



Teoría y técnica de la terapia estructural-sistémica aplicada al grupo

TEORÍA GENERAL DE SISTEMAS

La idea de una teoría general de sistemas fue introducida primero por Ludwig von Bertalanffy (1976), antes de la cibernética, la ingeniería de sistemas y el surgimiento de otros campos afines. Como ocurre con toda noción nueva, el concepto de sistemas tiene una larga historia que incluye muchos nombres ilustres. En la *filosofía natural* se le puede remontar hasta Leibniz; Nicolás de Cusa, con su coincidencia de los opuestos; en la medicina mística de Paracelso; en la visión de la historia de Vico e Ibn-Kaldun, como sucesión de entidades o sistemas culturales; a la dialéctica de Marx y Hegel (Bertalanffy, 1976), por mencionar unos cuantos de la rica panoplia de pensadores.

Sin embargo, la necesidad y factibilidad de un enfoque de sistemas no fue evidente sino hasta hace poco. Fue producto de una necesidad, pues el esquema mecanicista de vías causales aislables y el tratamiento mecanicista resultaban insuficientes para enfrentarse a problemas teóricos (sobre todo en las ciencias biosociales) y a los problemas prácticos planteados por la tecnología moderna. Su factibilidad quedó en claro gracias a distintos adelantos (teóricos, epistemológicos, matemáticos, etc.) que, aún entre balbucesos, lo volvieron realizable de manera progresiva.

No obstante lo anterior, la propuesta de la teoría de sistemas fue recibida con incredulidad por considerarla fantástica o presuntuosa. Para unos era trivial, por resultar los llamados isomorfismos como meros ejemplos del hecho palmario de aplicar las matemáticas a toda suerte de cosas; o bien era falsa y equívoca, en vista de que las analogías superficiales disimulaban las diferencias genuinas y conducían a conclusiones erradas y hasta objetables en el aspecto moral. Para otros era filosófica

e inválida desde el punto de vista metodológico, porque la pretendida irreductibilidad de niveles superiores a inferiores tendía a impedir una indagación analítica cuyo éxito era evidente en varios campos.

Esta teoría comprende un conjunto de enfoques que difieren en estilo y propósito, por lo que hay modelos de sistemas más o menos adelantados y complicados. Algunos conceptos, modelos y principios de esta aproximación (como el orden jerárquico, la diferenciación progresiva, la realimentación, las características de sistemas definidas por las teorías de los conjuntos y las gráficas, entre otros) pueden aplicarse, a grandes rasgos, a sistemas materiales, psicológicos y socioculturales; mientras que otros se restringen a ciertas subclases.

El propósito de esta teoría es la formulación y derivación de aquellos principios válidos para los sistemas en general. Al definirse correctamente el sistema, se hallará que existen modelos, principios y leyes que se aplican a sistemas generalizados sin importar sus particularidades de género, elementos o fuerzas participantes. Una consecuencia de la existencia de propiedades generales de los sistemas es la aparición de similitudes estructurales o isomorfismos en diferentes campos, cuya correspondencia se debe a que las entidades consideradas pueden verse, en ciertos aspectos, como sistemas, o sea, como complejos de elementos en interacción. Esta teoría sería un instrumento útil al ofrecer, por una parte, modelos utilizables y transferibles entre diferentes áreas y, por la otra, al evitar vagas analogías que a menudo han perjudicado el progreso en dichos campos.

Es posible concebir a la presente teoría como una ciencia general de la totalidad, concepto considerado hasta hace poco como vago, nebuloso y semimetafísico. De forma elaborada sería una disciplina lógico-matemática puramente formal en sí misma, pero aplicable a varias ciencias empíricas, cuyas características principales son enumeradas en el cuadro 10-1.

Un sistema puede ser definido como un complejo de elementos interactuantes. Interacción significa que los elementos "p" están en relaciones "R", de suerte que el comportamiento de un elemento "p" en "R" es diferente de su comportamiento en otra relación "R".

Desde esta perspectiva, el organismo es un sistema abierto y no cerrado, pues este último se considera así si en él no entra ni sale la materia; y es abierto cuando hay importación y exportación de materia. Desde el punto de vista biológico, el

organismo es un sistema abierto en estado (cuasi) uniforme que mantiene una constancia en sus relaciones de masa, en un intercambio continuo de su material componente y energías; de manera continua entra a su interior material del ambiente y sale hacia el exterior el material contenido en su parte interna.

La teoría general de sistemas propone un modelo del ser humano como un sistema activo de personalidad. Esto implica una orientación holista en psicología, pues en general los acontecimientos mentales y el comportamiento suelen ser reducidos a un manejo de sensaciones, pulsiones, reacciones innatas y aprendidas, o cualesquiera elementos últimos que fuesen presupuestos de modo teórico. Bajo la lente del examen científico, el concepto de sistema procura colocar al organismo psicofisiológico como un todo. El hincapié en el lado creador de los seres humanos, en la importancia de las diferencias individuales, en aspectos que no son utilitarios y están más allá de los valores biológicos de subsistencia y supervivencia, todo esto está implícito en el modelo del organismo activo: "Aun sin estimulación externa, el organismo no es un sistema pasivo sino intrínsecamente activo" (Bertalanffy, 1937, citado en Bertalanffy 1976).

La teoría de los reflejos ha presupuesto que el elemento primario de la conducta es la respuesta a estímulos externos, cuando en realidad el estímulo (o sea un cambio en las condiciones externas) no causa un proceso en un sistema muerto, sólo modifica procesos en un sistema independientemente activo.

Pero este modelo se aplica no sólo a los aspectos de la conducta sino también a los de la cognición. El hombre no es un receptor pasivo de estímulos que le llegan del mundo externo sino que, en un sentido muy concreto, crea su universo. Al reemplazar el concepto de robot por el de sistema, subrayando la actividad immanente en lugar de la reactividad dirigida hacia afuera, se reconoce la especificidad de la cultura humana en comparación con la conducta animal.

La psicología, sobre todo la estadounidense, estuvo dominada por el concepto de organismo reactivo o el modelo del hombre como robot durante la primera mitad del siglo XX. Esta concepción era compartida por las principales escuelas: la clásica y la neoconductista, las teorías del aprendizaje y la motivación, el psicoanálisis, la cibernética, el concepto del cerebro como computadora y otras. Los postulados de la psicología del robot fueron muy criticados; sin embargo la teoría siguió preponderando por razones evidentes, pues era a la vez expresión y poderosa fuerza motriz de una sociedad de masas industrializada; servía de base a la ingeniería del comportamiento en la publicidad y la propaganda comercial, económica, política, etc.; la economía en expansión de la sociedad opulenta no podía subsistir sin tales manejos. Sólo manipulando cada vez más a los humanos como a ratas, como a robots, compradores autómatas, conformistas y oportunistas ajustados de manera homeostática, siguió esta gran sociedad progresando hacia productos nacionales brutos cada vez mayores. De hecho (Henry, 1963), los principios de la psicología académica eran idénticos a los de la concepción pecuniaria del hombre.

Esta incomodidad, así como la inclinación a una nueva orientación, se expresó desde distintos enfoques, como las varias escuelas neofreudianas, la psicología del yo, las teorías de la personalidad, la psicología europea del desarrollo y del niño (Piaget, 1971) aceptada de manera tardía, la nueva visión en percepción y autorrealización (Maslow, 1970), la terapia centrada en el cliente (Rogers, 1972), las actitudes fenomenológicas y existenciales, los conceptos sociológicos del hombre (Sorokin, 1963) y otros. En la variedad de las corrientes modernas hay un principio común: no considerar al hombre como autómatas reactivo (o robot) sino como un sistema activo

Cuadro 10-1. Características de la teoría general de sistemas

- a. Tendencia general hacia la integración en varias ciencias, tanto naturales como sociales.
- b. Integración que parece girar en torno a una teoría general de sistemas.
- c. Dicha teoría pudiera ser un recurso importante para buscar una teoría exacta en los campos no físicos de la ciencia.
- d. Al elaborar los principios unificadores que corren de manera vertical por el universo de las ciencias, esta teoría nos aproxima a la meta de la unidad de la ciencia.
- e. Esto puede conducir a una integración en la instrucción científica.

de personalidad. Desde esta perspectiva los fenómenos psicológicos sólo se hallan en entidades individualizadas que en el hombre se denominan personalidades; por lo que la psicopatología muestra la disfunción mental como perturbación de un sistema, antes que como pérdida de funciones sueltas.

La teoría general de sistemas afirma que el organismo viviente mantiene un desequilibrio, llamado estado uniforme de un sistema abierto, que tiende a dedicar potenciales o tensiones existentes a la actividad espontánea o en respuesta a estímulos desencadenantes, incluso hacia un orden y organización mayores. Lo anterior se debe a que el comportamiento natural comprende innumerables actividades, más allá del esquema E-R; desde la exploración, el juego y los rituales en los animales (Schilder, 1957) hasta las vías económicas, intelectuales, estéticas, religiosas, entre otras, para la autorrealización en el hombre. Por tal motivo, el total relajamiento de tensiones no es un estado ideal puesto que propende a producir angustia insufrible, alucinaciones y otros síntomas de tipo psicótico.

También considera como síntoma de enfermedad mental a la perturbación de la espontaneidad, ya que el paciente se vuelve cada vez más un autómat, una máquina de E-R, y se ve empujado por pulsiones biológicas, obsesionado por la necesidad de comida, excreción, satisfacción sexual u otros. El modelo del organismo pasivo es una descripción muy adecuada del comportamiento estereotipado de los individuos compulsivos, de los pacientes con lesiones cerebrales, y de la pérdida de actividad autónoma en la catatonia y estados psicopatológicos relacionados, lo cual, además, subraya el hecho de que el comportamiento normal es diferente.

Sostiene que en psicología los límites del yo son tan fundamentales como precarios, ya que éstos se establecen con lentitud en la evolución y el desarrollo y nunca quedan fijos por completo. Se originan en la experiencia propioceptiva y en la imagen corporal, pero la autoidentidad no se establece del todo hasta que se pueden nombrar el yo, el tú y el eso. La psicopatología exhibe la paradoja de que los límites del yo sean a la vez demasiado fluidos y demasiado rígidos.

En contraste con el limitado ambiente del animal, el hombre está abierto al mundo o dispone de un universo, su mundo trasciende con amplitud las ligas biológicas y aun las limitaciones de sus sentidos. Por la necesidad de satisfacción inmediata de motivaciones biológicas, el hombre vive en un mundo no de cosas sino de símbolos (Bertalanffy, 1976). Los varios universos simbólicos, materiales y no materiales, que distinguen las culturas humanas de las sociedades animales, son parte del sistema de conducta del hombre. Podrá dudarse que el hombre sea un animal racional, pero de fijo es de pies a cabeza (desde este enfoque) un ser creador de símbolos y dominado por los símbolos. La distinción entre valores biológicos y en específico humanos está en que los primeros atañen a la conservación del individuo y a la supervivencia de la especie, y los últimos siempre aluden a un universo simbólico.

En consecuencia, los trastornos mentales en el hombre comprenden, por regla general, perturbaciones de las funciones simbólicas. La conclusión que de esto se desprende es que la enfermedad mental es un fenómeno típico humano. Los animales, por experiencia empática pueden exhibir en la conducta, según se alcanza a comprender, todos los trastornos perceptivos, motores, alucinaciones, sueños o actos fallidos que se quiera, pero carecen de las perturbaciones de las funciones simbólicas que son ingredientes esenciales de la enfermedad mental. En los animales no puede haber perturbación de ideas, delirios de grandeza o de persecución, por la sencilla razón de que no hay ideas de las cuales partir. La neurosis animal es apenas un modelo parcial

de la entidad clínica. Esta teoría sostiene que lo anterior es la razón última de que tanto el comportamiento como la psicología humanos no sean reductibles a nociones biológicas, como la restauración de la homeostasis, el conflicto entre pulsiones biológicas, relaciones madre-hijo insatisfactorias y demás, pero sí, todo esto es parte del sistema de una persona.

Otra consecuencia es la dependencia de la enfermedad con respecto a la cultura, tanto en sintomatología como en epidemiología. Es decir, la respuesta a la falta o no de salud mental de un individuo depende, en última instancia, de que disfrute de un universo integrado congruente con su marco cultural. Este criterio comprende todos los fenómenos de la psicopatología en comparación con la normalidad y deja lugar a la dependencia de las normas mentales de la cultura. Lo que es normal en una cultura quizá sea patológico en otra, según han mostrado los antropólogos culturales.

La enfermedad mental es concebida, a fin de cuentas, como una perturbación de las funciones de sistema del organismo psicofísico. Por esta razón, síntomas o síndromes aislados no definen la entidad patológica.

Pero ahora se retomarán los aspectos más específicos de la teoría general de sistemas, que ha tenido sus principales aplicaciones a nivel grupal como terapia estructural-sistémica. Esta aproximación ha permitido la comprensión de muchos aspectos del funcionamiento del sistema humano y de los grupos humanos, ya que de acuerdo con lo antes expuesto, el ser humano, el grupo familiar y el grupo psicoterapéutico serían ejemplos de sistemas. Estos tienen en común el estar constituidos por elementos que se interrelacionan, produciendo reacciones y contrarreacciones entre sí mismos; son sistemas que se autocontrolan por medio de leyes.

La mayor contribución de la presente teoría reside en la terapia familiar, la cual está regida por sus leyes y principios; a diferencia de la psicoterapia de grupo que está basada en teorías y técnicas, cuya metodología es la interpretación de procesos inconscientes (Grinberg, Langer y Rodrigué, 1957). Para entender con mayor claridad la distinción entre ambos conceptos, se da una definición más amplia de los grupos que contienen:

Grupo Familiar. Es un grupo primario natural; se le considera fundamental para proveer la gratificación de las necesidades básicas del hombre y sobre todo de los hijos, quienes por su dependencia deben encontrar plena satisfacción a sus carencias, como requisito para lograr un óptimo resultado en su proceso de crecimiento y desarrollo (Sánchez, 1984).

Grupo Psicoterapéutico. A diferencia del anterior, este es un grupo primario artificial. Puede ser definido como un conjunto de personas que se reúnen en un lugar determinado, por ejemplo el consultorio médico, a una hora establecida de común acuerdo, y que comparten una serie de normas tendientes a la consecución de un objetivo común: la curación. Todas estas personas y cada una de ellas en particular, desempeñan, de manera inconsciente, determinadas funciones en estrecha relación de interdependencia. Estas funciones están sujetas a cambios continuos, en tanto que el terapeuta o psicólogo desempeña el papel de líder formal en el grupo.

Con base en lo anterior, se expondrán ahora las aplicaciones de la terapia estructural-sistémica al grupo, de manera específica a la familia, partiendo del enfoque de la

escuela estructural dentro de la terapia familiar representada por Minuchin y colaboradores (1967, citado en Minuchin, 1974). Esta línea teórica, que conceptúa a la familia como un sistema, fundamenta su trabajo en la estructura familiar, que es en esencia el conjunto de funciones que organizan la manera en la que interactúan los miembros de la familia y su objetivo es la transformación de la estructura misma.

La escuela estructural sigue los postulados de la teoría general de sistemas de Bertalanffy (1976), en la que se deduce que la familia no debe de ser entendida sólo en función de las personalidades de sus integrantes, sino que también y en gran medida hay que tomar en cuenta las relaciones interpersonales que entre ellos se establecen; es decir, la familia constituye un sistema abierto donde las acciones de cada uno de sus miembros producen reacciones y contrarreacciones en los otros y en él mismo. El sistema familiar desempeña sus funciones a través de subsistemas que pueden formarse por generación, sexo, interés o función; aparecen entonces, subsistemas organizados como el conyugal, el formado por padres e hijos y el de los hermanos.

La escuela estructural está enfocada a la organización de la familia y busca un cambio a este nivel. En la terapia familiar sistémica se usa el concepto del paciente identificado, o miembro familiar identificado: este miembro de la familia es el que más ha resentido, asimilado y se ha impregnado de la disfuncionalidad y la patología de la familia. También puede ser designado como chivo expiatorio, ya que en él se depositó toda la problemática predominante de uno o varios miembros, o de toda la familia.

ASPECTOS TEÓRICOS DE LA TERAPIA ESTRUCTURAL-SISTÉMICA APLICADA AL GRUPO

Existen cinco parámetros dentro de la estructura que nos permiten percatarnos de lo funcional o disfuncional de un grupo familiar. Tales parámetros son los siguientes: jerarquía o autoridad, límites, alianzas, territorio y geografía o mapa.

■ AUTORIDAD

Todo sistema está jerarquizado. En la familia, la autoridad se distribuye en varios niveles y se manifiesta de diversas formas en cada contexto. Cada individuo pertenece a diferentes subsistemas.

El funcionamiento eficaz requiere que los padres y los hijos acepten el hecho de que el uso diferenciado de autoridad constituye un ingrediente necesario; por ejemplo, el niño al interactuar con su padre prescinde del poder que ejerce al interactuar con su hermano menor.

Es muy importante que la autoridad quede bien definida en cada contexto familiar. Lo funcional consiste en que ésta sea compartida por los padres en forma flexible, pues si alguno de ellos la monopoliza en forma predominante es posible que el otro miembro de la pareja se sienta relegado. También es importante que ambos padres respeten entre sí las órdenes dadas a los hijos, ya que en caso contrario estarían descalificando su autoridad ante éstos.

En ciertas familias, alguno de los hijos es quien tiene todo el poder; otras veces lo tienen los abuelos o los tíos, aun por encima de los padres, lo cual es posible que genere conflictos.

■ LÍMITES

Los límites de un subsistema están constituidos por las reglas que definen quiénes participan y de qué manera. Una familia bien organizada tiene sus límites definidos con claridad. Por ejemplo, los límites generacionales son aquellas líneas imaginarias que dividen los roles de padres e hijos y definen los derechos y obligaciones de los mismos; cuando los hijos interfieren demasiado en asuntos particulares de los padres se dice que no se están respetando los límites.

Es importante señalar que los límites de los subsistemas deben ser precisos para que se desarrollen las funciones sin interferencias, y lo bastante flexibles como para permitir el contacto entre los miembros de los subsistemas. Un sistema familiar que incluya a los abuelos puede funcionar de modo perfecto mientras que las líneas de responsabilidad y autoridad estén definidas con exactitud.

La claridad de los límites en el interior de una familia constituye un parámetro útil para la evaluación de su funcionamiento. En las familias amalgamadas (unidas en exceso), el individuo tiene una sensación exagerada de pertenencia a la familia que implica una mínima autonomía personal. En las familias desligadas (demasiado independientes), la autonomía personal es muy respetada aunque se pierde el sentido de pertenencia al grupo familiar. Las familias funcionales han encontrado un justo medio entre el extremo amalgamado y el desligado.

■ ALIANZAS

Se llama así a la liga abierta o encubierta entre dos o más personas de la familia. Las alianzas más funcionales son las que incluyen a miembros de la misma generación y del mismo sexo. Cuando estas ligas se establecen entre miembros de diferentes generaciones con el objeto de perjudicar a un tercero, se dice que se trata de una coalición; por ejemplo, cuando un hijo y su madre se asocian contra el padre.

■ TERRITORIO

Se refiere al espacio que cada cual ocupa en determinado contexto. Un caso de poca territorialidad es cuando el padre sólo se limita a traer dinero al hogar. Otro caso es cuando en una familia se da preferencia a los hijos varones por el simple hecho de serlo, mientras que las hijas, por ser mujeres, quedan un tanto marginadas y con menor territorio.

■ GEOGRAFÍA

Se refiere a la representación gráfica de la organización familiar, que proporciona al terapeuta datos para entender la dinámica familiar.

ASPECTOS TÉCNICOS DE LA TERAPIA ESTRUCTURAL-SISTÉMICA APLICADOS AL GRUPO

Dentro de los aspectos técnicos del enfoque estructural-sistémico cabe destacar que la actitud del terapeuta en las primeras sesiones con la familia o el grupo se encuentra bajo la siguiente premisa: *La familia se transforma sólo si el terapeuta puede ser capaz de unirse al sistema; es importante que se use a sí mismo para transformar, para modificar su funcionamiento y su organización. Él debe adaptarse a la familia e intervenir de forma que ésta lo acepte. Sus metas, objetivos, tácticas y estrategias, todas dependen del proceso de aliarse, de unirse.*

Las técnicas que utiliza Minuchin (1974) en la terapia familiar se pueden clasificar en dos grandes áreas: técnicas de unión y acomodamiento y técnicas de reestructuración.

■ TÉCNICAS DE UNIÓN Y ACOMODAMIENTO

Estas técnicas constituyen la base de la terapia del enfoque estructural y se utilizan al inicio de la formación del sistema terapéutico. Los conceptos de unión y acomodamiento describen el mismo proceso al momento de llevarse a la práctica, pues por lo general van de la mano. En el primero, el terapeuta se utiliza a sí mismo para unirse al sistema familiar; en el segundo, el énfasis se hace en la adaptación del terapeuta a dicho sistema con el objeto de lograr alianzas. Para lograr aliarse al sistema, el terapeuta debe aceptar la organización, cultura y estilo de la familia y fundirse con ellos.

Para el terapeuta, el objetivo de unirse a la familia que estudia consiste en poder comprender la forma en que está estructurada. Para lograrlo, se acomoda a su distribución, experimenta las presiones que de ahí surgen y adopta sus formas de organización, pero al mismo tiempo es capaz de desligarse de la familia para poder analizarla y conservar su papel de liderazgo. Entre las técnicas de acomodamiento se encuentran las siguientes:

Mantenimiento

En esta técnica el terapeuta mantiene y respeta las pautas transaccionales ya existentes, y acepta las formas de relación de la familia. Por ejemplo, en una familia donde la madre es la máxima autoridad, el terapeuta inicia la sesión hablando con ella acerca de sus hijos, reconociendo así su jerarquía y liderazgo.

Rastreo

Consiste en hacer preguntas para clarificar cuestiones, realizar comentarios aprobadores o estimular para la aclaración de un punto. Por ejemplo, el terapeuta puede rastrear la comunicación del padre con el hijo mayor: "¿Le dijo Pablo que había reprobado matemáticas?, ¿Cómo se enteró?"

Mimetismo

Radica en que el terapeuta se asemeje o imite a los miembros de la familia, para acomodarse a ella. Por ejemplo, el terapeuta puede utilizar los siguientes comentarios

con un adolescente de la familia: "Mi padre también era muy autoritario", "Sé lo que implica ser el hijo mayor", etc. Esto favorece la similitud pues tanto el terapeuta como los miembros de la familia son antes que nada seres humanos.

■ TÉCNICAS DE REESTRUCTURACIÓN

Las operaciones de reestructuración se distinguen de las de unión por el desafío que plantean. Éstas son interdependientes ya que la terapia no puede lograrse sin la unión, pero ésta no tendrá éxito sin la reestructuración.

Para modificar al sistema familiar, la intervención del terapeuta tiene que dirigirse hacia el desbalanceo del mismo. Con frecuencia, los terapeutas inducen crisis al crear confusión por medio de intervenciones dirigidas a provocar situaciones de inestabilidad, las cuales requieren que la organización familiar se modifique y reestructure. Existen por lo menos siete categorías de procedimientos de reestructuración (es pertinente recordar que el objetivo es la modificación de estructuras), y que a continuación se describen:

Analizar patrones de relaciones familiares

El terapeuta de grupo familiar favorece las relaciones familiares en su curso normal. Ayuda a que la familia actúe los modos de relación por medio de los cuales resuelve sus conflictos, para obtener información de cómo se relacionan; al mismo tiempo trata de que el propio grupo familiar tenga conocimiento de cómo se vinculan entre sí, subrayando la relación de los propios subsistemas y de los sistemas entre sí. Su propósito es lograr la integración familiar. Por ejemplo, el terapeuta puede pedir de manera directa a una joven adolescente que hable con su padre acerca de la falta de comunicación entre ellos. Esto puede proporcionarle indicios acerca de las alianzas, coaliciones, centralidad y otros. Si la madre interfiriera, el terapeuta podría realizar suposiciones acerca del papel de la madre y de las pautas de comunicación existentes en la familia.

Establecer límites

El objetivo primordial es obtener el grado correcto en el establecimiento de límites. Por ejemplo, en el caso de una familia donde la madre comparte con su hija mayor la problemática que tiene con el esposo, se observa que surge una coalición entre la hija y la madre contra éste. Si el terapeuta deseara bloquear esta secuencia, empezaría a establecer límites, al dirigir sus acciones de manera tal que la problemática la enfrenten los esposos sin intervención de la hija.

Escalonar tensiones o intensificar el estrés

Su objetivo consiste en producir estrés en diferentes partes del sistema familiar. Esto le proporciona al terapeuta, y en algunos casos a los propios miembros de la familia, un indicio sobre su capacidad para reestructurarse cuando las circunstancias cambian. Por ejemplo, una forma de incrementar el estrés consiste en que el terapeuta acentúe las diferencias de la familia. Puede dirigirse a la esposa: "Parece que usted no está de acuerdo con el tiempo que su esposo dedica a la convivencia familiar, ¿pueden discutirlo?"

Designar tareas

El terapeuta puede utilizar esta técnica para hacer conscientes las formas de funcionamiento y de relación. De esta manera, los miembros de la familia pueden observarse a sí mismos y a sus propias acciones. Por ejemplo, en el caso de una madre que sobreprotege a sus hijos adolescentes, dedicando todo su tiempo en cuidados y atenciones para con ellos, y que como consecuencia esto le sirve para evitar el contacto con su esposo, el terapeuta puede asignar a los hijos tareas específicas en el hogar para buscar disminuir el vínculo protector madre-hijos y aumentar la proximidad entre los cónyuges.

Utilizar síntomas

El terapeuta familiar considera al síntoma del paciente identificado (la farmacodependencia de un adolescente, problemas severos de conducta en uno de los niños y muchos otros) como manifestación de un conflicto en toda la familia. Puede usar varias técnicas: exagerar el síntoma, incrementar su intensidad, movilizar la atención central a nuevos síntomas o problemas en diferentes miembros de la familia. Un ejemplo de esta última estrategia consiste en enfrentar el conflicto identificado (la depresión de la esposa) al desplazar el terapeuta su atención hacia el problema de otro miembro de la familia (la timidez del hijo adolescente). Con esto se logra que la familia se dé cuenta de que el problema no es sólo la depresión de la mamá, sino que en toda la familia hay conflictos.

Manipulación del humor

Muchas familias presentan un afecto predominante; el objetivo en esta técnica es que el terapeuta manipule los estados de ánimo preponderantes en la familia, como una forma de reestructuración. El terapeuta necesitará muchas veces crear intensidad, para hacer que la familia responda de manera adecuada a una situación que debe vivir como crítica. Por ejemplo, el terapeuta hará una imitación exagerada del afecto predominante en el estilo familiar; así, en una familia donde predomina la agresividad en el subsistema de los hermanos como forma de relación, el terapeuta actúa de manera más agresiva con ellos y los obligará, como consecuencia, a moderar su estilo de contacto.

Apoyar, educar, guiar

Por lo general son operaciones para lograr aliarse al sistema familiar; sin embargo, también poseen funciones de reestructuración. Por ejemplo, el terapeuta puede funcionar como modelo en la forma de comunicación de los padres con los hijos, para luego abandonar esa posición y hacer que los padres asuman esa función.

El enfoque estructural ha hecho aportaciones importantes en el trabajo con familias y grupos donde alguno de los hijos sufre una enfermedad psicósomática (enfermedad originada por desajustes emocionales), como anorexia, asma, etc. En este tipo de familias se han encontrado patrones de relación con las siguientes características: amalgamiento, evasión del conflicto, sobreprotección, rigidez.

Las concepciones teóricas en las que se basa la terapia del grupo familiar pueden ser utilizadas en cualquier tipo de grupo terapéutico. Los grupos están compuestos por sujetos que son en sí mismos un sistema, por un conjunto de individuos que al formarse como grupo también forman un sistema y a su vez diferentes subsistemas; por tanto, es posible aplicar los conceptos teóricos y las técnicas de este enfoque a ellos. ■