

El diálogo interno de un practicante negro de prácticas colaborativas

Tushanna Price
Houston, Texas, USA

Algunas semanas atrás, tuve el honor de ser invitada a ser la anfitriona de una discusión sobre el racismo en un panel de psicoterapeutas. Al reflexionar acerca de esta invitación, ahora puedo decir que fue un honor, pero en ese momento no estaba tan segura. Cuando Harlene Anderson me preguntó si estaba dispuesta a participar, tuve una sensación de encogimiento en la boca de mi estómago. No estaba segura porque me había sentido así como lo hice, pero a medida que la entrevista comenzó a tomar forma, comencé a entender porque me había sentido así. Estaba segura de que el tema estaba tan relacionado conmigo que no habría manera de contener mi rabia, mi tristeza o mi vergüenza. Para mi sorpresa, pude reservar un espacio para los cuatro participantes quienes valientemente desnudaron sus almas. A la misma vez, que mi mente se encontraba revuelta con tantos pensamientos.

“¿Por qué no escribes acerca esta experiencia?” Michael (mi detrás de cámara co-blogger [Behind the Curtain](#)) me preguntó. Yo respondí algo casual como “Seguro, quizás pueda escribir sobre mi dialogo interno”. Justo al decirlo, pensé para dentro de mí, “Wow, como mujer negra, mu voz interna es algo sagrado”. Somos frecuentemente silenciadas, ignoradas, descartadas, por lo tanto, nuestra voz interna es lo único que tenemos. Compartir mi voz interna me volvería vulnerable en formas que yo había aprendido que no eran aceptables para una fuerte mujer negra como yo y como me habían criado. “¿Ellos realmente quieren oír lo que yo tengo que decir?”. Pensaba que me estaba debatiéndome con la idea que quitarme mi máscara metafóricamente hablando y permitirme que mis pensamientos fueran oídos. Hay tanto que yo no digo. En las practicas-colaborativas dialógicas, nosotros hablamos acerca de conversaciones que no son oídas, que no son dichas en voz alta. Me preguntaba que pensarían mis colegas acerca de mi si ellos oyeran mi voz interior, la cual frecuentemente reflexiona acerca de mis esperanzas, mis miedos y mi resentimiento como una terapeuta clínica negra.

Como terapeuta negra en un campo predominantemente blanco, hablar acerca de racismo y diferencias no es fácil. Cuando nosotros hablamos, estamos esencialmente separándonos de nuestro rebaño, un rebaño donde figurativa y literalmente somos las ovejas negras. Cuando me ha tocado oír un no-es-muy-gracioso-fue-solo-una-broma-racista, me pregunto ¿debería decirle algo? o debería emplear lo que el Dr. Maya se refiere como a “sonrisa para sobrevivir”. Esa risa hueca, vacía, a medias que las personas negras usan para enmascarar su dolor y sus decepciones con nuestros no-negros amigos y colegas en el prelude de escuchar la frase “No es por ofender, pero...”.

A medida que me preparaba para el panel, mis nervios comenzaban a tomar lo mejor de mí. Después de oír algunos de los panelistas comentando sus preocupaciones y haciéndose preguntas como “¿En qué me he metido?”, empecé a descubrir que no estaba sola. Esas mismas máscaras, que la mayoría de nuestros colegas blancos no eran consciente de que existían porque era todo lo que les habíamos presentado. La máscara a la que me refiero es la del cambio de código, siempre

adaptable, portadora de fichas que nos permiten aceptación y acceso. Habíamos tenido que renunciar al poder de esas máscaras y ofrecernos como “víctimas”. Víctimas de la injusticia racial. Admitir que yo había sufrido de discriminación racial era solo una lección de humildad para mí así como para otras personas negras. Es doloroso reconocer que hay momentos en los que uno no encaja, inclusive en su propio país.

No estaba segura de cuál sería el resultado del panel de discusión. Solo sabía que ese momento estaría en los libros como un momento de aprendizaje o como uno de esos momentos de mayor auto reflexión en mi vida. Anterior al panel de discusión mi mente divagaba en un oleaje de dudas y ese viejo sentimiento bastante familiar de “no sentirme suficientemente buena”. Comencé a sentirme consciente de mi propia occidentalización de mi lenguaje, del inglés gramaticalmente correcto y cómo sería visto por los espectadores, si por error me permitía a mí misma moverme hacía un estado relajado de “negritud” o lo que ahora es llamado inglés vernacular (Vernacular English).

Incluso escribiendo esto, siento como me voy sepultando en rabia y resentimiento hacia una sociedad que me ha hecho sentir que mi lenguaje es inapropiado e inaceptable. Mi voz interna de auto duda y preocupación es algo que lo que constantemente me aqueja en discusiones en grupos grandes. Esa misma voz interna me silencia en ocasiones y causa que sobre analice mis ideas, así como la escogencia de mis palabras. Cuando el Dr. Russell Razzaque compartió que incluso con todos sus logros, todavía encuentra semillas de auto duda que ocasionan que dude de si mismo. Como futuro doctor, me pregunto si yo seguiré teniendo estos mismos sentimientos. ¿Me estaré engañando a mí misma al pensar que obtener un Ph.D. de alguna manera hará que esas semillas de duda y experiencias de discriminación desaparezcan?

Esta vez intente retar esos pensamientos. “Relájate, Tushana” me dije a mi misma. Si alguien se puede reflejar en los retos de ser una terapeuta negra eres tú. Recuerdo haber estado con miedo de ser asignada a esos clientes que en ocasiones responden con una mirada de evidente sorpresa cuando se dan cuenta que su terapeuta es una mujer negra. Esta era una realidad a la que me enfrentaba a menudo. Esto hizo que mi decisión de hacer practica privada fuera fácil. Así permitiría a mis clientes escogerme por ellos mismos.

Mi corazón se encogió cuando escuché A Charmaine, una terapeuta multirracial, quién compartió en el panel acerca de haber sido rechazada por un cliente simplemente por el color de su piel. En este momento, mi mente se fue al momento en el cual yo compartí que había tenido un cliente que había comenzado a hacer comentarios racistas en la terapia para luego proceder a excluirme de la conversación y solo conversar y reconocer a los coterapeutas blancos. Cuando compartí mi desagrado con mi supervisor blanco, el mensaje que recibí es que había sido la elección del cliente. Recuerdo haberme sentido molesta, humillada y realmente separada del rebaño en ese momento. Me sentí decepcionada de mi supervisor por no apoyarme.

Incluso como terapeuta pasante, reconocí que debía haber alguna parte de ella misma donde no reconocía su propio sesgo. Tener esa conversación me permitió verla a ella de una forma mucho más vulnerable. Me recordó que no siempre tenemos que saber o debemos tener las mejores respuestas para ser un buen líder. Entendí que ella no estaba intentando herirme con su sugerencia.

Una vez oí a Harlene decir “uno no sabe, lo que uno no sabe”. En ese momento entendí lo que Harlene quería decir. Mi supervisora no era capaz de ver sus propios prejuicios para entender que lo que me estaba diciendo no tan solo era insensible hacia mí sino que en gran medida le daba permiso a mis coterapeutas blancos a maltratarme. Si pudiera regresar a ese momento con las experiencias y el conocimiento que tengo hoy en día, hubiera hecho que mi voz interna fuera mas pública.

Durante la reciente discusión con un panel de terapeutas radicados en Nueva York, fuimos extraoficialmente informados, que quisiéramos o no, éramos parte del movimiento de los derechos civiles. No podría estar más de acuerdo. ¿Cuál era mi obligación no tan solo para mis clientes negros o marrones sino también para mis colegas blancos y amigos? Estaba obligada a estar dispuesta a tener esas tan necesarias conversaciones acerca de racismo y justicia social. Estaba obligada a permitir que mi voz interna fuera escuchada y a reconocer que mi habilidad de hablar el lenguaje de mis clientes y ser transparente con ellos, era una fortaleza. Por último, mi obligación a mí misma es darme permiso de sanar esas memorias de trauma racial que algunas veces me paraliza y me impide tener esas conversaciones difíciles. Así como decimos en la comunidad de diálogos colaborativos, “continuaremos esta conversación”.

Nota de la Autora:

Tushanna N. Price, MA, LMFT-A
Taos Associate
Makeithappen@tushanna.com
<https://www.behindthecurtainscdp.org/>

Traducción:

Nelliana Acuna
nelliana7@gmail.com