

Teràpia familiar amb estudiants que troben problemes amb l'assistència a classes

Expansions basades en una integració de la teràpia narrativa

Yuk-King Lau

«Una producció de Friday Afternoon de la Dulwich Centre Foundation
www.dulwichcentre.com.au
Dulwich Centre Foundation»

Yuk-King Lau:

És un honor per a mi compartir amb vosaltres la meva pràctica de teràpia familiar amb estudiants amb problemes de falta d'assistència. Les expressions estan basades en la integració de la teràpia narrativa.

Un informe d'auditoria de 2007 indicava una notable mitjana en les taxes d'assistència a Hong Kong.

La taxa d'abandó escolar en el curs 2013-2014 és del 0,32 %. Les xifres suggereixen que els estudiants amb baixa assistència i abandó escolar són una minoria entre els estudiants de Hong Kong.

També hi ha proves que indiquen que una vegada que el problema ocorre, és dur i difícil resoldre'l.

Molts estudiants acaben abandonant l'escola malgrat la implicació de múltiples assistents i de la seva ajuda intensiva.

Però a causa de l'èmfasi cultural sobre la responsabilitat dels pares de formar i dirigir el comportament apropiat dels seus fills a Hong Kong, que els nens no vulguin anar a escola no és solament un fracàs personal per al nen, sinó també un fracàs per als seus pares. Per tant, els problemes d'assistència dels nens són un tema familiar, no solament un tema individual.

El 2003 vaig crear un projecte pràctic per a desenvolupar coneixements pràctics en treballar amb aquestes famílies.

Vaig començar les meves pràctiques amb teràpia familiar estructural.

En dirigir teràpia familiar estructural, han de guiar-se les intervencions per mitjà d'una avaluació sistèmica de la situació familiar.

Encara que no hi ha suposicions sobre com s'hauria d'organitzar una família, hi ha suposicions que els símptomes acumulats en el context de les interaccions i problemes de les relacions són una funció de tota l'estructura familiar.

Per tant, cal anar més enllà del problema personal per a incloure tota la família i la seva forma d'organització.

Aquesta expansió és la que qüestiona la percepció que un membre particular de la família és el problema i crea noves formes alternatives de relacionar-se, amb la qual cosa s'incrementa la competència dels membres de la família per a protegir-se els uns als altres.

Aquest enfocament va funcionar bé amb moltes famílies del meu projecte; no obstant això, si les coses no funcionaven després de les intervencions, l'èmfasi en la família em va portar a explorar en major profunditat les dinàmiques familiars dels problemes que no havíem tractat en l'avaluació anterior.

Encara que vaig tenir en compte les influències culturals i ideològiques de la família, les vaig prendre com el fons contextual mentre interpretava els comportaments i les creences dels membres de la família.

En centrar-me en els patrons familiars d'interacció, em vaig adonar que el problema era una entitat passiva, la seva existència contínua està subjecta a l'enfrontament i a les respostes dels membres de la família.

Significa que el problema en si no és el problema, sinó com s'afronta.

Això em va convertir en una detectora de patologies familiars i, de manera subtil, apropava la família a la causa o a les raons de la persistència del problema.

Restava mèrits a l'objectiu d'apoderar la família.

En adonar-se de les conseqüències de culpar intencionadament la família i les contradiccions internes implícites en les meves pràctiques, se'm va ocórrer una manera de desenvolupar un enfocament més coherent, dirigit a l'apoderament dels estudiants i de les seves famílies.

Durant el procés, la teràpia narrativa em va cridar l'atenció.

Per a familiaritzar-me completament amb l'enfocament narratiu, em vaig inscriure en un programa internacional de teràpia narrativa i treball comunitari el 2009.

La formació em va exposar a una visió del món i a una ètica pràctica totalment diferent.

Vaig viure una notable transformació en les meves pràctiques.

Ara compartiré amb vosaltres aquestes transformacions.

En primer lloc, la teràpia narrativa em va sensibilitzar per a mantenir una distància dels problemes definits normativament i a qüestionar-me la certesa associada amb la meua formulació sistèmica dels problemes.

Així que vaig començar a treballar lentament amb els membres de la família en la negociació de definicions de problemes més properes a l'experiència.

Tot això ha transformat la teràpia en un procés de recerca conjunta en el qual es respecta el coneixement particular de la persona.

El procés d'externalitzar converses treu a la llum problemes, creences culturals, conflictes socials i històries personals, i les porta d'un segon a un primer plànol.

Sovint elimina interaccions entre el problema juntament amb la identitat dels estudiants i els seus discursos negatius dominants.

M'agradaria tornar a explicar aquí la meua conversa amb la Yolanda.

En lloc de dir que la falta d'assistència era el problema, ella va dir que els problemes eren la seva por de no poder seguir el ritme als altres i la seva malaltia.

La Yolanda va dir: «Durant l'inici del semestre el programa era difícil i no vaig poder posar-me al dia, ja que no anava a escola perquè estava malalta.

No vaig poder seguir el ritme i vaig suspendre l'examen». Terapeuta: «Quina és la relació entre quedar-se enrere i la malaltia?». Yolanda: «Quedar-me enrere i estar malalta em feien tenir por, llavors la por m'emmalalteix

És com un cercle.

Em sentia desviada quan tornava a l'escola». Terapeuta: «Què significa la paraula desviada per a tu?». Yolanda: «Dolenta, retorçada i una mala estudiant». Terapeuta: «Quin tipus de persona et deia la malaltia que eres?». Yolanda: «Una mala noia, una mala estudiant». Terapeuta: «Llavors, t'agradava que la causa dels teus problemes fos convèncer-te que eres una mala estudiant?». Yolanda: «No». L'experiència de la Yolanda demostra clarament l'efecte tòxic del discurs dominant sobre els estudiants que tenen problemes de falta d'assistència.

Amb el seu dur enfocament en les relacions i processos familiars, la teràpia familiar estructural corre el perill de deixar fora uns efectes tan tòxics.

L'externalització de converses també il·lumina el paper que tenen els problemes en la creació de pràctiques en les relacions com ara el retret, la culpa i la vergonya.

Això posa els membres de la família contra ells mateixos i contra els altres membres.

Quan esquematitzem la influència relativa del problema a la família, la Yolanda va revelar que el problema va fer que els seus pares adoptessin posicions oposades.

La Yolanda va dir: «El meu pare seguia amenaçant-me que si no anava a escola em donaria el que em mereixia.

La meua mare em protegia». Terapeuta: «Com es relaciona la malaltia amb això? Com li afecta a la relació entre els teus pares?». Yolanda: «Augmenta les seves diferències

sobre com castigar-me i compromet la seva col·laboració». Terapeuta: «Què més?» Yolanda: «Discuteixen més». Terapeuta: «Sobre què discuteixen?» Yolanda: «Sobre si hauria d'anar o no a l'escola». Terapeuta: «Llavors, quin impacte té la malaltia en la teva relació amb la teva mare?». Yolanda: «Em renya i em demana que vagi a escola». Terapeuta: «Com li afecta a ella la malaltia?». Yolanda: «Crec que s'enfada perquè no vaig a escola.

Es contradiu, li faig pena perquè estic malalta». Terapeuta: «Quan es contradiu, de què intenta convèncer-la la malaltia?». Yolanda: «De dir-me que no vagi a escola». Terapeuta: «Així que ha captat a la teva mare com una companya d'equip perquè deixis d'anar a escola». Les converses anteriors mostren com la teràpia narrativa podria augmentar l'abast de la teràpia estructural en dinàmiques i interaccions familiars a la interacció dels problemes amb un impacte sobre els diferents membres de la família.

Per a mi, va ser una perspectiva sistèmica expandida.

Externalitzar les converses ajuda a deconstruir com els problemes creen intolerància i a eliminar el retret de la família.

Ens va permetre veure que el problema és el problema, la família no és el problema.

A la Yolanda se li va facilitar informar els seus pares sobre les tàctiques de poder que acabava de descobrir sobre els problemes en les sessions familiars següents.

Després d'escoltar el relat de la Yolanda, el pare va respondre amb un to recriminador, dient que la mare fomentava la malaltia.

La mare es va defensar i va començar a amonestar el pare per la seva dura disciplina i l'ús de la violència.

En veure que les seves pràctiques en la relació de culpar-se mútuament augmentaven els seus problemes involuntàriament, els vaig aturar i vaig advocar per externalitzar la influència del problema utilitzant aquestes interaccions malintencionades.

Aquestes són algunes de les preguntes que vaig fer: Veieu com el problema us va persuadir a veure els altres com el problema? Com van aconseguir els problemes posar-vos en contra i que els deixéssiu a part? Us he vist a tots dos treballar dur per a ajudar a la Yolanda, però ho fèieu en direccions oposades.

Quan s'uneixen les vostres meitats oposades, quin és l'efecte final? Els pares es van adonar que no hi havia efectes.

En adonar-se d'això, es van realitzar més converses d'externalització per a deconstruir la forma en què els problemes van influir el comportament dels pares.

Vaig descobrir que la persistent creença cultural en el càstig físic, com si formés una espècie de disciplina afectuosa, tenia un paper significant en les respostes del pare davant els problemes.

Amb més converses d'externalització i amb la influència de les creences culturals en les relacions familiars, ajudem al pare a veure com el seu intent de pegar a la seva filla l'havia posat en una posició contrària a la Yolanda i a la seva dona.

Al mateix temps, jo tenia curiositat per saber què era l'absent però implícit en el seu enfocament violent.

En adonar-se que la seva disciplina rigorosa l'havia distanciat de la Yolanda, el pare va dir: «Ho he intentat tot, però no hi ha una altra manera. Només faig el que puc com a pare». És la història d'un pare responsable.

També es van explorar les seves intencions darrere de l'ús d'una disciplina rigorosa.

Volia ensenyar la Yolanda a ser assenyada i independent, la qual cosa significa tenir idees pròpies i saber com prendre decisions.

Quant a la mare de la Yolanda, la malaltia de la Yolanda i l'ús del pare d'una disciplina rigorosa li van fer recordar com la disciplina rigorosa i exigent de la seva mare la va portar a patir una depressió.

De manera similar, l'exploració de l'absent però implícit va demostrar que les seves protestes contra l'ús d'una disciplina rigorosa per part del pare de la Yolanda eren una acció valenta per a protegir la Yolanda del dany psicològic de la disciplina rigorosa i dels càstigs físics que ella mateixa havia sofert.

Era la història d'una mare afectuosa.

No obstant això, la seva preocupació sobre la salut mental de la Yolanda complicava la negació de la malaltia de la Yolanda i feia que cooperés sense voler amb la malaltia i amb el seu equip.

Aquest coneixement construït de forma conjunta en la dinàmica de les seves relacions amb els problemes els va ajudar a negociar pràctiques de relació i respostes alternatives als problemes.

Encara que a la mare li costava ser ferma davant la malaltia, tenia la voluntat per a actuar contra la seva pròpia preocupació i donar suport al pare per a romandre ferm davant la malaltia de la Yolanda.

La Yolanda valorava la disciplina del seu pare, però no apreciava que la peguessin.

En sessions familiars posteriors, va ser interessant veure que el pare havia suavitzat la seva severitat i havia ajudat la Yolanda quan la preocupació de la mare intentava impedir que la Yolanda tornés a tenir relacions socials saludables.

La integració dels dos enfocaments facilita aquests canvis en la narrativa de la persona, també en les autonarratives i les narratives familiars, així com en les seves pràctiques de relació.

Una altra transformació és el moviment de la meua pràctica, des d'oferir consultes fins al dret d'intercanvi.

La integració de la teràpia narrativa en les meves pràctiques va fer que la meua ajuda unidireccional a l'estudiant i la seva família passés a ser a un intercanvi recíproc amb ells.

Amb l'ètica d'oferir un intercanvi vaig començar a dedicar més temps a escoltar els seus resultats únics i coneixement intern, després els guiava activament cap al canvi desitjable, tal com m'ho indicava el meu coneixement professional.

M'agradaria il·lustrar el meu aprenentatge sobre la bellesa d'oferir intercanvis amb la meua conversa amb l'Ann i la seva mare.

L'Ann estava dominada per una obsessió per la perfecció i la necessitat de reconeixement.

Li causava molta ansietat.

Es va canviar a una escola molt competitiva fa tres anys, en la qual hi havia una rivalitat i competència subtil entre els estudiants, no solament quant al seu rendiment acadèmic, sinó també a l'estatus social de les seves famílies.

Percebia l'Ann com una noia de classe mitjana, la qual cosa significava que tenia un estatus inferior entre els seus companys de classe alta.

Aquesta cultura escolar discriminadora i competitiva va alimentar la força de la seva ansietat, que acaba amb l'energia i l'autoestima de l'Ann.

Aquesta ansietat excessiva i l'esgotament la van portar a una profunda depressió.

Li va impedir buscar l'excel·lència i la va forçar a prendre's un descans de la carrera acadèmica.

La mare de l'Ann estava molt dolguda per la seva negativa a anar a escola.

Durant el procés terapèutic vaig intentar mostrar una comprensió real i empàtica pel dolor que la mare sentia en el context social de Hong Kong i vaig legitimar la seva ira.

Al mateix temps, vaig externalitzar el problema i vaig dirigir la ira de la mare cap al problema en lloc de cap a l'Ann.

Aquest suport va ajudar la mare a aplegar el valor per a escoltar els problemes de l'Ann i apreciar la seva lluita, el seu dolor i els seus èxits invisibles en el procés.

L'impacte de la depressió va exposar l'Ann directament davant la sensació de fracàs que havia evitat encaridament en la seva obsessió per ser perfecta, va ser molt dolorós.

No obstant això, l'Ann va descobrir que viure amb ansietat constant és encara pitjor que viure amb el dolor que provoca el fracàs.

Fent balanç dels èxits de la seva història, va reconèixer que no podien donar-li la pau i el sentit d'alleujament que volia en la seva vida.

El reconeixement social d'aquests èxits és part de les tècniques de poder de la mirada normalitzadora.

En realitat, aquesta consciència crítica havia estat dins del seu coneixement durant anys.

No s'atrevia a treure-la a la llum excepte quan la incloïa en els relats de ficció que compartia sota un pseudònim en fòrums d'internet.

Aquest coneixement estava silenciada per un raonament ben intencionat, o per amonestacions severes d'adults que ella volia.

No obstant això, la crisi mental d'una amiga íntima després d'haver-se tornat famosa en un grup espiritual li va confirmar la toxicitat del reconeixement social que ella mateixa havia viscut.

Va decidir recuperar la seva vida de l'obsessió per la perfecció i el reconeixement i va rebutjar acceptar la seva definició de la interrupció dels seus estudis com una fallada.

Més aviat ho va percebre com un moment decisiu en la seva vida.

Per a aconseguir l'ajuda necessària en el seu nou viatge, es va oferir com a voluntària per a teràpies familiars després d'haver recuperat la seva energia després de prendre la medicació necessària per a la seva depressió.

Després de proclamar obertament i reclamar aquests coneixements subjugats, l'Ann es va sentir alleujada.

La mare es va disculpar sincerament per la seva participació involuntària en la subjugació de les seves experiències i coneixements alternatius.

Va expressar el seu penediment per no haver estat una mare prou bona, encara que ho havia intentat totalment.

L'Ann va dir amb tendresa a la seva mare: «Mamà, sempre m'esforço a escriure les novel·les, però mai estic segura del resultat del que escric.

El resultat no sempre és proporcional al meu esforç.

Segueixo fent-ho perquè m'agrada.

La societat ens exigeix prendre'ns de debò el nostre rendiment i els nostres assoliments.

Necessitem ser amables amb nosaltres mateixos i no prendre'ns el resultat del nostre esforç massa de debò». Al final de la sessió, els vaig agrair sincerament que m'haguessin ofert els seus coneixements interns.

A canvi, l'Ann em va mirar als ulls i em va dir, amb sinceritat, que la meua presència i la base de seguretat que jo ofería era el que ho havia fet possible.

Això em va recordar el que va escriure Epson: «Jo et dono el problema». A la qual cosa contestem: «Jo recompens la teua confiança oferint-te les condicions perquè descobreixis la teua solució». La persona respon: «T'ho agraeixo». Al que responem: «T'agraeixo que m'informis de com vas trobar la teua solució». Malgrat la transformació que vaig esmentar, vaig observar que els terapeutes narratius amb formació en teràpia familiar també podrien involucrar els membres de la família en el

procés terapèutic, en cas que siguin figures importants a la vida de la persona que busca assessorament.

Estan involucrats com a testimonis externs, participant en el desenvolupament de les múltiples històries múltiples de la persona per a explicar-les una vegada i una altra a les persones.

Són recursos valuosos, però no són l'objectiu de l'ajuda ni els personatges principals en el procés de la reautoria.

La teràpia familiar estructural em va sensibilitzar davant la importància d'explorar les dificultats dels altres membres de la família, que podrien ser similars o diferents de les de la persona que busca el meu assessorament.

Són objectius legítims de preocupació i suport.

Estic d'acord amb el suggeriment de Jill Freeman d'entendre la teràpia familiar com un context en el qual podem deconstruir històries problemàtiques, explicar i tornar a explicar les històries que preferim i ser testimonis d'històries familiars i d'històries d'altres membres de la família, per tant, la teràpia familiar és un procés en el qual som testimonis mutus.

M'agradaria il·lustrar el procés de testimoniatge mutu en el meu treball amb la Mandy i la seva tia.

La tia cuidava la Mandy després del divorci del seu germà de la mare de la Mandy.

En el procés terapèutic, la Mandy va revelar que la seva falta a classe es devia en principi a una resposta davant l'assetjament escolar.

No obstant això, el procés d'enfrontament la va portar a repetir cinquè, la qual cosa va interrompre la seva connexió amb els pocs companys que li donaven suport.

Es va trobar totalment aïllada poc després de començar el nou curs.

Malgrat la seva falta d'assistència a l'escola, estudiava a casa i va anar a tots els exàmens. Va aprovar totes les assignatures amb resultats satisfactoris.

Movent-me des de l'escenari de l'acció a l'escenari de la identitat i les intencions, vaig explorar els valors, creences, compromisos i objectius vitals de la seva insistència a anar als exàmens.

Em va dir que unes bones notes mantindrien la seva reputació davant els ulls dels altres.

El resultat singular d'estudiar a casa i que li anés bé en els exàmens es va externalitzar per examinar la influència de la família sobre la Mandy.

Estava molt en desacord amb les opinions dels adults al seu voltant sobre el que representa el comportament d'evitar el problema de l'assetjament escolar, i amb les seves preocupacions sobre que s'acabés aïllant socialment a llarg termini.

En explorar més en profunditat els seus coneixements interns sobre com podia resistir la persuasió d'aquests discursos dominants, em va dir que la seva bona relació amb

els companys fora del sistema escolar suggeria que ni ella ni les seves habilitats socials eren el problema, sinó que l'assetjament a la seva escola era el problema.

Es va convidar la tia a respondre a la història de la Mandy amb la seva pròpia versió.

Estava contenta de veure que la noia podia obrir-se amb mi i li va sorprendre veure la persistència de la Mandy per a mantenir un bon rendiment acadèmic malgrat les seves dificultats per a assistir a classe.

Va desitjar que la Mandy s'obrís amb ella per a poder conèixer-la millor.

Li van saltar les llàgrimes quan la Mandy va esmentar que tenia dubtes a l'hora de discutir el problema amb ella perquè qüestionaria la seva ansietat i els seus excessos.

Buscant l'absent però implícit, vaig expressar la meva curiositat sobre els valors, creences i compromisos de la tia en bregar amb la duresa de cuidar la nena al seu germà.

La tia va dir que ho feia perquè eren família.

Això va revelar una història d'amor i sacrifici pels membres de la família.

A la Mandy la va ajudar veure les raons per les quals la tia era rondinaire, però també que l'estimava.

Encara que seguia sense voler que la tia fos rondinaire, la Mandy li va agrair sincerament el seu amor.

L'última transformació és l'expansió de la meva pràctica des de la intervenció clínica fins a la pràctica col·lectiva.

M'agradaria tornar a parlar de la Yolanda.

La Yolanda va mantenir una assistència a classe estable i va aconseguir un rendiment acadèmic satisfactori durant els dos últims anys.

Ara s'està llicenciant en el meu projecte.

La convidem a ella i als seus pares a participar en el meu projecte com a assessors d'altres famílies amb problemes similars.

L'equip d'assessors es va establir el 2011 com un comitè d'afectats.

Ara el projecte compta amb assessors de set famílies.

L'equip d'assessors es congrega en reunions anuals.

Aquestes reunions serveixen com una cerimònia de definició per als nous assessors.

S'atorga un certificat de nomenament a cada assessor.

Perquè la seva saviesa i els coneixements locals circulin encara més, es convida els assessors a escriure la història reautoritzada o a demanar que els escriguin la història.

Aquestes històries es publiquen a la pàgina web per a compartir històries del projecte.

Dos dels assessors van dissenyar i van supervisar la pàgina web.

El nom de la pàgina web és un títol relacionat amb l'experiència i suggerit pels assessors.

La pàgina web per compartir històries «Suposa, estima i troba».

«Pàgina per a compartir històries 'Suposa, estima i troba'

<http://famcenpractice.blogspot.hk/>»

Yuk-King Lau:

«Suposa, estima i troba» vol dir que malgrat el problema de falta d'assistència que ha confós la família i que hi hagi suposicions contínues sobre què va passar i per què va passar, la família al final troba una solució conjunta gràcies a l'amor que senten pels altres.

Es convida els lectors de la història a enviar les seves versions als assessors per a ser incloses a la pàgina web.

Això facilita un procés continu d'explicar i reexplicar.

Totes aquestes expansions em permeten prendre una posició apartada però influent en treballar amb les famílies i fer que les meves pràctiques siguin més ètiques.

Gràcies per haver vist i escoltat el vídeo.

Si teniu qualsevol pregunta o voleu donar la vostra versió d'alguna història, us convido a posar-vos en contacte amb mi a yklau@cuhk.edu.hk.

Fins ara.