revista de Psicoterapia*, 10-11, 13-22.
- NATOLI, J., & HUTCHEON, L. (1993). Representing the postmodern. In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.), *A postmodern reader* (pp. 193-202). Albany, NY: State University of New York Press.
- NEIMEYER, R.A., & MAHONEY, M.J., (1995). *Constructivism in psychotherapy*. Washington DC: APA.
- NISBETT, R., & ROSS, L. (1985). Judgmental heuristics and knowledge structures. In H. Kornblith, (Ed.), *Naturalizing epistemology*. Cambridge, MA: MIT Press.
- NORRIS, C. (1988). *The deconstructive turn: Essays in the rhetoric of philosophy*. London: Open University Press.
- ODIN, S. (1996). *The social self in zen and American pragmatism*. New York: SUNY Press.
- PERRY, W.G. (1970). *Forms of intellectual and ethical development in the college years: A scheme*. New York: Rinehart & Winston.
- POLKINGHORNE, D.E. (1992). Postmodern epistemology of practice. In S. Kvale (Ed.), *Psychology and postmodernism* (pp. 146-165). London: Sage.
- PROCTER, H.G. (1981). Family construct psychology: An approach to understanding and treating families. In S. Walrond-Skinner (Ed.), *Developments in family therapy*. London: Routledge.
- RENNIE, D.L. (1995). On the rhetorics of social science: Let's not conflate natural science and human science. *The Humanistic Psychologist*, 23, 321-332.
- SARUP, M. (1988). An introductory guide to post-structuralism and postmodernism. Harvester Wheatsheaf, Hemel Hempstead.
- SELVINI-PALAZZOLI, M., BOSCOLO, L., CECCHIN, G., & PRATA, G. (1980). Hypothesizing-circularity-neutrality: Three guidelines for the conductor of the session. *Family Process*, 19, 3-12.
- SHOTTER, J. (1993). *Conversational realities*. London: Sage.
- SHOTTER, J. (1993). *Conversational realities*. London: Sage.
- SLUZKI, C.E. (1992). Transformaciones: Una propuesta para cambios narrativos en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 22-23, 53-70.
- STEELE, R.S. (1986). Deconstructing histories: Toward a systematic criticism of psychological narratives. In T.R. Sarbin (Ed.), *Narrative psychology* (pp. 256-275). New York: Praeger.
- SUCKIEL, E.K. (1982). *The pragmatic philosophy of William James*. Notre Dame, IN: University of Notre Dame Press.

- TOULMIN, S. (1982). *The return to cosmology: Postmodern science and the teology of nature*. Berkeley: University of California Press.
- TOULMIN, S. (1982). *The return to cosmology: Postmodern science and the teology of nature*. Berkeley: University of California Press.
- TOULMIN, S. (1990). *Cosmopolis: The hidden agenda of modernity*. New York: The Free Press.
- VILLEGAS, M. (1995). Editorial. *Revista de psicoterapia*, 22-23, 3- 4.
- VINEY, L.L. (1990). Psychotherapy as shared reconstruction. *International Journal of personal Construct Psychology*, 3, 437- 456.
- VON BERTALANFFY, L. (1954). *General systems theory*. New York: George Brazillier.
- WATZLAWICK, P., BEAVIN, J., & JACKSON, D. (1967). *Pragmatics of human communication*. New York: Norton.
- WHITE, M., & EPSTON, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: Norton.
- WHITE, M., & EPSTON, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós.
- WIENER, N. (1948). *Cybernetics*. New York: Wiley.
- WITTGENSTEIN, L. (1953). *Philosophical investigations*. New York: Macmillan.