

# MANUAL DEL DIÁLOGO DE VOCES

## (Embracing Our Selves: The Voice Dialogue Manual)

Autores: Sidra y Hal Stone

Editorial: Ed. Eleftheria

Fecha de publicación en español: 2014

Fecha de publicación original: 1989

Número de páginas: 271

Los autores de este libro, Sidra y Hal Stone, son doctores en psicología y psicoterapeutas a la vez que también pareja sentimental y profesional desde hace más de 40 años. A principios de los años 70, ambos desarrollaron el *Diálogo de Voces* como un método para trabajar las diferentes subpersonalidades que conforman el Yo. A lo largo de los años su método ha evolucionado hasta convertirse en un sistema mucho más complejo que recibe el nombre de *Psicología de los Yoes* (*Psychology of selves*). El diálogo de voces es, por lo tanto, la técnica principal que se utiliza en la psicología de los yoes.

Este libro interesará especialmente a aquellos profesionales que basan su terapéutica en la integración de las diferentes pluralidades que conforman la personalidad. Los autores manifiestan que la personalidad está fragmentada en diferentes subpersonalidades y que el trabajo terapéutico consiste en cobrar conciencia de esa multiplicidad, para después poder trabajar en la integración de dichas subpersonalidades, que a menudo se encuentran en conflicto.

El manual proporciona una explicación evolutiva detallada sobre cómo nace nuestro sistema particular de yoes, cómo se desarrollan y se activan estos patrones, el desplazamiento que experimenta nuestra huella psíquica original y la categorización de los yoes en varios grupos en función de la misión que cumplen; yoes primarios, yoes secundarios, yoes repudiados, yoes vulnerables y yoes parentales.

Como si de personajes se tratara, se describe el papel específico que juega cada uno de los diferentes yoes, que no es otro que proteger la vulnerabilidad del individuo. Cada uno de los yoes lo hace a su manera, con sus particulares mecanismos y características. Esta protección se lleva a cabo a través del filtraje, la censura y el control, alejándonos cada vez más de nuestra huella psíquica original. A medida que nos vamos adentrando en el libro vamos conociendo con más detalle estas voces y sus formas de expresión y funcionamiento.

En cada capítulo podemos encontrar contenidos explicativos ejemplificados por contenidos prácticos. Se explican casos reales y se reproducen partes parciales de la sesión para mostrar cómo el terapeuta, o la terapeuta, se relaciona con el yo con el que se está trabajando en ese momento concreto. La reproducción del diálogo es sumamente clarificadora a la par que instructiva, pues pone de manifiesto las formas de expresión de ese yo en particular y los patrones que rigen su manera de operar.

La obra también aborda otros temas como son; el trabajo con el inconsciente, la identificación de las voces ocultas, la manifestación de los yoes repudiados y las consecuencias de la negación de nuestras voces. En este sentido, encontramos algunos paralelismos con el psicoanálisis y la psicología junguiana, no en balde el doctor Stone se formó en esos enfoques antes de abandonarlos para desarrollar el suyo propio junto a su mujer.

El objetivo principal de los Stone es la expansión de la consciencia. Para que ésta se produzca es vital que la persona aprenda a conocer sus diferentes yoes y cómo estos pueden afectar a su vida y al establecimiento de relaciones. La meta final es comprender esos yoes, para posteriormente desarrollar un ego consciente, que opere más allá de las identificaciones que el cliente pueda tener con sus respectivas voces. Esta toma de conciencia favorece que las personas puedan reconocer la pluralidad de su mundo interno y sus contradicciones, así como los dones y las trampas aparejadas a cada uno de sus yoes.

En una sesión de *Voice Dialogue*, se separan físicamente los yoes del cliente para que éstos pueden ser identificados con facilidad. Cada vez que se trabaja con una voz se le pide al cliente que se sitúe en la parte de la habitación que ese yo prefiera y se le invita a que adopte posturas corporales y formas de lenguaje que ayuden a ese yo a expresarse mediante formas que le sean propias. A medida que transcurren las sesiones, los diferentes yoes se van dando a conocer, uno tras otro. El terapeuta irá dibujando un mapa psíquico, identificando los yoes que operan en el cliente y animándole a que les ponga un nombre para que pueda ser más consciente de esos patrones. Mediante preguntas, se ayuda a la voz en cuestión a expresar sus miedos y anhelos de forma independiente del resto de voces. El resultado es que el cliente habla desde esa parte de sí mismo, lo que posibilita que se le dé presencia a ese “controlador” “empujador” “corredor de bolsa”, facilitando que emerja lo oculto y lo censurado.

Se propone un trabajo sistemático y exhaustivo con estas voces, se describe el orden que se debe priorizar en el proceso de diálogo y las acciones que se deben evitar como, por ejemplo, empezar el tratamiento trabajando con yoes repudiados o confrontar yoes que no deben tener contacto en los primeros tiempos del trabajo terapéutico.

Encontramos algunos puntos en común con el análisis transaccional, ya que ambos enfoques dan cabida a una pluralidad de yoes, pero basta con adentrarse en los contenidos del libro para comprobar que ambas orientaciones tienen sus propias particularidades y que no estamos ante el mismo cuerpo de conocimientos, sino más bien ante enfoques complementarios que pueden nutrirse uno del otro.

También encontramos ciertos puntos de unión con la terapéutica gestáltica, ya que se prioriza el trabajo en el aquí y ahora, se tienen muy en cuenta los mecanismos de contacto y retirada y se trabajan las posiciones perceptivas que permiten al cliente explorar las diferentes motivaciones que impulsan a sus yoes.

Los autores defienden que el diálogo de voces también es compatible con otras orientaciones y metodologías como, por ejemplo: el análisis transaccional, el trabajo con el material onírico, la visualización simbólica, el psicoanálisis y la psicología analítica de Jung en su vertiente más arquetipal.

El matrimonio Stone no se muestra favorable con algunos enfoques espirituales relacionados con la Nueva Era, especialmente con aquellos que defienden que la ira, los celos o el rencor deben ser controlados y transmutados mediante el desapego o la proyección de sentimientos “positivos” que reemplacen a los negativos. Para los Stone la consciencia no está operando en este tipo de acciones ya que se está negando una parte importante de la naturaleza humana, haciendo que se aumenten los yoes repudiados.

La lectura de este libro nos ayuda a conocernos a nosotros mismos, y a nuestros clientes, en todas las dimensiones, posibilitando que emerja la consciencia.

La doctora y el doctor Stone han impartido talleres a nivel mundial, enseñando su método en Estados Unidos, Europa, Israel y Australia entre otros muchos lugares. También han desarrollado otras obras relacionadas con la comunicación en la pareja, la parentalización, la vulnerabilidad y el análisis de los sueños.