

Érase una vez... una introducción al pensamiento posmoderno y a la terapia narrativa

Once upon a time ... An
introduction to postmodern
thought and narrative therapy

Alejandro Castaño Agudelo *

Recibido: 11 de febrero de 2020 – **Aceptado:** 25 de abril de 2020 – **Publicado:** 15 de septiembre de 2020

Forma de citar este artículo en APA:

Castaño Agudelo, A. (enero-diciembre, 2020). Érase una vez... Una introducción al pensamiento posmoderno y a la terapia narrativa. *Ciencia y Academia*, (1), pp. 48-70. DOI: <https://doi.org/10.21501/2744-838X.3729>

* Magíster en Psicoterapia de la Universidad Pontificia Bolivariana, Psicólogo de la Universidad CES, Medellín-Colombia. Contacto: alcastanoa@gmail.com, Orcid: 0000-0002-4770-182X.

Resumen

Este artículo de revisión bibliográfica aborda los fundamentos del pensamiento posmoderno, así como los principios teóricos y técnicos de la terapia narrativa. Se delinearán inicialmente los preceptos de la filosofía moderna en torno a los cuales se han desarrollado las ciencias hasta mitad del siglo XX. A medida que se plantean los pilares del objetivismo, se desarrolla un hilo argumental de contraste en el cual se retoman los relatos configuradores de la tradición posmoderna que actualmente rigen como punto de contraste al discurso tradicional de la ciencia.

En un segundo escenario se exponen las directrices de la terapia narrativa. Se recapitulan las principales estrategias de intervención derivadas de este modelo con el fin de clarificar la puesta en escena de los postulados anteriormente presentados en el contexto del acompañamiento individual y familiar. Con este texto se espera introducir al lector tanto en el pensamiento posmoderno como en la terapia narrativa, la cual en los últimos decenios ha fungido como andamiaje para múltiples conversaciones de coautoría entre consultantes y terapeutas en el mundo.

Palabra clave

Pensamiento posmoderno; Pensamiento moderno; Constructivismo; Construcciónismo social; Terapia narrativa.

Abstract

This bibliographic review article addresses the foundations of postmodern thinking, as well as the theoretical and technical principles of narrative therapy. Initially, the precepts of modern philosophy as parameters are presented in which the sciences have developed until the middle of the 20th century. As the pillars of objectivism are raised, a contrasting story line is developed in which the configuring stories of the postmodern tradition are retaken, which currently govern the traditional discourse of science as a reference of contrast.

In a second scenario, the guidelines of narrative therapy are exposed. The main intervention strategies derived from this model are recapitulated in order to clarify the staging of the postulates previously presented in the context of individual and family accompaniment. With this text it is hoped to introduce the reader to both postmodern thinking and narrative therapy, which in recent decades have served as a scaffold for multiple co-authorship conversations between consultants and therapists around the world.

Keywords

Postmodern thinking; Modern thought; Constructivism; Social constructionism; Narrative therapy.

Introducción

La filosofía posmoderna en las últimas décadas ha fungido como fuente de desarrollo de diversos modelos terapéuticos dentro de los cuales se encuentran la terapia centrada en soluciones, la terapia narrativa y la terapia colaborativa. Estas propuestas de acompañamiento terapéutico entre sí representan paradigmas diferentes que, de una u otra forma, se ajustan a los preceptos de la denominada filosofía posmoderna. En las últimas décadas este tipo de modelos han presentado enormes desarrollos tanto en el contexto mundial como en el latinoamericano, motivo por el cual se hace necesario el desarrollo de textos que presenten de forma clara la relación epistemológico-teórica de dichas propuestas.

Pensamiento moderno

Previo a la presentación de las características del pensamiento posmoderno se hará una exposición de los preceptos defendidos por aquellos quienes han construido la trama narrativa del pensamiento moderno. Este pensamiento puede definirse como el paradigma imperante en las ciencias hasta la década de los años setenta, el cual se caracteriza por retomar los principios del positivismo, la lógica y el análisis lógico.

Teniendo en cuenta la exposición que realiza Neimeyer (como se citó en Mahoney, 1995), los individuos, desde la visión de la modernidad, pueden llegar a través de observaciones paulatinas de los fenómenos circundantes a la verdad última sobre estos. Esta perspectiva defiende la existencia de una realidad objetiva extrínseca al individuo que debe ser estudiada, dado que a partir de su análisis se pueden organizar modelos explicativos coincidentes con la verdad del universo. Los modelos, teoremas y ciencias derivadas del ejercicio observacional, de acuerdo con este planteamiento filosófico, son reflejos exactos de los complejos fenómenos que se presentan en la naturaleza y en la sociedad humana. Vale la pena aclarar que para esta postura el individuo a través de los sentidos y el pensamiento lógico, entendiéndose este último como el análisis racional y por excelencia matemático de datos, puede llegar a encontrar este conocimiento.

Asimismo, desde esta postura filosófica el observador es un agente independiente del objeto de estudio que se pretende describir, el cual, tal y como lo haría un investigador criminal que recoge evidencia hasta llegar al culpable sin hacer ningún tipo de conjetura a priori para evitar cualquier sesgo, colecta la información correspondiente a un evento, considerando que las pistas del fenómeno son finitas y se encuentran dispersas por el universo a la espera de ser descubiertas. En este punto el método científico cobra protagonismo, ya que es considerado como la principal

herramienta para el estudio de los fenómenos del universo y, por extensión, la herramienta para el descubrimiento de la verdad. Complementando la afirmación anterior, referente a la distancia entre el observador y lo observado, se puede decir que cualquier inferencia o conjetura que realice el observador, previa a la colección de datos, deberá ser sometida a un riguroso análisis racional, puesto que se consideran como vicios o sesgos que van a afectar la investigación como tal. En este sentido, se podría retomar la metáfora del científico inmaculado, el cual pretende evitar que cualquier espora o partícula de material biológico alcance su cultivo, ya que este podría alterar sus resultados. Se asume que si las construcciones que el teórico elabora no corresponden a los datos colectados, se está incurriendo en un error de la interpretación de las evidencias, lo cual plantea un ejercicio de ajuste de hipótesis a la aplastante evidencia.

Es así como el resultado final del proceso de recolección de datos, llevado a cabo posterior a la fase de experimentación, equivaldría a la decodificación de la verdad encriptada en el objeto estudiado. Respecto a las ciencias y el conocimiento se espera que, con el paso del tiempo y a través de procesos de experimentación empírica, el hombre colecte la mayor cantidad de información existente en la naturaleza referente a cada uno de los eventos sociales y naturales que en las diferentes disciplinas y ciencias se estudian.

Feixas y Villegas (2000) comparan la epistemología constructivista y la objetivista; afirmando que el conocimiento es objetivo para el pensamiento moderno, se parte de la premisa de que la verdad se encuentra a la espera de ser descubierta. El investigador va cuestionando y develando enigmas que le llevan a la verdad. Dicho de otra forma, el proceso de búsqueda de conocimiento se caracteriza por el encuentro de la verdad que reside en los fenómenos y esta ingresa a la mente de los observadores tal y como la luz lo hace a una caja negra fotográfica fijando las imágenes. Así mismo, plantean que el valor del conocimiento se dimensiona por su correspondencia con los fenómenos de la realidad objetiva. Se espera que el conocimiento verdadero pueda describir detalladamente cada una de las características de los sucesos o sistemas que rodean al ser humano. De ahí que, si se logra una correspondencia uno a uno entre la abstracción que el hombre hace del fenómeno y el suceso como tal, este conocimiento se considera verdadero.

Teniendo en cuenta los postulados del pensamiento moderno hasta aquí descritos valdría la pena pensar dónde quedan los procesos de anticipación y construcción de hipótesis del investigador, quien en un primer momento fue el diseñador de los objetivos de su empresa investigativa y en los cuales definió de antemano la admisibilidad de la evidencia recolectada.

Se podría reflexionar sobre los procesos sociales y políticos en los cuales el investigador participa en compartir los preceptos de la ciencia moderna o de una escuela teórica particular refleja desde una postura constructorista cómo el hombre se encuentra en constantes procesos de co-construcción y/o validación de conocimientos socialmente erigidos. El científico se encuentra en conversaciones incesantes consigo mismo y con grupos de estudio a partir de las cuales negocia los límites de su propio conocimiento. Desde este punto se podría incluso cuestionar cómo es que el investigador en su empresa científica pretende mantener un lugar de observador privilegiado, tal y como la ciencia moderna aspira, ya que desde antes de plantear cualquier experimento se han elaborado relatos sociales sobre la ciencia, la evidencia, incluso sobre la misma objetividad, que van a soportar el ejercicio investigativo posterior.

Referente a los principios subyacentes al pensamiento moderno, se puede decir que esta postura asume que el conocimiento es ahistórico, universal y singular. Elaborando esta afirmación, se quiere plantear que al hablar del conocimiento desde la objetividad se puede decir que éste se encuentra exento de la influencia histórica y cultural, ya que si se cumplen los principios del método científico se considera como información veraz sobre el fenómeno, independiente de las ideologías políticas, religiosas o científicas que puedan imperar en el contexto donde se desarrolla la empresa investigativa. Una vez más se podría generar un espacio de discusión sobre la ahistoricidad del conocimiento, pues se tendría que considerar si las corporaciones, los partidos políticos, los movimientos sociales, las guerras, las ideologías religiosas o las modas tienen o no injerencia en la solicitud, financiamiento y publicación de los ejercicios investigativos, o si el científico al presentar sus descubrimientos como verdades inmaculadas y libres de cualquier vestigio de su propia humanidad y las limitantes de su contexto no guarda algún interés personal, económico o de otra índole.

Referente a la universalidad del conocimiento como uno de los estandartes del pensamiento moderno se puede plantear que esta perspectiva asume que la implementación del conocimiento puede hacerse de forma extensiva y análoga si se siguen los lineamientos propuestos por el método científico o la opinión de los expertos investigadores. En caso tal que el conocimiento haya sido rigurosamente decantado a través de la investigación y el análisis cuantitativo, este puede aplicarse sin tener que hacer mayores consideraciones sobre sus limitaciones potenciales o su adecuación al sistema de significados socioculturales de una población particular.

Neimeyer (como se citó en Mahoney, 1995) afirma que si el conocimiento se ha obtenido a través de procesos demostrables y replicables, podrá ser útil más allá de las limitantes culturales, históricas o ideológicas. Si el conocimiento puede ser demostrado a través de los sentidos de forma sistemática puede establecerse como universal. A modo de ejemplo, si la teoría de la gravedad ha sido demostrada por

diferentes autores a lo largo de la historia, y a través de métodos estandarizados se ha llegado a un resultado similar, esta noción puede aplicarse de forma extensiva a todos los contextos científicos que requieran la explicación de la gravedad. Desde este punto de vista algunas variables descritas por la ciencia se transforman en constantes, pues se consideran medidas universales de un fenómeno.

Retomando el texto *Constructivismo y psicoterapia* (Feixas y Villegas, 2000), se destaca cómo desde una epistemología objetivista el individuo juega un papel poco protagónico en la conformación del conocimiento. Se apela entonces a modelos motivacionales, de refuerzo y castigo, de condicionamiento clásico, o de pulsiones inconscientes para explicar cómo el hombre se ve movilizado a la búsqueda de conocimiento o cómo este último es el resultado de las contingencias externas. Desde este punto de vista se delinea un guion en el cual el ser humano es un objeto determinado por fuerzas internas o externas ante las cuales no puede elegir por su propia cuenta.

Si se define al ser humano desde esta posición, se validan propuestas ideológicas en las cuales el hombre puede ser caracterizado como un objeto forjado y/o manipulado por sus propios impulsos y emociones, o en casos extremos por las manos de los científicos. Un ejemplo utópico de esta posibilidad se plasma en el texto *Walden Two* (1948) escrito por Skinner, quien expone de forma narrativa cómo la libertad e independencia se consideran ficciones mantenidas socialmente para reforzar conductas previamente determinadas por alguien más, en dicho caso, el científico de la conducta es el encargado tanto de gobernar esta sociedad utópica, como de dictaminar cuáles serán las conductas que el hombre debe tener, usando el mito de la libertad para reforzarlas.

Martínez-Taboas (2012) hace referencia al papel que juegan la cognición y el lenguaje dentro de los planteamientos del pensamiento moderno. Este autor expone cómo el lenguaje se supone un epifenómeno, ya que se consideran solo sus implicaciones prácticas. Desde este planteamiento filosófico, el lenguaje se reduce a un instrumento de transferencia de conocimientos e información que, en última instancia, se ve legitimado por ser a través de él que se exponen los atributos de los fenómenos descubiertos. Referente a la cognición, este autor considera que es un instrumento para desarrollar mapas correctos del territorio del universo.

La definición de cognición que hace el pensamiento moderno podría ser contrastada con la expresión tan valorada por George Kelly (1955), que Korzybski (1933) plantea referente a que el mapa que construimos mentalmente no necesariamente representa el territorio de la realidad. Esta premisa sirve de preámbulo para entender cómo desde la epistemología constructivista la realidad se convierte en un asunto autorreferencial, o sea, el individuo va construyendo la realidad a medida que la observa. En una segunda instancia, esta cita permite ejemplificar

cómo el pensamiento posmoderno no se interesa por un mundo externo objetivo o no responde preguntas referentes al carácter último de la naturaleza. Por el contrario, tanto en la epistemología constructivista como construccionista se apela a los procesos narrativos, significando esto que el conocimiento o sentido construido sobre el self y la vida parten de la experiencia subjetiva e intersubjetiva, al viaje que el individuo y los grupos emprenden a través del lenguaje y de los procesos de interacción.

Pensamiento posmoderno

El pensamiento posmoderno hace referencia tanto a un momento histórico como a una corriente de pensamiento que se ha transformado paulatinamente en uno de los discursos dominantes en las ciencias sociales en las últimas décadas. Tarragona Sáez (2006) considera que la posmodernidad, más que un fragmento de la historia de la humanidad, es un planteamiento filosófico que cuestiona los modelos objetivistas y estructuralistas.

Agudelo-Bedoya y Estrada-Arango (2012), por su parte, proponen que el constructivismo y el construccionismo pueden ser consideradas como las dos caras de una misma moneda, la cual en este caso sería el pensamiento posmoderno. Definen cómo estas posturas epistemológicas se encuentran dentro de una categoría denominada psicología construccionista, la cual retoma los aspectos comunes a ambos planteamientos tales como la noción del conocimiento, así como las críticas que se realizan a la concepción de realidad independiente del observador, al concepto de objetividad y al posible establecimiento de una ciencia empírica. En su argumento se llega incluso a delinear un intento de integración en pro del ejercicio terapéutico, reconociendo las particularidades epistemológicas de ambas.

Camejo (2006), por su lado, propone que la epistemología constructivista puede ser tenida en cuenta como modelo de explicación de la formación del conocimiento en las escuelas psicoterapéuticas posmodernas, ya que, al no hablarse de una verdad correcta o de la necesidad de llegar a un único punto de comprensión del universo, se da paso a procesos dialógico-conversacionales en los cuales se negocian realidades teóricas y terapéuticas.

Anderson (1997) considera que la posmodernidad es una filosofía que retoma el lenguaje como generador de conocimiento, en contraposición a los modelos objetivistas y el pensamiento moderno. Se considera el lenguaje como vertebrador de los procesos de construcción, ya que con este se establecen diálogos entre individuos que facilitan la formación de significados conjuntos.

Teniendo en cuenta los planteamientos anteriores es posible afirmar que el lenguaje es el eje transversal a todas las psicoterapias posmodernas fundamentadas en el construccionismo social, ya que consideran que a través de los procesos discursivos, en los cuales se da la transmisión de narrativas al interior de grupos, se da orden a la experiencia. En otras palabras, el individuo se comunica y relata historias, y a partir de estos procesos enriquece o elabora versiones de sí, recuerdos y discursos sociales que van a delimitar la versión de realidad. El lenguaje, como facilitador en la transmisión de vivencias y en el establecimiento de relatos entre grupos e individuos, pretende más que intentar explicar aspectos ontológicos, dar orden y sentido a la vivencia de un grupo en un momento histórico, cultural y social. De aquí la trascendencia que se da a este en el pensamiento posmoderno.

En el crisol posmoderno el lenguaje se concibe de una forma diferente al planteado por el pensamiento moderno, ya que no se limita a intercambios o danzas fonéticas en las cuales se expresen versos, palabras o ideas. Se considera que este juega un papel central en los procesos histórico-culturales en los cuales el individuo participa, ya que es el insumo central con el cual se co-construyen realidades y negocian acciones que tendrán un significado y una comprensión para quienes participan de esta versión de realidad.

Pasando a definir la noción de conocimiento en la perspectiva posmoderna, Von Glasersfeld (1988) expone que el individuo forma significados sobre los acontecimientos para darles coherencia y poder comprender la influencia de estos en su vida, más que para preguntarse o cuestionar el carácter ontológico de ellos. Así mismo resalta que todo conocimiento es subjetivo, ya que el individuo parte de su propia experiencia para conformar estructuras de conocimiento a través de las cuales a posteriori explicará su realidad. Respecto a este punto se puede retomar la propuesta de Kelly (1955), quien afirma que el individuo va desarrollando construcciones sobre los acontecimientos, las cuales va organizando en un sistema internamente coherente para poder dar cuenta, así, de los fenómenos que lo pueden circundar.

Maturana y Varela (1980) definen al ser humano y los seres vivos en general como organismos autopoieticos que generan un sistema de significados interno a partir del cual se interrelacionan consigo mismos, con los fenómenos que inventan a su alrededor y con los demás seres vivos, por lo que se considera una perspectiva evolutiva.

Merece la pena recalcar que Dallos (1991) establece una similitud entre la perspectiva de Maturana y Varela (1980) con el trabajo de George Kelly (1955), así como Berger y Luckman (1973). Establecer este tipo de similitudes entre posturas de origen epistemológico constructivista permite comprender al ser humano desde diferentes esferas tales como la biológica, defendida por Maturana y Varela (1980),

psicológica, como la defendida por Kelly (1955), y sociológica, como lo hacen Berger y Luckman (1973), lo cual permite, desde una coherencia filosófica, darle sentido a la complejidad de la experiencia que es el ser humano.

Complementando la postura interdisciplinaria que caracteriza al pensamiento posmoderno, Tarragona Sáez (2006) defiende el diálogo de saberes. Este autor considera que el cuerpo teórico de la psicología construccional se ha forjado a partir de aportes interdisciplinarios, específicamente de áreas tales como antropología, sociología, psicología, física, matemáticas, comunicación social y lingüística.

En este sentido, si bien se tienen en cuenta aportes de la psicología, desde la posmodernidad se cuestionan los modelos estructuralistas. De aquí que White y Epston (1993) consideran la terapia narrativa como posestructuralista, ya que prescinde de conceptos como estructuras tácitas y profundas, debido a que al hacer referencia a este tipo de nociones se imponen preconcepciones propias del terapeuta que no necesariamente corresponden al sistema de significados del individuo.

Martínez-Taboas (2012) define que el pensamiento posmoderno prioriza la coherencia entre la teoría y la validez. Desde este punto de vista lo que se considera como válido o profundamente persuasivo para el individuo se debe a que es coherente con un marco específico de referencia que este ha construido anteriormente. Además, sostiene que no es posible afirmar la existencia de una única verdad. Intentado robustecer este último punto se puede retomar lo propuesto por autores que participan de la epistemología constructivista, tales como Watzlawick (1988) y Feixas y Villegas (2000). Estos pensadores proponen que para el constructivismo, el conocimiento es producto de los procesos de significación personal y social, lo que implica la imposibilidad de hablar de una realidad externa al ser humano que pueda ser estudiada de forma objetiva, pues es el individuo quien, simultáneamente, al intentar comprender el mundo que lo circunda, lo está construyendo. Desde esta postura epistemológica se entiende, entonces, que el conocimiento obtiene su valor gracias a su viabilidad en términos experienciales, teóricos o sociales, más que por su correspondencia de uno a uno con un mundo exterior, tal y como defiende el pensamiento moderno.

Analizando las diferentes terapias posmodernas, se puede establecer como uno de los principios de esta filosofía la primacía que se le da al desarrollo de narraciones o construcciones alternativas. White y Epston (1993) ejemplifican este principio al exponer cómo a partir del trabajo con testigos se logra el desarrollo de narrativas alternativas o el enriquecimiento de aquellas que han sido previamente identificadas en el discurso del consultante. Desde la psicología de constructos personales se sigue una línea similar, Kelly (1955) considera el ejercicio terapéutico como un espacio de colaboración entre expertos para el desarrollo de nuevos significados

que puedan ser puestos a prueba en la experiencia cotidiana por el consultante. Así mismo define en su obra magna ocho estrategias para facilitar el cambio en las narraciones o constructos personales.

Otra característica de esta perspectiva es el papel protagónico que juegan las relaciones sociales. Martínez-Taboas (2012), al igual que Agudelo-Bedoya y Estrada-Arango (2012), exaltan cómo la interacción, participación y cooperación entre personas son el punto de partida para la formación y el enriquecimiento de narrativas. En este punto el construccionismo social cobra protagonismo, ya que permite entender cómo a través de la interacción y gracias al lenguaje surgen realidades contextuales que van a definirse como la versión estándar del mundo de un grupo. Para darle mayor claridad a la profunda influencia que para el construccionismo tienen los procesos sociales en la vida del individuo, vale la pena retomar a Gergen (1996), uno de los autores centrales de esta postura. Según este autor, el individuo vive en una cárcel delimitada por los discursos o construcciones sociales dominantes, los cuales van a definir su identidad, sus acciones, así como el significado y connotaciones sociales y morales de las emociones.

Berger y Luckman (1973) aportan una perspectiva construccionista social proveniente de la sociología. Argumentan que los mundos en los cuales habitan los seres humanos se desarrollan y mantienen a través de procesos de reconstrucción y mantenimiento, lo cual le permite tanto a los individuos como a las comunidades erigir sus propias realidades. Esta perspectiva complementa, desde una disciplina diferente a la psicología, uno de los soportes fundamentales de la terapia narrativa.

Anderson (1997) implementa en su psicoterapia preceptos defendidos por el construccionismo social. Dicha autora significa el proceso terapéutico como un contexto comunicacional en el cual se logra la exploración de hipótesis, construcciones y discursos aportados por el consultante a partir de los cuales se formulan alternativas que le permitan al individuo vivir de manera más satisfactoria. Lo anterior va en la misma vía defendida por la terapia narrativa, la cual retoma experiencias excepcionales al discurso auto invalidante en la vida del individuo o en la familia para fortalecer tramas discursivas que lo liberen paulatinamente.

Como característica final de la filosofía posmoderna, se puede establecer una comparación en el papel que juega la cognición en la perspectiva moderna y posmoderna. Tal y como se ha descrito anteriormente, en el pensamiento moderno la cognición está destinada al desarrollo de mapas correspondientes a una realidad universal. Este proceso se lleva a cabo a través del pensamiento paradigmático definido por Bruner (1998), el cual pretende establecer reglas o modelos explicativos de tipo causa-efecto basados en la lógica sobre los eventos o fenómenos circundantes con el fin de establecer anticipaciones exactas del fenómeno. Esta primacía de la lógica y el pensamiento hipotético deductivo se ve cuestionado en los

modelos posmodernos, ya que se les da preeminencia a los procesos de significación narrativos y analógicos. Vale la pena recalcar que Bruner (1998), al hablar del pensamiento narrativo, se centra en las vicisitudes de la vida, la emocionalidad, la intención y el relato humanos.

En este orden de ideas se puede concluir que tanto el discurso constructivista como el construccionista son resultados de un mismo caldo de cultivo: la filosofía posmoderna, haciendo claridad en que ambos cuentan con características particulares que los hacen divergir en torno a temas como la identidad, las emociones, el uso del lenguaje, el objetivo epistemológico y la visión de la terapia.

Terapia narrativa

Hasta este punto se han logrado presentar de forma breve los aspectos diferenciales entre el pensamiento moderno y el posmoderno, este último que le da sustento a la terapia narrativa. Se ha hecho esta puesta en escena, ya que se considera de gran importancia que los terapeutas que adopten este discurso de trabajo tengan suficiente claridad y coherencia entre los niveles teórico y filosófico.

A continuación, se presentan las principales características de la terapia narrativa, así como sus habilidades o estrategias conversacionales para el desarrollo del acompañamiento de los sistemas familiares y/o individuales.

Zlachevsky-Ojeda (2003) define la terapia narrativa como un modelo terapéutico derivado del pensamiento sistémico que retoma aspectos del construccionismo social y el posestructuralismo. Afirma que la terapia narrativa parte de la metáfora del hombre como contador de historias en las cuales el individuo se define como protagonista. Adicionalmente argumenta que el individuo va elaborando narrativas a partir de las relaciones sociales y la interacción con los discursos culturalmente dominantes. Estas historias están caracterizadas por el entrelazamiento de personajes, vivencias y emociones, conservando propiedades de temporalidad, lógica y sentido. El lenguaje es el medio primigenio para lograr tejer estos entramados de significados.

Lopes *et al.* (2014) definen la terapia narrativa como un modelo de psicoterapia basado en el fundamento de que las personas desarrollan narrativas personales para darle sentido y forma a las experiencias diarias.

White y Epston (1993) presentan en su obra los antecedentes filosóficos y teóricos de esta perspectiva terapéutica, al respecto se puede decir que la terapia narrativa es una elaboración del trabajo del filósofo Michael Foucault (1965; 1973; 1979; 1980; 1982; 1984a; 1984b; 1984c), ya que se retoman sus obras para

explicar el valor del conocimiento, la relación entre conocimiento y poder, el papel de los discursos de poder y las técnicas de control derivadas de estos, así como el desarrollo de discursos que cosifican y objetivan a las personas, y la puja constante entre discursos que va a determinar las verdades normalizadoras que luego actuarán como puntos de partida para explicar y construir la existencia diaria del hombre.

De igual manera consideran el trabajo de Bateson (1972; 1979) como un eje vertebrador de su obra, pues a partir de las reflexiones y trabajos de este autor explican cómo el ser humano desarrolla marcos interpretativos o mapas de reglas, los cuales le permiten dar forma a su realidad y comprender los fenómenos que lo circundan, y que sin estos sistemas de significados sencillamente no existirían.

Otro antecedente teórico relevante para el desarrollo de la terapia narrativa es el trabajo del antropólogo Clifford Geertz. White y Epston (1993) retoman tres trabajos de Geertz (1976; 1983; 1986) para presentar el cambio de paradigma que se ha venido gestando en el campo de las ciencias sociales, específicamente cómo se ha pasado de modelos explicativos del ser humano y la conducta social biologicistas/mecanicistas a modelos centrados en las narrativas, el rito de paso, el juego y el drama. De igual forma, retoman la obra de Geertz para justificar la relación entre las diversas metáforas del ser humano presentes en las ciencias sociales y para entender como éstas se relacionan con la construcción de las dificultades que las personas viven y la selección de los medios y objetivos en el área de la terapia o intervención social.

Coherente con esta perspectiva, Sarbin (1994) define cómo las narrativas personales son el principio vertebrador de la experiencia, o sea, el hombre les da coherencia y sentido a las múltiples vivencias diarias a través de los procesos de construcción y ensanchamiento narrativo.

Martínez-Taboas (2012) expone que la terapia narrativa se fundamenta en tres directrices. La primera hace referencia a que el proceso terapéutico no es una arqueología de la mente, en esta terapia no se pretende buscar la estructura mínima, o significados verdaderos que actúen como génesis de las problemáticas que el consultante relata. Desde este punto, el consultante asiste al espacio para contar-nos una historia y el significado que ha elaborado; estos se asumen como puntos de partida, sin ser cuestionados bajo los criterios de verdad u objetividad. Tarragona Sáez (2006) complementa esta afirmación al considerar que, en términos generales, las terapias posmodernas son ejercicios de respeto por el discurso del individuo sin dudar de cómo este ha llegado a ella.

La segunda directriz planteada por Martínez-Taboas (2012) hace referencia a la posición que el terapeuta narrativo adopta. En la tradición psicoterapéutica y psiquiátrica, el terapeuta se construye a sí mismo como un experto destinado a

determinar el camino que el consultante deberá transitar para su cura. Desde la perspectiva posmoderna, específicamente en la terapia narrativa, el terapeuta, por el contrario, es un facilitador o acompañante en el proceso de reescritura de nuevos relatos. Es alguien que está atento y espera poder comprender la narrativa personal de su cliente para poder acompañarlo en el enraizamiento de un nuevo relato que le permita liberarse de la narrativa que lo oprime.

Zlachevsky-Ojeda (2003), de forma complementaria, expone que el terapeuta debe darse a la tarea de entender el relato del paciente, haciéndose imágenes en torno a la historia que este plantea, teniendo en cuenta tanto los personajes, como el contexto, los roles, los actos y el escenario. Al mismo tiempo debe ser capaz de distanciarse de esta imagen para comprender como este tejido narrativo incide en un contexto específico de la vida del consultante. Así, cada narrativa saturada de problemas restringe al individuo en una o más áreas de su experiencia, por lo que el terapeuta debe estar en posición de identificar el impacto de este relato y su lógica con el sistema de significados del cual surge, entendiendo este último como la noción de realidad que el consultante ha elaborado a partir de procesos de interacción social vía el lenguaje.

Retornando a Martínez-Taboas (2012), quien expone las tres directrices que guían la terapia narrativa, específicamente la última hace alusión al objetivo del proceso terapéutico. Este autor expone que el objetivo general de la terapia es la formación de relatos alternativos sin ningún tipo de criterio de validez preestablecido. En este sentido se hace referencia a un trabajo ideográfico en el cual el propio protagonista define el rumbo que su historia, tanto pasada como presente y futura tendrá de acuerdo con su sistema de significados, reconociendo construcciones sociales dominantes. En otras palabras, el nuevo desenlace no parte desde los valores o puntos de vista del terapeuta.

Teniendo en cuenta este tercer principio puede retomarse a autores como Chiari y Nuzzo (2010), así como Neimeyer y Raskin (2000), quienes consideran la terapia narrativa como uno de los caminos posibles para la elaboración de otros modelos psicoterapéuticos constructivistas. Esta afirmación se hace puntualmente en torno a la posible reconstrucción de la teoría de constructos personales desde este modelo posmoderno, pues ambas comparten premisas. Una de ellas es que ambas propuestas pretenden que el consultante desarrolle significados alternos al discurso auto invalidante o constructos personales restrictivos. La premisa común que será retomada es la de enriquecer construcciones previamente elaboradas. La terapia de constructos personales hace referencia a este principio al hablar de la elaboración controlada del sistema de significados del consultante, mientras que la terapia narrativa la define en los procesos de engrosamiento narrativo.

Con respecto al proceso terapéutico, Tarragona-Sáez (2006) lo define como un proceso de inclusión de múltiples voces, no se espera que se obtenga una respuesta única y perfecta a partir de la cual se genere la transformación; por el contrario, se espera la emergencia de múltiples opciones de significado más liberadoras. Estos posibles discursos se elaborarán en un proceso de coautoría con el consultante, ya que este es el experto en sus dilemas y predicamentos. Lo anteriormente expuesto puede definirse como el desarrollo de una narrativa personal con multiplicidad temática de acuerdo con Gonçalves (2002).

La terapia narrativa es un modelo que aborda conceptos tales como narrativas densas y narrativas ralas (Payne, 2002). Una narrativa densa o rica es aquella que permite la interconexión entre aspectos inter e intra narrativos y aporta diferentes perspectivas para una experiencia. Es decir, si el individuo cuenta con un relato rico, este tiene la posibilidad de reconfigurar el significado asignado a un evento particular con mayor facilidad.

En contraste, los relatos débiles o ralos son historias que más que facilitar la reconstrucción de la experiencia, limitan al individuo a una única versión de hechos, restringiéndole su capacidad para personificarse desde otros guiones.

Esta perspectiva cuenta con una forma particular de conceptualizar los relatos que restringen a los consultantes. Estos discursos son nombrados como historias dominantes. Tarragona-Sáez (2006) expone que los problemas experimentados por el sistema consultante, los cuales son relatados en el espacio de consulta, pueden hacer referencia a historias dominantes saturadas de problemas. Desde este punto de vista, el consultante puede exponer construcciones negativas de su identidad que se encuentran insertas en discursos de poder plagados de dificultades, los cuales pugnan por convertirse en su trama central.

White y Epston (1993), por su parte, referente a las historias dominantes plantean que, si bien el consultante puede presentar una narrativa saturada de problemas, a través del proceso externalización, y del uso de preguntas de influencia relativa, se hace posible la identificación de experiencias excepcionales. En estas, el individuo o familia plasman cómo han logrado hacerle frente al discurso que los oprime, motivo por el cual las experiencias excepcionales deberán ser retomadas en la conversación terapéutica intentando engrosar la trama narrativa.

Las historias dominantes juegan un papel protagónico en el proceso terapéutico, pues los clientes que asisten a consulta terminan atrapados por el significado otorgado a los acontecimientos a partir de este tipo de discursos. (Zlachevsky-Ojeda, 2003). Elaborando lo anterior a partir de la exposición que hace Ghavami et al.

(2014), la terapia narrativa pretende liberar a las personas de estos relatos auto-limitantes, permitiéndoles simultáneamente que se construyan como agentes de cambio que pueden controlar y reinventar sus propias vidas y relaciones.

Neimeyer (1989) propone desde la teoría de constructos personales un planteamiento similar, el individuo que asiste a consulta ha elaborado una construcción sobre lo que le ha sucedido y lo que espera vivir, en lo cual fuerzas externas van a influir y otras lo determinan, llevándolo a tener dificultades para construir alternativas sobre sí y su vida.

El concepto de historia dominante guarda relación con el de endurecimiento de categorías planteado por Kelly (1955). La psicología de constructos personales define el endurecimiento de categorías como el proceso a través del cual el significado se apropia de los acontecimientos. El individuo elabora una construcción personal que asocia a un evento de forma tan impermeable que termina por considerarse como uno solo. Debido a esto, el individuo termina sintiéndose prisionero de los acontecimientos, sin dimensionar que es el significado como tal el que lo restringe.

Hasta este punto se han esbozado principios de la terapia narrativa teniendo en cuenta contribuciones de la psicología de constructos personales. A continuación, se presentarán los principales procedimientos conversacionales propios de este modelo terapéutico.

Anderson (1997), White y Epston (1993), White (2016), entre otros, plantean diferentes guías para que el terapeuta desarrolle conversaciones de transformación del relato del consultante. Desde el enfoque narrativo se hace uso de modalidades de conversación específicas que serán presentadas a continuación.

Tarragona-Sáez (2006) define las conversaciones externalizantes como una serie de procedimientos encaminados a que el cliente logre poner su problema fuera de la atmósfera de su propia identidad, con el fin de observarlo como un personaje externo, logrando así discutir sobre él y hacerle frente sin caer en la culpabilización.

White y Epston (1993) y White (2006) determinan que, para lograr el objetivo de esta habilidad, es necesario que el consultante nombre su problema, lo ponga en contexto, e identifique cómo ha influido en su vida. Por lo tanto, a través de preguntas puntuales se espera estimar el impacto que este ha tenido en un(a) área(s) específica(s) de la vida del individuo, así como la influencia o intentos de solución que el consultante ha logrado en algún momento.

Nombrar el problema implica invitar al sistema consultante a establecer un nombre o definición de este y respetar esta etiqueta a lo largo del proceso terapéutico. Una vez nombrado, se puede pasar a conversar en torno a cómo el discurso do-

minante ha limitado al individuo, teniendo en cuenta que no se intenta preguntar o establecer hipótesis sobre su origen, tal y como lo haría una perspectiva causalista. Se debe tener en cuenta que en algunas ocasiones las narrativas saturadas de problemas están relacionadas con las construcciones sociales dominantes en el contexto cultural, por lo cual se hace necesario explorar su peso dentro del sistema de significados del consultante y recalcar el papel de la cultura en el mantenimiento de este discurso.

El encuentro de acontecimientos excepcionales puede definirse como segunda estrategia conversacional definida por White y Epston (1993), White (2006). En un primer momento, tal y como se describió, se abordó la historia dominante y sus consecuencias. En esta segunda instancia se continúa conversando partiendo de la hipótesis de que en toda historia existen momentos en los cuales el problema ha perdido influencia. Si esto no se diese en el caso de quien consulta, se pueden hallar en relatos de otros miembros de la familia o de la comunidad, útiles para co-construir nuevos significados.

Se espera encontrar situaciones en las cuales los consultantes le hayan hecho frente al problema, o en las que se han llegado a considerar perspectivas diferentes a la dominante, evidenciando posibles identidades alternas menos negativas y limitantes. Una vez son co-construidas estas excepciones se pasa a evaluar su importancia como discurso alternativo, para darle paso al engrosamiento de la trama narrativa.

Teniendo en cuenta la propuesta de White y Epston (1993), tanto la externalización del problema como la identificación de eventos excepcionales se desarrollan a partir de preguntas de influencia relativa. En estos procesos cobra importancia el concepto de deconstrucción planteado por Derrida, tal y como Besley (2001) expone. Esta autora argumenta que la deconstrucción debe conjugarse con la perspectiva construccionista para lograr identificar nuevas versiones de sí, de la vida y las relaciones.

En este último punto es posible establecer paralelos con el modelo de terapia cognitivo narrativa planteado por Gonçalves (2002). Según este autor, a través de la identificación de la narrativa prototipo, de las fases de subjetivación, objetivación y enraizamiento metafórico, es posible que el cliente construya un sistema de significados con mayor capacidad para dar cuenta de la multiplicidad de la experiencia, con coherencia inter e intra narrativa, multiplicidad temática y complejidad procesual.

Retornando a las estrategias terapéuticas propuestas por la terapia narrativa, el engrosamiento del relato puede ser considerada como la tercera. Tarragona-Sáez (2006) explica este proceso como la recapitulación de construcciones alternativas

previamente identificadas para implementarlas como nuevos ejes de construcción de la experiencia. Esta estrategia presenta semejanzas con el planteamiento de Kelly (1955), referente a cómo se espera lograr el aumento de la capacidad predictiva del sistema a partir de la implementación de un constructo alternativo que puede preexistir como una excepción, o puede ser elaborado *in situ* en la terapia. Independientemente de si es o no preexistente en el sistema de significados del individuo, se espera que paulatinamente este sea más dominante y a largo plazo facilite el enriquecimiento del sistema de significados.

White (2006) aclara que en el trabajo terapéutico se pretende reescribir las historias que limitan a la persona o la familia haciendo uso de preguntas dirigidas a la acción y su significado. Dicho de otra manera, se busca una definición operativa de estos relatos alternativos de forma tal que el consultante pueda ejecutarlos. Intervenciones como el trabajo con testigos, el uso de textos terapéuticos, los discursos de remembranza (*re-membering*), y rituales de transición están diseñados para facilitar el engrosamiento de estas nuevas historias que pretenden convertirse en ejes centrales.

Antes de cerrar esta exposición merece la pena decir que White y Epston en su escrito de 1993 realizan una extensiva presentación del uso de medios narrativos, principalmente cartas y contradocumentos, para lograr el objetivo de reconstruir los relatos de las personas que acuden a la terapia. Dichos autores aclaran que no necesariamente en todos los casos se debe hacer uso de ellas, pues al ser un trabajo profundamente idiográfico, el uso de medios literarios dependerá de las condiciones que se van co-construyendo entre el terapeuta y la familia o consultante. Igualmente citan el trabajo de Burton (1965) como un pionero en el uso de textos en la terapia, desmitificando así su propio trabajo como único en la implementación de este tipo de medios terapéuticos.

Referente al manejo y el uso de los medios narrativos es de central importancia aclarar que muchas de estas estrategias se implementan en la terapia para resumir las narrativas personales y familiares alternativas que se han co-construido en la sesión de terapia, más que para continuar dándole fuerza al discurso dominante que oprime al consultante. En palabras de Goffman (1961), se espera que al implementar algunas estrategias narrativas se narren paulatinamente testimonios de éxito, más que historias tristes.

Recientemente Linares et al. (2005) exponen el uso de cartas y medios literarios en la terapia familiar, propuesta que complementa el uso de estas estrategias literarias en la escena de la terapia, pues las tipologías de textos escritos y cartas que estos autores postulan son diferentes a las expuestas originalmente por los autores White y Epston (1993).

Un aspecto final para tener en cuenta en el trabajo desarrollado por White y Epston (1993) es el uso de los rituales como parte de la terapia para facilitar el engrosamiento de las nuevas narrativas construidas, así como para poner a prueba la viabilidad de estos nuevos relatos en contextos sociales. El uso de los rituales en la terapia puede estudiarse en la tradición sistémica, tal y como en Palazzoli *et al.* (1978) o en los trabajos antropológicos desarrollados por Myerhoff (1982).

Hasta este punto se han delineado algunos procedimientos comunes utilizados en la terapia narrativa. Es posible encontrar intervenciones diferentes a estas dado el carácter ecléctico que algunos terapeutas narrativos adoptan, tal es el caso de Neimeyer y Raskin (2000).

Conclusiones

La terapia narrativa es un modelo terapéutico con un cuerpo teórico sólido y coherente con los principios de la filosofía posmoderna. En los últimos años ha sido una de las orientaciones terapéuticas que ha ganado notoriedad en el ámbito de la asistencia social y de la terapia, tanto individual como familiar. Considero que este modelo cuenta con estrategias conversacionales que se perfilan como útiles y sensibles para el trabajo reconstructivo del sistema de significados de los consultantes, lo hago a partir de la revisión de textos de estudio de caso, en los cuales se presentan resultados prometedores en diversas situaciones familiares e individuales. Rendón (2015) presenta las virtudes de la terapia narrativa en un caso de ansiedad infantil. Así mismo, Navarro (2010), expone cómo desde una intervención individual-familiar con una cliente diagnosticada con síndrome de Down se logran desarrollar nuevas tramas narrativas a nivel personal y familiar menos limitantes y auto-culpabilizantes. Igualmente soporto mi conclusión al revisar trabajos como el realizado por Schaefer y Rubí (2015), quienes plantean en su estudio cómo la terapia narrativa, y en términos generales las terapias constructivistas/construccionistas se perfilan como intervenciones útiles para abordar los aspectos constitutivos del trastorno de ansiedad social.

En este texto se suprimió, por motivos de extensión, el abordaje de características de las terapias posmodernas tales como el papel especial del conocimiento local, el posicionamiento del cliente como protagonista del proceso psicoterapéutico, la posición transparente del terapeuta, así como la relevancia de los aspectos que funcionan en la vida del individuo. Igualmente se dejó fuera la discusión en torno a la terapia narrativa como un modelo de terapia breve dirigido a objetivos, tal y como reflexionan Etchison y Kleist (2000).

Como conclusión final pretendo plantear que la terapia narrativa se observa como uno de los posibles caminos para elaborar la psicoterapia de constructos personales desarrollada por Kelly (1955). Lo afirmo teniendo en cuenta las similitudes encontradas entre los postulados de la terapia narrativa tanto con la postura filosófica adoptada por la psicología de constructos personales, denominada alternativismo constructivo (Kelly, 1955), así como con otros aspectos que esbozaré rápidamente. Una semejanza entre ambas propuestas terapéuticas se refiere al concepto de constructo personal y unidad idea planteada por Chafe (1985), la cual es tenida en cuenta por White y Epston (1993) para justificar su modelo de intervención. Otro punto de relativa similitud entre ambas propuestas se establece entre la posición de Goffman (1961), referente a las historias de éxito versus las historias tristes, con el trabajo desarrollado por Linda Viney (1996), al hablar de cómo las personas se construyen como peones y a partir del trabajo terapéutico se espera que lleguen a significarse como origen o protagonistas de nuevas construcciones preferidas. Un último punto de convergencia se puede establecer al considerar que ambas propuestas se inscriben en la misma postura epistemológica.

Para finalizar deseo exponer que desde la psicología de constructos personales se adopta una actitud de eclecticismo técnico y coherencia teórica, la cual admite el enriquecimiento de los medios terapéuticos de esta propuesta terapéutica a partir de planteamientos y estrategias de la terapia narrativa, en pro de un ejercicio conversacional más sensible, el cual se ajuste mejor a los relatos de los consultantes y las realidades sociales en las cuales participan.

Conflicto de intereses

El autor declara la inexistencia de conflicto de interés con institución o asociación de cualquier índole.

Referencias

Agudelo-Bedoya, M., y Estrada-Arango, P. (2012). Constructivismo y construccionismo social: algunos puntos comunes y algunas divergencias teóricas. *Prospectiva*, (17), 353-378. <https://revistapropectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/1156/1276>

- Anderson, H. (1997). *Conversation, Language, and Possibilities. A Postmodern Approach to Therapy*. Basic Books.
- Bateson, G. (1972). *Steps to and Ecology of Mind*. Ballantine Books.
- Bateson, G. (1979). *Mind and Nature: A Necessarily Unity*. Dutton.
- Berger, P., & Luckman, T. (1973). *The Social Construction of Reality*. Penguin.
- Besley, T. (2001). Foucauldian Influences in Narrative Therapy: An Approach for Schools. *Journal of Educational Enquiry*, 2(2), 72-93. <https://pdfs.semanticscholar.org/7f4e/7ad35774688ab08ee6c1375f91c13eed41a1.pdf>.
- Bruner, J. (1998). *Realidad mental y mundos posible*. Editorial Gedisa.
- Burton, A. (1965). The Use of Written Productions in Psychotherapy. In L. Pearson (Comp.), *Written Communications in Psychotherapy*. C.C Thomas.
- Camejo, A. (2006). La epistemología constructivista en la post-modernidad. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales*, 14(2). <https://revistas.ucm.es/index.php/NOMA/article/download/NOMA0606220097A/26603>.
- Chafe, W. (1985). Linguistic Differences Produced by Differences Between Speaking and Writing. En D. Orson, N. Torraru & A. Hildyrcrill (Comps.), *Literacy, Language and Learning*. Cambridge University Press.
- Chiari, G., & Nuzzo, M. (2009). *Constructivist Psychotherapy, a Narrative Hermeneutic Approach*. Routledge.
- Dallos, R. (1991). *Family Belief Systems, Therapy and Change. A Constructional Approach*. Open University Press.
- Etchison, M., & Kleist, D. (2000). Review of Narrative Therapy: Research and Utility. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 8(1), 61-66. <https://doi.org/10.1177/1066480700081009>.
- Feixas, G. y Villegas, M. (2000). *Constructivismo y psicoterapia*. Desclée De Brouwer.
- Foucault, M. (1965). *Madness and Civilization: A History of Insanity in the Age of Reason*. Random House.
- Foucault, M. (1973). *The Birth of Clinic: An Archeology of Medical Perception*. Tavistock.

- Foucault, M. (1979). *Discipline and Punish: The Birth of the Prison*. Peregrine Books.
- Foucault, M. (1980). *Power/Knowledge. Selected Interviews and Other Writings*. Pantheon Books.
- Foucault, M. (1982). The Subject and Power. In H. Dreyfus & P. Rabinow (Comps.), *Michael Foucault: Beyond Structuralism and Hermeneutics*. University of Chicago Press.
- Foucault, M. (1984a). *The History of Sexuality*. Peregrine Books.
- Foucault, M. (1984b). Space, Knowledge and Power. In P. Rabinow (Comp.), *The Foucault Reader*. Pantheon Books.
- Foucault, M. (1984c). Nietzsche, Genealogy, History. In P. Rabinow (Comp.), *The Foucault Reader*. Pantheon Books.
- Geertz, C. (1976). From Nature's Point of View: On the Nature of Anthropological Understanding. In K. Basso & H. Selby (Comp.), *Meaning in Anthropology*. University of New Mexico Press.
- Geertz, C. (1983). *Local Knowledge, Further Essays in Interpretative Anthropology*. Basics Books.
- Geertz, C. (1986). Making Experiences, Authoring Selves. In V. Turner, E. Bruner (Comp.). *The Anthropology of Experience*. University of Illinois Press.
- Gergen, K. (1996). *Realidades y relaciones. Aproximaciones a la construcción social*. Paidós.
- Ghavami, M., Sadeghi, H., & Mohammadi, E. (2014). The Effectiveness of Narrative Therapy on Social Anxiety and Self-esteem of Middle School Students. *Journal of School Psychology, 4(9)*, 469-467. <http://hrmars.com/index.php/journals/papers/IJARBSS/v4-i9/1171>.
- Goffman, E. (1961). *Asylum: Essays in the Social Situation of Mental Patients and other Inmates*. Doubleday.
- Gonçalves, O. (2002), *Terapia cognitiva narrativa: manual de terapia breve*. Desclée De Brouwer.
- Kelly, G. (1955). *Psychology of Personal Constructs*. Routledge Editions.

- Linares, J., Pubill, M., y Ramos, R. (2005). *Las cartas terapéuticas: una técnica narrativa en terapia familiar*. Herder Editorial.
- Lopes, R., Gonçalves, M. M., Machado, P., Sinai, D., Bento, T., & Salgado, J. (2014). Narrative Therapy vs. Cognitive-Behavioral Therapy for Moderate Depression: Empirical Evidence from a controlled Clinical Trial. *Psychotherapy Research*, 24(6). <https://doi.org/10.1080/10503307.2013.874052>.
- Mahoney, M. J. (Ed.) (1995). *Cognitive and Constructive Psychotherapies, Theory, Research and Practice*. Springer Publisher Company.
- Martínez-Taboas, A. (2012). La narrativa como guía de vida: las psicoterapias narrativas. *Ciencias de la Conducta*, 27(1), 81-102.
- Maturana, H., & Varela, F. (1980). *Autopoiesis and Cognition. The Realization of Living*. Reidal Publishing.
- Myerhoff, B. (1982). Life History Amount the Elderly: Performance, Visibility, and Remembering. In Ruby, J. (Comp.), *A Crack in the Mirror: Reflexive Perspectives in Anthropology*. University of Pennsylvania Press.
- Navarro, L. F. (2010). Terapia narrativa aplicada a una familia con una niña con síndrome de Down. *Ajayu*, 8(2), 45-61. <http://www.ucb.edu.bo/Publicaciones/Ajayu/v8n2/v8n2a3.pdf>.
- Neimeyer, R. (1989). *Casos de terapia de constructos personales*. Desclée De Brouwer.
- Neimeyer, R., & Raskin, J. (2000). *Constructions of Disorder*. American Psychological Association.
- Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. (1978). *Paradox and Counterparadox*. Jason Aronson.
- Payne, M. (2002). *Terapia narrativa, una introducción para profesionales*. Paidós.
- Rendón, L. S. (2015). Psicoterapia narrativa en un caso de ansiedad infantil. *Ajayu*, 13(1), 98-115. https://pdfs.semanticscholar.org/f04d/fcc132e10aae18ba043fbf62e873a20c6650.pdf?_ga=2.39003235.1789299405.1591989960-520613423.1587047603.

- Schaefer, H. y Rubí, P. (2015). Abordaje narrativo y estratégico en el trastorno por ansiedad social. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 53(1), 35-43. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000100005>.
- Tarragona-Sáez, M. (2006). Las terapias posmodernas: una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología Conductual*, 14(3), 511-532. <http://www.enlinea.cij.gob.mx/Cursos/Hospitalizacion/pdf/Terapiasposmodernas.pdf>.
- Viney, L. (1996). Escuchando lo que mis clientes y yo decimos: escalas y categorías de análisis de contenido. In G. Neimeyer (Comp.), *Evaluación constructivista*. Editorial Paidós.
- Von Glasersfeld, E. (1988). *Introducción al constructivismo radical*. Gedisa.
- Watzlawick, P. (1988). *La realidad inventada*. Gedisa.
- White, M. (2016). *Mapas de la práctica narrativa*. Ediciones Pranas.
- White, M. y Epton, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Paidós.
- Zlachevsky-Ojeda, A. (2003). Psicoterapia sistémica centrada en narrativas: una aproximación. *Revista Límite*, (10), 47-64. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2031231>.