

# LOS RECUERDOS DE LA INFANCIA: UNA TÉCNICA PROYECTIVA EN LA PSICOTERAPIA ADLERIANA

## EARLY RECOLLECTIONS: A PROJECTIVE TECHNIQUE IN ADLERIAN PSYCHOTHERAPY

Anabella Shaked

Instituto Adler, Israel

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Shaked, A. (2015). Los recuerdos de la infancia: Una técnica proyectiva en la Psicoterapia Adleriana. *Revista de Psicoterapia*, 26(102), 19-27.

### Resumen

*Los recuerdos en general, y los recuerdos de la infancia en particular, son parte de la identidad personal y de la continuidad del sentido del ser. Los recuerdos representan una narrativa coherente y estable, que conecta el pasado con el presente y cuya función es preparar al individuo para enfrentar el futuro. Según la Psicología Individual de Alfred Adler, el significado de los recuerdos de la infancia no es histórico sino proyectivo, y se encuentra en el presente y no en el pasado. Tratados como metáforas descriptivas del pasado, los RI revelan información sobre el estado emocional del paciente, y sobre su perspectiva sobre sí mismo y sobre la vida. Este artículo presenta el fundamento teórico y el contexto para el uso de los recuerdos de la infancia como técnica proyectiva en la psicoterapia, e introduce una perspectiva integrativa para su análisis e incorporación en el curso del tratamiento.*

Palabras clave: *Psicología Individual, Psicoterapia Adleriana, Estilo de Vida, Recuerdos de la infancia, técnica proyectiva.*

### Abstract

*Memories in general, and childhood memories in particular, are part of one's personal identity and continuity of the sense of self. The memories represent a coherent and stable narrative, connecting the past with the present and whose role is to prepare the individual to face the future. According to the Individual Psychology of Alfred Adler, the meaning of childhood memories (early recollections, ERs) is not historical but projective, and it is in the present and not in the past. Treated as descriptive metaphors of the past, ERs reveal information about the emotional state of the patient, and his or her perspective on himself/herself and life. This article presents the rationale and the context for the use of early recollections as projective technique in psychotherapy, and introduces an integrative perspective for analysis and inclusion in the course of treatment.*

Keywords: *Individual Psychology; Adlerian psychotherapy; Life Style, early recollections; projective technique*



## Los recuerdos de la infancia

Alfred Adler (1870-1937) observó que los recuerdos de la infancia (RI) no solo proporcionan *insight* sobre el Estilo de Vida del individuo, sino que también funcionan como instrumento para llevar a cabo y justificar el Estilo de Vida (Sarig, en prensa). Por ejemplo, Bauer, Tasdemir-Ozdes, y Larkina (2014) observaron que los recuerdos autobiográficos son usados a menudo para justificar decisiones importantes.

Adler usó el término “Plan de Vida” y después “Estilo de Vida” para describir el carácter o la personalidad de un individuo. Siendo lo que sería definido hoy como un psicólogo cognitivo, Adler teorizó que en la primera infancia, el niño o la niña formula esquemas o suposiciones sobre sí mismo, la vida y el mundo, e inventa su propia “ley de movimiento, que domina todas las funciones y expresiones [del individuo] y les proporciona dirección” (Adler, 1964, p. 51)\*. El Estilo de Vida es una narración organizada de las experiencias vividas, que representan la manera de ser, de actuar, y de responder a las tareas de la vida (Eckstein y Kern, 2002).

Los recuerdos en general, y los recuerdos de la infancia en particular, cumplen un papel crucial en la vida, al ser parte de la identidad personal y de la continuidad del sentido del ser (Bauer, et al., 2014; Habermas y Köber, 2015). Un recuerdo es autobiográfico si contiene una referencia particular al Yo, o información de significado personal (Hoerl, 2007). ¿Quiénes seríamos sin recuerdos? Los recuerdos proporcionan una narración coherente y estable, que conecta el pasado con el presente, para enfrentar el futuro. ¿Cuál es la función de la narración? “predecir y preparar [al individuo] para encuentros, acciones y experiencias futuras” (Nelson, en Sabbagh, 2009, pg. 39). Desde el punto de vista Adleriano el individuo usa el pasado para reforzar la dirección que eligió, y los recuerdos no son vistos como causantes del Estilo de Vida, sino, el Estilo de Vida influye en lo que se recuerda y el significado que se otorga a lo que se recuerda (Manaster y Mays 2004). De acuerdo con Adler (1931/1980), cada recuerdo es una narrativa simbólica, que nos guía para realizar nuestro Estilo de Vida, sobre todo ante situaciones desconocidas, cuando sentimos el peligro de desviarnos de nuestra meta psicológica. En ese caso, recurrimos a la memoria a largo plazo y evocamos un recuerdo que representa fielmente a nuestra meta en una situación parecida (Adler, 1964).

Los recuerdos representan “la historia de mi vida”... un cuento que [el individuo] se repite para prepararse... a enfrentar el futuro con una estrategia probada en el pasado... el recuerdo le dice “esto es lo que tienes que aguardar (expect)” o “esto tienes que evitar” o “así es la vida” (Adler 1931/1980, pg. 73). (Traducción por autora).

Es decir, Adler (1937) busca el significado de los RI en el presente y no en el pasado. Un problema, desafío o crisis en el presente se relaciona metafóricamente con un RI relevante, recordado entre todos los recuerdos en este momento particular, para advertirnos, consolarnos y sobre todo orientarnos y guiarnos: “Que es esto y que debo hacer” (Adler, 1964; Kopp y Eckstein, 2004). Bruner (2003a),

pionero del estudio de la narración, dijo que al recordar selectivamente el pasado, el individuo (re)crea su Yo (self), moldeándose para enfrentar el futuro que imagina o teme.

Tratados como metáforas descriptivas del pasado, los RI revelan información sobre el estado emocional del paciente en el presente, y sobre su lógica privada: su perspectiva sobre sí mismo, otras personas, la vida y el mundo (Mosak, 1958/1977; Mosak y Shulman, 1988). La percepción de Adler sobre los RI como narraciones personales subjetivas y teleológicas equivale a la percepción contemporánea de la narrativa (Bruner, 2003a; Bruner, 2003b; Neisser, 1993).

Adler (1956) teorizó que los incidentes recordados por un individuo no son necesariamente eventos que influyeron su vida. Al contrario, uno crea su panorama sobre la vida sacando conclusiones de muchas experiencias, y luego recuerda uno o varios eventos que representan sus conclusiones de alguna forma (Mosak y Di Pietro, 2006). A pesar de la sensación personal de verdad histórica, los RI no son necesariamente impresiones correctas de hechos, sino imágenes a menudo distorsionadas o incluso inventadas con el motivo de alcanzar un objetivo en el presente (Bernstein, Rudd, Erdfelder, Godfrey y Loftus, 2009; Bernstein y Loftus, 2009; Kaasa, Morris y Loftus, 2011; Loftus, 2007; Nourkova, Bernstein y Loftus, 2004). Los recuerdos anteriores a los 10 años (cuando la memoria secuencial no está aun suficientemente desarrollada) no explican la infancia de un individuo ni las razones por las cuales actúa de cierta manera (Mosak y Di Pietro, 2006). O sea, la importancia de los RI no es histórica sino proyectiva. Adler (1931/1980) señaló la importancia de la razón por la cual uno recuerda una experiencia y no otras. Los recuerdos de escenas que parecen insignificantes tienen más poder proyectivo que recuerdos dramáticos o traumáticos, que muchas personas hubieran recordado de haber estado presentes. Adler destacó la importancia del primer recuerdo cronológico, que según él representa el punto de partida de la autobiografía de un individuo, como si éste diría “esta es la historia de mi vida” (Adler 1931/1980). En el trabajo terapéutico con RI, se elabora la experiencia personal que los recuerdos representan y no lo que realmente ocurrió. Sin embargo, no se cuestiona la sensación de verdad histórica del paciente, porque hacerlo puede socavar la orientación del individuo (Sarig, en prensa).

### **Procedimiento del análisis de los RI**

Los psicoterapeutas Adlerianos usan los RI para conocer el Estilo de Vida del individuo y como intervención terapéutica, para validar y reconocer fuerzas y recursos, y reflejar el narrativo personal, creando la posibilidad de cambiar esquemas que no funcionan.

Manaster y Mays (2004), hicieron una integración entre el análisis de RI y los principios de la Psicología Individual:

Uno observa un recuerdo entero, o un conjunto de recuerdos, para capturar una imagen general (holística) de los puntos de vista de la persona

(fenomenológica) y objetivos (teleológico) en el mundo social (orientación social) para deducir el Estilo de Vida que la persona ha desarrollado, y a continuación, la forma en que la persona continuamente (auto-consistencia) se acerca (actividad) a las metas (únicas) creadas para superar sentimientos de inferioridad (luchando para alcanzar un objetivo de éxito subjetivamente concebido) con mayor o menor participación en el mundo social (interés social). (p.108)

Los recuerdos de la infancia suelen ser relatados por pacientes durante todo proceso de psicoterapia de forma espontánea, como parte de asociaciones libres. Adicionalmente, psicoterapeutas Adlerianos solicitan frecuentemente a sus pacientes, especialmente, cuando desean comprender su lógica privada, que vuelvan por unos minutos a contemplar los paisajes de la infancia, preferiblemente, antes de los siete años (porque las experiencias posteriores suelen elaborarse mentalmente cuando ocurren, de acuerdo con el Estilo de Vida ya desarrollado), y buscar una escena, un recuerdo. Se le pide al paciente enfocarse en un evento que ocurrió una sola vez (“un sábado fuimos al parque y perdimos la pelota”, o “encontramos una mariposa”, y no “todos los sábados solíamos ir al parque”) y que recuerde la mayor cantidad de detalles, sensaciones, y emociones posible. El recuerdo se anota textualmente, porque cada palabra es significativa. Después de relatar el RI, el o la psicoterapeuta preguntan a el/a la paciente dos preguntas críticas para la interpretación del recuerdo: “Contemplando este recuerdo, ¿Cuál es el momento que recuerdas en forma más vívida? Y, ¿Qué sentiste en esa situación?” Estas preguntas son importantes para entender la conclusión del paciente. El momento más vívido representa la condición del paciente para mantener su autoestima, y el sentimiento indica cual es la conclusión práctica de la experiencia, la moraleja, generalmente, formulada en términos de aproximación o evasión (Approach/Avoidance) (Newbauer y Shifron, 2004; Sarig, 2015, en prensa). Por ejemplo: Mario: “cuando tenía seis años, Pedro, mi hermano mayor, me llevo con él a hacer unas compras que nuestra madre le había encargado. Al salir del almacén, vi que Pedro cogió un puñado de caramelos y los ocultó en su bolsillo, y me hizo una seña para que guardara silencio. Salimos sin ser descubiertos”. El significado de este recuerdo para Mario hoy, sería muy distinto si el momento más vívido es “cuando salimos juntos de la casa a hacer las compras, y el sentimiento “orgullo” o “cuando salimos del almacén sin ser notados” y el sentimiento “complicidad”. La conclusión final sería distinta en cada caso. En el primer caso, Mario funciona bien cuando es parte de un grupo que recibe un proyecto a cumplir, y estaría dispuesto a guardar un secreto ante acciones no éticas. En el segundo caso, puede ser que Mario siente que merece más de lo que recibe, y estaría dispuesto a coger lo que “le corresponde” en forma deshonesto. Si el sentimiento hubiera sido “culpa” o “miedo”, probablemente Mario evita acciones ilegales o no éticas.

El análisis de los RI es intuitivo y se hace colaborativamente con el/la paciente. Adler (1938), dijo que un RI tiene sentido (*make sense*) solamente dentro del

contexto de la lógica privada de un individuo. Sarig (2015, en prensa) agregó, que el análisis no solo revela el narrativo metafórico del paciente, sino también el del/ de la psicoterapeuta. En el análisis de RI no se busca el significado del recuerdo sino los significados posibles y sobre todo aquellos relevantes a la experiencia vivida del paciente, porque como se verá más adelante, la información que se puede obtener de un recuerdo es inmensa. Analizar RI es el arte de descifrar la conexión entre el símbolo (el mismo RI) y lo que representa: el Estilo de Vida del individuo. Sarig (2015, en prensa) dijo que, aunque la meta del análisis es obtener claridad, es importante mantener cierta ambigüedad, para no limitar el “espacio abierto de la metáfora” (capítulo 12). Una elucidación inequívoca, dice Sarig, puede ser dada por el/la terapeuta o recibida por el/la paciente como una sentencia y no como una posible interpretación, o incluso como excusa de su conducta: “sí, debo luchar a toda costa, porque la vida es una batalla y los demás son enemigos”. Siendo una psicología humanista, la Psicología Individual honra la experiencia única y compleja de cada individuo, y crea un espacio para originar un panorama de vida más adecuado, que permita una autorrealización más extensa por un lado, y desarrollar el interés social del paciente por el otro lado. Así, el/la terapeuta crean una hipótesis sobre el significado del recuerdo, y luego ofrecen la interpretación al/a la paciente. El/la psicoterapeuta Adleriano/a no dice: “este recuerdo significa que...” sino “¿Puede ser que...?” Por ejemplo, en lugar de decir: “para ti cualquier cambio es peligroso y evitas enfrentarlo”, se dice “Puede ser que cuando te sientes en peligro tu primera reacción es “esconderte debajo de la cama”?”

El análisis básico de RI, sobre todo de los primeros recuerdos de la infancia, puede revelar la esencia del Estilo de Vida del paciente. Si los esquemas cognitivos del Estilo de Vida serían un libro, este estaría dividido en siete capítulos: (a) quien y como soy, (b) como es la vida y el mundo, (c) quien debo ser o que debo hacer para encontrar un lugar en el mundo, para tener un sentido de pertenencia, sentirme digno y apreciado, (d) como son los otros, (e) como debo enfrentar situaciones (modus operandi), (f) que hay que temer o de que hay que cuidarse, y por último (g) como tendría que ser la vida (y generalmente no lo es). El tercer capítulo, “quien debo ser o que debo hacer para tener un lugar en el mundo”, es el corazón del Estilo de Vida, la formulación de la meta psicológica que unifica el movimiento del individuo. Todo movimiento físico, mental y emocional está diseñado para realizar esa meta. El Estilo de Vida es el mapa que el individuo usa para orientarse en la vida, “es la llave para entender su movimiento, y las dificultades que encuentra en su camino” (Abramson, 2012, pg. 105). El Estilo de Vida representa la “unidad, la individualidad, la coherencia, y la estabilidad del funcionamiento psicológico de una persona” (Ferguson, 1964, pg. 15). Adler (1964) creía que el poder creativo del niño/a es la fuerza decisiva en la invención de su Estilo de Vida.

Para conocer el Estilo de Vida del paciente, el/la psicoterapeuta observa un recuerdo y se pregunta las siguientes preguntas: a través de los ojos del paciente... ¿Quién y cómo soy? ¿Cuáles son mis fuerzas y recursos (Bettner y Shifron, 2003)?

¿Cuáles son mis valores? ¿Qué es importante? ¿Cuál es mi papel en el mundo? ¿Cuál es mi grado de energía (Clark y Butler, 2012)? ¿Generalmente actúo u observo? ¿Tiendo a acercarme a personas o situaciones, o a evadirlas (Adler, 1929/1969; 1931/1958)? ¿Cuándo me siento inferior/superior/igual a los demás? ¿Cuándo me siento digna y valorada? ¿Cómo debo actuar (o no actuar) para sentir que tengo un lugar en el mundo? ¿Cómo es el mundo? ¿Qué posibilidades tengo? ¿Quiénes son los demás? ¿Cómo son? ¿Los demás son amigos o enemigos? ¿Qué me exigen los demás? ¿Cuál es mi relación con los demás? ¿Aparecen en el RI autoridades/compañeros/subordinados? ¿Cómo me arreglo con ellos? ¿Tengo interés en los demás, empatía? ¿Cuál es mi vocación (Kasler y Nevo, 2005)? ¿Qué es peligroso para mí? ¿De qué me conviene alejarme? ¿En qué situación no quiero encontrarme bajo ninguna circunstancia? ¿Cuál es la conclusión final del cuento? ¿Cómo debería haber sido mi vida (generalmente la respuesta a esta pregunta se encuentra en un RI perfecto en el que todo transcurre al gusto del paciente)?

Shulman y Mosak (1995) crearon una lista de asuntos temáticos que suelen aparecer en los RI: destronamiento, sorpresas, obstáculos, afiliación, seguridad, competencia, dependencia, autoridad interna, auto control, status, poder, moralidad, interacción humana, situaciones nuevas, excitación, sexualidad, género, nutrición, confusión, suerte, enfermedad y muerte, y el jardín del Edén. Los autores también resumieron frecuentes temas de respuestas de un individuo a situaciones en la vida: observación, resolución de problemas, rebelión, busca de ayuda, venganza, manipulación, sufrimiento, busca de excitación, pretensión, negación, interés social, distancia, cooperación, exageración de autoestima, crítica, y alejamiento.

Además, los RI pueden revelar cuáles son los temas y conflictos que le interesan al paciente en el presente, y cuál es su actitud hacia ellos, como suele enfrentar sus problemas, que expectativa tiene del tratamiento psicológico (Kern, Stoltz, Gottlieb-Low y Frost, 2009). Adicionalmente, el psicoterapeuta se puede preguntar ¿Cómo se puede flexibilizar el Estilo de Vida del paciente? ¿A qué tendrá que renunciar para evitar el sufrimiento que la llevó a comenzar el tratamiento de psicoterapia? Todas estas, y muchas más, son preguntas que proporcionan información sobre el Estilo de Vida del paciente.

### **Un ejemplo de caso:**

Recuerdo de Ana María (seudónimo): “cuando tenía más o menos seis años, viajamos de vacaciones a la costa. Mis hermanas y yo, y también otros niños que conocimos allí, íbamos y veníamos todo el día de la playa a la casita que habíamos alquilado. Una tarde tenía una irritación en la parte interior de los muslos. Mi padre me dio un ungüento curativo, y me dijo seriamente “esto no sale con el agua, pero se le puede pegar arena”. Camino al mar, me repetía a mí misma las instrucciones: no hay problema con el mar, pero debo alejarme de la arena. Al llegar a la playa, vi un cachorrito precioso, lo alcé en mis manos cayendo de rodillas sobre la arena, acariciándolo. Cuando se llevaron al perrito me levante y vi mis muslos pegados de

arena (lo que agravo la irritación).

El momento más vívido: cuando vi las piernas con arena y no pude creer como pude olvidar una instrucción tan simple. Sentimiento: vergüenza.

Como se ha dicho antes, la cantidad de información que se puede deducir de un recuerdo es infinita, por eso me enfocaré en algunos aspectos del Estilo de Vida de la paciente. Comenzaré siempre con la búsqueda de fuerzas y recursos, los que se usan para aumentar la autoestima del paciente. Ana María es sociable, y disfruta la compañía de otros, con los que sabe cooperar y divertirse. Es muy activa, va y viene sin parar. Cuando tiene un problema lo resuelve pidiendo ayuda, probablemente de una autoridad, comparte su problema, confía en ella y acepta su consejo (lo que puede reflejar la relación terapéutica que espera). Ana María encuentra una situación nueva (el perrito) y reacciona espontáneamente con ternura y goce. Es curiosa y le atraen cosas nuevas. Ana María asume responsabilidad de lo que le pasa. La conclusión de este RI podría ser “si actúas en forma espontánea puede pasar algo malo. Es muy importante tener información y planear tus pasos”. En el presente, probablemente Ana María no disfruta su vida con naturalidad o espontaneidad. En efecto, la razón por la cual recurrió a la terapia es tensión y cansancio por exceso de trabajo y responsabilidad. Al analizar el recuerdo, pudo ver que posee la habilidad de jugar, y, mirando hacia atrás, entender que el resultado de haber sido espontánea no fue catastrófico, y probablemente valió la pena.

### **Ventajas de los RI como técnica proyectiva**

En la psicoterapia, la mayoría de la información es obtenida mediante el auto reporte del paciente. Técnicas proyectivas echan luz sobre aspectos sub-conscientes del paciente, y sobre aspectos que prefiere ocultar. Los pacientes no sospechan que al contar anécdotas infantiles, revelan muchos aspectos de su Estilo de Vida. Por eso, los RI son fáciles de obtener, rápidos y reveladores (Manaster y Mays 2004). Cuando los pacientes descubren la “mina de oro” de los recuerdos, suelen recordar más incidentes y participar activamente en el análisis. Si el paciente no recuerda ningún incidente de la infancia, se le puede pedir que invente un recuerdo que podría haber sido suyo (Kern, Belangee y Eckstein, 2004). Resistencia a recordar es entendida como toda otra resistencia en el tratamiento Adleriano, como un signo de discrepancia entre los objetivos del psicoterapeuta y los objetivos del paciente (Kern, et al., 2004).

Los RI pueden ser usados para evaluar el tratamiento. Como la memoria es un proceso dinámico (Sabbagh, 2009), al expandir su Estilo de Vida, pacientes cambian detalles en recuerdos que ya fueron contados, o cambian el foco o el sentimiento, o empiezan a recordar otro tipo de narraciones. Sin embargo, puede ser que los cambios hechos en los recuerdos iluminan cambios en el estado de ánimo del paciente, y no en su Estilo de Vida (Shulman y Mosak, Newbauer y Shifron (2004) desarrollaron una técnica de supervisión basada en el análisis de RI del psicoterapeuta, recordado en el contexto del tratamiento de un paciente específico.

Una técnica terapéutica muy interesante es pedirle al paciente reconstruir un recuerdo: “imagina que vuelves a esa escena de tu infancia... dada la posibilidad, ¿qué cambiarías? También los cambios ofrecidos por el paciente reflejan su forma de pensar y actuar, y son muy creativos. Sobre todo, los cambios son distintos de los que el/la psicoterapeuta ofrecería, revelando que el último puede tener ambiciones exageradas respecto a la prognosis del paciente, al menos en este punto del tratamiento.

### **Limitaciones de los RI como técnica proyectiva**

Muy pocos estudios analizaron en forma sistemática la validez de los RI como técnica proyectiva. Por eso, la base de su uso en psicoterapia es la experiencia clínica de muchos psicoterapeutas y sus reportajes subjetivos. Adlerianos acentúan el uso práctico de los RI y menos su naturaleza objetiva. Sin embargo, una investigación sistemática podría echar luz al funcionamiento de los RI como metáforas proyectivas y servir como base de la elaboración de técnicas de análisis efectivas, sobre todo para el uso de principiantes (Clark 2002; Manaster y Mayes 2004)

### **Conclusión**

Los RI son narrativas subjetivas sobre el pasado, que representan las perspectivas del narrador en el presente. El análisis de los RI asiste al psicoterapeuta para comprender el Estilo de Vida del paciente, y sirven para alentar al paciente, elucidar esquemas, y como vehículo generador de cambio.

### **Notas**

\* todas las traducciones en el texto por la autora (A.S.)

### **Referencias bibliográficas**

- Abramson, Z. (2012). Alfred Adler and Jean-Paul Sartre: *The possibility of an Ethics and Existential Psychotherapy* (Unpublished doctoral dissertation). University of Jerusalem, Israel.
- Adler, A. (1931/1980). *What life should mean to you*. NY: Perigee Books, Putnam's Sons.
- Adler, A. (1937). Significance of early recollections. *International Journal of Individual Psychology*, 3, 283-287.
- Adler, A. (1931/1958). *What life should mean to you* (A. Porter, Ed.). New York: G. Putnam.
- Adler, A. (1929/1969). *The science of living* (H. L. Ansbacher, Ed.). Garden City, NY: Anchor Books.
- Adler, A. (1938). *Guiding human misfits*. New York: The Macmillan Company
- Adler, A. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler; a systematic presentation in selection from his writings* (1st ed.). In H. L. Ansbacher y R. R. Ansbacher (Eds.). New York, NY: Basic Books.
- Adler, A. (1964). *Superiority and social interest: A collection of later writings*. In H. L. Ansbacher y R. R. Ansbacher (Eds.). Evanston, IL: Northwestern University Press.
- Bauer, P. J., Tasdemir-Ozdes, A. y Larkina, M. (2014). Adults' reports of their earliest memories: Consistency in events, ages, and narrative characteristics over time. *Consciousness and Cognition: An International Journal*, 27, 76-88. doi: 10.1016/j.concog.2014.04.008
- Bernstein, D., Rudd, M., Erdfelder, E., Godfrey, R. y Loftus, E. (2009). The revelation effect for autobiographical memory: A mixture-model analysis. *Psychonomic Bulletin y Review*, 16(3), 463-468. doi: 10.3758/PBR.16.3.463

- Bernstein, D. y Loftus, E. (2009). How to tell if a particular memory is true or false. *Perspectives on Psychological Science*, 4(4), 370-374.
- Bettner, B. y Shifron R. (2003). Using early memories to emphasize the strengths of teenagers. *The Journal of Individual Psychology*, 50, 334-344.
- Bruner, J. (2003a). The narrative creation of self. En J. Bruner, *Making stories: Law, literature, life* (pp. 63-87). New York: Farrar, Straus, and Giroux.
- Bruner, J. (2003b). So why Narrative?. En J. Bruner, *Making stories: Law, literature, life* (pp. 89-107). New York: Farrar, Straus, and Giroux.
- Clark, A. J. (2002). *Early recollections: Theory and practice in counseling and psychotherapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Clark, A. J. y Butler, C. M. (2012). Degree of activity: Relationship to early recollections and safeguarding tendencies. *The Journal of Individual Psychology*, 68(2), 136-147
- Eckstein, D. y Kern, R. M. (2002). *Psychological fingerprints*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing.
- Ferguson, E. (1964). The use of early recollections for assessing life style and diagnosing psychopathology. *Journal of Projective Techniques*, 28, 403-412.
- Habermas, T. y Köber, C. (2015). Autobiographical reasoning in life narratives buffers the effect of biographical disruptions on the sense of self-continuity. *Memory*, 23(5), 664-674. doi: 10.1080/09658211.2014.920885
- Hoerl, C. (2007). Episodic memory, autobiographical memory, narrative: On three key notions of in current approaches to memory development. *Philosophical Psychology*, 20(5), 621-640.
- Kaasa, S. O., Morris, E. K. y Loftus, E. F. (2011). Remembering why: Can people consistently recall reasons for their behavior? *Applied Cognitive Psychology*, 25(1), 35-42. doi: 10.1002/acp.1639
- Kasler, J. y Nevo, O. (2005). Early Recollections as Predictors of Study Area Choice. *The Journal of Individual Psychology*, 61(3), 217-232
- Kern, R. M., Belangee, S. E. y Eckstein, D. (2004). Early recollections: A guide for practitioners. *The Journal of Individual Psychology*, 60(2), 132-140.
- Kern, R. M., Stoltz, K. B., Gottlieb-Low, H. B. y Frost, L. S. (2009). The therapeutic alliance and early recollections. *The Journal of Individual Psychology*, 65(2), 110-122.
- Kopp, R. y Eckstein, D. (2004). Using early memory metaphors and client-generated metaphors in Adlerian therapy. *Journal of Individual Psychology*, 60(2), 163-174.
- Loftus, E. (2007). Elizabeth F. Loftus. In G. Lindzey y W. M. Runyan (Eds.), *A history of psychology in autobiography, Vol. IX*. (pp. 199-227). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Manaster, G. y Mays, M. (2004). Early recollections: A conversation. *Journal of Individual Psychology*, 60(2), 107-114.
- Mosak, H. (1958/1977). Early recollections as a projective technique. In H. Mosak, *On purpose: Collected papers* (pp. 6-76). Chicago: Adler School of Professional Psychology.
- Mosak, H. y Di Pietro, R. (2006). *Early recollections: Interpretive method and application*. New York y London: Routledge.
- Mosak, H. y Shulman, B. (1988). *Manual for life style assessment*. Florence, KY: Accelerated Development.
- Neisser, U. (1993). *The Perceived self: Ecological and Interpersonal Sources of Self Knowledge*. New York: Cambridge University Press.
- Newbauer, J. F. y Shifron, R. (2004). Using early recollections in case consultation. *The Journal of Individual Psychology*, 60(2), 155-162.
- Nourkova, V., Bernstein, D. M. y Loftus, E. (2004). Biography becomes autobiography: Distorting the subjective past. *American Journal of Psychology*, 117(1), 65-80.
- Sarig, G. (In Press). *Shoval Yaldut Shakuf. A transparent childhood train: On Adlerian work with early recollections*. Tel Aviv: Klil Series, Mofet Publishing House.
- Sabbagh, K. (2009). *Remembering our childhood: How memory betrays us*. New York, NY, US: Oxford University Press.
- Shulman, B. H. y Mosak, H. (1990/1995). Early recollections. En B.H. Shulman y H. Mosak, *Manual for life style assessment* (pp. 61-74). NY y London: Routledge, Taylor y Francis.