

# RE-VISITAR LA TERAPIA



Nicolás Mosso Tupper es un psicólogo chileno, egresado de la Universidad Diego Portales, lugar donde desarrolló además estudios de posgrado en clínica sistémica. Estudió Prácticas Narrativas en Pranas Chile. Actualmente trabaja como terapeuta individual, de familias y parejas, además de ser docente de la misma universidad.

[nicolas.mosso@mail.udp.cl](mailto:nicolas.mosso@mail.udp.cl)

Puede citar este artículo como: Mosso, N. (2020) Re-visitar la terapia. Incluyendo la recursividad para desafiar la idea del progreso en las prácticas narrativas. *Andamiajes. Revista sobre prácticas narrativas en Latinoamérica*, 1, 40-49.

Pranas  
Edición

ANDAMIAJES  
Revista sobre prácticas narrativas  
en Latinoamérica

HASTA  
QUE  
ALGA  
PENNA  
VIVIR



**ANDAMIAJES. REVISTA SOBRE PRÁCTICAS  
NARRATIVAS EN LATINOAMÉRICA**

© 2020 Pranas Chile Ediciones

Pranas Chile Ediciones es una editorial  
independiente, ubicada en Santiago de Chile.

[pranas@pranaschile.org](mailto:pranas@pranaschile.org)

[pranaschile.org](http://pranaschile.org)

De la edición 2020, No 1:

**EDICIÓN GENERAL**

Ítalo Latorre-Gentoso

Carolina Letelier Astorga

**COMITÉ EDITORIAL**

Mg. Claudia Bizama Ramírez, Mg. Diego Reyes

Barría, Psic. Rafael Dresdner, Psic. Daniela

Ramírez Salinas, Mg. Claudia Vallejos, Psic.

Andrea Sosa Seeligmann, Mg. Carlos Chico, Lic.

Liliana Duque Barbosa.

**DISEÑO**

Carlos Hevia Riera

ISSN 0717-3342

Foto portada por @dieciochodiez

# RE-VISITAR LA TERAPIA

Incluyendo la recursividad para desafiar la idea del progreso en las prácticas narrativas.

Nicolás Mosso Tupper

## RESUMEN

La terapia ha sido tradicionalmente vista como un proceso lineal, donde las personas debiesen ir progresando en forma ascendente y gradual hasta encontrarse en un estado donde puedan “recibir el alta”. En este artículo, propongo una metodología de trabajo que he denominado práctica de re-visitar. Esta se inspira tanto en el concepto de recursividad, como en la práctica de testigos íntimos y es una forma de desafiar la visión lineal del progreso de los procesos terapéuticos, así también como una exploración para abandonar los espacios tradicionales de la terapia.

*Palabras Clave:* práctica de testigos íntimos, re-visitar, recursividad, prácticas narrativas.

## INTRODUCCIÓN

En diversas ocasiones, más de las que probablemente podemos darnos cuenta, se nos pasan de largo muchas grietas, o puntos de acceso a historias preferidas, en los discursos de quienes consultan o deciden iniciar un proceso terapéutico. Varias veces, luego de alguna sesión, me encuentro revisando mis apuntes y encontrando posibles señales en los relatos dominantes que no exploramos y que potencialmente pudieron haber sido puntos de entradas a los territorios preferidos. La primera sensación es de frustración conmigo mismo por no haberme dado cuenta de esas señales durante las sesiones, porque luego, a lo largo de los procesos y las conversaciones, se hace más difícil volver a estas historias.

Además de esto, y muchas veces incrementado por los contextos laborales, dominados por ideas provenientes de los modelos bio-médicos, en el que nos desenvolvemos quienes hacemos terapia, es que nos vemos presionados por la idea lineal del progreso, de que quienes consultan deben ir mejorando gradualmente mientras transcurren las sesiones, como un tránsito obligatorio, sin paradas ni retornos, a lo que tradicionalmente se conoce como el bienestar o la normalidad. Este es el camino que ha sido establecido por los modelos médicos, y es el que tiende a prevalecer en el campo de la psicoterapia.

En este artículo invito a cuestionar esta idea de progreso; a desafiar y subvertir el con-

cepto de la terapia como un camino recto y lineal, con un pasado, un presente y un futuro claramente establecidos y, en su lugar, mirar los procesos de terapia a través de una visión cíclica permitiendo el retorno de las historias, lugares y estados del pasado como un nuevo inicio de las conversaciones que tenemos en sesión.

## LA EXPERIENCIA DE RE-VISITAR

Antonia es una mujer joven de 22 años, estudiante universitaria, que llegó a consultar de manera espontánea a la clínica donde yo trabajaba. Para ingresar a este lugar debía llenar una ficha, en la que describe brevemente el motivo de su consulta.

*“Desde inicio de año, mi madre se fue de mi casa y ahora comparte con su pareja. Para mí ha sido muy difícil porque soy muy unida y dependiente de ella. Además, las relaciones en mi casa son muy complicadas, por lo que no me gusta pasar tiempo ahí o me siento sola. A veces me dan crisis de llanto, en donde pienso cosas malas o que no soy capaz de superar estos problemas. Toda esta situación me genera mucha ansiedad y problemas con mis estudios, ya que me cuesta concentrarme. Además, sufro mucho cuando me siento sola, y eso complica la relación con mi pololo y amigas”.*

Recibida su ficha, la cité para poder tener una primera sesión. En ella Antonia me contó las historias de abandono que había sufrido en su vida, y cómo sentía que marcaban los grandes hitos de su desarrollo y la convertían en quien era actualmente. Comenzó

contándome del abandono de su papá siendo ella muy pequeña, y de la lejana relación que mantenían desde hace varios años. Esto había producido una mayor cercanía con su madre, en una relación donde se apoyaban mutuamente. Sin embargo, comentó que, a partir de los doce años, comenzó a sentir mucha angustia al separarse de su mamá, lo que incluso la había llevado a tener problemas en el colegio. Y si bien sentía que esa angustia ya no era la misma de antes, este año había vuelto a experimentarla debido a la decisión de su mamá de irse a vivir con su pareja, lo que despertaba su “tema de abandono” y la “inseguridad” que este le provocaba. Sin embargo, había decidido consultar porque quería “hacerle frente a su miedo”.

Tuvimos aproximadamente quince sesiones, ella frecuentemente me contaba que sentía que estaba en otro lugar del que habíamos empezado, que era capaz de tomar decisiones en base a sus valores, que esas decisiones no hubiesen sido posibles anteriormente, sin embargo, en momentos aún sentía que había algo pendiente y muchas veces creía que no era capaz de ser más que sus dificultades.

Como terapeuta tenía la sensación de que el proceso se estaba estacando, por lo que le propuse un ejercicio inspirado en las prácticas de testigos íntimos<sup>1</sup> (insider witnessing practice) planteadas por David Epston y Tom Carlson. La idea que le planteé fue escribir

---

<sup>1</sup> Traducción de Ítalo Latorre-Gentoso, Pranas Chile.

un resumen de las primeras diez sesiones, basándome en mis apuntes, el cual le enviaría por correo electrónico, y que luego ella podría editar, es decir, cortar o añadir lo que le pareciera importante. Finalmente, la invitación era que escribiera su propio resumen o que hiciera comentarios a lo que yo había elaborado.

## LA PRÁCTICA DE RE-VISITAR

La idea de visitar un proceso se inspira inicialmente en el concepto de testigos íntimos de David Epston y Tom Carlson. Ellos desarrollan esta práctica en dos momentos: el acto 1 y el acto 2. En el primero, el o la terapeuta de quien consulta es entrevistado por otro u otra terapeuta, como si fuese él o la consultante. Esa sesión, no se basa en intentar contestar de manera “correcta” sino que intenta ser arte narrativa, esto significa que es inherentemente dramático, en el sentido de poner al protagonista frente a la brecha de sus expectativas y los eventos que suceden o podrían suceder, entre los territorios que ha explorado, y aquellos que podría explorar. Las preguntas que aquí se hacen “deben ser atrevidas y coloridas, proposicionales, acerca del futuro, y parte del campo de ‘lo que pudo haber sido o lo que está por venir’” (Carlson & Epston, 2017, p. 27). Luego, en el acto 2, quien consulta es invitado a ser testigo de lo que pasó en esa sesión compartiendo con él o ella la grabación (Carlson & Epston, 2017).

Por otro lado, también me baso en la idea de recursividad planteada Von Bertalanffy.

Este plantea en un primer nivel lo siguiente: que todo sistema está compuesto a su vez de sistemas más pequeños, pero al mismo tiempo, está siendo parte de un sistema mayor. En un segundo nivel, explica que todo sistema ejecuta una función repetitivamente hasta encontrar la solución final al problema, planteando la recursividad para el enfoque narrativo, no como una vuelta infinita sobre sí misma, si no que como un “volver a visitar” (1976). Este “volver a visitar” lo presento como una búsqueda para subvertir la visión lineal del tiempo y de los procesos de quienes consultan, con el fin de disminuir la sensación de que no están “mejorando” con el tiempo y, al mismo tiempo, reducir y combatir la sensación de responsabilidad vertical que se hace presente en la vida quienes hacemos terapia, cuando vemos que los consultantes han tenido una mala semana, un mal día, o sienten que han retrocedido. Es así como surge la idea de re-visitar el proceso terapéutico.

La forma que planteo de re-visitar el proceso es a través de los ojos de quienes realizan prácticas terapéuticas, es decir, algo similar a lo que se sucede en la práctica de testigos íntimos. Como una manera de estar, por parte de los consultantes, dentro y fuera de las historias (2017), siendo, al mismo tiempo, personajes y escritores.

Al igual que en la práctica de los testigos íntimos, quienes consultan son los persona-

jes de la narración de quienes hacen terapia, pero también están afuera, editando y creando narraciones propias, respondiendo a las historias y explorando nuevas formas de ser en estas respuestas.

Inspirado en estas ideas, planteo el re-visitar en tres etapas: en primer lugar, atestiguar el proceso, que resulta similar al acto 1 de los testigos íntimos, luego la re-escritura, y, por último, re-visitar en sesión. Estas dos últimas son similares al acto 2.

#### A. ATESTIGUAR EL PROCESO

Para esto, reescribo las conversaciones de cada sesión, relevando y contextualizando los contenidos generales hablados en estos encuentros. Sin embargo, esto no se trata de un acto descriptivo donde quien hace terapia define qué fue y qué no fue la sesión, sino que un acto de creación narrativa, que honre cada sesión. Se trata de una creación que contenga el sentido de drama, produciendo un enfrentamiento del protagonista de la historia, con la brecha que hay entre los lugares en que está y los lugares a los que quiere llegar (Mattingly, 1998; Carlson y Epstein, 2017). Fundamental para esto se hace relevante el concepto de andamiaje, como una colaboración entre quien consulta y quien hace la terapia para recorrer esa brecha que separa lo conocido y familiar, con aquello que es posible de conocer (White, 2016). En caso de que ya haya alcanzado esos lugares, es importante honrar estos movimientos.

Luego de este proceso planteo resonancias o dudas. Muy a menudo esas resonancias van a honrar los movimientos que la persona ha realizado durante la terapia, así como también aquellos movimientos o recorridos que aún no han podido hacer.

En la tercera sesión con Antonia, tuvimos una conversación de externalización (White, 2016). Ambos coincidimos en la relevancia que esta conversación tuvo, y en como nos permitió continuar conversaciones hacia nuevos territorios. Doce sesiones después, le envié por correo electrónico la siguiente transcripción a Antonia.

### SESIÓN NÚMERO TRES

Esta tercera sesión se produce a la semana subsiguiente de la segunda sesión, donde me habías contado la forma en la que sentías que estabas funcionando: “si no me traumara el tema del miedo (al abandono), no me cuestionaría a mí misma, es por eso que no me valido”, “para convencerme me digo que no soy capaz, sé que si no lo hago [desconectar el tema del abandono], no voy a cambiar”.

En base a esto comenzamos la sesión caracterizando lo que considerabas como era el problema que te estaba afectando, donde planteaste que era como estar dentro de una caja que se aprieta, me contaste que es algo que vas sintiendo en el pecho, y además tiene una voz que te convence de que no eres capaz, de que te van a abandonar, de que no eres suficiente, etc. Además, me dijiste que

creías que esto te ha afectado en tu trabajo como enfermera, haciendo las fichas y diagnósticos de pacientes, y en la relación con tu papá y tu pololo (de ese tiempo). Pensando en el efecto de esto, planteaste que creías que era un poco bueno (porque te permitía ser cariñosa y preocupada), pero también malo porque te genera inseguridad en tus capacidades y en tus relaciones. Luego, me contaste por qué creías esto. Me explicaste que hacías esta evaluación porque tenías sueños, tales como viajar por el mundo, y seguir aprendiendo, para poder unir tus conocimientos como enfermera con conocimientos locales del mundo y ayudar a las personas. Esto lo ligaste con tus valores sociales de bienestar común, etc. De esta forma hiciste una conexión entre lo que considerabas como áreas afectadas, con tus sueños y valores.

Al término de la sesión recuerdo que planteaste lo distinto que era poder ver este problema como algo separado a ti, y cómo eso te generaba alivio. A partir de este momento, comenzamos a hablar del problema como “la caja que aprieta”, yo sentí que luego de esa sesión te ibas muy empoderada, me sentí muy contento por la conversación que habíamos tenido, y por haber podido escuchar acerca de los valores y principios que guían tu vida.

### B. RE-ESCRITURA

Una vez terminado el documento, lo envié digitalmente a quien consulta para que pueda editarlo. Le indico que puede agregar

o quitar a aquello que ya he escrito, y luego puede hacer lo mismo, escribiendo lo que recuerda de aquellas sesiones: qué cosas fueron importantes (o qué cosas no lo fueron), y contestar a mis resonancias y preguntas para luego retomar estos temas en sesión.

En este apartado es donde se puede desarrollar una brecha entre las posibilidades que él o la terapeuta expone en su texto, y lo que quien consulta responde. En esa brecha es donde se encuentran las nuevas posibilidades de acción sobre las cuales se puede explorar un nuevo territorio de identidad

Antonia, luego contestó a aquello que yo había escrito de la siguiente forma:

Siempre he querido no cuestionarme y ser segura de mí misma, pero no sabía lo complicado que era y, sobre todo, que es un proceso. No miento, me da mucha ansiedad pensar cuándo seré capaz de aceptarme y quererme más, pero probablemente deba pensar menos y hacer más.

Creo que esta sesión fue una de las más importantes, ya que por primera vez me hizo sentir que mis problemas no eran más que yo y que estos solo eran una parte, la cual yo podía controlar o manejar y al caracterizarlo lo hizo parecer más ajeno a mi persona, pero no de forma de desligarse, sino de forma de no sentirme culpable por ser así, que “la caja” no es mi totalidad, sino

algo muy chico que se empodera a veces y es ahí donde parece que ocupa todo. Pero no solo lo enmarcamos como una característica negativa, sino que también tiene virtudes, y es ahí mi pega, en que lo negativo no supere lo positivo. Parte de todo esto es aceptar esa parte de mí, y saber que soy más que la caja y eso fue todo un alivio en ese momento. Otro punto, es que fue una de las pocas veces en que vi un real interés de saber cuáles eran mis sueños y ahí fui capaz de decirlo sin importar mucho sobre cómo lo iba hacer y qué haría, solo dije como el plan soñado y en ese momento me sentí muy capaz de llegar a cumplir ese sueño, a pesar de que el camino no esté totalmente dibujado.

### C. RE-VISITAR

Una vez que el o la consultante ha terminado su edición y escritura del documento, y el trabajo realizado le satisface, lo llevamos a la sesión, generalmente comienzo preguntando por lo que este trabajo de re-visitación les ha significado, qué les ha parecido aquello que les comenté, intento indagar en el efecto de poder verse a través de mis ojos. Esta conversación puede dar lugar a nuevas historias desde las cuales se pueden tener conversaciones de re-autoría.

Luego suelo hacer preguntas en relación con las historias que he destacado, y si piensan que existen otras que puedo haber omitido. Nuevamente en este momento existe la posibilidad de tener una conversación de



re-autoría, tanto si consideran que hay historias que yo he valorado como relevantes (y ellos tal vez no), como si se han encontrado con nuevas historias que habían olvidado y han recordado, las cuales pueden ser relevantes.

Luego de haber recibido el texto de Antonia de vuelta, nos reunimos para conversar sobre “la caja que aprieta”, y cómo había estado modificando su relación ella.

Comencé preguntándole sobre el ejercicio de leer lo que le había enviado. Antonia reflexionó brevemente sobre esto y luego me dijo, “siento que han pasado muchas cosas en poco tiempo”. Parecía estar reflexionando sobre su proceso, más que sobre las situaciones mismas que le habían ocurrido en los últimos meses. Luego me dijo que le había gustado el texto, que consideraba que había sido “lo justo y necesario”, sentía que podía posicionarse en otro lugar, y luego agregó: “me gustó recordar por qué vine”. Aquí nos tomamos un momento para honrar el camino que había hecho para poder superar a “la caja” como lo estaba haciendo. La conversación nos llevó a hablar nuevamente acerca de lo que ella valoraba en la vida.

Ya que el contenido coincidía con lo que estábamos hablando, y con el hecho de que ambos habíamos destacado la sesión número

tres como una de las más importantes, es que decidimos centrarnos en ella.

Comencé leyendo en voz alta lo que yo había escrito sobre la sesión y lo que ella había contestado. Ambos sentíamos que esa sesión había sido muy interesante, donde ella había podido contarme acerca de sus valores y la pasión que ella sentía por la carrera que estudiaba, y cómo esta se relacionaba con lo que más valoraba en la vida. Sin embargo, también sentíamos que había sido una conversación que no había podido desarrollarse por completo, ya que lamentablemente el tiempo se nos había acabado.

Retomamos la conversación sobre el cuidado, y como esto era algo que ella apreciaba y que guiaba su vida, pero que, sin embargo, no siempre había estado presente. En este momento, Antonia relata un momento de su vida donde había sido víctima de bullying en su colegio. A lo anterior se suma una “muy mala relación con su abuela” con la que convivía, y de quien debía escuchar constantemente comentarios despectivos sobre su apariencia y rendimiento escolar. Además de esto, sentía una “falta de apoyo de su mamá”, que “estaba poco presente” en su vida por la exigencia de su trabajo, y por estar intentando formar una nueva relación de pareja, luego de la separación con su papá.

En este momento, comenzamos una conversación de re-membranza (White, 2016).

Nicolás: *Estaba pensando cómo para poder cuidar a alguien hay que tener un par de habili-*

dades, tú misma dijiste que era importante poder identificar qué es lo que las personas necesitan. Pero cuando tú me cuentas de tu infancia, de cuando llegabas al colegio y te hacían bullying, de cómo tu abuela te trataba de la forma en que lo hacía, me pregunto cómo fue que tú aprendiste todo ese set de habilidades. Si nadie me cuida es difícil aprender que es el cuidado, si no me enseñan que es sentirse protegido y con mis necesidades satisfechas, difícilmente podría aprender eso. Entonces pensaba que tal vez tú habías aprendido eso de alguien en ese momento.

Antonia: Yo siempre he sentido que mi mamá me ha cuidado, muchas veces llega a un exceso, pero siempre ha estado ahí para todo. Puede ser ella. Por otro lado, puede haber sido una profesora que tuve cuando estaba en segundo básico, y la conocí porque hacía una clase de danza folclórica, y porque yo me metía a todo lo que tenía que ver con danza ...

Nicolás: Que es algo que a ti te gusta mucho.

Antonia: Sí, con esta profesora siempre tuvimos una relación fraternal, con ella siempre tuve una conexión especial, más que con cualquiera de mis compañeras que estuvieron en ese taller. De hecho, había momentos donde yo no iba al psicólogo, pedía hora con ella en el colegio, y siempre se daba el tiempo para escucharme y aconsejarme.

Nicolás: Tenían una relación muy linda con ella...

Antonia: Sí, tenemos todavía Nicolás: Guau, ¿han mantenido el contacto hasta el día de hoy?

Antonia: Desde segundo básico a cuarto medio nunca me soltó. Ella fue mi profesora de segundo a cuarto básico. Después dejó de hacer el taller porque se embarazó. Pero siempre estuvo presente. Siempre estuvo ahí para defenderme. Después

a cualquier persona que yo veía que estaba triste en el colegio la mandaba a hablar con ella [risas]. Me acuerdo de que hasta una vez canceló una clase porque me había peleado con un pololo y necesitaba hablar con ella.

Nicolás: ¡Que impresionante! Estaba pensando, si ella era profesora y no tenía la obligación de tener esa relación contigo, ¿que habrá visto en ti que era tan importante de ser cuidado?

Antonia: Porque yo creo que ella se veía reflejada en mí, mucha de nuestra relación tiene que ver con que las dos bailábamos. El baile fue el puntapié inicial, pero solo bailé con ella hasta séptimo básico, y ahí podría haber desaparecido, pero no lo hizo.

Nicolás: Piensas que, si ella se veía reflejada en ti y era tan buena cuidadora, ¿puede haber visto ese mismo potencial en ti?

Antonia: Pienso que sí, puede ser. Ella siempre me protegió mucho, cuando me puse a pololear, ella le pidió conversar a mi pololo, él no entendía nada [risas]. Ella le dijo que yo era muy especial, y que era como una hija para ella. Le dijo que era una mujer muy especial, que tenía que cuidarme, valorarme y quererme mucho. En verdad, ahora que lo pienso, de ella es que aprendí acerca del cuidado desinteresado, ella no tenía por qué hacer lo que hizo, pero decidió cuidarme.

En este momento, re-visitando la conversación sobre sus valores y sueños, comenzamos una re-membranza, que llevó a Antonia a enaltecer la figura de su profesora que tanto la había cuidado. A continuación, invertimos la conversación, y le pregunté acerca de la influencia que puede haber tenido ella en la vida de su profesora, quien la veía como una

hija. Antonia en ese momento se sorprende al pensar que ella podría haber influido en su vida. Se queda un momento en silencio y luego dice: ¡probablemente le enseñé a ser mamá! Antonia recordaba que ella había dejado de ser su profesora durante un año porque había quedado embarazada. Se emocionaba el pensar que podía haber influido en la decisión de su profesora de quedar embarazada, y cómo le podría haber dado el empujón necesario para tomar la decisión de ser mamá.

Habiendo re-visitado la sesión, y luego de la conversación que tuvimos ese día, Antonia comenzó a explorar un territorio distinto. Un territorio donde ella no era alguien que cuidaba porque así podía evitar que la abandonaran. Esta nueva trama le permitía enaltecer a aquellas personas que habían cuidado de ella, y a la vez le daban la posibilidad de ver cómo ella era capaz de influir en la vida de las personas de manera significativa. La trama de su historia con la que decidía narrarse ya no era la de la mujer a la que abandonaban, en su lugar, Antonia se relataba como una niña querida, como una joven influyente y una mujer capaz.

## CONSIDERACIONES FINALES

El re-visitarse permite, en primer lugar, poner el foco en una sola parte del proceso, poner el foco en una sesión o una narración, como una parte de una extensa trama de narraciones posibles. Al igual que en la recursividad de los sistemas, toda narración forma parte de un entramado de narraciones más am-

plias, y a su vez se compone de narraciones más pequeñas. Asimismo, la perspectiva cíclica se encuentra en relación con el desarrollo de multi-historias -fundamentales en las prácticas narrativas- desde las cuales las personas se narran, permitiendo el enriquecimiento de los relatos a través del retorno que implica re-visitarse (White, 2000).

De esta forma, se hace posible volver a conversaciones anteriores, en búsqueda de grietas en los discursos que dominan la vida de las personas, sobre las cuales poder generar conversaciones de re-autoría que permitan ampliar estos entramados. Es decir, volver sobre lo avanzado y trazar una nueva posibilidad de identidad preferida (White, 2016). En la historia que he relatado, junto con Antonia, nos llevó a tener una conversación de re-membranza, esta fue, sin embargo, solo una opción dentro de muchas otras posibles conversaciones.

Incluso, puede resultar útil como una forma de búsqueda de distintas posibilidades, tanto para que quien guía la terapia pueda hacer otras preguntas, como para que quienes consultan puedan encontrar territorios no explorados en aquellas narraciones sobre las cuales se ha centrado su mirada. Es una segunda oportunidad de aprovechar las oportunidades perdidas (White, 1995).

Puede permitir volver sobre lo avanzado, para honrar el camino que se ha hecho y cimentar el camino de quien ha consultado, proyectando sus logros. Por otro lado, se

puede plantear como una práctica para la despedida y el cierre de los procesos terapéuticos.

Por otro lado, implica trascender los espacios tradicionales, tanto temporales como físicos, de lo que habitualmente se define como el espacio terapéutico, al poner parte del trabajo de las sesiones fuera del box, oficina o consulta de atención. Esto permite, por ejemplo, dar respuesta a contextos (ya sean institucionales o de otro tipo) donde la atención, por algún motivo, no pueda darse con la frecuencia que se considere necesaria. Un ejemplo de esto es la atención en centros de salud mental públicos, donde las sesiones suelen estar muy distanciadas por la cantidad de consultantes que recibe cada terapeuta. Esta práctica permite trabajar entre sesiones.

Para finalizar, quisiera enfatizar la idea de que poder re-visitar es un intento de acercarnos a una concepción circular de los procesos, permitiéndonos volver sobre estos, y desafiar la idea de progreso que ha guiado a la sociedad occidental moderna como una obligatoriedad, que además de someter a las personas a una sensación de fracaso -al no sentirse parte del progreso, o sentir que sus propias historias de vida no calzan con las ideas dominantes del progreso como un camino conducente al “perfeccionamiento”-, ha servido para sostener el absolutismo político, estados totalitarios e incluso la superioridad racial (Nisbet, 1986).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Carlson, T; Epston, D. (2017) Insider Witnessing Practices: Performing Hope and Beauty in Narrative Therapy: Part Two. *Journal of Narrative Family Therapy*, 1, 19-38.
- Mattingly, C. (1998) *Healing Dramas and clinical plots: The narrative structure of experience*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Nisbet, R. (1986) La idea de progreso. *Revista Libertas*, 5, 23-30
- Von Bertalanffy, L. (1976) *Teoría General de los Sistemas*. México: Editorial Fondo de Cultura Económica.
- White, M. (1995) *Re-authoring Lives: Interviews and Essays*. Adelaide, South Australia: Dulwich Centre Publications
- White, M. (2000) Re-engaging with history: The absent but implicit. En M. White, *Reflections on Narrative Practice: Essays and Interviews* (pp.35-58). Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- White, M. (2016) *Mapas de la práctica narrativa*. Pranas Chile Ediciones: Santiago, Chile.