

2ª edición



Alicia Moreno

—Editora—

Manual de Terapia Sistémica

Principios y herramientas de intervención



biblioteca de psicología



DESCLÉE DE BROUWER

ALICIA MORENO FERNÁNDEZ (Ed.)

MANUAL DE TERAPIA SISTÉMICA
Principios y herramientas de intervención

2^a edición

BIBLIOTECA DE PSICOLOGÍA
DESCLÉE DE BROUWER

Índice

Prólogo.	11
<i>Carlos E. Sluzki</i>	
Introducción	17
<i>Alicia Moreno Fernández</i>	

PARTE I

Conceptos y herramientas básicos del enfoque sistémico

1. Fundamentos teóricos del paradigma sistémico	27
<i>Alfonsa Rodríguez Rodríguez</i> <i>y Norberto Barbagelata Churruarín</i>	
2. El ciclo vital familiar	63
<i>Marisa López Gironés</i>	
3. La perspectiva de género en terapia familiar sistémica	99
<i>Cristina Polo Usaola</i>	

4. Métodos e instrumentos de evaluación familiar 133
María Pilar Martínez Díaz e Isabel Espinar Fellmann
5. El contexto de intervención 173
Teresa Suárez Rodríguez
6. Destrezas terapéuticas sistémicas. 211
Alicia Moreno Fernández e Isabel Fernández Pérez

PARTE II

Modelos de terapia sistémica

7. Terapia estructural. 263
María Pilar Martínez Díaz
8. Terapia intergeneracional 297
Ana Lebrero Rosales y Alicia Moreno Fernández
9. Terapia de la Escuela de Milán 337
*Blanca Armijo Núñez, Vanessa Gómez Macías
y Teresa Suárez Rodríguez*
10. Terapia estratégica 377
Lyn E. Styczynski y Leonard D. Greenberg
11. Terapia breve del MRI 413
Ruth Casabianca
12. Terapia breve centrada en soluciones 449
Mark Beyebach
13. Terapia narrativa 481
Alicia Moreno Fernández

PARTE III
El terapeuta sistémico

14. El trabajo sobre la familia de origen del terapeuta 525
Alberto Espina Eizaguirre
15. La supervisión 555
Beatriz Rodríguez Vega y Alberto Fernández Liria
- Presentación de los autores 587

Prólogo

Carlos E. Sluzki

El rótulo “terapia sistémica”, que incluye retrospectivamente áreas que fueron y tal vez siguen siendo llamadas “terapia familiar”, “terapia de pareja”, “enfoques psicoeducativos”, “terapias breves” y probablemente otros nombres más, denota un territorio multifacético con una historia de corta data –no más de 60 años– y una evolución extraordinaria. La difícil tarea de trazar un mapa de ese territorio, que ha llevado a cabo con éxito Alicia Moreno Fernández en este Manual, para el que ha convocado a un vasto y sólido grupo de colaboradores, ha requerido explorar múltiples puntos de vista, énfasis y modelos, dar cuenta de múltiples desarrollos, reverenciar algunos de quienes contribuyeron a darle substancia, y esbozar derroteros que se vislumbran para el futuro.

Ya que no ocurrió hace tanto tiempo (cosa que reduce un tanto las distorsiones históricas), cabe preguntarse, ¿cuáles fueron las semillas que germinaron en lo que acabó siendo el vasto campo de la terapia sistémica? Antes de que esa actividad fuera rotulada como tal, y aun como “terapia familiar”, había, de hecho, en varias partes del mundo, un buen número de operadores en el campo de la salud mental –psiquiatras, psicólogos, trabajadores sociales– que convocaban

cada tanto a las familias de los pacientes que trataban, o que hacían sesiones conjuntas con parejas en conflicto. Con todo, esa actividad, considerada casi subversiva, o al menos secundaria a la actividad terapéutica individual, era rotulada como “entrevistas familiares” o bien como “apoyo a la familia”.

La cosa cambió en los años 50, cuando las fronteras de las ciencias del comportamiento entraron en ebullición y se permeabilizaron, iluminadas por el nacimiento de la cibernética y de la teoría general de los sistemas, la teoría de la información, la teoría de la comunicación y, desde Europa, la semiología y los modelos estructurales. Estimulados por ese entorno conceptual y por un optimismo creativo de la postguerra, preñado de un espíritu de exploración y de cambio, en los Estados Unidos se fundaron dos centros en los que el foco de atención clínico se desplazaba del individuo a la familia, y, aún más, rotulaban a lo que ofrecían como “terapia familiar.” A través de la magia del nombrar, la terapia familiar vio así la luz.

Uno de los dos bastiones de origen del campo fue *The Family Institute*, fundado y dirigido en Nueva York por el psicoanalista iconoclasta Nathan Ackerman, quien, utilizando originariamente una óptica psicodinámica combinada con múltiples intervenciones de acción, se rodeó de un grupo de discípulos quienes a su vez adquirieron renombre con los años, incluyendo Donald Bloch, Peggy Papp, Peggy Penn y Olga Silverstein, entre otros.

El otro lugar fue el *Mental Research Institute*, fundado en Palo Alto, California por el psiquiatra sullivaniano Don D. Jackson, al que se unieron otros investigadores del equipo original del antropólogo Gregory Bateson, a saber, Jay Haley y John Weakland, así como Virginia Satir y al poco tiempo Paul Watzlawick, Janet Beavin, Antonio Ferreira y otros, utilizando óptica y lenguaje derivado de la cibernética y la teoría de la comunicación, y contribuyendo de manera substancial al desarrollo de terapias estratégicas y breves y una multitud de investigaciones clínicas novedosas.

Casi al mismo tiempo en que se gestaban esas instituciones, esta nueva perspectiva apareció reflejada también en el campo de la investigación clínica, con proyectos centrados en la familia de sujetos con

trastornos psiquiátricos severos llevados a cabo en el Instituto Nacional de la Salud Mental de los Estados Unidos (*NIMH*) por Lyman C. Wynne y Margaret Singer y por Murray Bowen, y en otros centros académicos y clínicos por Salvador Minuchin, Carl Whittaker, Theodor Lidz y Sephen Fleck, y luego Nathan Epstein e Israel Zweling, en sus comienzos con poca conexión entre sí salvo el foco en común, la familia. La productividad de los dos centros mencionados más arriba fue revolucionaria, y el diálogo que se estableció entre ambos, y luego entre éstos y los diferentes investigadores sobre familia *creó el campo de la terapia familiar*, con una verdadera eclosión de diálogos entre clínicos e investigadores y entre representantes de modelos, cristalizado con la producción conjunta en 1962 de la primera revista especializada en el tema, *Family Process*.

Una visita al primer volumen de esa revista permite documentar la raíz interdisciplinaria de la terapia familiar, con contribuciones de psiquiatras (entre los cuales están Nathan Ackerman, Ivan Boszormenyi-Nagy, William Fry, Ross Speck... y Milton Erickson), psicólogos (incluyendo a Paul Watzlawick, James Framo y Robert McGregor), antropólogos (Ray Birdwhistell), sociólogos (Norman Bell, Ruben Hill) y, por cierto, iconoclastas sin credenciales académicas tales como Jay Haley –para entonces editor de la revista– y John H. Weakland. Y eso fue sólo el comienzo.

La unidad de análisis del campo fue *la familia y la pareja*, su dinámica, su estructura, sus procesos, sus peculiaridades, sus secretos, sus mitos, su historia. Los modelos derivados en diferentes centros clínicos usaban diversos apelativos agregados, tales como “interaccional”, “psicodinámica”, “estructural”, y de hecho las premisas de las actividades terapéuticas eran distintas –si bien los procesos lo eran menos (es decir, los clínicos hacían cosas bastante parecidas, si bien subrayaban aquellos rasgos que consideraban idiosincráticos con distinto nombre, creando escuelas e identidades).

El campo de la terapia familiar creció inusitadamente con nuevas ideas y creciente popularidad –producto en parte de la insatisfacción de los resultados de terapias tradicionales así como de la rapidez con que se podían generar ciertos cambios con intervenciones familiares

y, a otro nivel, por la apertura que ofrecía de nuevas formaciones y prácticas conceptualmente novedosas. Para entonces la práctica de la terapia familiar se había difundido a Europa (iniciada en Italia por Murizio Andolfi y en Alemania por Helm Stierlin), América Latina (con contribuciones tempranas de Alfredo Canevaro y mías) y Sudáfrica (con los aportes originarios de Judith Landau) y algunos otros puntos del globo, y estaban apareciendo revistas especializadas en muchas lenguas.

Si bien la producción de artículos profesionales incluía algunos específicamente centrados en técnicas terapéuticas –es decir, en lo que el terapeuta hacía o debía hacer– le cupo el honor de catalizar un nuevo salto epistemológico en el campo al equipo pionero de Mara Selvini Palazzoli y sus colegas Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin y Giuliana Prata, quienes, a partir de un artículo revolucionario de 1980, centraron toda su atención en los *procesos del equipo terapéutico*, además de (y a veces en lugar de) los procesos de la familia. Ese énfasis se replicó en trabajos de muchos otros autores, y se entrelazó con los comienzos de la incorporación del construccionismo social en nuestra disciplina.

Un tercer salto tuvo lugar cuando el campo de observación se expandió aún más, para incluir como objeto de estudio al *conjunto familia-equipo terapéutico* como sistema interactivo –véanse, por ejemplo, las contribuciones de Tom Andersen acerca del equipo reflexivo– así como la *red social personal*, incluyendo a la familia y otras relaciones significativas del entorno social, con aportes de Mony Elkaim, Evan Imber-Black y míos, entre otros.

Y un cuarto salto tuvo lugar cuando, también apoyado en los desarrollos del construccionismo social, se transfirió el acento conceptual y clínico a los *procesos narrativos* que sostienen a las identidades, las historias, y los conflictos (así como las soluciones) de quienes consultan.

Toda esa masa de modelos y prácticas, esa multiplicidad de énfasis, de estilos de conducción de la sesión, de observables a tener en cuenta, y de lenguajes específicos, acabó cobijada bajo el rótulo de Terapias Sistémicas. “Sistémicas” se ha transformado, creo, razona-

blemente, en señal de una suerte de meta-epistemología, un conjunto de presuposiciones o lentes que permiten la lectura no excluyente de una variedad de énfasis y dimensiones clínicas en nuestro campo. De hecho, en muchos casos el rótulo “Familiar” está siendo reemplazado por “Sistémica” para indicar esta vocación post-moderna inclusiva. Pero no se confunda el lector, en la práctica los dos vocablos operan como sinónimos, y ambos son abarcativos.

Alicia Moreno Fernández ha emprendido con entusiasmo la empresa titánica de ofrecer un panorama acabado de una disciplina aún en evolución y esencialmente multifacética como lo es la terapia familiar. Le ha requerido –y ha requerido de sus colaboradores– la tarea juiciosa de condensar a la vez que establecer conexiones, diferenciar a la vez que señalar similitudes, franquear barreras a veces artificiales sin violar soberanías, evitar ofrecernos un diccionario sin esqueleto más que el alfabético o el cronológico pero cuidando de no dejar fuera áreas conceptuales relevantes, y en tanto compiladora, ha logrado un resultado armónico a partir de la colaboración de tantos colegas que, como no podría ser de otra manera, tienen estilos y preferencias diferentes.

Un cuento famoso de Jorge Luis Borges, *Funes el memorioso*, nos presenta un personaje central con una memoria absoluta, con el único problema de que recordar un evento le requiere el mismo tiempo que el que ocupó el evento que está recordando. Alicia y sus colaboradores han logrado evitar esa trampa: cada capítulo tiende a ser una síntesis conceptual que no requiere una retahíla interminable que incluye a todos aquellos que han contribuido a ese tema, lo que lo diferencia de un mamotreto académico donde cada otro párrafo es una referencia y una reverencia, sino una revisión saludable de ideas. A su vez, el lector debe evitar caer en la trampa –en la que caigo yo a veces– de esperar que cada capítulo sea, y me inspire aquí en otro cuento corto de Borges, un Aleph, “esfera cósmica en la que confluyen simultáneamente todos los tiempos y todos los espacios”. Cada capítulo es una rica pasada por el tema (y una segunda lectura del capítulo deja nuevos sedimentos), y a la vez cada capítulo, cada componente del campo de la terapia familiar, está en evolución (y la evo-

lución opera no sólo en espirales hacia el futuro, sino con frecuencia con espirales que circulan entre pasado, presente y futuro, revisitando, iluminando y rescatando el pasado para después re-proyectarlo enriquecido hacia el futuro).

Y hablando acerca del futuro, la espiral de este manual casi enciclopédico se acompaña ya con el anuncio de la continuación de este proyecto a través de un segundo libro –igualmente guiado por la mano y la mente diestra de Alicia Moreno Fernández. Gozando de la lectura de este volumen, nos quedaremos, así, a la dulce espera del siguiente... como en todo buen proceso evolutivo.

*Carlos E. Sluzki,
Washington, D.C. 2014*

Introducción

Alicia Moreno Fernández

Acerca de este proyecto

La idea de editar este manual surge a partir de mi experiencia en la formación de terapeutas y del deseo de crear un libro de referencia útil y práctico para quienes se especializan en terapia sistémica y para los profesionales que ya conocen o aplican este enfoque. Dar clase es para mí una oportunidad de compartir experiencias y conocimientos, y un impulso para seguir aprendiendo. Esos valores, aprender, enseñar y compartir, son los mismos que han guiado este libro, desarrollado con el propósito de ofrecer un mapa amplio de la teoría y la práctica del enfoque sistémico. Ese es mi sueño: que algunas personas aprendan, disfruten, encuentren apoyo o inspiración en este libro, de la misma forma que tantos otros autores y libros han sido acompañantes y guías en mi trabajo a lo largo de los años. Quiero facilitar a través de este libro la conexión entre los autores, los lectores, y las ideas y prácticas que se exponen en él. Cada persona que lea los diferentes capítulos les dará un sentido y aplicación particular, se conectará con los otros muchos terapeutas cuyo trabajo se describe aquí, y contribuirá en cierto modo a crear una comunidad con otros profesionales que comparten esta orientación. Al llegar ahora el momento de la publicación, la historia del libro ya no la construi-

remos quienes hemos participado en él, sino los posibles lectores, y me pregunto cuántos y quiénes serán, cuándo y dónde lo leerán, cómo llegará a sus manos, qué les aportará...

En este manual he querido reunir las ideas y estrategias de intervención más importantes del enfoque sistémico, que desde su aparición hace varias décadas supuso un cambio radical de la visión del proceso terapéutico y los mecanismos del cambio. Lo que siempre me ha atraído de este enfoque es que no trata de “reparar” las disfunciones o patologías en el individuo, sino de entender cómo determinados problemas, que pueden manifestarse como síntomas en una persona o como dificultades en las relaciones, se generan o mantienen dentro de determinados contextos relacionales y visiones del mundo compartidos por la familia y por el entorno cultural y social. La metáfora del “sistema” señala así que la mirada del terapeuta está puesta en algo que va más allá del individuo: en su sistema relacional significativo (fundamentalmente, la pareja o familia), incluyendo también a los profesionales y diferentes contextos institucionales que intervienen en torno al problema, y a los discursos sociales prevalentes.

La intervención con parejas y familias ha sido y sigue siendo una de las señas de identidad de este enfoque, denominado con frecuencia “terapia familiar sistémica”. Los primeros modelos de terapia sistémica marcaron claramente la importancia de este encuadre terapéutico y de la figura del terapeuta como líder del cambio, interviniendo sobre las interacciones disfuncionales. Progresivamente, el concepto de familia o sistema se ha ido ampliando para llegar a incluir a todas las personas importantes que constituyen un recurso o apoyo al cambio, ya sean familia nuclear o extensa, amigos, miembros de la red social o de una organización, y comunidades presenciales o virtuales que sirven como testigos o apoyo en torno a determinados problemas. Asimismo se han desarrollado estrategias y prácticas que aplican esa visión contextual no sólo a parejas y familias, sino también a individuos, grupos y organizaciones, y el rol del terapeuta se ha ido transformando, alejándose progresivamente del rol de experto. En mi propia evolución profesional, me siento más identificada con estos desarrollos más recientes del enfoque sistémico que incluyen pero no

se limitan a la intervención con parejas o familias (de ahí que haya escogido para el manual el título más global de “terapia sistémica”), que se centran en el desarrollo de las potencialidades más que en el abordaje de las disfunciones y que promueven el cambio y la transformación a través de una relación más igualitaria.

Son tantas las aportaciones interesantes y útiles del enfoque sistémico que he querido agrupar, que este manual ha acabado siendo bastante más voluminoso de lo previsto. Y no sólo eso: el proyecto continúa con otro libro, complementario a éste, que recogerá las aplicaciones del enfoque sistémico en diferentes problemáticas y contextos. Celebro con satisfacción el final de esta primera etapa... y avanzo con ilusión con el segundo libro, ya en marcha.

Agradecimientos

Este manual es fruto de un trabajo de colaboración que ha reunido a profesores del Máster en Terapia Familiar y de Pareja y de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad Pontificia Comillas (Blanca Armijo, Isabel Espinar, Isabel Fernández, Vanessa Gómez, Ana Lebrero, Marisa López, Pilar Martínez, Cristina Polo, Teresa Suárez), y directores y docentes de otros programas de formación nacionales (Norberto Barbagelata y Alfonsa Rodríguez, Mark Beyebach, Alberto Espina, Alberto Fernández Liria y Beatriz Rodríguez Vega) e internacionales (Ruth Casabianca en Santa Fe, Argentina, y Leonard Greenberg y Lyn Styczynski en Boston, EE.UU.). Cada uno escribe acerca de un área de su especialidad, y eso aporta riqueza y diversidad a este manual. Ha sido un reto para todos encontrar el tiempo para escribir cada capítulo, haciendo hueco en agendas muy ocupadas con la docencia en distintos programas, la gestión de proyectos, y el trabajo clínico. Ninguno de nosotros llegamos a prever cuánto trabajo iba a ser necesario para sacar adelante este manual, cuántas veces hubo que escribir, corregir y revisar cada texto hasta que todo acabase formando un conjunto coherente y estructurado. Quiero dar las gracias a todos por su implicación, sus aportaciones y su compromiso.

Agradezco a Ángela Raffo, Altea de Eusebio, Ruth Casabianca y Vanesa López su valiosa colaboración en la revisión del formato o el contenido de varios capítulos, y a Margarita Acosta su excelente traducción del capítulo sobre terapia estratégica. Y agradezco muy especialmente la generosidad de Carlos Sluzki al apoyar este proyecto con su prólogo. Él es uno de los principales protagonistas y maestros de la terapia familiar sistémica. Varias generaciones de terapeutas en todo el mundo, incluidos muchos de los autores de este manual, hemos aprendido con él, admirando su rigor intelectual, su destreza como terapeuta y su compromiso social.

Gracias también a quienes a lo largo del tiempo han sido mis alumnos o han realizado su proceso de terapia conmigo; en este libro he intentado reflejar lo que he aprendido junto a ellos. En un plano más personal, mis amigos más cercanos me han acompañado con su cariño y comprensión, especialmente Carlos, Nydza y Mercedes, mis “hermanos” y compañeros de vida desde hace tanto tiempo y Marian, siempre solidaria y cercana. Agradezco también a mis padres, Olegario y Charo, su disponibilidad y apoyo en éste y otros trayectos importantes de mi vida, y su gran corazón, generosidad y respeto. Mi hermana, Bety, es sobre todo amiga, compañera y cómplice. Siempre hemos compartido la pasión por aprender y por los libros... y ahora también, junto con Javier, mi cuñado, la pasión por mis preciosos sobrinos, Jaime y Alicia. Gracias a todos ellos por su presencia amorosa y su apoyo incondicional.

Esquema del libro

El **prólogo** de Carlos Sluzki sitúa al lector en el contexto histórico de la terapia familiar sistémica, dando cuenta de los grandes hitos en la evolución del conjunto de teorías y modelos de intervención que se agrupan bajo el rótulo de “sistémicos”. El resto del libro se divide en tres bloques temáticos.

En la **primera sección** se presentan los conceptos y herramientas básicos del enfoque sistémico, a tener en cuenta en cualquier intervención basada en este enfoque. El *capítulo 1* describe los fundamen-

tos teóricos del paradigma sistémico, indispensables para sustituir el pensamiento lineal tradicional por una visión de los problemas y las personas basada en la causalidad circular, la atención al contexto y las relaciones. A pesar de la complejidad y extensión del tema (que daría en sí mismo para un libro), el capítulo ofrece una síntesis de los conceptos básicos de la teoría general de sistemas, la primera y segunda cibernética, los axiomas de la comunicación, el constructivismo y construccionismo social, mostrando sus implicaciones para la práctica. El *capítulo 2* presenta el concepto de ciclo vital familiar, describiendo las tareas típicas que se llevan a cabo en cada fase evolutiva y teniendo en cuenta la variabilidad de configuraciones familiares y los factores socioculturales que impactan en ellas. Cualquiera que sea el encuadre de la terapia, individual, de pareja o familia, la perspectiva de las fases del ciclo vital familiar y los modelos de desarrollo y de crisis que se presentan en este capítulo sirven para guiar el trabajo terapéutico, encuadrando los problemas a abordar en terapia en esta visión panorámica y longitudinal de los sistemas familiares. La perspectiva de género planteada en el *capítulo 3* es indispensable en el trabajo terapéutico, y ofrece claves para revisar los posibles sesgos de género en nuestras formulaciones e intervenciones. Es poco frecuente abordar este tema en textos sobre terapia sistémica (o cualquier otro tipo de terapia), a excepción de los casos más extremos de violencia de género. Sin embargo, era fundamental incluirlo en este manual. Una óptica verdaderamente sistémica implica hacer visibles en terapia los condicionamientos sociales y culturales sobre la masculinidad y feminidad que impactan en las personas que consultan, en los modelos e intervenciones terapéuticas, y en nosotros mismos como terapeutas hombres o (mayoritariamente) mujeres.

Los siguientes tres capítulos, 4, 5 y 6, de la primera sección, ofrecen herramientas de intervención que pueden aplicarse en cualquier modelo de terapia sistémica. El *capítulo 4* presenta los principales métodos e instrumentos de evaluación familiar que podemos utilizar para medir las dimensiones de las relaciones de pareja o familia sobre las que intervenimos, ya sea con una finalidad clínica o de

investigación. Teniendo en cuenta que este manual está dirigido fundamentalmente a quienes se orientan a la práctica psicoterapéutica, este capítulo es una invitación a incluir en nuestro trabajo aquellos instrumentos que nos permitan ser más precisos en la evaluación y el diseño de intervenciones, y medir su efectividad. El *capítulo 5* ofrece un esquema exhaustivo y muy práctico sobre las fases iniciales de la intervención sistémica, que sirve de guía para realizar una evaluación y establecer cómo y con quién intervenir. Este esquema aborda el primer contacto con las personas que consultan o las que derivan el caso, la recogida de información para establecer hipótesis iniciales, y los criterios para delimitar los diferentes encuadres de intervención: individual, pareja, familia nuclear, extensa, o la inclusión de otros profesionales. El *capítulo 6* presenta las destrezas terapéuticas sistémicas que son comunes a los distintos modelos de intervención. El capítulo pretende servir como mapa de referencia en la adquisición de habilidades terapéuticas, más allá de las particularidades de los distintos modelos que se desarrollan en los siguientes capítulos. Se describen aquí las destrezas para el establecimiento del contexto terapéutico, destrezas para la conducción de la sesión y destrezas de intervención emocionales, cognitivas y conductuales.

La **segunda sección** del libro presenta los principales modelos de terapia familiar sistémica, que se exponen en los *capítulos 7 al 13*: terapia estructural, intergeneracional, escuela de Milán, estratégica, terapia breve del MRI, centrada en soluciones y narrativa. Estos modelos se han ido desarrollando a partir de unas raíces teóricas comunes, aunque cada uno ha dado relevancia a ciertos conceptos y, sobre todo, ha desarrollado formas particulares de intervención. Todos los capítulos siguen un esquema similar: en primer lugar, sitúan los orígenes del modelo e introducen a sus principales representantes. A continuación describen los conceptos teóricos básicos a partir de los que se desarrolla el modelo. Se describe luego en cada caso cómo es el proceso terapéutico, la teoría del cambio y el rol del terapeuta. Y por último, se detallan las principales estrategias y técnicas terapéuticas, aportando a lo largo del capítulo viñetas clínicas o ejemplos más detallados que ilustren los conceptos planteados.

Esta sección pretende ser una guía para la práctica, tanto para quienes integren conceptos o intervenciones de varios modelos como para quienes intervengan basándose mayoritariamente en uno de ellos. Se expone cada modelo con suficiente detalle como para conocer las características diferenciales de cada proceso terapéutico e incorporar sus principales herramientas de intervención.

La **tercera sección** incluye los capítulos centrados en la figura del terapeuta. El ejercicio de la terapia sistémica no sólo requiere una formación teórica y práctica, sino una labor de autoconocimiento y de reflexión sobre la persona del terapeuta, que potencie su capacidad de ayuda para que otros realicen a su vez su propio proceso de transformación. Esto se realiza fundamentalmente a través del trabajo vivencial del terapeuta y de la supervisión. El *capítulo 14* aborda el trabajo sobre la familia de origen del terapeuta, presentando distintas metodologías de trabajo tales como el genograma, las esculturas, las constelaciones familiares, las técnicas corporales y con medios plásticos, etc. Finalmente el *capítulo 15* desarrolla el tema de la supervisión del terapeuta, describiendo distintos modelos, formatos y técnicas a emplear, así como aspectos a tener en cuenta en la relación entre terapeuta y supervisor/a.

Todos los capítulos incluyen una sección final de lecturas recomendadas, con una bibliografía seleccionada y comentada por los autores. Así, cada capítulo se presenta como una síntesis de un tema a la vez que una invitación a seguir aprendiendo de la mano de los autores originales. El orden de los capítulos sigue un camino de avance gradual en la teoría y la práctica sistémica, aunque cada lector puede ir trazando su propia ruta en función de su curiosidad o sus intereses.

I

Conceptos y herramientas básicos del enfoque sistémico

1 Fundamentos teóricos del paradigma sistémico

Alfonsa Rodríguez Rodríguez

Norberto Barbagelata Churruarín

Índice de contenidos

1. Introducción	28
2. Los orígenes del paradigma sistémico	29
3. Los sistemas y sus propiedades	32
3.1. Totalidad	34
3.2. Circularidad	35
3.3. Equifinalidad y equicausalidad	36
4. Axiomas de la comunicación	37
4.1. Primer axioma	37
4.2. Segundo axioma	40
4.3. Tercer axioma	42
4.4. Cuarto axioma	44
4.5. Quinto axioma	44
5. Evoluciones del paradigma sistémico: primera y segunda cibernética	46
6. Constructivismo y construccionismo social	52
6.1. Constructivismo	52
6.2. Construccionismo social	54
7. Epílogo	56
8. Lecturas recomendadas	57
Bibliografía	58

1. Introducción

La exposición del marco conceptual de los fundamentos del modelo sistémico en un manual que sea útil a un potencial lector requiere de los autores una capacidad que confiamos dominar: eludir una mera exposición o una relación cronológica de los autores paradigmáticos; en definitiva, evitar el puro academicismo. El principal desafío es afrontar los enunciados de manera que den cuenta de la complejidad del modelo teórico, y que motiven al lector a acudir a las fuentes de las que se nutre este capítulo. De modo que los retos que enfrentamos tienen un propósito nuclear: que la exposición resulte sugestiva y tentadora, que contamine, como nos contagiamos nosotros, del virus de una realidad revolucionaria, revulsiva y cuestionadora de las ideas convencionales acerca de la etiología y manejo terapéutico de las dificultades emocionales, y por ende de los trastornos psíquicos.

Otro reto que encaramos, y que constituye nuestra preocupación hace años, es evitar que el nuevo o no tan nuevo paradigma (tiene algo más de 60 años) se “licúe” y se entienda como un conjunto de recetas que tienen como propósito incorporar a la familia en los protocolos de intervención. Así, no se trata tanto de proporcionar un agregado de técnicas y estrategias para modificar familias con dificultades, sino de cambiar la perspectiva, la visión, la epistemología del profesional. Porque acercarse y conocer un enfoque teórico-práctico implica asumir una postura reflexiva, adoptar unas lentes con las que mirar la realidad. Pues bien, como cualquier epistemología, la sistémica, determina un enfoque preciso, diferente, sobre las personas, los problemas y cómo se produce el cambio; mirada o foco que contribuye a la construcción de lo que ocurre en términos de identidad, de relación profesional y del proceso de intervención (Dickerson, 2010).

Mas ¿se puede hablar hoy de paradigma sistémico? En realidad es más adecuado hablar de movimiento sistémico, en el que se escuchan “voces” diversas, a veces dispares, como señala L. Hoffman (2001). Son cuestiones que confiamos se esclarezcan en parte a lo lar-

go del capítulo, en el que daremos cuenta, en primer lugar de la historia y de los pilares básicos del paradigma; y en segundo lugar se expondrán los nuevos desarrollos conceptuales que están enriqueciendo la mirada sistémica, como son la perspectiva constructivista, el construccionismo social, y en especial el enfoque narrativo.

2. Los orígenes del paradigma sistémico

Históricamente fueron cuatro los movimientos que estuvieron en el origen del enfoque sistémico. En primer lugar el pensamiento de los primeros trabajadores sociales en Norteamérica, para quienes la unidad adecuada de análisis era la familia, ya que no se podía comprender la situación de un individuo si no se entendía en su contexto social; de ahí la importancia de trabajar con las relaciones y no con los problemas individuales. Por otro lado, el segundo movimiento, para Rasheed, Rasheed y Marley (2010) fue el desarrollo de una línea del psicoanálisis más enfocada en lo social y relacional. En los orígenes del modelo, Freud desarrolló una teoría del funcionamiento psíquico basada en el complejo de Edipo, es decir en las relaciones que se dan en el triángulo padre, madre e hijo/a. Sin embargo, la intervención no se centraba en la realidad relacional, sino en la dinámica intrapsíquica y no se trabajaba con la familia del paciente en tratamiento. Fueron desarrollos posteriores del psicoanálisis, en figuras como Fromm (2003), Sullivan (1959) y Bowen, entre otros, los que plantearon que la naturaleza humana, en parte, es el resultado de un proceso social, y no sólo intrapsíquico. De manera que la mirada dicotómica en un principio no se dio, ya que la terapia familiar sistémica se nutrió de todo el saber psicoanalítico en sus inicios. Desde una perspectiva diferente, pero complementaria, no se puede dejar de citar a Bowlby (1989), con su importante aporte, la teoría del apego, que de manera sintética planteó la importancia del vínculo primario –del bebé y la figura cuidadora– y de las consecuencias de dicho vínculo en la epigénesis y el desarrollo psíquico del sujeto. El tercer movimiento fueron los primeros sexólogos, que cambiaron el foco de observación del individuo a las relaciones como causa y foco

del tratamiento de las perturbaciones sexuales. Por último, el cuarto movimiento estuvo constituido por el *counseling* matrimonial, según el cual el aprendizaje de pautas educativas ayudaba en la prevención de factores de riesgo familiares. Aquí el énfasis estaba también en las relaciones de pareja y familia, y en la convicción de que con consejo y estrategias sobre las pautas de funcionamiento se contribuía al adecuado funcionamiento del grupo familiar.

La fundación propiamente dicha del paradigma sistémico se puede situar entre los años 1952-1961. Surge de la evolución de una parte de la psiquiatría que observaba la importancia de la familia en la etiología de la esquizofrenia y de otras patologías graves. Se trata de un grupo de profesionales (véase Boszormenyi-Nagy (1976, 1983), Ackerman (1970, 1976a, 1976b) entre otros) que experimentan las insuficiencias del modelo psicodinámico individual y se sienten atraídos por un modelo que ampliaba sus posibilidades de intervención al incorporar la familia en la evaluación y el tratamiento. La segunda y principal fuente está en el encuentro con la Teoría General de Sistemas y la Cibernética, y es Gregory Bateson en 1956 (Bateson et al., 1974) con su concepto de doble vínculo el verdadero artífice del paradigma. Descrito muy brevemente, el doble vínculo se da en una relación considerada de vital importancia, en la que la persona recibe de manera continuada dos mensajes mutuamente incompatibles, emitidos en distintos niveles de comunicación. Se ve atrapada en una situación ante la que no es posible responder adecuadamente ni escapar. Bateson lo ejemplifica con la secuencia interaccional entre una progenitora y su hijo esquizofrénico: Cuando el hijo se aproxima a abrazar a la madre, ésta se echa para atrás. El hijo baja los brazos y la madre le dice: “¿Es que ya no me quieres?”. Se puede observar la situación paradójica –contradictoria– de la madre que envía un mensaje no verbal –se echa hacia atrás– pero a la vez atribuye al hijo el acto de rechazo. Bateson y su equipo abren un campo de indagación extremadamente novedoso respecto a la etiología y manejo de las enfermedades mentales graves: el nivel interaccional, el estilo de comunicación como factor importante en la patología mental (Sluzki y Veron, 1971; Sluzki y Ransom, 1978). Es evidente que el número de

variables que intervienen en la etiología de las patologías graves es alto (genética, bioquímica, factores sociales, etcétera), sin embargo, el hallazgo de Bateson fue el cambio de mirada: de la dinámica intrapsíquica al nivel interaccional.

Globalmente el paradigma sistémico se opone al encierro disciplinario; como sostiene Morin (1994) le da una vitalidad que se mantiene hasta hoy día. Es precisamente la integración multidisciplinaria lo que caracteriza el pensamiento sistémico, acorde con el origen científico de figuras como von Bertalanffy (1976), biólogo y principal promotor e institucionalizador de la Teoría General de Sistemas; Ashby, que proviene del campo de la medicina; el matemático Wiener (1958), fundador de la Cibernética; y el citado antropólogo Bateson (1976, 1980), entre otros. Las nociones sistémicas permiten, pues, articular áreas de conocimiento muy diferentes, proporcionando un lenguaje común e integrando conceptos provenientes de estas diversas disciplinas. Es una teoría de integración a través de la que se pueden observar los fenómenos biológicos, sociales, y psicológicos. Esto no invalida ni intenta sustituir los modelos de las diversas disciplinas, véase la biología, la psicología individual o la sociología. ¿Cuál es su principal aportación? Dirigir la mirada a la intersección entre las disciplinas, porque como es sabido la realidad no está dividida en pedazos (lo biológico, lo psicológico,...). Es más, la misma mirada holística se puede aplicar a los distintos ámbitos de la realidad, ya que cada uno es susceptible de ser abordado con la misma lente –la sistémica–. Un ejemplo simple ilustrará lo antedicho. Es evidente que no se puede comprender el funcionamiento hepático sin ver al hígado integrado –conectado– con los demás órganos; las propiedades de aquél “no le pertenecen” (metabolizar la bilirrubina, producir bilis, etc.) sino que están en relación al sistema más complejo: la sangre que le llega de la vena porta, el corazón que la impulsa, etc. Del mismo modo comprender, dar un sentido a la conducta, a la sintomatología, sin conocer la conexión con las variables contextuales que la determinan, en parte, es perder el objeto de estudio. Se trata en definitiva de un abordaje inclusivo que permite estudiar los sistemas emocionales más significativos para el ser humano, como la familia,

la red social y el entorno socioeconómico. Esta perspectiva novedosa –la interaccional–, eje del paradigma sistémico, es asumible desde el punto de vista intelectual por cualquier profesional, pero suele ser bastante más difícil de trasladar a la práctica de la intervención terapéutica. De modo que se acepta la diferencia de comportamiento de un niño o una niña en contextos diferentes (en el colegio se trata de un ser afable y aplicado y en casa es un o una “déspota”), pero es más difícil concebir que ese comportamiento disímil es producto del contexto donde se desarrolla, y más aún, que ese es el foco del cambio. En definitiva, el foco, lo nuclear de la epistemología sistémica, es la concepción según la cual la identidad se constituye sólo en relación.

3. Los sistemas y sus propiedades

Aun a riesgo de simplificar la realidad, se pueden contraponer tres principios explicativos de la conducta. Uno, que hace referencia al psicoanálisis, plantea que la conducta está básicamente determinada por motivaciones internas del sujeto; otro, como se señalaba anteriormente, el que propone la Teoría General de Sistemas, según el cual el comportamiento de un sujeto depende en gran parte de sus relaciones, es decir, del mundo externo; y, el tercero el conductual, que estudia el proceso interaccional que media en el aprendizaje de la conducta.

El foco del paradigma sistémico está en estudiar el circuito de retroalimentación constituido por los efectos que la conducta de un individuo tiene sobre el otro, las reacciones de éste y por último, el contexto donde tiene lugar (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1971). La Teoría General de Sistemas permite analizar este circuito de retroalimentación en un nivel de mayor complejidad. Según dicha teoría un sistema es un conjunto de elementos, de sus características y de las relaciones entre los mismos (Watzlawick, op. cit.). Por ejemplo, un coche está constituido por un conjunto de elementos como las ruedas, el motor, el chasis, entre otros. Dichos elementos tienen propiedades específicas que sólo aparecen en relación a la organización global del sistema. Así, la propiedad de la rueda de girar desaparece

cuando desarmamos el coche y la rueda deja de estar unida al resto de elementos del sistema. La definición da cuenta del funcionamiento de los sistemas físicos, mas el paso de los sistemas físicos a los humanos supone una discontinuidad, aunque éstos pueden ser igualmente analizados bajo el prisma de la Teoría General de Sistemas (TGS). En este caso los seres humanos serían los elementos del sistema, mientras que las propiedades específicas son sus pautas interaccionales y la conexión está hecha mediante la comunicación. ¿Cuál es el salto o cambio fundamental que trae la TGS al análisis de los comportamientos, de la patología? Pasar de estudiar lo individual a estudiar las relaciones entre las partes de un sistema más amplio, puesto que los elementos aislados en sí mismos, decíamos, no tienen propiedades. Así, para entender la conducta periférica, pasiva, de un progenitor no sirve el estudio aislado de sus características individuales (ya sea desde una perspectiva intrapsíquica o de “carencia de habilidades” –aprendizaje–); será necesario poner en relación dicha pasividad por ejemplo con el papel que ocupa en la díada parental, con su cónyuge esposa. Para Watzlawick (op. cit.) el colofón está en que un fenómeno no es explicable en tanto el marco de observación no es suficientemente amplio como para incluir el contexto en el que tiene lugar. Esto conecta con la elaboración de Bateson, que es más abstracta pero más esclarecedora: “si queremos explicar o comprender el aspecto mental de cualquier acontecimiento biológico, tenemos que tomar en cuenta el sistema, es decir, la red de circuitos cerrados, dentro de los cuales está determinado ese acontecimiento biológico. Pero cuando buscamos explicar la conducta del hombre o de cualquier organismo, este *sistema* por lo común no tendrá los mismos límites que el *sí mismo*, tal como se entiende en común este término”. Prosigue Bateson: “La localización y límites del sí mismo de un ciego con bastón ¿dónde están?, ¿en la punta del bastón?”. Las preguntas, dice, carecen de sentido “porque el bastón es la vía a través de la cual se transmiten diferencias por medio de la transformación, de manera que trazar un límite cruzando esa vía es amputar una parte del circuito sistémico que determina la locomoción del ciego” (Bateson, 1976, p. 347-348).