
TERAPIA FAMILIAR: RETOS Y REFLEXIONES

Roxana Zevallos
Nelly Chong

Resumen

Este artículo surge como producto de una serie de aprendizajes, obtenidos a lo largo de más de 10 años de trabajo ininterrumpidos con familias, parejas e individuos.

Una de las reflexiones más interesantes, para nosotros, tiene relación con el quehacer terapéutico, los retos y las posibilidades que se nos proponen en un contexto como en el que vivimos. Y, en el marco del enfoque que guía nuestra práctica y nuestro quehacer académico. Es este el tema que abordaremos en este artículo.

Abstract:

This article is based on 10 years of experience in training and working with families and couples in Lima.

Trainees usually come up with interesting inquiries that had helped us co-constructed our training program as well as re-framed our therapeutic practice. The challenges and possibilities proposed by a challenging and sometimes compelling context has helped us in developing some reflexions we want to share through this article.

CLAVES: Sistema terapéutico, Co-construcción, Irreverencia.

KEYS: Therapeutic system, Co-construction, Irreverence.

Reseña de las Autoras:

ROXANA ZEVALLOS. Psicóloga Clínica. Terapeuta Familiar. Coordinadora General IFASIL. Miembro de la Directiva de IFTA. Docente UNIFE y PUCP.

NELLY CHONG. Psicóloga Clínica. Terapeuta Familiar. Directora de IFASIL. Docente Unifé y U. de Lima.

Hace poco compartíamos con un grupo de alumnas la introducción del libro “Violencia Masculina”, Cloé Madanes (1997), nos impresiona iniciando su libro con este párrafo: “La psicoterapia es el arte de encontrar al ángel de la esperanza en medio del terror, la desesperación y la locura..... Dios creó a los terapeutas para que fuesen, como Esperanza, destinados a perseguir los horrores del mundo humano”.

Muchas veces, los terapeutas tenemos que compartir con nuestros consultantes una serie de situaciones dolorosas, difíciles y en algunos casos, horribles.

Nuestra misión consiste en llevar alivio, o esperanza. A veces a un niño cuyos padres están decidiendo el divorcio, otras veces a una pareja que sufre porque no encuentran la forma de vivir bien juntos, y se dañan permanentemente aunque dicen amarse, y no pocas veces a una mujer que recibe golpes de su marido y que espera que el cambie para poder ser feliz.

Igualmente recibimos alumnos curiosos y diligentes que desean transformarse en terapeutas que al trabajar con la familia, puedan ayudar a las personas que sufren a cambiar y a vivir mejor.

DE LA EPISTEMOLOGÍA:

La terapia familiar sistémica es considerada una revolución epistemológica en las ciencias del comportamiento. La contribución más novedosa, refiere Cecile Herscovici (1999), fue la noción de que las ideas y emociones de una persona son el producto de su situación social y no lo contrario. Esto implicó en su momento, el pensar que los problemas no estaban encerrados en el interior de una persona, sino que estaban directamente relacionados con el contexto en el que esta estaba inmersa.

Esto nos llevó a plantearnos el desafío de la complejidad. Pues hay complejidad, dice Morin (1994), dondequiera que se produzca un enmarañamiento de acciones, de interacciones, de retroacciones.

Cuando hablamos de sistema, estamos implicando algún tipo de organización y reemplazamos la idea de objeto que es cerrada, monótona y uniforme. Entonces estamos ante una idea que tira por tierra los intentos reduccionistas de explicarlo todo analizándolo aisladamente, sin tomar en cuenta que la totalidad tiene una serie de cualidades emergentes en tanto todo organizado y que no existen en las partes por separado.

Desde el punto de vista de la terapia familiar esto significa que la familia se torna el contexto privilegiado en el que surgen y también deben resolverse los problemas humanos. Es decir, estos problemas surgen siempre en la interacción ya sea con la familia o en los diferentes contextos sociales en los que participamos.

La terapia entonces se centra en cambiar la estructura familiar, lo que sin lugar a dudas, generará un cambio en la vida de cada uno de los miembros de la familia.

Un aspecto que nos resulta muy valioso, es que este enfoque busca permanentemente sacar a la luz “los tesoros escondidos” de las familias. Y su premisa básica es que todos venimos dotados de una serie de fortalezas así como de capacidades para resolver nuestros conflictos. En ocasiones se nos hace difícil hacerlo solos y entonces necesitamos recurrir a la ayuda de un terapeuta.

DE LA PERSONA DEL TERAPEUTA:

El instrumento en todos estos casos es la persona del terapeuta. Primero, damos principal importancia al entrenamiento y especialización del terapeuta para poder intervenir en la vida de las familias sin dañarlas. Como dice Charles Fishman (1989), lo primero, es no hacer daño. Es importante reconocer que los terapeutas al introducirnos como parte del sistema terapéutico influimos y somos influidos por aquello que observamos. Por lo tanto reconocer y aprender a manejar estas presiones que vienen de nuestros propios contextos, nos ubica en mejores condiciones para comprender a las personas con las que trabajamos, escucharlas, evitando prejuizar o actuar sobre la base de nuestra propia manera de ver el mundo.

La visión del científico como un descriptor de realidades independientes de él, quedó atrás. Maturana, Varela, Von Foerster, entre otros, nos han mostrado un nuevo camino explicativo que podemos seguir en las ciencias de la conducta y que de hecho ya se viene siguiendo.

Este nuevo camino implica cambios y una discontinuidad conceptual con aquella otra concepción donde los fenómenos son considerados independientes de quien los observa, que opera en busca de la “verdad” y trata de llegar a describir una “realidad objetiva e independiente del sujeto que conoce”.

Como todos los seres humanos, los terapeutas tenemos una epistemología, una manera de ver y describir el mundo, declarar no tenerla, diría Bateson (1972) implica tener una mala epistemología.

Durante el primer encuentro con nuestros consultantes, damos prioridad a lo que Minuchin (1984) denomina coparticipación y que se refiere a que “el terapeuta está en un mismo bote con la familia, pero debe ser el timonel”. Es decir, que las personas que nos buscan están en una situación de crisis y necesitan que el terapeuta conduzca la terapia para que puedan hallar la solución y el cambio. Para que esto sea posible, durante los primeros momentos el terapeuta debe tratar de comprender y hacer sentir comprendida a la familia y hacerles saber que está trabajando con ellos en la búsqueda de la solución a los problemas que los aquejan.

Obviamente siempre está presente la cosmovisión del terapeuta y su capacidad de comprender la problemática familiar. Esto es posible en la medida en que el terapeuta ha realizado un entrenamiento en este campo específico, pues es en esa especialización rigurosa que uno aprende a reconocer su epistemología, así como a conocer el complejo mundo de las interacciones familiares. El trabajo supervisado durante algunos años, lo preparan para poder desempeñarse como un agente de cambio, sin dañar a sus consultantes.

Algunos autores como Salvador Minuchin (1985) consideran importante que el terapeuta ya haya experimentado por la etapa vital que atraviesan sus consultantes. Sin duda, la experiencia personal puede ser útil en nuestro trabajo aunque sin un adecuado entrenamiento, el terapeuta corre el riesgo de mal usar su experiencia, tratando de imponerla por considerarla exitosa.

El éxito de la terapia, así como la comprendemos desde esta epistemología sistémica, radica en que el así llamado sistema terapéutico -familia y terapeuta - co-construyan alternativas al problema por el que acuden a terapia. Es decir, que el terapeuta no diseña ni impone la solución sino que en la interacción con la familia ésta se co-construye.

Cecchin (1994), suele decir que los terapeutas debemos tener cuidado en no quedar completamente seducidos por algún modelo, sino que más bien, hay que ser “irreverentes”, es decir, curiosos, para poder permanentemente cuestionar todos los patrones e historias con que la gente viene y que muchas veces los constriñen y les impiden encontrar la solución a sus problemas. Así mismo, enfatiza Cecchin, “uno tiene que conocer muy bien algo antes de poder ser irreverente hacia eso”.

La gente que nos consulta suele llegar con una visión del problema sin solución y con anteojeras frente al mismo. La tarea del terapeuta consiste en ayudarlos

a dar un salto creativo, es decir, que puedan mirar más allá de lo que lo están haciendo. Las preguntas del terapeuta deben estar diseñadas para ampliar esa visión y generar nuevas historias que incluyan la solución al problema por el que nos buscan.

Para lograrlo es necesario que el terapeuta conozca muy bien el trabajo con familias y conozca sus propias fortalezas y debilidades en este terreno. Entonces podremos ser terapeutas curiosos e irreverentes. Pero sobre todo, no haremos daño a nuestros consultantes.

DE NUESTROS CONSULTANTES

Por las características de nuestra Institución (IFASIL), recibimos consultantes que pertenecen tanto a los sectores más pobres de nuestra sociedad, como a los sectores privilegiados de la misma..

Los motivos de consulta con los que trabajamos son muy diversos, entre ellos se encuentran las dificultades de pareja, trastornos de la alimentación (Anorexia, Bulimia), violencia familiar, problemas escolares, enuresis y encopresis, etc.

Durante estos años hemos co-construido también una red de trabajo con nuestros derivadores y como parte de nuestro modelo, es usual que propongamos el estrecho contacto con aquellas personas que pueden ayudar o aportar a la solución del problema. Es decir, con el consentimiento de nuestros consultantes y después de evaluar quiénes y cómo podrían ayudar, nos reunimos con personas importantes, del sistema escolar, la defensoría municipal, el médico pediatra, el psiquiatra derivador, el clínico etc. Esta red externa a la familia nos ayuda a sumar recursos y a encontrar una solución más abarcativa y eficaz.

DE LOS FUTUROS TERAPEUTAS

En la actualidad aproximadamente 100 terapeutas familiares se han formado con nosotros. Durante el período de formación se desarrollan interesantes interacciones entre los miembros que conforman cada uno de los grupos. A partir de estas interacciones surge un interés grupal por algún tema en particular, que van desarrollando y perfeccionando en el tiempo .

Es interesante asistir al surgimiento de un terapeuta. Las preguntas y dudas que surgen en el entrenamiento van moldeando la identidad del grupo, y a la vez van destacando las características que constituyen las fortalezas y debilidades de cada

uno de sus integrantes y que más adelante serán parte del estilo de trabajo de cada quién. A su vez, las entrenadoras vamos descubriendo nuestras propias fortalezas y debilidades tanto en el trabajo con nuestros consultantes como en el entrenamiento de los futuros terapeutas familiares.

CONCLUSIONES:

Este modelo de trabajo nos permite un aprendizaje conjunto con nuestros alumnos y nuestros consultantes. Nos propone el usar diversos recursos, y ser creativos, para encontrar respuestas a antiguas preguntas. Así como, diseñar soluciones viables .que tengan en cuenta el contexto en el que surgen los problemas así como las características propias de las familias y parejas que nos consultan.

Confiamos en que desarrollamos un trabajo, tanto a nivel de terapia como de formación de terapeutas, que transmite esperanza y desde allí la posibilidad de encontrar las fortalezas, a veces escondidas, de nuestros alumnos y consultantes.

BIBLIOGRAFÍA:

- Bateson, G. (1972) *Pasos hacia una ecología de la mente*. Argentina. Editorial Planeta.
- Cecchin, G y otros. (1994) *Irreverence. A strategy for therapists' survival*. London. Karnac Books.
- Fishman, Ch. (1989) *Tratamiento de Adolescentes con problemas*. México. Editorial Paidós.
- Genijovich, E. Comunicación Personal.
- Herscovici, Cecile y otros (1999) *El bienestar que buscamos. Tres enfoques terapéuticos*. Buenos Aires. Adriana Hidalgo editora.
- Madanes, Cloé (1997) *Violencia Masculina*. España. Editorial Granica.
- Maturana, H. y Varela, F. : *El árbol del conocimiento*. Chile. Editorial Universitaria.
- Minuchin, S. (1985) *Técnicas de Terapia Familiar*. España. Editorial Paidós.
- Morin E. y otros. (1994) *Nuevos Paradigmas, Cultura y Subjetividad*. Buenos Aires. Editorial Paidós.