

ðINTRODUCCION

El modelo sistémico en Trabajo Social, al contrario que los otros modelos utilizados anteriormente, intenta la explicación de los hechos sociales centrándose en las interacciones e interrelaciones que existen en un contexto dado.

Esto es, que toda situación tiene una causación circular y la explicación de cualquier hecho es la explicación del círculo en su totalidad y no de un aspecto cualquiera.

Desde ésta óptica no se pueden ver a individuos aislados, sino que hay que verlos dentro de los distintos contextos.

El primer contexto sería la familia. Para explicar el sistema familiar hay que tener en cuenta los cambios, la comunicación, reglas, sistemas de roles, patrones de comportamiento

Desde el punto de vista del modelo sistémico, se tiene que dejar de considerar la patología como conflicto de un individuo y empezar a considerarla como conflicto o patología de una relación.

La función del problema es comunicar que el sistema está en peligro.

Hay que destacar también la importancia que se da desde este modelo a los observadores, como elementos susceptibles de inducir un cambio en el modelo observado.

ðBASE TEORICA DEL MODELO

TEORIA GENERAL DE LOS SISTEMAS

Un *sistema* es un conjunto de interacciones formalizadas de elementos con una historia en común. Es una totalidad que funciona por la interdependencia de sus partes, en un estado de movimiento constante que hacen a través de la información que reciben y con los sistemas que ella produce.

Un *suprasistema* es un conjunto de sistemas en interacción mutua.

El suprasistema y el sistema mantienen un equilibrio ecológico mediante el intercambio simbiótico de inputs y outputs.

Los suprasistemas controlan a los subsistemas apareciendo el conflicto entre las necesidades de los suprasistemas y la identidad de los subsistemas.

Es en el sistema superior donde se sitúa el familiar.

TEORIA CIBERNETICA

Se basa en el supuesto según el cual las funciones de control, intercambio de información y procesamiento de la información siguen los mismos principios, independientemente de que se apliquen a máquinas, organismos o estructuras sociales.

Se ocupa especialmente de cómo se regulan los sistemas, es decir, de cómo permanecen estables o cómo cambian, de cómo se coloca el sistema ante el cambio que supone tener una nueva información en su interior.

Esto se hace a través de la *homeostasis*, que es la tendencia de todo sistema a permanecer estable a través del tiempo, manteniendo su constancia con respecto al medio en el que el sistema se ubica. Los mecanismos homeostáticos utilizados pueden ser funcionales o disfuncionales ya que aunque es necesario cierto grado de estabilidad en cada estadio de crecimiento, de forma excesiva es negativa debido a que el sistema puede quedar atrapado en un estado de estancamiento o crecimiento negativo.

Por lo tanto, los sistemas tienden a la estabilidad pero también al cambio, y estos procesos tienen lugar mediante el *feedback*, que es el proceso en el que el sistema regula sus respuestas a los estímulos del exterior.

Hay dos clases de feedback:

- **Feedback positivo:** su función es facilitar el cambio provocando el desequilibrio del sistema. Es ampliador de la desviación. La reacción a la acción original es el aumento de esa acción.
- **Feedback negativo:** Apoya la estabilidad en un ambiente cambiante. Es reductor de la desviación. La reacción a la acción original es una disminución de esa acción.

TEORIA DE LOS TIPOS LOGICOS DE RUSSELL

; ">Estudia los diferentes niveles por los que va pasando un; ">sistema a lo largo de su vida, y la manipulación intersistémica que

hay entre las personas. Para pasar de un nivel a otro los individuos han de transformar parte de su estado referente al nivel del que proceden.

Dentro de la estructura familiar, los niveles están formados por límites, jerarquías, sexos, ciclos de vida el nivel superior debe permitir que tal paso se realice con éxito y permitir el feedback positivo.

TEORIA DE LA COMUNICACIÓN

; ">La comunicación dentro del sistema familiar es la encargada; ">del reparto de tareas, funciones y roles, conformando la estructura esencial de la familia con respecto a los patrones sociales actuales.; ">En esta estructura se ubican las formas de comunicación de

las personas en forma de patrones de conducta. La conducta nunca es individual, sino que forma parte de un sistema de relaciones interpersonales.

TEORIA DEL JUEGO

Puede entenderse como una teoría de conflicto. Explica los callejones sin salida en que a veces quedan atrapadas dos personas en una relación, fundamentalmente porque una conoce las reglas del juego y la otra no.

Un *juego* es la suma de reglas que son válidas en un sistema interaccional y que sirven para describir la estructura de ese sistema. Hay dos tipos de reglas del juego:

- **Juegos que suman cero:** sólo puede ganar uno de los jugadores, el otro siempre pierde. Implica una relación de competencia entre las partes. Por ejemplo, en una relación entre un padre y un hijo, este último desconoce las reglas secretas del juego, y haga lo que haga, siempre estará mal y será perseguido por su padre.
- **Juegos que no suman cero:** Implican una relación complementaria. Ambos jugadores pierden y ganan en cierta medida. Por ejemplo, una pareja que satisface mutuamente sus necesidades de afecto y compañía.

CARACTERÍSTICAS DE LOS SISTEMAS APLICADOS A LA FAMILIA.

Las características a tener en cuenta a la hora de dar una explicación sistémica de la familia son:

- Totalidad

Se refiere a que la red de interacciones entre los miembros de un sistema no puede aislarse. Las conductas de los miembros están interconectadas entre sí, de manera que cualquier conducta de uno de los miembros afecta al sistema o al grupo en su totalidad.

- Un sistema es más que la suma de las partes.

Para comprender un sistema hay que observarlo en su totalidad y no como un conjunto de partes separadas.

- Causalidad circular.

No se puede tomar un solo comportamiento en el círculo como punto de partida. Cada comportamiento en el círculo depende de todos los otros, de tal manera que si un comportamiento cambia, entonces todos los demás cambiarán también. El pasado sólo se analiza para detectar interacciones repetitivas (círculos viciosos, patrones de comportamiento)

- Reglas generales que rigen el comportamiento de los sistemas

Los sistemas desarrollan reglas formales e informales que rigen o guían la manera en que las partes del sistema se desarrollan e interactúan. En estas reglas quedan comunicados las normas, valores, creencias

- Ciclos de vida

Los sistemas pueden cambiar y cambian a lo largo de su existencia reaccionando a presiones externas e internas. Todo esto hace que los sistemas se consoliden, creen su propio contexto, se desarrollen y crezcan tanto individualmente como dentro del sistema total.

¿LA FAMILIA COMO SISTEMA

Observando a una familia Desde el paradigma sistémico, el foco de atención se centra en el tipo de relaciones que se han establecido entre los miembros del sistema para conformarse como tal, evolucionar y permanecer en el tiempo y en el espacio. Tales relaciones serían:

- Las transacciones internas
- La estructura que mantiene el sistema
- La identidad (normas, reglas y creencias)
- El tipo de comunicación (interna y externa)
- Los cambios que se han producido y los que no

Estos aspectos forman un sistema que, según se relacionan hacia dentro o hacia fuera, se configurará como un sistema abierto o cerrado.

Como *sistema abierto*, la familia se transforma en una unidad funcional para sus miembros. Al ser abierto, el sistema permite el desarrollo y el bienestar de sus componentes. Esto se consigue por el constante intercambio entre el sistema familiar y el exterior. El resultado es un verdadero estado emancipador de sus miembros asegurando un grado de éxito a sus miembros a la hora de tener que interactuar con otros sistemas, con grados de complejidad mayor.

La familia como *sistema cerrado* o disfuncional no favorece el contacto de sus miembros con el exterior.

Toda la protección del sistema radica en la protección de sí mismo, no dejando pasar información al exterior. Cualquier comportamiento está enfocado a la protección del sistema, como normas rígidas y estáticas, etiquetadas como costumbres. Esto lleva a un empobrecimiento del sistema y de todos sus miembros.

En estas familias es el miedo al cambio lo que les induce a cerrar los límites. La imposibilidad de comunicación y cambio hace que el sistema agobie a sus miembros. El sistema no funciona, y para que no se destruya uno de ellos empieza a mostrar una conducta sintomática. El *paciente identificado (PI)* es el encargado de salvaguardar la vida del sistema aunque sea de forma negativa, ya que toda la atención se centrará en él sin prestar demasiada atención al peligro del sistema total.

- Características

Totalidad: incluso en el conjunto más pequeño, la díada, podemos decir que $1+1=3$ ya que el contenido del tercer elemento vendría definido por el contenido de la relación que se genera, de la influencia de dicha relación sobre ambas, de esa relación con el contexto, del contexto sobre dichos elementos.

Circularidad: el pasado solo se analiza para detectar interacciones repetitivas (círculos viciosos, patrones de comportamiento)

Protección/crecimiento: homeostasis/ morfogénesis

Equifinalidad: se puede llegar a un mismo estado a partir de propiedades iniciales distintas.

Equipotencialidad: diferente estado a partir de las mismas propiedades iniciales.

Síntoma: es aquello que la familia presenta como problema y por lo que generalmente pide ayuda ya que es percibido como intolerable. Forma parte del proceso evolutivo de los sistemas familiares alrededor de equilibrio y cambio.

Fases en la formación de un síntoma:

- La aparición de un síntoma aparece con el cambio efectivo o previsto en la familia y que amenaza con alterar el equilibrio.
- La ansiedad en torno al cambio activa conflictos latentes y que aparecen de repente para activar la formación del síntoma.
- Puede ser un medio de evitar ese cambio o de facilitarlo.

&Desde la perspectiva sistémica el síntoma es:

- Fruto de un sistema de relaciones.
- Una forma de comunicación y relación para esa familia que no ha sabido encontrar otra forma de afrontar la situación.
- Cumple la función de mantener el equilibrio de la familia y sirve para pedir ayuda fuera de sus muros.
- Las interrelaciones familiares

Desde el paradigma sistémico la familia es el objeto de la intervención y considerando a la misma como una unidad bio-psico-social de interacciones e interrelaciones.

El crecimiento de una familia se va produciendo por el intercambio de funciones y papeles de todos los miembros entre sí y con otros sistemas en los que entran a formar parte en el tiempo, en una cadena sin fin de retroalimentaciones e interacciones (familia de origen, sistema laboral)

La intervención o estudio de la familia no puede desligarse de esta red de interacciones, ya que uno de esos cambios, que se producen en el sistema, puede ser donde se estanque la familia y empiecen a aparecer síntomas.

- Estructura familiar.

Si la estructura es el soporte de todos los rasgos que caracterizan la familia, también es ahí donde se sostiene la situación-problema por la que pasa la familia, aun siendo un solo miembro quien la manifieste.

La estructura da identidad y distingue a una familia de otra. Si esta identidad no tiene solidez a la vez que flexibilidad de límites en el tiempo, dicha estructura está abocada al fracaso, apareciendo un síntoma para que ese fracaso no destruya al sistema como tal.

Subsistemas familiares

- Subsistema individual

Compuesto por cada uno de los miembros de la familia. Incluido el concepto que cada uno tiene de sí mismo en la relación con los demás subsistemas individuales y con el sistema total, y con el social.

Cada persona actúa en diferente sistema, mostrando sólo la parte de él que este sistema le demande.

- Subsistema conyugal

Cada uno de los anteriores se une a uno para formar pareja. Cada uno trae su independencia y su trama estructural que pertenecen a sus S.F.O, por lo que cada uno debe perder algunas normas del otro sistema ganando sentido de pertenencia a un nuevo sistema. Entre ambos cónyuges han de construirse un sistema común. Una tarea importante es fijar límites dentro del sistema creado y con el S.F.O.

Este subsistema ha de ser claro y preciso para un buen desarrollo de los hijos ya que con ello se les transfiere valores. Da mucha fuerza interior a sus miembros y sentido de pertenencia al grupo, seguridad y protección.

- Subsistema parental

Funciones primordiales como crianza, culturización, alimentación, etc. de los hijos. El éxito de este subsistema depende de la claridad en la delimitación de límites en el subsistema anterior.

A veces este subsistema se presa a ser compartido por otros familiares, lo que puede llegar a ser disfuncional para el sistema como totalidad, debido a que no están claras las tareas, superponiéndose cada una de ellas y dando como resultado confusión de roles.

Debe ser flexible a los cambios que los miembros demandan. Las funciones y las tareas irán cambiando de forma acordada con el desarrollo evolutivo de los miembros, lo cual se dará con éxito si el subsistema conyugal ha sido negociado.

- Subsistema fraterno.

Muy importante para los miembros menores del sistema ya que en él se va a aprender a negociar las relaciones que van a hacer luego fuera del sistema familiar. Es importante ver el grado de cohesión, si están aliados, si forman parte de subsistemas a los que no le pertenece por medio de triangulaciones.

- Patrones de comportamiento.

Definen tanto los límites como la estructura. Son estables y repetitivos fruto de las interacciones entre los subsistemas familiares y de estos con el medio. Dan una visión estable de la realidad, ofreciendo información tanto del interior como del exterior.

En muchos casos son patrones aprendidos por el S.F.O que los miembros individuales aportan.

Una hipótesis muy importante a la hora de guiar nuestra intervención es que el comportamiento problemático forma parte de los patrones de comportamiento de la familia.

Los *patrones de comportamiento* están sostenidos por las *creencias, mitos y reglas familiares*.

El *sistema de creencias* es la visión intrínseca que tiene la familia de la realidad. Los *mitos* y las *reglas* conforman el sistema de creencias, siendo éste el que establece las relaciones internas y externas del sistema familiar.

Las *reglas* organizan el sistema para que su estado sea confortable interna y externamente.

El *mito familiar* es un número de creencias bien sistematizadas y compartidas por todos los miembros de la familia, respecto a sus roles mutuos y la naturaleza de su relación.

CARACTERISTICAS DE LOS MITOS

- El mito da a cada miembro un rol aceptado por todos y cuyo desafío es un auténtico tabú.
- Determina las relaciones intrafamiliares.
- Forman una parte de la imagen interna de la familia.
- Tiene función homeostática por lo que existen grandes resistencias a cambiarlo o eliminarlo.
- Sirve para oscurecer o negar una realidad penosa para la familia.
- Se transmite de generación a generación.
- Nunca es mentira.
- Para descubrirlo hay que analizar la imagen de la familia y sus temas en relación con la cultura.
- Se descubre a través de las reglas secretas.

Stierlin establece una clasificación que los agrupa en tres grandes grupos:

&Mitos de armonía: presentan una imagen distorsionada de la unidad familiar. Sirve para ofrecer una imagen idílica de la familia frente al exterior, evitando así juicios de los demás.

&Mitos de disculpa y redención: se descarga en un miembro, el Chivo expiatorio, que asume las culpas liberando así al resto de la responsabilidad en los aspectos que no funcionan bien. Los chivos pueden ser personas vivas o muertas y el mecanismo que opera es el de identificación proyectada.

&Mitos de salvación y protección: la fantasía es que todo sufrimiento familiar puede ser eliminado con la intervención del Salvador mítico.

De estas tres clases surge toda una variedad de tipos:

&Mito de la unidad familiar: variante del mito de armonía. La familia se presenta como cohesionada ante el exterior, descargando la responsabilidad de los conflictos en el PI o chivo expiatorio.

&Mito de la felicidad familiar: la familia representa una imagen idílica en cuanto a relaciones familiares y presenta como ausente del mal a algún miembro.

&Mito de la normalidad: se recurre para evitar ser juzgados por los terapeutas.

&Mito de la capacidad para: se expresa como deseo de lo contrario de lo que se es.

Los mitos y las reglas conforman el Sistema de creencias. Las reglas son expresiones observables de los valores de la familia y sociedad. Ayudan a mantener la homeostasis, definen las relaciones y organizan la manera en que los miembros interactúan.

La mayoría de esos mitos, creencias, etc. son traídos de las familias de origen, e introducidos en el nuevo sistema por imposición de uno de los cónyuges. Estos mitos y creencias son traducidos en expectativas y tradiciones a cumplir por los hijos.

Cuando se trabaja con familias que tienen esto muy arraigado hay que desafiar esas creencias y los comportamientos subyacentes a las mismas. Hay que romper con la visión túnel que tienen de la vida ofreciéndoles estilos de vida alternativos.

Para conseguir esto, el modelo sistémico cuenta con dos técnicas específicas: Connotación positiva o reencuadre y propuestas de organización alternativa, las cuales explico en el apartado de técnicas.

DISFUNCIONES FAMILIARES DESDE LA PERSPECTIVA SISTEMICA

DISFUNCIONES FAMILIARES SUBSISTEMICAS

Las dos clases de disfunciones familiares subsistémicas son la díada y la tríada.

La díada es la cooperación funcional de dos miembros del subsistema. Una alteración frecuente es la *simbiosis*, que es la unión de dos elementos que comparten las mismas necesidades y llegan a perder la propia identidad. Un ejemplo de ello sería el hijo parentalizado o la inclusión en el subsistema de miembros de la familia extensa.

Los más recientes estudios sobre familias y su tratamiento parecen pasar de un análisis diádico de las relaciones de la pareja a un análisis triangular, por considerar que en el contexto familiar existen alianzas en función de la inclusión o exclusión de un tercero.

Por triángulo perverso se entiende una situación en el ámbito de la cual tres miembros de un sistema relacional, que engloba a dos generaciones distintas, y forman una alianza que une a dos de ellos, de generaciones distintas, contra el tercero. Tal alianza se caracteriza por el hecho de ser negado por parte de los dos aliados todas las veces que el tercero se lamenta de ello.

Situaciones más típicas de triangulación perversa

Triangulación manipulada por los padres en conflicto.

Cuando cada uno de ellos requiere que el hijo se una a él contra el otro progenitor. Es una lucha de poder entre el padre y la madre en la que el hijo queda atrapado. También se le conoce como la Guerra de la sogá, donde el hij@ se ven forzados a desempeñar un rol por delegación del padre o de la madre y en contra del otro progenitor.

Triangulación por rodeo.

Se da cuando los padres en conflicto utilizan al hijo sin aliarlo claramente a ninguno de ellos, para mantener la relación de pareja aparentemente en equilibrio y armonía. En este caso se convierte al hij@ en un problema

sobre el que hay que consultar. (hijo síntoma)

Triángulo o perverso mortal.

Es una coalición estable. Cuando se establece una coalición transgeneracional rígida contra el otro progenitor.

Según Ríos González, en las familias donde existen muchas triangulaciones adoptan posturas rígidas de resistencia al cambio y sólo buscan el cambio de aquel miembro que han designado como conflicto.

DISFUNCIONES FAMILIARES EN RELACION A LOS SUPRASISTEMAS

Familias fusionadas

Son aquellas familias cuyos límites con el exterior son rígidos. Sus miembros tienen una gran interdependencia entre ellos. Ofrecen resistencia ante el cambio. Existe una sobrecarga de reglas y tienden al aislamiento.

Familias desligadas

Tienen límites permeables. Son flexibles al cambio. No tienen reglas y tienden a la desintegración.

DISFUNCIONES EN LOS LÍMITES

Límites difusos

Normas no definidas. Se traspasan las fronteras entre los subsistemas en detrimento de la jerarquía y la diferenciación. Da lugar a relaciones de dependencia. P.E el síndrome de la suegra.

Límites rígidos

Las fronteras están tan delimitadas que la comunicación se distorsiona. Elementos aislados en detrimento de intimidad y afecto. P.E. padre autoritario o familia con tabúes.

Cisura en los límites

Fracaso en los límites para un tipo de personas o de relaciones subsistémicas. P.E. relación con madre hiperprotectora.

DISFUNCIONES EN RELACION AL CONTEXTO

Familias sensibles al consenso

Gastan sus energías en información del interior desatendiendo la del exterior al sistema. Prefieren incurrir en el error que en el desacuerdo.

Familias sensibles a la distancia

Límites rígidos en el interior con una gran independencia de los subsistemas.

Familias sensibles al medio

El síntoma es el paciente identificado.

DISFUNCIONES EN LA COMUNICACIÓN

- Metacomunicación
- Cismogénesis complementaria
- Enganche maligno
- Escalada simétrica
- Círculos viciosos
- Profecías autocumplidoras
- Descalificación

Una familia sana es aquella que tiene límites permeables, unas funciones y unos roles definidos, y capacidad de autorregulación. En cuanto a la comunicación, no tiene doubles mensajes, y es flexible en la relación de sus miembros.

Es aquella que coopera funcionalmente para responder a las necesidades tanto físicas como emocionales de sus miembros.

•METODOLOGIA DE INTERVENCION

Cómo hemos visto, en el enfoque sistémico se pone la atención en el sistema total. La atención dirigida sobre un solo individuo que la familia ha elegido y conceptualizado como problema, debe ampliarse hasta comprender las interacciones que la familia tiene en su actual contexto. Se trata de diagnosticar cómo funciona la familia en función del síntoma.

No importan tanto las causas del problema sino cómo están condicionando la estructura y las interacciones familiares en el presente.

Según Minuchin y Stirlin las principales áreas a diagnosticar en una familia son:

- ◆ La estructura de la familia
- ◆ La flexibilidad del sistema
- ◆ El contexto ambiental
- ◆ El estadio de desarrollo de la familia
- ◆ La capacidad de cambio o intensificación de la homeostasis ante las crisis que afectan al grupo familiar.

Cuando una familia queda atascada ante una crisis o conflicto, que siente o define como intolerable, estamos ante un síntoma, que puede ser tanto una *conducta disfuncional* (alcohol, malos tratos) como *somatizaciones* (dolores de cabeza, problemas intestinales) o *psicosomáticos* (depresiones, ansiedad). Es un mecanismo que alerta sobre la disfunción familiar y protege a la familia de la desintegración, manteniendo la homeostasis. La familia pide ayuda, focalizando sus esfuerzos y preocupación en el P.I. que presenta el síntoma. La atención del terapeuta debe dirigirse no a la persona sino a los sistemas relacionales de los que participa.

En definitiva, las dificultades en una familia surgen porque existe un manejo erróneo de las dificultades normales de la vida. Las dificultades se consideran sucesos probables en el transcurso de la vida de una familia, tales como accidentes, o pérdidas de empleo.

Las familias actúan con reglas que les sirven para asegurar la continuidad del sistema; estas reglas por lo general no son comprendidas por sus miembros, pero sí aceptadas por todos. Cuando una familia está en dificultades, para solucionarlas debería cambiar esas reglas básicas, pero se sigue funcionando de la misma manera e intentando soluciones de lo que la familia considera que es el problema a fin de devolver el sistema a su equilibrio.

De lo que trata la terapia sistémica es de romper ese juego sin fin de la familia mediante el cual esta intenta corregir su problema, y en cierto sentido fuerza a la familia a violar las reglas que han gobernado sus actos. Esto les obliga a crear nuevas reglas para mantener la integridad del sistema familiar, produciéndose entonces un cambio de segundo orden.

La hipótesis sistémica es el punto de partida para la comprensión de la familia, sirve para definir la reciprocidad entre síntoma y sistema dentro del marco del tiempo y del cambio.

La hipótesis inicial es necesariamente especulativa y se la utiliza como base para recoger información adicional que habrá que confirmarla o refutarla. Esta se puede modificar muchas veces, y no es necesario esperar a contar con una hipótesis definitiva para intervenir, ni que sea absolutamente acertada. El criterio de pertinencia se evalúa sobre la base de la realimentación, de las sucesivas respuestas de los miembros de la familia.

Al recoger información, es conveniente tener en cuenta las siguientes preguntas:

- Qué *función* cumple el síntoma en cuanto a estabilizar a la familia.
- Cómo funciona la familia en cuanto a estabilizar el síntoma.
- Cuál es el *tema central* en torno al cual se organiza el problema
- Cuáles serán las *consecuencias* del cambio.
- Cuál es el *dilema terapéutico*.

Para responder a estas preguntas, el terapeuta debe partir de ciertos supuestos básicos acerca de la relación recíproca entre el síntoma y el sistema, que son los siguientes:

- La aparición de un síntoma por lo general coincide con algún cambio efectivo o previsto en la familia que amenaza alterar el equilibrio.
- La ansiedad en torno a este cambio activa conflictos que han estado latentes, y estos conflictos, en lugar de resolverse, se expresan a través de un síntoma.
- El síntoma puede ser un medio de evitar este cambio amenazador o de suministrar un modo de que se produzca.

Al desarrollar una hipótesis, también hay que tener en cuenta que la información se recoge y se encuadra en tres niveles diferentes: conductual, emocional e ideacional (lo que las personas hacen, sienten y piensan). Para comprender los patrones de una familia, es importante ver cómo se conectan y se influyen entre sí estos tres niveles.

Las preguntas tradicionales ¿por qué? ¿cuál es la causa? en sistémica se sustituyen por QUÉ, CUAL, COMO, CUANDO

- ◆ ¿QUÉ síntoma presenta el paciente?
- ◆ ¿QUÉ ocurre en la familia cuando aparece el síntoma?
- ◆ ¿QUÉ función parece tener?
- ◆ ¿QUIEN tiene el síntoma?
- ◆ ¿QUIEN está cuando se produce el síntoma?
- ◆ ¿COMO afecta a la familia el síntoma? etc

Estas preguntas orientan al profesional y ayudan a hacer las hipótesis sistémicas. Pueden organizarse en torno a temas claves:

- ◆ Preguntas sobre el síntoma/problema: Su propósito es conseguir una definición del problema y de las respuestas contextuales. Ejemplo: ¿Quién fue el primero en darse cuenta del

problema?

- ◆ Preguntas sobre ayuda: El propósito es determinar quién quiere ayuda y para qué y así descubrir las implicaciones de buscar ayuda. Ej: ¿Quién es el que está más/menos angustiado por el problema?
- ◆ Preguntas sobre el cambio: Su propósito es explorar las implicaciones y consecuencias del cambio. Ej: ¿Qué tendría que ocurrir para que usted considerara que las cosas van mejor?
- ◆ Preguntas sobre relaciones: El propósito es conseguir que los pacientes vean sus relaciones, sus patrones de comunicación y de relación en la familia. Ej: ¿Cómo ve la relación entre A y B?
- ◆ Preguntas hipotéticas: Tratan de conseguir que los pacientes examinen las implicaciones de diferentes pronósticos y situaciones hipotéticas. Ej: Si X se recupera de repente, ¿quién crees que sería el siguiente enfermo?

ASPECTOS A INCLUIR EN EL ANALISIS DE LA PROBLEMÁTICA DE CUALQUIER CASO

- Dibujo del genograma.
- Dibujo del ecomapa.
- Interpretación de la familia:

Se trata de analizar la estructura fijándonos en los subsistemas, los límites, los patrones de comportamiento, los roles, las reglas. También hay que analizar las relaciones entre los miembros de la familia observando la comunicación. También hay que contemplar el momento del ciclo vital familiar, tanto cronológico como real y los conflictos que presentan, así como su capacidad para responder a las crisis cotidianas.

ENTREVISTA SISTEMICA

La información con la que vamos a trabajar se recoge mediante la entrevista. Esta información no solo se utiliza para diagnosticar, sino como parte del tratamiento.

Parte de dos principios fundamentales, la *neutralidad* y *circularidad*. Es la base para introducir cambio, dando una nueva visión de los problemas en las familias, utilizando hipótesis y dando prescripciones.

En la primera sesión, debe formarse el sistema terapéutico que está constituido por la familia+terapeuta. Este sistema presenta distintas propiedades: (apuntes to joint)

- La familia es responsable de iniciar por si misma el tratamiento y de esforzarse con la ayuda del terapeuta en comprender sus problemas.
- La familia es responsable de definir lo que desea modificar, es decir, debe definir los objetivos del tratamiento.
- La tarea del terapeuta es instituirse a sí mismo como terapeuta, es decir, tomar a su cargo el proceso terapéutico.

Iniciar la primera sesión con la menor cantidad posible de información sobre la familia es una práctica muy útil ya que le permite sensibilizarse frente a la singularidad del nuevo sistema del que forma parte. Lo más importante es crear un contexto de confianza y colaboración recíprocas.

FASES DE LA PRIMERA SESION

1. Estadio social

En este estadio el terapeuta sigue las reglas culturales de relación social. Lo fundamental en esta fase es que todos los miembros se sientan cómodos y en un clima de confianza, así como establecer, por parte del

terapeuta, un primer contacto con todos y cada uno de ellos. A fin de cumplir estas cuestiones, el terapeuta deberá seguir unas normas:

- Adaptar su lenguaje al de la familia.
- No desafiar las reglas de la familia.
- Establecer las reglas del sistema terapéutico.
- Hacer ver a la familia que para el terapeuta, cada uno es igualmente importante y digno de atención.

Asimismo el terapeuta en esta fase estará atento a los siguientes aspectos.

- Tono general de la familia: cada familia tiene un estilo propio de acudir a la entrevista: unas se pueden mostrar reticentes, otras muy habladoras
- Relaciones entre los padres y los hijos: los padres pueden mostrarse preocupados por la actitud formal de los hijos o bien despreocupados. A menudo se observan las diferencias entre el hijo problemático y el resto. Ante esto el t.s debe tener en cuenta.
 - Todos los síntomas de los hijos estabilizan a los matrimonios inestables, y si un síntoma leve no puede estabilizar a la pareja, se necesitará uno grave.
 - Cuanto mayor sea la magnitud del conflicto matrimonial, mayor será la magnitud del síntoma.
 - Cuanto más escondido esté el conflicto matrimonial, más se necesitará un síntoma para estabilizar el conflicto de la pareja a fin de que permanezca oculto.

El terapeuta observará también como los hijos responden a las demandas de los padres y cómo éstos activan a su vez las transacciones con los hijos. Es frecuente que el PI pida confirmación a sus padres con la mirada, iniciando una respuesta sugerida por ellos, etc.

- Relaciones entre los padres: por lo general están mediatizadas por un hijo que suele ser el PI que es utilizado como vehículo de comunicación entre ambos, de esta manera, cada cónyuge puede manifestar su crítica respecto al otro progenitor sin peligrar su relación conyugal. Pueden observarse coaliciones o alianzas en la familia.
- Relación entre los hijos: muy importante ya que en este subsistema se aprende a negociar las relaciones que más tarde se harán fuera del subsistema.
- Relación entre los miembros de la familia y el terapeuta: a través de la observación de los niños en la terapia, el terapeuta podrá notar si la familia llega forzada, si está dispuesta a cooperar, etc.

2. Focalización del problema

Aquí se trata de comprender cómo la familia y cada uno de sus componentes ve la dificultad o problema que tienen, cuales son sus sentimientos, etc.

Hasta el momento el tono de la entrevista se ha mantenido como un diálogo de tipo amigable, las presentaciones han durado alrededor de 10–15 minutos, y ahora el trabajador social y familia deben determinar la situación presente. Una forma de empezar es lanzar una pregunta al aire, para ver quien toma la iniciativa, si solo habla la persona que empieza, si hay alguien que la contradice, etc.

Después de lanzada la pregunta al aire, se utiliza la técnica de la pregunta en forma de estrella. Se pide a cada uno de los miembros de la familia que dé su opinión sobre lo dicho, proporcionando diversas percepciones del problema no sólo al terapeuta, sino a la familia, que oirá cosas nuevas acerca de sentimientos de sus miembros que desconocía. Una de las visiones que más interesa oír es la del PI, que seguramente no coincidirá con las versiones de los demás miembros.

Con esta técnica se empiezan a producir cambios de percepción en la familia, ya que da el primer paso para

alcanzar una visión, distinta a la que llevaba, del problema. Su visión era lineal, y nosotros la vamos transformando en circular.

3. Fase de interacción

El terapeuta se propone:

- Activar intercambios comunicativos directos entre los miembros de la familia sobre el problema o sobre alguna otra temática vinculada a él.
- Recibir de esta manera informaciones sobre las relaciones interpersonales a fin de comprender la estructura de la familia y las reglas que rigen las transacciones de sus miembros.
- Preparar el camino para la definición del objetivo terapéutico.

Es decir, en esta fase, el terapeuta ayuda a la familia a poner en juego su drama familiar, favoreciendo la interacción entre todos los miembros, formula la hipótesis sistémica y observa las reacciones de los miembros de la familia.

4. Definición de los cambios deseados

Consiste en la elaboración del contrato terapéutico, es decir, la definición del objetivo de cambio del sistema. Deberá contemplar el compromiso de cada uno y todos los miembros de la familia en el trabajo de cambio, el número de sesiones y otras reglas del sistema terapéutico.

Toda esta entrevista deberá ser sistémica, es decir, con preguntas circulares y utilizando técnicas que favorezcan las interacciones (como la técnica de la pregunta de estrella), así como técnicas que ayuden a redefinir el síntoma en positivo (técnicas de connotación positiva), pedir clarificaciones (técnicas de reflexión y de recapitulación)

TECNICAS FUNDAMENTALES

Preguntas circulares

Con ellas se introduce en la familia una nueva percepción, ya que sirven para obtener información de todo lo que rodea al síntoma.

- Cada pregunta está basada en información proporcionada por preguntas anteriores.
- Siempre se hacen preguntas abiertas
- Hay que involucrar como mínimo a tres personas en cada pregunta.
- Se hacen comparaciones de la familia en situaciones anteriores a la aparición del síntoma, con situaciones actuales.
- Con ellas la familia va descubriendo situaciones ideales, a las que les gustaría llegar, indagando cómo o que se lo impide.
- Como conclusión, lo que se hace es poner en marcha a la familia para poder alcanzar una visión alternativa y más confortable de sus relaciones y de sus vidas, permitiendo a la larga la visión libre de sus miembros, sin tener estos que estar sujetos a una estructura que los esclavizaba.

Connotación positiva o reencuadre:

Es una técnica clave en el modelo sistémico. Es volver a calificar algunas conductas que en la familia están etiquetadas como buenas o malas, volviéndolas a introducir en el sistema de forma positiva, mediante la explicación de la misma.

La explicación positiva es de la conducta a nivel de relación, involucrando a más de un miembro de la familia.

Sirve para cambiar el sistema de valores de la familia, y ese cambio provoca una reacción necesariamente distinta sobre esa persona y sobre los demás.

Sirve para romper concepciones autoperpetuadas de lo que hay en casa, ya que con distinta información de algo hay diferencia de evaluación, y por tanto CAMBIO.

Se rompe la linealidad y se introduce la corresponsabilidad. Todo lo que se hace es por algo y alguien, y por lo tanto comprensible.

No se connota solo la conducta, sino a toda la familia como respuesta a la misma, ya que sino sería lineal.

Propuestas de organización alternativas:

Una vez encuadrada la visión de la familia en forma positiva, sus miembros han de elegir algún modo de vida que les gustaría, pero que no son capaces de alcanzar. Es la construcción de una visión ideal. Lo siguiente es que el terapeuta distribuya tareas a cada miembro, siempre con su aprobación. En la próxima sesión se estudiarán con la familia los resultados.

Un objetivo de esta técnica es que la familia, al estar pendiente de estas tareas encomendadas, se halle menos pendiente del síntoma.

Esculturas silenciosas

Es una técnica de asesoramiento de las relaciones y de las interacciones familiares, que implica autoaprendizaje. Permite representar las relaciones que existen entre los miembros de una familia y la forma en que cada uno percibe a los otros.

Es particularmente eficaz con personas que no pueden expresarse verbalmente.

Generalmente uno de los miembros hace de escultor y va colocando a los restantes miembros tal como él los percibe en una relación de proximidad o distancia, haciéndoles asumir una posición, actitud y expresión corporal que expresen estas relaciones simbólicamente. Durante algunos minutos, cada uno de los actores piensa como se siente en esa posición, y al finalizar, expresa los sentimientos y se sale del papel, recuperando el suyo propio.

A una primera fase de representación de la familia en la actualidad, le sigue otra representación de la familia ideal.

Role-playing

Consiste en que dos o más personas representan una escena con objeto de que se haga más vivencial la problemática abordada.

La enseñanza a los clientes sigue un proceso determinado:

- Dar unas instrucciones generales, que deben ser precisas y concretas, y constituyen los datos de base de la situación.
- Reparto de papeles.
- Observación del grupo y discusión sobre la problemática.

Se diferencia del sociodrama en que en éste actúan, mientras que en el role-playing sólo hablan, y sólo los personajes con los papeles asignados, no el resto de personas.

Además de estas técnicas, son propias del modelo sistémico: confrontar, técnica de estrella, recapitular, resumen, vídeos, clarificación y reflexión del afecto.