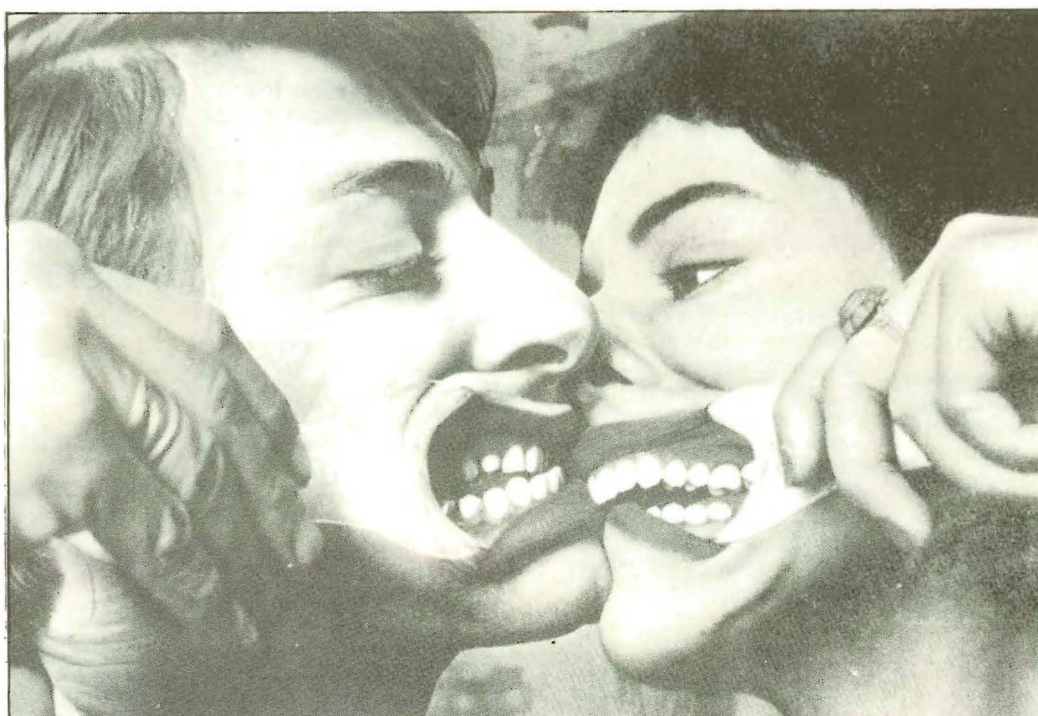




TERAPIA

FAMILIAR (I)

RICARDO SANZ PONS



DEFINICION: «La Terapia Familiar es un tipo de tratamiento psicológico que tiende a disminuir el sufrimiento de los individuos de una familia mediante la modificación del funcionamiento de la unidad familiar —el “QUE se intenta modificar” variará según las bases teórica o de la escuela— utilizando, casi siempre, la reunión de todo el grupo familiar, con uno o varios terapeutas especialistas.»

DESGLOSANDO:

Es un tratamiento psicológico, trabaja con y sobre elementos basados en la psique: comunicación, interacciones, proyección... e interpretación, redefinición, etcétera.

Que tiende a disminuir el sufrimiento: Remarca el aspecto *terapéutico, médico*; no se dirige a *cambiar por cambiar* o a hacer un peritaje para un juez. El objetivo es aliviar o curar. Si no, no es Terapia Familiar, aunque puede ser *otra cosa* muy interesante, como es la aplicación de la teoría sistémica a diversos contextos.

De los individuos de la familia: Los que sufren son los individuos, y el que puede identificarse con ese sufrir, el terapeuta, también es un individuo. Los conceptos de «*familia que sufre*» o «*equipo terapéutico identificado con la familia*» son prácticos y operativos, pero son abstracciones que nos pueden hacer olvidar *lo humano*, querer tratar *el mecanismo familiar*, también se dice que un motor sufre, etcétera..., pero no es lo mismo.

Mediante la modificación del funcionamiento de la unidad familiar: Esto es fundamental y definitorio. Se pretende la modificación, el cambio, y no la mera investigación o apoyo, como podría ser cierto trabajo de A.S. o de sociólogo. Y *del funcionamiento de la unidad familiar*, que supone considerar a la familia como un todo que funciona, (o disfunciona) y eso es lo que se cambia.

«**El qué se intenta modificar**» **variara según la base teórica o escuela:** Así, los psicoanalistas modifican el inconsciente grupal o el fantasma familiar, los primeros comunicólogos (V. Satir, p. ej.) pretendían mejorar la comunicación y la definición de la relación; Selvini actuaba sobre el poder, la *hybris* del sistema; Bateson, Jackson y Palo Alto pretenden contraponer a los dobles mensajes patógenos otros terapéuticos, Minuchin «reestructura el mapa familiar», etcétera.

La reunión de todo el grupo familiar ha sido exigida, al principio, como definitoria de la Terapia Familiar. Es útil para evitar «la maniobra del miembro ausente» y para dar la regla implícita de que el paciente «es *toda* la familia». Progresos teóricos y técnicos nos permiten hoy día convocar a miembros o subsistemas que estratégicamente nos convengan, o incluso hacer Terapia Familiar con un solo individuo, siempre que tengamos *in mente* todo el Sistema Familiar.

Uno o varios remarca la tendencia a trabajar en pareja o en equipo, por necesidades específicas, al ser un sistema complejísimo, con gran cantidad de información, por la necesidad de tomar distancias y estar *dentro* y *fuera de la familia*, etcétera.

Terapeutas-especialistas implica que no se puede hacer Terapia Familiar sin una concienzuda preparación previa, incluyendo no sólo información de técnicas y escuelas, sino un replanteo de la epistemología personal, de la posición del terapeuta en su propia familia, etcétera.

Todos y cada uno de estos requisitos son necesarios para que exista Terapia Familiar. Pero puede faltar alguno y utilizar igualmente la teoría sistémica para enseñar, para aplicarlo a contextos como la escuela, el Juzgado de Menores, etc.

II. HISTORIA Y ESCUELAS

Las psicoterapias de familia (así, en plural) constituyen un conjunto de técnicas basadas en distintas teorías y hasta en epistemologías diversas, que tendrían casi como único punto común el ser *terapias*, es decir, pretender el cambio hacia un estado mejor, y el trabajar, en principio, con toda la familia.

Aunque hay antecedentes valiosísimos en los años 50, especialmente desde el campo del psicoanálisis, un verdadero crecimiento impositivo se produce en los años 60, casi exclusivamente en USA. Los 70 son los de la expansión en Europa. En los 80 se revisan y replantean bases epistemológicas y se van puliendo las técnicas.

El surgimiento fue fruto de una confluencia de variados factores, de nivel muy diferente; desde el interés pragmático por el tratamiento (y la comprensión etiológica) de la esquizofrenia, hasta la *revolución epistemológica* de la causalidad circular, el principio de indeterminación de Heisenberg, las estructuras disipativas y la teoría de las catástrofes, etcétera.

Así la Terapia Familiar tendría una complicada familia, con *ramas* muy alejadas y/o que se ignoran mutuamente.

Intentaré trazar simultáneamente el corte longitudinal (historia) y el transversal (estado actual) de algunas de estas *familias*:

Terapia Familiar y psicoanálisis: La influencia de la familia en la psicogénesis y hasta en las resistencias al tratamiento fue precozmente conocida de Freud, y está contenida implícitamente en sus *series complementarias*. Siguió años en los que

el interés se centró más en lo intrapsíquico, en la situación analítica, etcétera, pero más recientemente varios grupos de psicoanalistas *no tuvieron más remedio* que volver a tener en cuenta a la familia. Simplificando, y a riesgo de dejar fuera importantísimos grupos, señalaré tres *núcleos*:

— La escuela argentina, que con gran precocidad se plantea cuestiones teóricas y prácticas sobre la familia, a partir de la *psicología social* de E. Ichon-Riviere, de la que surgen varias líneas que, habiéndose apartado más (Sluzki, Veron, Minuchin...) o menos (E. Rolla, I. Berenstein, Nocetti...) del psicoanálisis, van a constituir grupos muy activos (vease, por ejemplo, la revista: *Terapia familiar*, hasta hace poco la única accesible en castellano).

— Ackermann, considerado «el padre de la Terapia Familiar», que partiendo de su práctica de psicoanalista empezó planteándose cómo se formaban y elegían las parejas, y acabó sentando bases, inmovibles hoy, de técnicas de entrevistas familiares. Otros psicoanalistas, como Grotjahn, Ehrenwald, simultáneos o seguidores de Ackermann, permitieron ciertas conexiones entre Terapia Familiar y psicoanálisis, aunque hay que reconocer que, en USA, la tendencia psicoanalítica dentro de la terapia de familia es hoy día muy minoritaria.

— No así en Europa, y en especial en Francia, donde han confluído ciertos emigrantes o visitantes latinoamericanos (Alberto y Diana Eiguer, E.C. y Carmen Liendo,...) con autóctonos (Ruffiot, Decherf,...), que han desarrollado toda una teoría y técnica de lo que ellos prefieren llamar «*psicoterapia del grupo familiar*», partiendo de concepciones de Anzieu, De Kaes y otros sobre el inconsciente grupal, el fantasma común de la familia, usando técnicas como la verbalización colectiva de los sueños de cada miembro mediante la asociación libre, la atención flotante, la neutralidad y el silencio del psicoanalista. Para ello *el pecado original* estaría en la represión, y la curación se haría a través del insight y la reelaboración, conseguidas mediante la interpretación. Todo ello da un clima muy distinto en este tipo de terapias de familias que en las *sistemáticas*, pero estos autores han supuesto aportaciones interesantes y hubieran podido ser (ya no) el buscado nexo entre psicoanálisis y terapia de familia. Otros psicoanalistas creemos que, hoy por hoy, son dos epistemologías distintas, con posibles rasgos comu-

nes (por ejemplo, la *teoría del encuadre*, de Guillieron), pero difícilmente compatibles en la práctica.

Estudios sobre la esquizofrenia: Es quizá el campo más activo y amplio. Desde las primeras reflexiones y preguntas de Bateson o Jackson (¿quién enseña a comunicar tan mal a los esquizofrénicos? ¿En qué contexto tiene sentido la comunicación del psicótico?), pasando por las primeras hospitalizaciones de toda la familia con el paciente designado (Lidz, Jackson, Bowen) y los estudios de Laing sobre esquizofrénicas y sus madres, hoy disponemos de una inabarcable investigación y bibliografía. No suponen una escuela definida, aunque todos los que trabajan con psicóticos tienen que reconocer conceptos como: *la comunicación paradójica*, *el esfuerzo por (no) definir la relación*, basados en la teoría de la comunicación y la teoría general de sistemas.

La antipsiquiatría, con el *Cuestionamiento de la familia*, de Laing, y la *Muerte de la familia*, de Cooper, han supuesto reflexiones sobre el papel de estructuras sociales e institucionales (familia, manicomio), en la génesis o el mantenimiento de «la locura».

La psiquiatría infantil, que siempre ha sabido que el niño se desarrolla en una familia, que un contrato terapéutico se hace, en parte, con el niño, está siendo vivero de terapeutas de familia (Minuchin era paidopsiquiatra) y de reflexiones e información sobre la dinámica del sistema familiar.


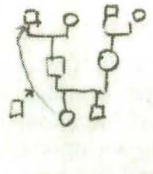
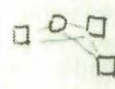
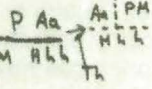
El consejo conyugal y el trabajo social psiquiátrico, por ser la A.S. y el consejero los que tradicionalmente veían parejas y familias y se plantearon los escollos que les impedían pasar más allá de *la encuesta psicosocioeconómica* («tienen la casa limpia, no hay lavadora, la madre es simpática») o del *consejo* más o menos moralizante o de simple sentido común. Hoy día algunos de los más destacados terapeutas de familia son asistentes sociales o consejeros conyugales.

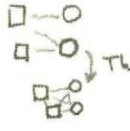
Desde el análisis existencial, con raíces más o menos psicoanalíticas, H. Stierlin, Duss von Wert y otros muchos germanoparlantes han desarrollado toda una teoría y técnica basadas en conceptos de *etapas de la vida*, *identidad y cambio*, *reconciliación transgeneracional*. Son un grupo actualmente muy activo, centrado en Heidelberg y Zurich, que publica su revista, convoca congre-

sos y seminarios y mantiene una postura abierta respecto a otras escuelas.

Cercanas a ello están la escuela de Boszormeny-Nagy y la teoría Transgeneracional, también emparentadas con el psicoanálisis, pero poniendo el acento en las *lealtades*

«persecutoria») o al compromiso («tú eres tú, mi padre, y yo soy yo, te debo esto y esto, estoy dispuesto a reconocértelo así y así, pero no de esa otra manera que tú me pides, etcétera»). Se acercarían en esta concepción (humanista) a terapeutas que practican sobre la gestalt y la teoría

| PSICOANALÍTICA RUFFLOT, LIENDO... | EXISTENCIAL STIERLIN - DUS VON WERT | TRANSGENERAL BOSZORMENY-NAGY | COMUNICACIONAL SATIR, CHAGAYA | ESTRUCTURAL MINUCHIN |
|---|---|---------------------------------|---|---|
| Francia | Heidelberg, Zurich | Filadelfia | Boston | Filadelfia |
| Represión | Delegación | Lealtad inamovible | Mala comunicación | Confusión de límites |
| Insight | Reconciliación | Pago de deudas | Buena comunicación | Reestructuración |
| Interpretación | Reenvío a los orígenes | Rituales terap. | Ser modelos Descubrir mal con Proponer mejor " | Manipulación Participación directa Explicación |
|  |  | |  |  |

| ECLÉCTICA AROLDI, MAISON... | ESTRATÉGICA HALEY | SISTÉMICA Palo Alto: WARZAVIC, SLAVIN California | PARADOJA SELVINI, PRATA... |
|---|---|---|--|
| Roma, Lausanne, España | | | Milán |
| Sistema disfuncional (según casos) | Incapaces de resolver problemas | Sistema disfuncional | Poder-No decir cambio-Hs |
| Todo (... es verdad si funciona) | Devolución de problemas | Transformación de procesos interaccionales disfuncionales | Provocar la crisis y salida única por MORFÓGENESIS |
| Interpretación Reestructuración Reformulación Manipulación Prescrip. paradójica | Reformulación (REFRAME) | Manipulación no explicada | Prescripción paradójica Connotación positiva |
| |  | $S_s F + S_s Th \rightarrow S F Th$ $\rightarrow S_s F' + S_s Th'$ | |

invisibles, en los libros de cuentas y deudas, en los mitos transgeneracionales, y buscando el cambio mediante rituales que conduzcan a la reconciliación transgeneracional (ir en familia a llevar flores a la abuelita,

de Eric Berne («I'm O.K., you're O.K.»). En ciertos puntos cercano a esa «psicología humanista» yo situaría a Salvador Minuchin, aunque mejor es definirlo como un *francotirador* con escuela propia, con una epistemolo-

gía que no refiere explícitamente a la teoría de la comunicación ni a la teoría general de sistemas (TGS), sino a su propia, rica y compleja *visión del mundo* personal. En mi opinión Minuchin es *sistémico* (aunque los pretendidos *sistémicos puros* lo niegan), por cuanto en la teoría y en la práctica toma a la familia como un sistema global, busca qué cambios en un *holon* o subsistema repercutan en otros y mantiene una *parcialidad alternante*, que es una forma estratégica de neutralidad. Su visión estructural de la familia permite trazar mapas familiares y estrategias para modificarlos, designa límites intra e intersistémicos y desemboca en prescripciones directas (por ejemplo, *cosas para aliar a los hermanos*) o paradójicas (por ejemplo, que se peleen mucho más). Minuchin es un ecléctico, que usa técnicas variadas, aunque la mayoría le son propias.

Más definidamente eclécticos son Andolfi, en Roma; los Masson, en Lausanne, y muchos de los terapeutas de familia que practican en Francia, Suiza y España. No existe una escuela ecléctica como tal, pero podemos constituir artificialmente un grupo que comparte:

— El *pecado original* sería el sistema disfuncional, y esto es lo que habría que cambiar (se acercan pues a Watzlawick, Selvini, etcétera).

— Ello se consigue mediante: *todo* (—todo es verdad si funciona— decía William James).

— Así usan, en la práctica: la interpretación, la reestructuración, la manipulación, la prescripción paradójica, el psicodrama, técnicas de gestalt, etcétera.

Junto a Minuchin sitúo yo la Escuela Estratégica de Haley, quien ya muy en la línea de lo comunicacional y sistémico, tiene unas concepciones teóricas a veces originales y una técnica algo distinta, que él centra en el *solving problems*. La *falta* sería la incapacidad para resolver problemas de la familia, y por ello se actúa devolviéndoles los problemas, pero ayudándoles a reformularlos. Para ello utiliza, sobre todo, la *redefinición* (Reframe) y prescripciones paradójicas, pero no *tan duras* como, por ejemplo, Selvini. Tampoco usa la connotación positiva. Ciertas estrategias de Haley son de una elegancia y un sentido del humor muy atractivos (véase: «el Juanito a la nueva manera» en su libro *Nuevas estrategias en terapia familiar*).

También el sentido del humor y la elegancia se suelen destacar en Carl

Whitaker, otro *francotirador* de fuerte personalidad y carisma. Se ha querido ver una llamada **escuela experimental** que practicaría su método, basado en que el paciente debe tener en el tratamiento una *experiencia emocional* que llegue a los niveles más profundos de la personalidad. Conceptos como *encuentro*, *permiso*, *crecer con la familia*, lo acercarían al *humanismo*, mientras que el uso de la metáfora, la paradoja, la provocación y el desafío buscarían redefiniciones más cercanas a las escuelas *sistémicas*.

No podemos dejar de citar a Virginia Satir y la escuela Comunicacional, por ser indiscutible pionera, que a todos nos ha enseñado mucho. Satir estuvo en Palo Alto e inició las bases de la aplicación de la teoría de la comunicación al tratamiento de familias que evidentemente comunicaban mal. Ella se presentaba como experta en comunicación y les enseñaba a comunicar mejor. Algunos consideran ingenua esa postura, porque no tiene en cuenta la necesidad paradójica de la familia, o bien la confronta con métodos directos y no usa la paradoja ni el doble vínculo terapéutico.

Por último, la Teoría de la Comunicación (T.C.) y la Teoría General de Sistemas (T.G.S.) han supuesto la mayor revolución tanto en el conocer como en el tratar a las familias. Recordemos algunos conceptos:

a) *Teoría de la Comunicación*, axiomas básicos.

1. *No se puede no comunicar*. Si, por ejemplo, usted está sentado en un avión y su vecino intenta establecer una conversación, usted podrá:

— Contestarle y a su vez preguntarle algo, con lo que el diálogo se instaura.

— Responderle educadamente que prefiere no hablar.

— Abrir el periódico.

— Hacer como que no lo ha oído, etcétera.

En cualquier caso usted comunica algo a su interlocutor.

Dicho de otra manera: la comunicación es un comportamiento. El comportamiento no tiene contrario (lógico): no existe el no-comportamiento.

2. *La comunicación tiene dos niveles: el contenido y la relación*.

Por el primero transmitimos una información sobre algo a alguien. Por el segundo definimos la relación con nuestro interlocutor. Es lo que Bateson llama el aspecto *índice* y el aspecto *orden*. Aunque el contenido sea parecido, no es lo mismo decir:

«Por favor, desembrague más suavemente», que decir: «Si lo que quiere es cargarse el embrague, hágalo así un par de veces más.»

3. *Existen dos modos de lenguaje: digital y analógico*.

El primero, cuyos modelos serían la lengua (verbal o escrita), el lenguaje de los ordenadores, el sistema nervioso central, implica:

— Un sistema de oposiciones pertinentes (0-1, pa-pa-pípa...) y excluyentes.

— Un desarrollo cronológico lineal.

— Una relación arbitraria entre significante y significado.

— Cantidades que no aumentan ni disminuyen, sino que marcan medidas por su ausencia o presencia.

En cambio los lenguajes analógicos: (el lenguaje gestual, una balanza romana, el sistema nervioso vegetativo), son mucho más imprecisos, pero admiten las cantidades discretas (se ríe más o menos), que tienen relación directa con lo significado (en la romana: distancia proporcional a peso), es posible la simultaneidad de dos mensajes (se puede reír y llorar al mismo tiempo), etcétera.

En general, pero con múltiples excepciones, en la comunicación humana el nivel de contenido va vehiculado en un lenguaje digital, por ejemplo, verbal, y el nivel de relación en un lenguaje analógico (tono de voz, gestos).

4. *La relación entre interlocutores depende de la puntuación de las secuencias*.

En una serie de intercambios comunicativos, lo que uno dice influencia la respuesta del otro, que es a su vez estímulo para el primero, etcétera. Es un esquema clásico conductista de E → R, en refuerzo mutuo, que se va sumando a las respuestas progresivas. Por ejemplo, en una discusión entre cónyuges, cada uno podrá «interpretar» o «puntuar» la secuencia diciendo que fue el otro quien empezó y que él no hacía más que responder a la provocación, etcétera. Lo mismo en el inicio de una guerra.

Bateson y Jackson dan un divertido ejemplo: en un laboratorio de condicionamiento el experimentador está convencido que ha condicionado al ratón enseñándole (R) a pulsar una palanca proporcionándole como estímulo (ST) comida cada vez que lo hace. Pero el ratón podría muy bien decir: «¡Qué bien he condicionado a mi experimentador! Cada vez que aprieto una palanca (ST), él me da comida (R).»

Todo es cuestión de puntuación. Es el clásico problema del huevo y la gallina, que enlaza con la cuestión de causalidad circular que luego veremos.

5. *La interacción entre dos comunicantes puede ser complementaria y simétrica.*

Si dos interactuantes definen su relación sobre la igualdad tendrán una relación simétrica. Ejemplo: una pareja de profesionales que tienen exactamente el mismo concepto de éxito social e intentan alcanzarlo por los mismos medios. Entrarán en competición y cada uno querrá ser «un poco más igual que el otro». Una relación simétrica por definición es la que existe entre dos equipos en un partido de fútbol: conviene que sea simétrica, si no, no hay juego.

Para que haya interacción complementaria la relación debe ser fundada en la diferencia. Es la pareja sado-masoquista o la diada médico-paciente o madre-niño, etcétera. Ciertas instituciones, como el Ejército, están basadas en relaciones complementarias que se necesitan para mantener, por ejemplo, la jerarquía: es preciso que unos manden y otros obedezcan.

Un tipo de interacción no es mejor que otro, depende de para qué, en qué contexto y también de la rigidez o repetición de *patterns*. En la pareja sexual del mundo occidental del siglo veinte, una alternancia de interacciones complementarias y simétricas se considera lo más sano.

6. *Yo comunico algo a alguien, aquí y ahora.*

Yo (tú, él, etcétera) es el *emisor*.

Comunico es el *canal*: puede ser verbal, gestual, etcétera.

Algo es el *contenido*.

Alguien es el *receptor*.

Aquí y ahora es el *contexto*.

Todos estos elementos entran en cualquier comunicación. La negación o distorsión de cualquiera de ellos entraña una patología de la comunicación. Así, por ejemplo, un esquizofrénico podrá negar el *yo*, diciendo que no es él quien habla, sino unos espíritus en él; podrá distorsionar el *canal* utilizando una sintaxis anómala (jargonafasia) o el *contenido*, diciendo «locuras», etcétera.

Naturalmente, en este esquema hay que recordar que emisor y receptor lo son alternativa o y simultáneamente (según los canales) los dos dialogantes.

7. *En la comunicación humana es posible la comunicación sobre la comunicación, o sea, la metacomunicación.*

Dos científicos que discuten, por ejemplo, pueden convenir en que no coinciden porque utilizan lenguajes distintos.

Los metamensajes pueden ser muy útiles para aclarar signos equívocos o errores de emisión-recepción. «No, no me reía de ti». «No, no quise decir eso, entendiste mal o me expresé mal». Evitan pasos al acto agresivo por la vía de la diplomacia. Por ejemplo, *bandera blanca* en una contienda:

— Mensaje: acercarse (en ese contexto de guerra) significa «para atacar».

— Metamensaje: «no, no voy a atacarte, me acerco para negociar».

El metamensaje define pues la relación cuando el mensaje ha sido confuso o ambivalente. En Terapia

Familiar la metacomunicación es frecuentemente empleada, pues uno de los medios utilizados es enseñar a las familias a comunicar mejor.

La comunicación patológica en el área de la familia tiene múltiples formas, que van del desacuerdo constante expresado claramente, a la descalificación del otro e indefinición de las relaciones y la identidad. Me limitaré a hablar de la más renombrada patología comunicacional descrita por esta escuela: el *double bind* o *doble vínculo*.

Es un concepto descrito por Bateson y colaboradores en 1956 y es piedra angular en su teoría de la esquizofrenia. Ejemplo: el 31 de diciembre una jovencita recibe una llamada telefónica de unos amigos y amigas invítanola a la fiesta de Fin de Año. La muchacha duda si ir o no, pues su madre yace en la cama, ligeramente enferma. La adolescente pide consejo a su madre: «¿voy o no?» y ésta responde: «espero que no creas que yo mejoraré porque tú te quedes», acompañándolo con un gesto que hace desistir a la hija de todo intento de metacomunicación, porque ese gesto significa: «si me discutes, me pongo peor».

Double binds más sencillos son el clásico «¡se espontáneo!» de una madre a su hijo o aquella madre que decía: «Doctor, yo no puedo aceptar que mi hijo estudie tan poquito. Pero quiero que estudie por su propia voluntad. Si le forzamos, estudiaría, pero yo quiero que él quiera estudiar.»

Para que exista *double bind* es necesario:

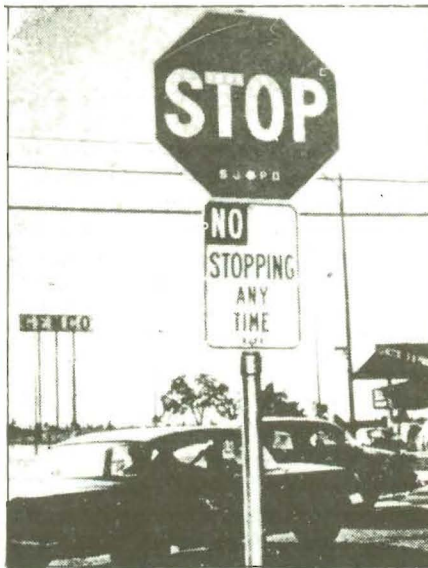
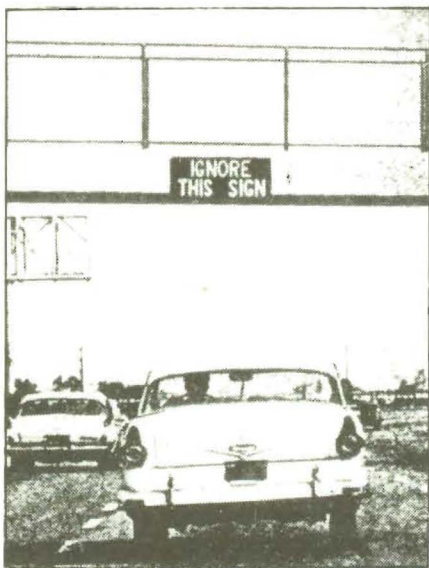
1. Dos o más personas participan en una relación intensa que posee un gran valor para la supervivencia física o psicológica de una de ellas (situaciones que se dan en la familia, sobre todo en la relación materno-filial, pero también en la relación terapéutica y en las de dependencia material, cautiverio, lealtad a un credo).

2. En este contexto se da un mensaje, estructurado de tal modo que:

- Afirma algo.
- Afirma algo sobre su propia afirmación.
- Ambas afirmaciones son excluyentes entre sí.

(En una autopista americana se podía leer sobre una señal de tráfico: «No haga caso de esta señal».)

3. Se impide que el receptor se evada por metacomunicación o por retracción. Aunque el mensaje carece de sentido, es una realidad prag-



mática. El receptor no puede dejar de reaccionar al mensaje, pero tampoco puede hacerlo de forma apropiada.

b) *La teoría general de sistemas* o la teoría de sistemas generales fue definida por primera vez en 1950, por Ludwig Bertalanffy. Es de aplicación muy general a sistemas biológicos, ecológicos, mecánicos, económicos. Aquí sólo retrazaremos los que interesa a la familia como sistema.

Definición: Un sistema es un conjunto de objetos (elementos) y las relaciones entre estos objetos y entre sus atributos. Los sistemas pueden ser cerrados o abiertos. En los sistemas abiertos, una modificación en el entorno o medio ambiente del sistema entraña una modificación de elementos del sistema, y viceversa.

Así, en un sistema abierto, las fronteras de los elementos que constituyen el sistema las marca el observador (arbitrariamente).

La familia es un sistema abierto. Como tal, tiene *las características de los sistemas*:

I. Totalidad: Un sistema es más que la suma de sus partes. Equivale a la no-sumabilidad y se basa en el primer principio de la psicología de la gestalt.

II. Retroacción (retroalimentación o *feed-back*): Los elementos de un sistema están correlacionados entre sí, de manera que la modificación cuantitativa de uno entraña modificaciones de otros elementos, los cuales influyen sobre el primero en el sentido de anular o contrabalancear la variación. Ejemplos clásicos son el termostato o las regulaciones corporales que aseguran la *homeostasis*.

III. Equifinalidad: Las mismas consecuencias pueden tener orígenes diferentes. El cambio depende no tanto de las condiciones de partida sino del *proceso* (independencia de las condiciones iniciales). Ejemplos matemáticos:

$3 \times 8 = 24$, pero también:

$6 \times 4 = 24$.

Ejemplo teológico: Dimas, el buen ladrón arrepentido, y Santa Teresa de Lisieux acabaron los dos en el Cielo, aunque sus orígenes fueron diferentes.

La familia como sistema:

Totalidad: El comportamiento de cada uno de los miembros está ligado y depende del de los otros. Ejemplos:

— En una familia, el hijo más joven que quedaba se autonomiza y parte. Otro, de más edad, se las arregla para fracasar en su matrimonio y vuelve al hogar paterno.

— Una esposa se queja repetidamente en una terapia de que su marido es analfabeto. El terapeuta acaba por proporcionar la alfabetización del marido. Este es listo, aprende pronto y está muy satisfecho. Entonces su mujer se divorcia.

— En una pareja la esposa se considera fóbica, pero el marido, aunque sin esa *etiqueta, aprovecha* la excusa para evitar los ascensores, los sitios altos, que *tampoco le gustan*.

— En otra pareja, él es tachado de eyaculador precoz. Pero cuando este síntoma desaparece con un tratamiento, se *descubre* que la mujer es frígida.

Retroacción: en el sistema familiar la retroacción puede ser:

— Negativa, en el sentido de disminuir la desviación, lo que asegura la constancia o homeostasis (que aquí llamamos morfostasis).

— Positiva, en el sentido de aumentar la desviación, de manera que el sistema, para no estallar, tiene que cambiar de punto de equilibrio. Con ella se asegura el cambio, aprendizaje y crecimiento de la familia, o sea la morfogénesis.

Esta matización, modelizada por Wertheim y Speer, según el esquema adjunto, ha sido fundamental en la comprensión dinámica de la evolución de las familias.

Ejemplos: Las horas por semana que un adolescente pasa fuera tienen un óptimo y unos límites en cada familia. Esta puede tolerar cierta desviación (cada hijo es diferente, etcétera), pero si se sobrepasa entran en funcionamiento mecanismos correctores.

Lo mismo respecto al hijo que estudia demasiado o demasiado poco, a la hija que come demasiado o demasiado poco, etcétera.

Por último, resumiré las ideas sobre las paradojas y la conceptualización teórica del funcionamiento de las familias, según Mara Selvini y otros.

Definición: La paradoja es una contradicción que se sigue de una deducción correcta, a partir de premisas consistentes.

Aparece, pues, como un fallo de la lógica, al menos de la lógica aristotélica. Son clásicas las paradojas del cretense: «Todos los cretenses mienten», la del barbero en el ejército, que debe afeitarse a todos los que no sepan afeitarse ellos mismos, ¿se deberá afeitarse él?, y la del cartero, que debe llevar a cada domicilio las cartas de aquellos que no vayan a Correos a recogerlas, ¿qué hará con una carta dirigida a él?

La teoría de los tipos lógicos de Bertrand Russell ha permitido la categorización científica y la comprensión de las paradojas.

En las familias las paradojas están con frecuencia relacionadas con el doble vínculo, y en cualquier caso las comunicaciones y las situaciones paradójicas, que por definición no tienen solución ni salida, bloquean la evolución de una familia. La posibilidad de ayuda terapéutica existe sólo a través de la contraparadoja o del *double bind* terapéutico, en cuyo manejo Selvini es maestra.

INDICACIONES Y CONTRAINDICACIONES DE LA TERAPIA FAMILIAR

Lo primero que habría que recordar, frente a fáciles entusiasmos, es que no es una panacea universal y que tiene sus peligros (cfr. infra).

También hay que distinguir entre el uso de entrevistas de familia con fines diagnósticos o encuadrantes, en orden a favorecer un tratamiento individual (por ejemplo, de un niño) y la terapia de familia con un contrato y unos objetivos centrados en la modificación de la dinámica familiar.

Las contradicciones son, sobre todo, pragmáticas: Cuando uno de los miembros no puede o no quiere venir, o sí, tras una o dos sesiones de exploración, muestran escaso o nulo interés o respuesta emocional a este tipo de acercamiento del problema.

También cuando los terapeutas «no se atreven» por prever, por ejemplo, que una intervención modificadora podría provocar descompensaciones en varios miembros de la familia, de las que no están seguros de poder recuperarlos.

Es más fácil fijar las indicaciones preferenciales:

1. Familias en crisis (Winne, 1965), sea por:

— Hospitalización de un miembro (psiquiátrico o no).

— Entrada en la adolescencia de un miembro.

— Cambio de trabajo, del nivel de estudios.

— Menopausia, jubilación.

2. Problemas de autonomía *versus* dependencia, individualización *versus* simbiosis, o en los que el equilibrio de esos pares dialécticos hace pagar un demasiado alto precio de desequilibrio de otros pares:

Gratificación \leftrightarrow frustración.

Ser diferente \leftrightarrow ser igual.

Estar separados \leftrightarrow estar juntos.

3. Familias a *transacción con di-*

sociación: Cada miembro se ve como teniendo una dificultad originada por otro miembro, y sólo por eso, no reconociendo la posibilidad de contribuir *aunque sea un poquito* al problema personalmente. Cada uno de los otros hace lo mismo. Así hay una complicada red de percepciones del otro (culpable), de mí-mismo (víctima inocente) y de los demás (a favor o en contra), sistema que es rígido, porque uno no se plantea cambiar él, sino que sólo pide el cambio del otro, etcétera.

4. Familias de esquizofrénicos, o, mejor, familias con *confusión colectiva de la cognición* o con *trastornos transaccionales del pensamiento* (Winne y M. Thaler Singer, 1963).

El discurso de cada uno de ellos puede parecer coherente, pero oídos en su conjunto la secuencia es bizarra, fragmentada. Suelen coincidir con *dificultades en la distancia emocional*. Familias que en 5 segundos pasan de la frialdad y el aislamiento de sus miembros a la fusión e indiferenciación de sus individuos y que dan la impresión de movimientos emocionales no comprensibles.

5. Familias rígidas, a *distancias fijas*, con percepción-pensamiento ordenado de manera obsesiva.

6. Familias con *comunicación amorfa*, vaga, que pueden ser familias de esquizofrénicos o familias con gran desorden y una pobreza total de recursos de comunicación, de afecto, de pensamiento, económico-sociales, etc. (que yo llamaría *oligotodo* y que G. Diatkine llama *familles sans qualités*).

7. Yo añadiría, como indicación preferencial, las familias con un miembro anoréxico o bulímico, en las que siempre hay un claro juego de mantener/esconder las normas, y

8. Las familias con varios hijos enfermos o con demandas simultáneas o sucesivas por varios miembros.

PELIGROS, INCOMPATIBILIDADES, DIFICULTADES EN LA PRACTICA DE LA PȘICOTERAPIA DE FAMILIA

1. Omnipotencia: Es el más grave, especialmente cuando se usan técnicas que implican lucha por el poder y prescripciones que modifican conductas. Las tentaciones y presiones para ser activo de forma indiscriminada son más fuertes que en cualquier otro tratamiento. Así, uno puede *hacer por hacer* y dar consejos o prescripciones tontas, asediar re-

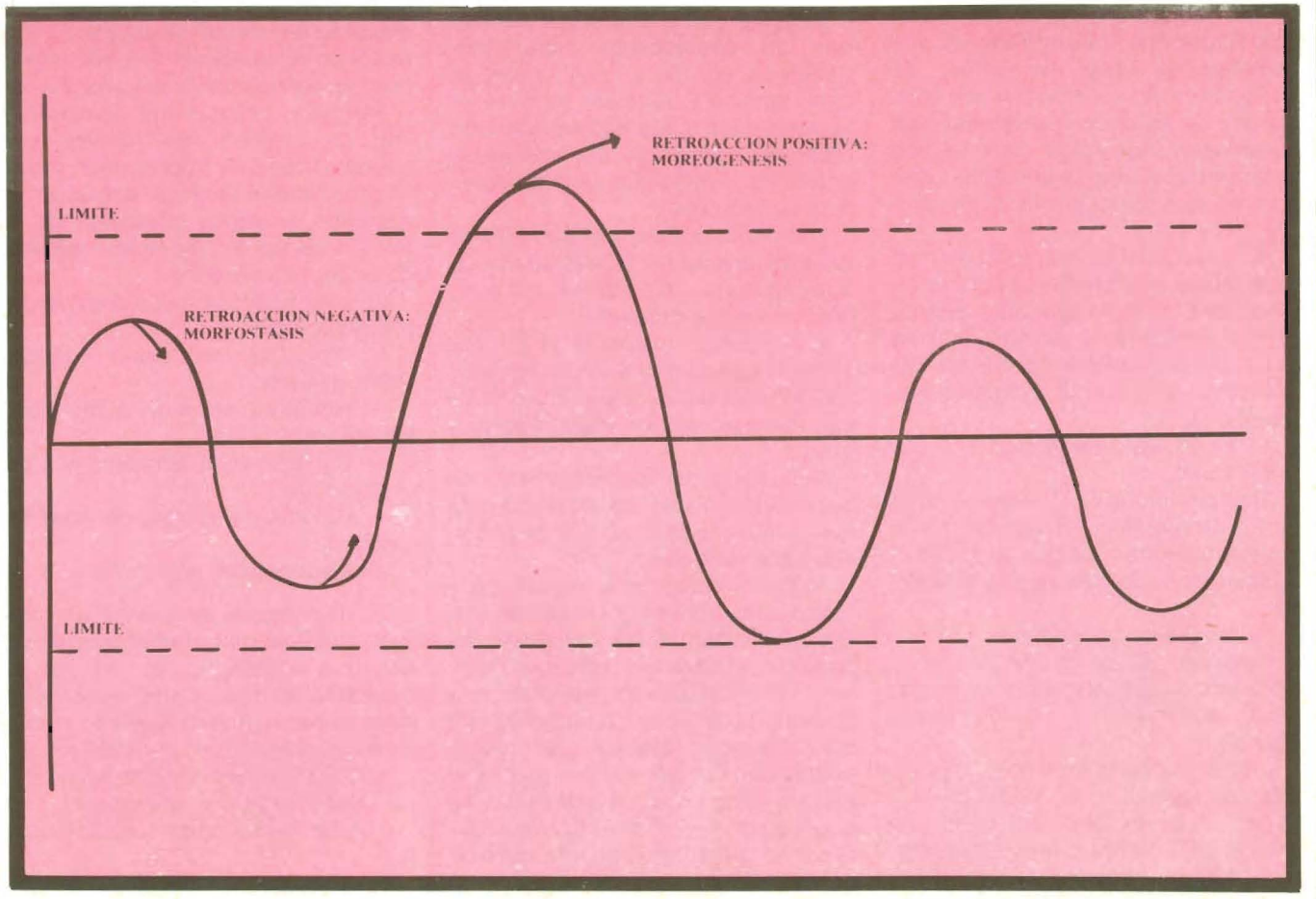
petidamente a un miembro, dar ultimátums sin reflexión... No hay que confundir actividad (se dice que esto es una técnica activa) con *acting-out* del terapeuta.

2. Gusto por la manipulación: Se acepta que el terapeuta es un manipulador. Pero con unos objetivos y unas estrategias definidas y concretas. Cuando se hacen las primeras terapias de familia uno se sorprende de ver la cantidad de hilos entrecruzados, pero también que tirando de un hilo, muchas cosas se mueven. Así, se puede caer en el manejo de marionetas o de hacer *puestas en escena*. El terapeuta *deriva* su vocación frustrada de director de teatro.

3. Contratransferencia: Es más numerosa y compleja (hay 6-8-10 transferencias-contratransferencias si ultáneas), pero también más floja y diluida. Puede sobre todo llevar a:

— Excesiva identificación con un miembro o subsistema, por ejemplo con los niños y en contra de los padres.

— Falta de identificación y de empatía mínimas para utilizarlas como *palanca* en el cambio. Por ejemplo, con familias muy pobres, o de negros, o de Fuerza Nueva. Hay



que prestar atención a no querer modificar los valores sociales o la ideología política de una familia, cosa más difícil aquí, pues, en cambio, la modificación de las reglas internas en la familia sí que es un objetivo terapéutico. Se aconseja que si se percibe una antipatía insuperable por una familia, no se tome en tratamiento.

— Proyección de problemas familiares del terapeuta e intento de modificar esa familia como si fuera la propia.

— Competición con el líder para detentar el poder.

4. Manejo de la distancia: El subsistema terapéutico debe siempre mantenerse en un difícil terreno: «Ni fuera ni dentro de la familia». Se evita la neutralidad y se manifiesta la cordialidad y simpatía. Pero el sistema familiar puede entonces englobarlo y hacerlo prisionero, y entonces está sometido a las mismas reglas que éste, y desde dentro no puede modificarlo. Pero si por temor a ello se mantiene a excesiva distancia, difícilmente conseguirá la confianza, «reblandecimiento» y alianza en la familia para actuar eficazmente.

5. Agotamiento del terapeuta: El esfuerzo creativo, la tensión, la implicación, la atención vigilante a miles de hilos, hace que la energía utilizada es mayor que en el tratamiento individual. Algunos terapeutas fumadores han constatado que lo son más en sesiones de familia que en las individuales.

6. Compatibilidades y coherencia en la identidad profesional. ¿Se puede practicar la psicoterapia analítica y la familiar al mismo tiempo? ¿Son compatibles un pensamiento *lineal* y un pensamiento *circular*? ¿Hay que elegir?

Dependerá de la personalidad del terapeuta y sus motivaciones.

En cualquier caso, el intento de la práctica simultánea (no con la misma familia, que eso es otro problema) hace todavía más difícil las condiciones de trabajo del terapeuta.

Con todo y para finalizar, creo que tampoco hay que exagerar los peligros. Somos menos potentes de lo que creemos, para bien y para mal. La «Naturaleza» (la *vis medicatrix naturae*) lo es más, sea en medicina, en psiquiatría o en el sistema familiar. Las familias tienen una extraordinaria capacidad para permanecer idénticas a sí mismas.

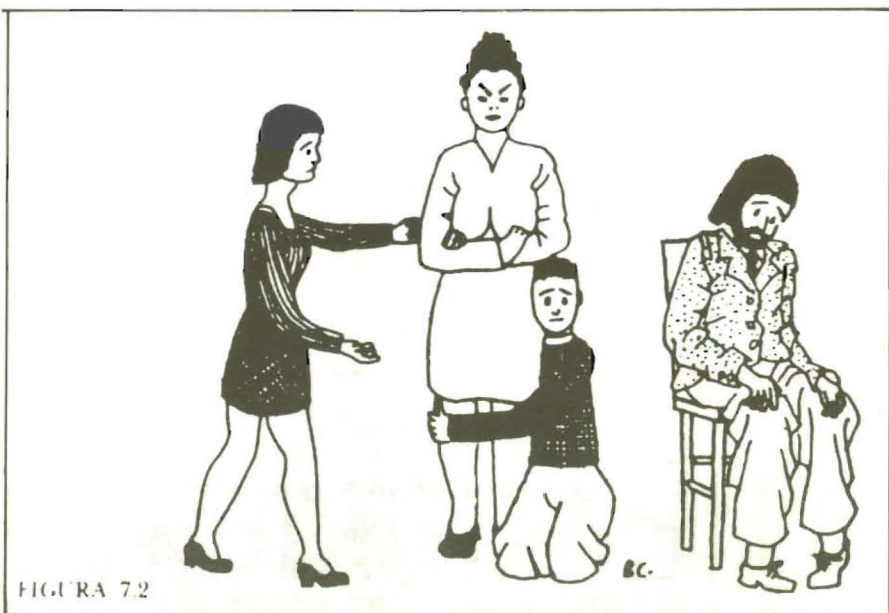


FIGURA 7.2

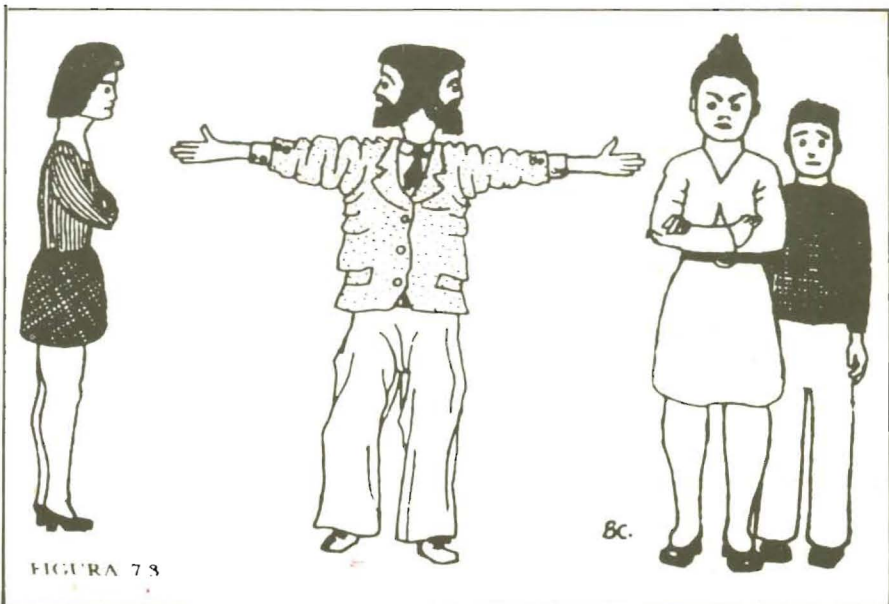


FIGURA 7.3

tenemos, al principio, la impresión de haber producido grandes cambios (positivos o negativos). Pero mejor analizados veremos que son:

— En algunos casos, falsos cambios, *pseudoadaptaciones*. Más tarde todos los *patterns* antiguos reaparecen.

— En otros casos, cambios espontáneos que la familia estaba

presta a dar, sin nosotros.

— En algunos casos, cambios terapéuticos, planificados y previstos, comprendidos y controlables.

— En algún caso: Errores groseros graves, de auténticos inconscientes que se meten a participar sin preparación ni responsabilidad. Pero carniceros-cirujanos siempre los ha habido y los habrá, en esta y en otras ramas de la práctica del oficio de rurar.