

Panorámica de la Terapia Sistémica¹

Dr. Javier Martín Camacho

-Año 2006-

info@javiercamacho.com.ar

1. Introducción

En este texto desarrollaremos brevemente los principales aspectos de la Teoría Sistémica y de la Terapia Sistémica, tratando de abarcar los aspectos más relevantes, como el surgimiento histórico, sus planteos teóricos, sus aportes, las diferentes variantes dentro del modelo en sus aspectos clínicos y las técnicas utilizadas por cada una de las escuelas desarrolladas.

Actualmente la Psicoterapia de orientación Sistémica ocupa un lugar relevante dentro de las orientaciones clínicas utilizadas para el trabajo tanto con familias, parejas, individuos, como así también con grupos e instituciones.

2. Teoría Sistémica

En los desarrollos de la Teoría Sistémica -usaremos ese término para referirnos a los aspectos teóricos de la escuela Sistémica en Psicología-, si bien existen concepciones y abordajes particulares, hay conceptos básicos comunes que todos los modelos comparten. La principal característica de los mismos es que centran sus objetivos terapéuticos específicamente en la modificación de patrones de interacción entre las personas (Feixas & Miró, 1993).

Los modelos sistémicos recibieron varios aportes de otras disciplinas, principalmente en lo que respecta a sus conceptualizaciones teóricas. Los aportes principales que nutren a los modelos sistémicos y que ya forman parte del corpus teórico de la Sistémica vienen tomados de diversos campos y autores, pero sintéticamente podemos englobarlos en:

¹ Este artículo es una adaptación de una breve parte del marco teórico de la tesis doctoral: "El humor en la práctica de la psicoterapia de orientación sistémica" (Camacho, 2005).

- a. La Teoría General de los Sistemas.
- b. La Cibernética.
- c. Los desarrollos de los pragmáticos de la comunicación.
- d. La psicoterapia familiar

Históricamente el desarrollo de los modelos clínicos sistémicos ha estado unido a la evolución de la terapia familiar. Sin embargo, actualmente el campo de aplicación es mucho más amplio y abarca también tratamientos individuales, grupales, de pareja y obviamente también de familias (Hoffman, 1987).

Tomando un punto de vista teórico podemos decir que el concepto básico que sirve para unificar las aportaciones de los distintos enfoques es el concepto de sistema. Si bien este concepto ha sido desvirtuado de su idea y conceptualización original, el aspecto distintivo es que un sistema se define por su oposición al reduccionismo, y pone el énfasis en las propiedades del todo o en las propiedades metasumativas -el todo es más que la suma de las partes- que resultan de la interacción de los distintos elementos del sistema (Johansen Bertoglio, 1997).

2.1. La Teoría General de los Sistemas

Uno de los principales aportes a la Teoría Sistémica pertenece a los desarrollos y planteos propuestos por la Teoría General de los Sistemas (Bertalanffy, 1968).

La Teoría General de los Sistemas es un enfoque interdisciplinario y por lo tanto aplicable a cualquier sistema tanto natural como artificial. El objetivo principal de la Teoría General de los Sistemas es descubrir las similitudes o isomorfismos en las construcciones teóricas de las diferentes disciplinas (Johansen Bertoglio, 1997).

Se han dado muchas definiciones diferentes de sistemas, nosotros entenderemos a un sistema como un conjunto de objetos o elementos que se relacionan entre si (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967). Además del concepto de relación, Bertalanffy (1968) destacó el concepto de interacción,

definiendo al sistema como un conjunto de elementos que interactúan entre sí, presuponiendo de este modo, la existencia de una interdependencia entre las partes y la posibilidad de un cambio a través de la reversibilidad de la relación. En función de la definición que hemos dado podemos imaginar infinidad de sistemas, de hecho no existe en el mundo nada que no forme parte de algún sistema desde esta conceptualización.

Cada una de las partes que encierra un sistema puede ser considerado un subsistema, es decir un conjunto de partes e interrelaciones que se encuentran estructural y funcionalmente dentro de un sistema mayor y que posee sus propias características. Así podemos decir que los subsistemas son sistemas más pequeños dentro de sistemas mayores (Bertalanffy, 1968).

Con el concepto de supersistema se hace referencia a la inclusión de todo sistema, en un sistema de orden mayor que incluye a varios sistemas. Los conceptos de subsistema, sistema y supersistema llevan implícita la idea de recursividad, por cuanto los subsistemas y los supersistemas son además sistemas. En este sentido, las propiedades generales de los tres elementos son semejantes y fácilmente se pueden encontrar o derivar analogías. De esto se deduce que tanto los subsistemas como los supersistemas, requieren cumplir ciertas características sistémicas, este punto es bastante discutido y controversial, no parecen existir principios generales que determinen cuando una parte es un subsistema o simplemente un componente de un sistema (Johansen Bertoglio, 1997).

En la medida que desintegramos el sistema en subsistemas, vamos pasando de una complejidad mayor a una menor. A la inversa, a medida que integramos subsistemas en sistemas mayores, o sistemas en supersistemas, vamos ganando una mayor comprensión del todo y las interrelaciones de sus partes.

Es importante diferenciar los sistemas abiertos de los cerrados, aunque también conviene señalar que entre los investigadores no existe un criterio unificado para la diferenciación de los mismos, por eso algunos autores hablan de sistemas más o menos abiertos, o sistemas más o menos cerrados. Siguiendo la conceptualización clásica de Bertalanffy (1968), un sistema cerrado es aquel que no intercambia información con el medio, a diferencia de

los sistemas abiertos que están intercambiando constante información o energía de algún tipo con el medio o con otros sistemas. El intercambio es de tal naturaleza que logra mantener alguna forma de equilibrio continuo o estado permanente y las relaciones con el medio, son tales que admiten cambios y adaptaciones.

Se han descrito y relacionado con los sistemas abiertos un gran número de propiedades, pero siguiendo el lineamiento que siguen la mayoría de los autores que aplican esta teoría al campo de las psicoterapias, nos referiremos a las tres propiedades principales de los sistemas abiertos, ellas son:

- a. Totalidad.
- b. Retroalimentación o feedback.
- c. Equifinalidad.

La propiedad de totalidad de los sistemas abiertos se vincula con el concepto de relación entre las partes. Los elementos de un sistema se encuentran en una relación tal, que la modificación de un elemento o alguna relación dentro del sistema provoca la modificación de todo el sistema. Esto equivale a decir que el sistema se comporta como inseparable y coherente, por lo que los factores o elementos no pueden variar independientemente sin condicionar al todo. Bertalanffy (1968) aclara que no sólo es necesario estudiar las partes y los procesos en estado de aislamiento, sino también resolver los problemas decisivos que se encuentran en la organización y en el orden que unifican esas partes y esos procesos, que resultan de la interacción dinámica de las partes ya que hacen que las conductas de las mismas sean muy diferentes cuando se la estudia dentro del todo.

La propiedad de la retroalimentación que se conceptualizó primeramente a partir de desarrollos de la ingeniería aeronáutica y se extendió rápidamente a diversos ámbitos, es la base de la circularidad, característica propia de los procesos interactivos de los sistemas abiertos. En todo sistema abierto, a partir de una información emitida existe cierto información de retorno, que regresa del receptor al emisor y permite la

comunicación y el intercambio. Esta información de retorno o feedback posibilitará el cambio o la permanencia (Johansen Bertoglio, 1997).

Existen dos tipos de feedback, uno denominado positivo y otro negativo, en función de los efectos que esta información de retorno tenga en el sistema, ya que toda información de retorno puede tener dos efectos:

- a. Mantener la estabilidad -homeostasis- del sistema y es por tanto de tipo negativa, ya que dice no al cambio.
- b. Provocar una pérdida en la estabilidad del sistema, generando algún cambio, este tipo de información es de tipo positiva, ya que le dice sí al cambio.

Es importante señalar, que se utiliza el adjetivo positivo o negativo simplemente para hacer referencia a la aparición o no de un cambio, o una ruptura en el equilibrio del sistema y no tiene que ver con lo beneficioso o perjudicial del mismo. Debido a que los sistemas abiertos intercambian información continuamente en su interior y con el exterior, cada una de ellas deberá ser retenida, elaborada y comparada con los modelos organizativos que basándose en este proceso, podrán tener una confirmación u homeostasis, o recibir una información que permita el cambio o la transformación (Bertalanffy, 1968).

Tanto la homeostasis, como la transformación, constituyen dos procesos complementarios para la vida del sistema. Cuando esta autorregulación no funciona correctamente las consecuencias pueden ser, que predominen los procesos transformativos que pueden llevar a la disolución del sistema, o que se produzca un endurecimiento del sistema que pierda flexibilidad y capacidad adaptativa, proporcionando respuestas repetitivas, cada vez menos eficaces y coherentes.

Los sistemas abiertos tienden a moverse hacia niveles cada vez más complejos de organización y por ende, el concepto de feedback positivo no lleva necesariamente a la desorganización o a la destrucción del sistema; sino que mediante la amplificación de la diferencia, permite explicar el crecimiento, el aprendizaje y la evolución del sistema. La retroalimentación negativa tiene una función de control y de mantenimiento del equilibrio

interno del sistema, insertando en el mismo, al tiempo. De este modo podemos referirnos a la homeostasis como a una tendencia a un estado estacionario del sistema, teniendo presente que éste será diferente en un tiempo dado respecto al precedente o al siguiente (Johansen Bertoglio, 1997).

Por último, la propiedad de la equifinalidad hace referencia a los procesos y a cómo estos fueron llevados a cabo. En un sistema abierto, autorregulado y circular, los resultados no son provocados por las condiciones iniciales sino por la naturaleza de los procesos que operan u operaron en ese sistema. Los mismos resultados pueden tener orígenes distintos, contrariamente a lo que ocurre en los sistemas cerrados donde los resultados son determinados por las condiciones iniciales. Esta propiedad es reversible, ya que podemos verificarla en sentido contrario, resultados iguales o similares, pueden deberse a puntos de partida diferentes.

2.2. Cibernética

La palabra cibernética, etimológicamente deriva de una palabra griega 'κυβερνώω' (kibernao) que significa dirigir, conducir, guiar, pilotar, gobernar y a partir de allí se la tomó para referirse a la ciencia de la comunicación y el control tanto en las máquinas como en los seres humanos, por tanto la Cibernética se ocupó primeramente de los procesos de comunicación y control en los sistemas naturales y artificiales (Wiener, 1948).

La Cibernética ha sido definida de diferentes maneras, para Bateson (1972) es la nueva ciencia de la forma y los patrones de organización, para Keeney (1987) es una ciencia que se ocupa de las pautas y la organización en los diferentes tipos de sistemas.

Según Foerster (1973) en la historia de la Cibernética se puede observar un proceso que se desarrolla en tres niveles de complejidad: una Cibernética de Orden '0', implícita, la Cibernética de Primer Orden y una Cibernética de Segundo Orden. Nosotros describiremos los conceptos fundamentales que se tomaron de los tres momentos de la Cibernética en forma sintética y unificada.

La epistemología tradicional consideraba que la realidad tiene existencia independientemente de quien la observa. El pensamiento científico

se basa en esta premisa, al considerar que la objetividad en la ciencia es fundamental y que por lo tanto las propiedades del observador no deben estar incluidas en la descripción de sus observaciones. Para eliminar ciertas contradicciones que tienen que ver con la relación con el observador, era necesario tomar en cuenta a un observador, pero las observaciones no son absolutas, sino relativas al punto de vista del observador. Por lo tanto, el acto de observar influye sobre el objeto observado, al punto de anular toda expectativa de predicción por parte del observador, o sea que la incertidumbre, la indeterminación se vuelve absoluta (Ceberio & Watzlawick, 1997).

Para Foerster (1973) la reintroducción del observador, la pérdida de la neutralidad y de la objetividad, son requisitos fundamentales para una epistemología de los sistemas vivientes. Por lo tanto la Cibernética de Segundo Orden nos introduce en la observación del observador. El objeto de estudio pasa a constituirse en el observador observando su propia observación, cibernéticamente hablando, la Cibernética se transforma en Cibernética de la Cibernética o Cibernética de Segundo Orden.

En el campo de la psicoterapia se ve como un resultado de estos planteos la frecuente utilización de la Cámara Gesell y la reflexión sobre el mismo equipo tratante. También este planteo genera posteriormente muchos de los desarrollos de las escuelas narrativistas y constructivistas y se comienza a entender la relación terapéutica como una actividad dialógica (Sluzki, 1985; Hoffman, 1987; Schnitman, 1994, entre muchos otros).

Los conceptos de regulación y corrección de la desviación, entendidos como feedback negativo, permiten mantener la organización y controlar los procesos de ampliación de la desviación que llevan a la desorganización, el caos y la destrucción del sistema. Por lo tanto, la homeostasis como proceso autocorrectivo era el concepto predominante, en el primer momento de la Cibernética. Los trabajos en el campo de la Terapia Familiar de ese primer período reflejan, el énfasis negentrópico -feedback negativo-, en los conceptos de reglas y mitos familiares o patrones interactivos (Haley, 1963; Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

En la Segunda Cibernética se consideró que todo sistema viviente depende para su supervivencia de dos procesos llamados morfostasis y morfogénesis. El primero se refiere al mantenimiento de la constancia de un sistema a través de mecanismos de retroalimentación negativa. El segundo da cuenta de la variabilidad del sistema a través de mecanismos de retroalimentación positiva, en cada situación los procesos de desviación y amplificación se equilibran mutuamente. El énfasis se desplaza a los procesos de amplificación de la desviación, la retroalimentación positiva y los procesos sistémicos de cambio. Lejos de constituir un elogio de la entropía, este énfasis conduce a una visión homeodinámica de los procesos sistémicos, subrayando la dialéctica de la estabilidad y el cambio (Ceberio & Watzlawick, 1997).

En el campo de la Terapia Familiar, este desarrollo epistemológico permitió la descripción de actividades terapéuticas que hasta entonces sólo habían sido definidas como estilísticas. Aparecen así intervenciones generadoras de crisis, movimientos desequilibradores y actividades provocativas destinadas a empujar a la familia más allá del umbral y desencadenar cambios cualitativos, representadas en la clínica sistémica por autores como Minuchin (1974), Palazzoli (1975) y Whitaker (1982) entre otros.

2.3. Los desarrollos de los pragmáticos de la comunicación

Los autores principales que se engloban bajo esta denominación eran psicólogos, biólogos y antropólogos, que enfocaron el tema de la comunicación en sus aspectos pragmáticos, tratando de describir y entender los circuitos, pautas y efectos que la comunicación genera en diferentes sistemas (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967; Bateson, 1972). Los estudios se desarrollaron y focalizaron en la relación entre el emisor y el receptor, en la cual la comunicación actúa como mediadora.

2.3.1. Los axiomas de la comunicación

Entre los conceptos más relevantes que la teoría sistémica toma de esta línea, podemos destacar los axiomas de la comunicación humana, éstos establecen ciertos principios básicos de la comunicación y la relación entre

los comunicantes (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967). Los axiomas que plantean son cinco y se relacionan con:

- a. La imposibilidad de no comunicar.
- b. Los niveles de contenido y relación de la comunicación.
- c. La puntuación de la secuencia de los hechos.
- d. La comunicación digital y analógica.
- e. La interacción simétrica y complementaria.

La imposibilidad de no comunicar

Existe una propiedad de la conducta que no puede ser más básica, por lo cual suele pasársela por alto, no hay nada que sea lo contrario de la conducta, ya que no existe la no-conducta, por lo tanto podemos decir que es imposible no comportarse. Si se acepta el hecho de que toda conducta en una situación de interacción tiene un valor de mensaje -unidad comunicacional singular-, es decir, es comunicación, se deduce que es imposible no comunicar. Podría decirse que el aislarse o no querer entrar en comunicación podría ser una no-comunicación, sin embargo, el hecho de no hablar, de ignorar a alguien, de aislarse, justamente son mensajes y conductas que están comunicando precisamente que no se tiene intenciones de entrar en comunicación (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

Los niveles de contenido y relación de la comunicación

Una comunicación no sólo transmite información, sino que también impone conductas. Según Bateson (1972), estas dos operaciones se conocen como los aspectos referenciales y conativos, de toda comunicación.

El aspecto referencial de un mensaje transmite información y por ende, en la comunicación humana es sinónimo de contenido del mensaje. Puede referirse a cualquier cosa que sea comunicable, al margen de que la información sea verdadera o falsa, válida, no válida o indeterminada. Por otro lado, el aspecto conativo se refiere a qué tipo de mensaje debe entenderse que es y por ende, en última instancia, a la relación entre los comunicantes. Entonces vemos que la información -aspecto de contenido- y la orden -

aspecto de relación-, son dos niveles lógicos diferentes en los que el último clasifica al primero y es con respecto a este una metacomunicación.

Las relaciones rara vez se definen deliberadamente o con plena conciencia, parece, de hecho, que cuanto más espontánea y sana es una relación, más se pierde en el trasfondo el aspecto de la comunicación vinculado con la relación. Del mismo modo las relaciones enfermas se caracterizan por una constante lucha a cerca de la naturaleza de la relación, mientras que el aspecto de la comunicación vinculado con el contenido se hace cada vez menos importante (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

La puntuación de la secuencia de los hechos

Este axioma hace referencia a la necesidad de tomar en cuenta a todos los comunicantes, ya que toda conducta influye y es influida por las conductas de los demás.

La organización de los hechos depende de la puntuación y ésta al ser una operación arbitraria efectuada por uno de los comunicantes no siempre es compartida por el otro y por este motivo a menudo genera múltiples conflictos en las relaciones. Para alguien que observa la interacción entre dos o más personas, es fácil ver una serie de comunicaciones que pueden entenderse como una secuencia ininterrumpida de intercambios. Cada mensaje en una secuencia es al mismo tiempo, estímulo, respuesta y refuerzo. Frente a un mensaje de A, se sigue una respuesta de B y a su vez esta respuesta de B, se transformará en un nuevo estímulo que operará como una respuesta y un refuerzo para la conducta de A y así sucesivamente.

Las definiciones de los roles de hecho sólo dependen de la disposición de los organismos a aceptar el sistema de puntuación. Los problemas pueden suscitarse cuando alguno de los participantes no acepta la puntuación que el otro hace o cuando alguno de los dos participantes tiene la pretensión de darle un comienzo a la serie (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

Comunicación digital y analógica

En la comunicación humana existen dos formas para referirse a los objetos, se los puede representar mediante alguna cosa que represente al

objeto representado, tal como un nombre o una palabra que hace alusión a una idea de un objeto dado; o mediante algún dibujo o símil que haga referencia a dicho objeto o idea. Estas dos posibilidades, dan lugar a dos tipos de comunicación que llamaremos digital y analógica respectivamente. La primera habitualmente es mediante una palabra que siempre es arbitraria. En cambio en la comunicación analógica existe cierta similitud entre lo referido y lo referente, entre la cosa a representar y la representación.

La atención que se le presta a la comunicación digital o también llamada verbal, ha ido aumentando con la evolución de la especie, porque se la considera más adecuada para transmitir noticias, intercambiar información sobre los objetos y transmitir los conocimientos de una época a otra. En cambio, la comunicación analógica tiene sus raíces en períodos mucho más arcaicos de la evolución y por lo tanto, encierra una validez mucho más general, que el modo digital de la comunicación verbal, relativamente reciente y mucho más abstracta (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

Se entiende por comunicación analógica a todo aquello que no es considerado comunicación verbal, como los movimientos, las posturas, los gestos, la expresión facial, la inflexión de la voz, la secuencia, el ritmo y la cadencia de las palabras, etc.

La comunicación digital es propia de las especies animales superiores y el hombre es el que más la desarrolló, pero también hay estudios que señalan que los delfines, las ballenas y ciertos primates también utilizan sistemas digitales para la comunicación. En general decimos que el lenguaje digital o verbal permite transmitir noticias, comunica contenidos, en cambio el analógico o no verbal permite transmitir sentimientos y relaciones. El lenguaje digital es fundamentalmente arbitrario y admite mentiras, mientras que el analógico es bastante natural y se hace difícil mentir utilizando este tipo de lenguaje. También encontramos un alto grado de abstracción y complejidad en el lenguaje digital, a diferencia del analógico, que tiende a tener un bajo nivel de abstracción (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

Interacción simétrica y complementaria

Toda comunicación tiene dos aspectos como hemos señalado, un aspecto de contenido y otro de relación. Respecto de la definición de la relación, inscripta en los mensajes, se pueden dar dos modalidades basadas en la igualdad o en la diferencia. Una relación es complementaria cuando las dos personas se encuentran en condiciones de desigualdad, en el sentido de que uno parece estar en una posición dominante por haber dado comienzo a la acción y la otra parece seguir en esa dirección.

En una relación complementaria encontramos dos posiciones distintas, los dos individuos se adaptan uno a otro o se complementan, se dice que el primero ocupa una posición *one up* y el otro una posición *one down*, en este tipo de relación hay una aceptación y una apreciación de las diferencias. En cambio, en las relaciones simétricas, las dos personas se conducen como si estuvieran en una condición de igualdad, cada una de ellas hace ostentación de tener el derecho de iniciar la acción, criticar a la otra, darle consejos, etc. Así pues, la relación simétrica se caracteriza por la igualdad o la diferencia mínima, mientras que la interacción complementaria está basada en un máximo de diferencia.

La disfuncionalidad o las manifestaciones patológicas de estas formas de comunicación, las encontramos en la complementariedad rígida y en la escalada simétrica. En la primera, existe una dificultad de poder utilizar una modalidad más flexible estereotipándose roles rígidos, en la segunda, la escalada simétrica, lo que vemos es un esfuerzo por transformar una relación simétrica en una complementaria, mostrando superioridad sobre el otro (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

2.3.2. La comunicación y el contexto

Toda comunicación se da en un contexto y el conocimiento y comprensión del mismo permiten entender con mayor amplitud el fenómeno de la comunicación (Bateson, 1972).

Toda comunicación como se ha señalado tiene un aspecto de contenido y otro de relación, hasta que no se conoce el tipo de relación que se tiene con el otro, los contenidos transmitidos no tienen un valor significativo claro, ya

que se ignora como se los utilizará en la definición de la relación. Todo mensaje comunicativo recibe respuestas tanto en el nivel de contenido como en el de relación (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967). Respecto de una comunicación posible, podemos encontrar tres tipos de respuestas:

- a. Rechazarla abiertamente: este es el caso cuando alguien propone algún tipo de comunicación y el interlocutor directamente dice que no quiere hablar o no quiere entrar en intercambios comunicacionales. Esta negativa de los contenidos, en general implica una negativa de la relación.
- b. Aceptarla: este es el caso en donde se responde en forma acorde con el tema o con la comunicación planteada, suele haber una aceptación de la relación.
- c. Descalificarla: en este caso la persona entra en comunicación, pero lo hace de una forma particular, *a medias*, son formas de invalidar la comunicación, en particular el mensaje que fue emitido, tiene diversas modalidades como las contradicciones, los malos entendidos, el uso de manierismos, interpretaciones literales de frases metafóricas, metaforización de frases literales, etc.

Existen ocasiones donde la descalificación no recae sobre el mensaje, sino sobre el emisor, en esos casos estamos frente a una situación bastante más grave que denominamos desconfirmación. En la misma existe una falta de reconocimiento del otro como tal, esto genera niveles altos de patología y sufrimiento tanto a nivel psíquico como físico. La desconfirmación recae sobre el yo o el self de la persona y hace referencia a sus aspectos más nucleares (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

2.3.3. Doble vínculo

La Teoría del doble vínculo fue desarrollada por el grupo liderado por Bateson (1956), a partir de las experiencias observacionales que hicieron de familias que tenían un miembro esquizofrénico, allí pudieron ver que las mismas se transmitían mensajes y conductas excluyentes simultáneamente,

en niveles lógicos diferentes. Encontraron que en un nivel lógico podían expresar un requerimiento manifiesto y en otro un mensaje totalmente opuesto al primero, que lo contradecía o anulaba.

La dinámica del doble vínculo o doble atadura, implica a dos o más personas, una de las cuales es considerada como la víctima. En este tipo de relación a la llamada víctima le resultará muy difícil permanecer sano ya que siempre que se presente una situación de esta clase, se producirá un derrumbamiento de su capacidad para discriminar los diferentes niveles lógicos de la comunicación. Esta situación tiene su remate para la víctima, en la imposición ulterior que le prohíbe salir de la situación o metacomunicar para resolver la contradicción y de este modo la víctima es colocada en una posición insostenible, en la cual no puede hacer un solo movimiento sin que sobrevenga la catástrofe.

Si tomamos a la familia como el contexto básico donde se desarrolla el aprendizaje de un ser humano, quiere decir que la familia de un esquizofrénico moldeó esa forma peculiar por vía de los particulares segmentos de comunicación que se le imponen a un sujeto y descubrieron que en tanto el paciente designado mejoraba, otro miembro de la familia empeoraba. Así, desde lo que a posteriori se denominó el modelo sistémico, se observó que la familia necesitaba una persona que encarnara el síntoma. Bateson no sólo encontró pruebas de esta suposición, sino que quedó impresionado por el modo como la familia fomentaba y aún exigía que el paciente mostrara una conducta irracional (Bateson et al., 1956).

El grupo de Bateson (1956) planteó que siempre que un sujeto es atrapado en una situación de doble vínculo, responderá de un modo defensivo y en forma similar a la esquizofrenia, pero no toda persona en esa situación desarrollará esquizofrenia, de hecho es común que la mayoría de las personas hallan estado en alguna situación del tipo descripta.

En este planteo el problema se daría en la dificultad de responder a partir de la confusión de niveles lógicos, sin embargo en otras áreas, algunos autores han subrayado la importancia de esos errores de tipificación lógica, demostrando que el humor, la poesía y la creatividad en general, se caracterizan por la constitución intencional de errores de tipificación y si

pretendiéramos eliminarlos nos quedaríamos con un mundo chato y estancado (Keeney, 1987).

Si bien el concepto del doble vínculo fue central durante muchos años, dentro de la clínica sistémica de la psicosis, actualmente y a la luz de las investigaciones y los avances en neurociencias este concepto requiere una profunda revisión.

2.3.4. Cambio 1 y Cambio 2

Los conceptos de Cambio 1 y 2 aluden a entender el cambio y la permanencia como dos caras de un mismo fenómeno (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974).

El Cambio 1, es el cambio del no cambio, implica cambiar algo pero para que todo siga igual. Habría un cambio aparente, pero no se llegan a cambiar las estructuras y pautas de comunicaciones, y en esos casos los cambios no son sustanciales, aunque si evidentes, se dan cambios de contenidos pero la relación y la pauta que conecta se mantiene igual (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974).

En el caso del Cambio 2, encontramos que el cambio es más radical, cambian las estructuras, las reglas de juego del sistema, ya no son cambios aparentes, sino cambios en las pautas que conectan y al cambiar las reglas que rigen el sistema, cambia también en la mayoría de los casos los resultados obtenidos (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974).

2.4. La psicoterapia familiar

Los aportes de la psicoterapia familiar al haberse desarrollado específicamente en el campo de la clínica los desarrollaremos en el siguiente apartado.

3. Terapia Sistémica

La psicoterapia sistémica ha desarrollado muchas modalidades diferentes de abordar, trabajar y pensar la clínica terapéutica, debido a la gran cantidad de escuelas y autores, primeramente realizaremos una breve

descripción histórica, para luego desarrollar sintéticamente los planteos de las principales escuelas.

3.1. Antecedentes históricos

Uno de los pilares en donde la Escuela Sistémica se apoya y de donde recibió mayores aportes es del campo de la psicoterapia familiar. La orientación sistémico relacional se desarrolla mediante una compleja serie de estudios, experiencias e investigaciones, efectuadas primeramente en EE.UU. y Gran Bretaña y luego en otros países entre ellos Italia, tomando el nombre genérico de Terapia Familiar.

Los estudios de las familias desde la orientación sistémica, comienzan a articularse con la práctica clínica y las investigaciones recién en la década del 50', si bien hubo estudios anteriores que pueden señalarse como precursores, el movimiento cobra fuerza recién en esos años. Comienza a pensarse que las conductas sintomáticas del individuo son el reflejo de una patología familiar más amplia. Se empiezan a formar diferentes tendencias y escuelas, entre los autores ingleses más reconocidos podemos mencionar a Cooper, Laing y Schatzman, y en EE.UU. a autores como Ackerman, Bateson, Boszormenyi-Nagy, Erikson, Framo, Haley, Jackson, Satir, Sluzki y Watzlawick entre otros (Feixas & Miró, 1993).

Recién en las décadas del 60' surge la Terapia Familiar de óptica claramente sistémica, con cierta sistematización de los conceptos fundamentales, y allí podemos ver las tres grandes escuelas tradicionales dentro de la Terapia Sistémica, que son la Escuela de Palo Alto, con Watzlawick y Bateson entre los más reconocidos, la Escuela Estructural cuyo principal representante es Minuchin y la Escuela de Milán con Selvini Palazzoli como su máxima figura (Feixas & Miró, 1993).

Para investigar los patrones de comunicación en la esquizofrenia, Bateson se unió a un grupo de psicoterapeutas y teóricos de la comunicación con objeto de estudiar los mecanismos de la comunicación humana en una colaboración que duró una década, desde 1952 hasta 1962. Sin duda la aparición de la teoría del doble vínculo (Bateson et al., 1956), fruto del análisis comunicacional de las familias de esquizofrénicos, supuso un hito

fundamental en el nacimiento del modelo sistémico de terapia familiar (Feixas & Miró, 1993).

La década del 60' supone un importante desarrollo para el modelo sistémico, en 1962 Jackson y Ackerman fundan la revista *Family Process*, que desde entonces ha sido un órgano de comunicación científica fundamental para el movimiento sistémico. El mismo Jackson crea el MRI, Mental Research Institute de Palo Alto, conjuntamente con Satir y Riskin, en el mismo edificio donde trabajó el grupo original liderado por Bateson. El MRI, fue el primer centro que presentó programas de formación en terapia familiar, al poco tiempo se unieron a este proyecto autores como Watzlawick, Weakland y Sluski (Feixas & Miró, 1993).

Durante la década de los años 60' este centro mantuvo contactos regulares con Erickson, creador de la moderna hipnoterapia y cuyo enfoque popularizó fundamentalmente Haley (1973). Minuchin por esos años, impulsado por Ackerman, inicia un proyecto de investigación con familias de bajo nivel social, en su mayor parte inmigrantes puertorriqueños que estaban en EE.UU. y tenían problemas de delincuencia (Minuchin, 1974). Ello permite el surgimiento de un modelo particular que se conoce como Modelo Estructural.

El libro *Teoría de la Comunicación Humana*, que ya fue mencionado fue una obra clave (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967), ya que marcó un hito importante para todo el campo, al ser la primera obra que articula conceptualmente la práctica clínica de la Terapia Familiar, con la Teoría General de los Sistemas y la pragmática de la comunicación.

Hacia finales de la década de los 60', en Europa, comienzan a establecerse diversas líneas de investigación en terapia familiar. En Gran Bretaña, Laing, que había trabajado con familias con algún miembro esquizofrénico, viaja y mantiene contacto con el grupo de Palo Alto e instaura una nueva línea de investigación para consolidar el modelo sistémico en la clínica Tavistock de Londres (Laing & Esterson, 1964, citado por Feixas & Miró, 1993) y posteriormente estos estudios constituyeron los aportes teóricos de la antipsiquiatría.

El mayor aporte hecho al campo de la terapia familiar sistémica desde Europa, corresponde a Italia, en el año 1967, Selvini Palazzoli, Boscolo, Cecchin y Prata, conocidos mundialmente como el Grupo de Milán, ponen en marcha un centro de investigación en terapia familiar, de amplias repercusiones para el movimiento sistémico. Años después, Cancrini y Andolfi, desarrollarán sendas escuelas de terapia familiar sistémica en Roma. En las décadas posteriores, el movimiento sistémico se expande y comienzan a surgir nuevos enfoques y cuestionamientos principalmente de tipo epistemológico (Feixas & Miró, 1993).

Actualmente además de las escuelas sistémicas clásicas se pueden mencionar a los movimientos constructivistas y narrativistas, quienes en general plantean una actitud menos directiva e intervencionista por parte del terapeuta y una actitud más constructivista, generativista y narrativista (Anderson & Goolishian, 1988; Gergen, 1992; White & Epston, 1993; Schnitman, 1994). Por ejemplo, para Anderson y Goolishian (1988) el cambio en la terapia implica una reconstrucción de la historia que se da a nivel conversacional y se mantiene hasta que se crea una nueva narrativa.

3.2. Características generales de la psicoterapia sistémica

En el modelo sistémico, en general, los síntomas son entendidos como expresiones disfuncionales del sistema familiar, de modo que el foco de análisis no recaerá solamente en el paciente que tiene el síntoma o problema, sino que abarcará a todo el sistema. Al paciente que tiene las manifestaciones sintomáticas o el problema concreto se lo denomina paciente identificado. Todas las escuelas ponen especial interés en las conductas y en los patrones de intercambio entre los miembros que componen el sistema, es decir, los integrantes de la familia. Se focaliza en general en las interacciones y pautas repetidas que marcan un estilo de vinculación entre los miembros. La solución de los problemas o síntomas, se encuentran en estrecha vinculación con las relaciones y pautas que establecen los miembros del sistema entre sí, por eso se trabaja fundamentalmente con los patrones disfuncionales de interacción familiar (Feixas & Miró, 1993).

Desde el punto de vista técnico, estos modelos han diseñado una serie de intervenciones específicas que permitieron que estas escuelas se desarrollaran y alcanzaran mucha difusión entre los psicoterapeutas; ya que proporcionaron técnicas creativas, innovadoras y desafiantes que lograron darle herramientas específicas a los profesionales de la salud mental, para el trabajo con pacientes individuales y familias. Los modelos sistémicos representan el marco conceptualmente más provocador y tecnológicamente más innovador de la psicoterapia actual (Feixas & Miró, 1993).

Los tiempos de los tratamientos son considerablemente más cortos comparados con las terapias analíticas, la actitud del terapeuta es activa proponiendo intervenciones y tareas para realizar fuera de la sesión. Habitualmente el lenguaje analógico, no verbal, ocupa un lugar importante en el tratamiento.

En los primeros momentos se trabajaba fundamentalmente con toda la familia o el sistema implicado, pero en la actualidad existen modalidades individuales, de pareja y grupales. El enfoque está centrado en el presente fundamentalmente y existió una tradición de no utilizar diagnósticos psiquiátricos clásicos, ya que estos tendían a transformarse en profecías autocumplidoras (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974).

3.3. Las escuelas de psicoterapia sistémica

En nuestro medio, los terapeutas sistémicos se vieron influenciados no sólo por autores sistémicos, sino también por autores de otras orientaciones. Actualmente los límites de las escuelas no están tan claros ni definidos como hasta hace unas décadas atrás, por esta razón no es tan fácil definir lo que implica el ámbito sistémico. Dentro de la sistémica, tampoco hay un criterio unificado de abordaje clínico y en nuestro país, la integración y el eclecticismo son muy frecuentes, por lo tanto describiremos simplemente los modelos clásicos y más puros dentro de la sistémica, sin intentar agotar los diferentes abordajes clínicos dentro de la Sistémica.

Como ya señalamos existen muchos autores y escuelas sistémicas, pero en función de describir sucintamente las principales seguimos el planteo de

importantes autores que trataron de sistematizarlas y señalaron clásicamente tres escuelas predominantes (Keeney & Ross, 1987; Feixas & Miró, 1993).

Las mismas son:

- a. La escuela interaccional del MRI -Mental Research Institute- o Escuela de Palo Alto.
- b. La escuela estructural estratégica.
- c. La escuela de Milán.

3.3.1 La escuela interaccional o escuela de Palo Alto

Esta escuela se identifica principalmente con la segunda generación de investigadores de Palo Alto (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974; Fisch, Weakland & Segal, 1982).

Parten de la idea de que los cambios terapéuticos no son diferentes de las continuas transformaciones que sufren los diferentes sistemas en evoluciones naturales. Para ellos las soluciones intentadas son las que mantienen el problema, las personas que llegan con problemas a la consulta psicoterapéutica traen una dificultad, definida por alguno de los miembros como problema y una serie de aplicaciones de ciertas soluciones intentadas fallidas, que no han logrado solucionar dicho problema, sino que por el contrario lograron mantenerlo, tuvieron el efecto pragmático de sostenerlo, obstaculizando el proceso normal de cambio (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974).

Las intervenciones apuntan primeramente a identificar los circuitos intervinientes y las diferentes soluciones intentadas, luego poder bloquear esas soluciones intentadas fallidas, para cortar el proceso cibernético de feedback negativo que mantiene el problema. El objetivo es modificar las estructuras o las pautas interaccionales que rigen al sistema, lo que se conoce como Cambio 2, ya que todas las soluciones intentadas fallidas son consideradas como meros Cambios 1, que se entienden como 'más de lo mismo' (Fisch, Weakland & Segal, 1982).

Las soluciones intentadas, habitualmente se guían por el sentido común, pero para lograr Cambios 2, los terapeutas interaccionales proponen

intervenciones paradójicas que a veces contrarían el sentido común. Proponen dar este tipo de prescripciones con una racionalidad acorde al marco referencial de la familia, siguiendo los parámetros semánticos del sistema. Esta escuela utiliza para ello dos elementos, que se conceptualizan como 'hablar el lenguaje del paciente' y 'cargar con sugestión la prescripción' (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974).

Habitualmente proponen tiempos de resolución relativamente breves, de diez sesiones generalmente, independientemente del tipo de problema presentado y las principales técnicas utilizadas por esta escuela son las prescripciones, sugerencias y redefiniciones (Feixas & Miró, 1993).

3.3.2 La escuela estructural estratégica

Los dos representantes más destacados de esta escuela son Haley y Minuchin, quienes toman especialmente en cuenta las jerarquías y los roles familiares que conforman la estructura del sistema.

Plantean que las familias se organizan en torno a alianzas y coaliciones, en las primeras se da cierta cercanía o vinculación entre dos miembros por cualquier motivo, en las segundas en cambio, también se da una alianza pero la misma se dirige contra un tercero. Se plantea el concepto de triángulo perverso (Haley, 1973) en los casos en donde existe una coalición entre miembros de diferentes generaciones en contra de otro. Estas coaliciones habitualmente son negadas en la terapia familiar, a diferencia de las alianzas que tienden a ser más reconocidas.

Entienden a la familia como un sistema que tiene límites y fronteras, consideran que los miembros de la misma se diferencian entre ellos y otros subsistemas por límites y a su vez el sistema familiar se diferencia de otros sistemas por sus fronteras. Estos límites pueden ser difusos, rígidos o claros, dependiendo de esto podemos conceptualizar a las familias como aglutinadas y dispersas o desligadas (Minuchin, 1974).

Las familias aglutinadas tienen límites difusos y fronteras rígidas, de modo que es difícil mantener la individualidad, el intercambio con el medio y otras familias es restringido, habitualmente los problemas de uno son los problemas de todos. En cambio las familias desligadas o dispersas tienen

límites rígidos y muy marcados y fronteras más bien laxas, sus miembros tienden a ser más individualistas. A partir de estos conceptos, además de los roles, jerarquías, alianzas y coaliciones es que se construyen un mapa estructural de la familia (Minuchin, 1974).

Entre las consideraciones que señalan a nivel clínico destacan el *joining*, que permite que el terapeuta genere un clima agradable facilitando que ambos sistemas -familia y terapeuta- se acomoden mutuamente, logrando la confianza suficiente para poder plantear las intervenciones específicas. Entre las técnicas más utilizadas, se destaca la reestructuración que intenta romper con las coaliciones, logrando una nueva estructuración de poderes y jerarquías. Se usan para este mismo fin también las técnicas de desequilibración en donde el terapeuta se alía con algún miembro o subsistema para forzar un nuevo mapa familiar de alianzas y coaliciones. También utilizan las redefiniciones positivas del síntoma, las prescripciones de tareas y las intervenciones paradójicas (Haley, 1963, 1973; Madanes, 1981).

3.3.3. La escuela de Milán

Su principal exponente es Selvini Pallazoli, esta escuela es un poco posterior a las otras dos, trabajaron fundamentalmente con familias con graves disfuncionalidades y organización muy rígida, que ellos denominan familias con 'transacción psicótica' (Selvini Pallazoli et al., 1975). Trabajaron principalmente con familias con algún miembro psicótico o con trastornos de la alimentación.

Ponen especial atención a los datos recogidos desde el momento mismo de la derivación y en el primer contacto, habitualmente telefónico, con la familia. A partir de esos datos construyen una hipótesis inicial de trabajo y luego van contrastando la misma en el transcurso de la primera sesión. Trabajan principalmente con los significados que la familia tiene respecto del síntoma y del paciente identificado, tratando de encontrar consensos y disensos relacionados a la atribución de dichos significados (Selvini Pallazoli et al., 1975, 1988).

Una de las intervenciones específicas creadas por esta escuela fue la prescripción invariable, que la entendieron como un programa específico para trabajar con familias de transacción psicótica, en donde se les da la misma tarea a todas las familias, en general tratando de aliar a los padres, mediante un secreto, que favorece la separación de los subsistemas, en particular el de los hijos (Selvini Pallazoli et al., 1975).

Esta es una de las escuelas que creó las intervenciones más provocativas y novedosas de la sistémica, entre las principales técnicas que utiliza se destacan la connotación positiva, la pregunta circular, los rituales y las intervenciones paradójicas. Habitualmente trabajan con un formato de diez sesiones, pero con intervalos largos entre sesiones, de entre 2 a 4 semanas (Selvini Pallazoli et al., 1975, 1988).

3.4. Cuadro comparativo entre las principales Escuelas Sistémicas

Características	Palo Alto	Estructural	Milán
Foco de análisis	Proceso de interacción	Como se organizan: interdependencia y jerarquía	El significado que da el sistema
Objeto del cambio	Circuito que mantiene el problema	Estructura	Significado
Foco de intervención	Segmento más motivado al cambio	Subsistemas	Primero todo el sistema y luego partes
Lugar del cambio	Fuera de la sesión	En la sesión	En la sesión principalmente

Intervenciones	Redefiniciones, sugerencias, prescripciones (directas y paradójales)	Redefiniciones, puesta en acto, desbalances, sugerencias y prescripciones directas	Preguntas circulares, connotación positiva, rituales, paradojas
Tipo de comunicación	Verbal	No verbal (espacio y movimiento)	Verbal
Distribución de las sesiones	Diez como máximo (generalmente una por semana o quincena)	Cantidad no especificada (generalmente una por semana durante tres o cuatro meses)	Cantidad no especificada, espaciadas entre sí (tres o más semanas)

Índice

1. Introducción

2. Teoría Sistémica

2.1. La Teoría General de los Sistemas

2.2. Cibernética

2.3. Los desarrollos de los pragmáticos de la comunicación

2.3.1. Los axiomas de la comunicación

2.3.2 La comunicación y el contexto

2.3.3. Doble vínculo

2.3.4. Cambio 1 y Cambio 2

2.4. La psicoterapia familiar

3. Terapia Sistémica

3.1. Antecedentes históricos

3.2. Características generales de la psicoterapia sistémica

3.3. Las escuelas de psicoterapia sistémica

3.3.1 La escuela interaccional o escuela de Palo Alto

3.3.2 La escuela estructural estratégica

3.3.3 La escuela de Milán

3.4. Cuadro comparativo entre las principales Escuelas Sistémicas

Bibliografía

- Anderson, H. y Goolishian, H. (1988). Los sistemas humanos como sistemas lingüísticos: implicaciones para la teoría clínica y la terapia familiar. Revista de Psicoterapia, V. 2, nº 6-7.
- Bateson, G. et. al (1956). [1971]. Hacia una teoría de la esquizofrenia. En Sluzki, C. (Comp.). Interacción familiar: Aportes fundamentales sobre teoría y técnica. Buenos Aires, Argentina. Tiempo contemporáneo.
- Bateson, G. (1972). [1986]. Pasos hacia una ecología de la mente. Buenos Aires, Argentina. Carlos Lohlé.
- Bertalanffy, L. (1968). [1988]. General System Theory: Foundations, Development, Applications. New York, NY, EE.UU. George Braziller. Versión castellana: Teoría General de los Sistemas. México DF, México. Fondo de Cultura Económica.
- Ceberio Rodríguez, M. & Watzlawick, P. (1997). La construcción del Universo. Buenos Aires, Argentina. Herder.
- Corominas, J. (1998). Diccionario Etimológico de la Lengua Castellana. Madrid, España. Gredos.
- Feixas, G. & Miró, M. T. (1993). Aproximaciones a la psicoterapia. Barcelona, España. Editorial Paidós.
- Fish, R., Weakland, J. & Segal, L. (1982). La táctica del cambio. Cómo abreviar la terapia. Barcelona, España. Herder.
- Foerster, V. H. (1973). Cybernetic of Cybernetics. Physiology of revolution. The Cibernetician, 3, pp. 30-32.
- Gergen, K. (1992). El yo saturado. Barcelona, España. Paidós.
- Greek-English Lexicon. (1968). Liddell, H. y Scott R. Oxford at the Clarendon Press. Oxford.
- Haley, J. (1963). [1966]. Estrategias de Psicoterapia. Barcelona, España. Toray.
- Haley, J. (1973). [1980]. Uncommon Therapy: The psychiatric techniques of Milton Erickson. New York, NY, EE.UU. Norton. Versión castellana:

- Terapia no convencional: Las técnicas psiquiátricas de Milton Erickson. Buenos Aires, Argentina. Amorrortu.
- Hoffman, L. (1987). Fundamentos de la Terapia Familiar. Un marco conceptual para el cambio de sistemas. México DF. México. Fondo de Cultura Económica.
 - Johansen Bertoglio O. (1997). Introducción a la Teoría General de los Sistemas. México DF, México. Limusa Noriega Editores.
 - Keeney, B. (1987). Estética del cambio. Barcelona, España. Paidós.
 - Keeney, B. & Ross J. (1987). Construcción de terapias familiares sistémicas. Espíritu en la terapia. Buenos Aires, Argentina. Amorrortu.
 - Madanes, C. (1981). [1989]. Terapia familiar estratégica. Buenos Aires, Argentina. Amorrortu.
 - Minuchin, S. (1974). [1982]. Familias y terapia familiar. Barcelona, España. Editorial Gedisa.
 - Papp, P. (1982). Staging reciprocal metaphors in a couple group. Family process, 21, pp. 453-467.
 - Schnitman, D. et al. (1994). Nuevos Paradigmas, Cultura y Subjetividad. Buenos Aires, Argentina. Paidós.
 - Selvini Palazzoli, M. et al. (1975). [1988]. Paradoja y contraparadoja. Un nuevo modelo en la terapia de la familia de transacción esquizofrénica. Barcelona, España. Editorial Paidós.
 - Selvini Palazzoli, M. et al. (1988). Los juegos psicóticos en la familia. Barcelona, España. Paidós.
 - Sluzki, C. (1985). Terapia Familiar como construcción de realidades alternativas. Sistemas Familiares, 1, pp. 53-59.
 - Watzlawick, P., Beavin J. & Jackson, D. (1967). [1997]. Teoría de la comunicación humana. Barcelona, España. Herder.
 - Watzlawick, P., Weakland, J. & Fisch, R. (1974). [1990]. Cambio. Barcelona, España.
 - Whitaker, C. (1982). [1991]. De la psique al sistema. Buenos Aires, Argentina. Amorrortu.

- White, M. & Epston, D. (1993). Medios narrativos para fines terapéuticos. Buenos Aires, Argentina. Paidós.
- Winer, N. (1948). [1998]. Cibernética ó El control y comunicación en animales y máquinas. Barcelona, España. Tusquets.