

Introducción

Alicia Moreno Fernández

Acerca de este proyecto

La idea de editar este manual surge a partir de mi experiencia en la formación de terapeutas y del deseo de crear un libro de referencia útil y práctico para quienes se especializan en terapia sistémica y para los profesionales que ya conocen o aplican este enfoque. Dar clase es para mí una oportunidad de compartir experiencias y conocimientos, y un impulso para seguir aprendiendo. Esos valores, aprender, enseñar y compartir, son los mismos que han guiado este libro, desarrollado con el propósito de ofrecer un mapa amplio de la teoría y la práctica del enfoque sistémico. Ese es mi sueño: que algunas personas aprendan, disfruten, encuentren apoyo o inspiración en este libro, de la misma forma que tantos otros autores y libros han sido acompañantes y guías en mi trabajo a lo largo de los años. Quiero facilitar a través de este libro la conexión entre los autores, los lectores, y las ideas y prácticas que se exponen en él. Cada persona que lea los diferentes capítulos les dará un sentido y aplicación particular, se conectará con los otros muchos terapeutas cuyo trabajo se describe aquí, y contribuirá en cierto modo a crear una comunidad con otros profesionales que comparten esta orientación. Al llegar ahora el momento de la publicación, la historia del libro ya no la construi-

remos quienes hemos participado en él, sino los posibles lectores, y me pregunto cuántos y quiénes serán, cuándo y dónde lo leerán, cómo llegará a sus manos, qué les aportará...

En este manual he querido reunir las ideas y estrategias de intervención más importantes del enfoque sistémico, que desde su aparición hace varias décadas supuso un cambio radical de la visión del proceso terapéutico y los mecanismos del cambio. Lo que siempre me ha atraído de este enfoque es que no trata de “reparar” las disfunciones o patologías en el individuo, sino de entender cómo determinados problemas, que pueden manifestarse como síntomas en una persona o como dificultades en las relaciones, se generan o mantienen dentro de determinados contextos relacionales y visiones del mundo compartidos por la familia y por el entorno cultural y social. La metáfora del “sistema” señala así que la mirada del terapeuta está puesta en algo que va más allá del individuo: en su sistema relacional significativo (fundamentalmente, la pareja o familia), incluyendo también a los profesionales y diferentes contextos institucionales que intervienen en torno al problema, y a los discursos sociales prevalentes.

La intervención con parejas y familias ha sido y sigue siendo una de las señas de identidad de este enfoque, denominado con frecuencia “terapia familiar sistémica”. Los primeros modelos de terapia sistémica marcaron claramente la importancia de este encuadre terapéutico y de la figura del terapeuta como líder del cambio, interviniendo sobre las interacciones disfuncionales. Progresivamente, el concepto de familia o sistema se ha ido ampliando para llegar a incluir a todas las personas importantes que constituyen un recurso o apoyo al cambio, ya sean familia nuclear o extensa, amigos, miembros de la red social o de una organización, y comunidades presenciales o virtuales que sirven como testigos o apoyo en torno a determinados problemas. Asimismo se han desarrollado estrategias y prácticas que aplican esa visión contextual no sólo a parejas y familias, sino también a individuos, grupos y organizaciones, y el rol del terapeuta se ha ido transformando, alejándose progresivamente del rol de experto. En mi propia evolución profesional, me siento más identificada con estos desarrollos más recientes del enfoque sistémico que incluyen pero no

se limitan a la intervención con parejas o familias (de ahí que haya escogido para el manual el título más global de “terapia sistémica”), que se centran en el desarrollo de las potencialidades más que en el abordaje de las disfunciones y que promueven el cambio y la transformación a través de una relación más igualitaria.

Son tantas las aportaciones interesantes y útiles del enfoque sistémico que he querido agrupar, que este manual ha acabado siendo bastante más voluminoso de lo previsto. Y no sólo eso: el proyecto continúa con otro libro, complementario a éste, que recogerá las aplicaciones del enfoque sistémico en diferentes problemáticas y contextos. Celebro con satisfacción el final de esta primera etapa... y avanzo con ilusión con el segundo libro, ya en marcha.

Agradecimientos

Este manual es fruto de un trabajo de colaboración que ha reunido a profesores del Máster en Terapia Familiar y de Pareja y de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad Pontificia Comillas (Blanca Armijo, Isabel Espinar, Isabel Fernández, Vanessa Gómez, Ana Lebrero, Marisa López, Pilar Martínez, Cristina Polo, Teresa Suárez), y directores y docentes de otros programas de formación nacionales (Norberto Barbagelata y Alfonsa Rodríguez, Mark Beyebach, Alberto Espina, Alberto Fernández Liria y Beatriz Rodríguez Vega) e internacionales (Ruth Casabianca en Santa Fe, Argentina, y Leonard Greenberg y Lyn Styczynski en Boston, EE.UU.). Cada uno escribe acerca de un área de su especialidad, y eso aporta riqueza y diversidad a este manual. Ha sido un reto para todos encontrar el tiempo para escribir cada capítulo, haciendo hueco en agendas muy ocupadas con la docencia en distintos programas, la gestión de proyectos, y el trabajo clínico. Ninguno de nosotros llegamos a prever cuánto trabajo iba a ser necesario para sacar adelante este manual, cuántas veces hubo que escribir, corregir y revisar cada texto hasta que todo acabase formando un conjunto coherente y estructurado. Quiero dar las gracias a todos por su implicación, sus aportaciones y su compromiso.

Agradezco a Ángela Raffo, Altea de Eusebio, Ruth Casabianca y Vanesa López su valiosa colaboración en la revisión del formato o el contenido de varios capítulos, y a Margarita Acosta su excelente traducción del capítulo sobre terapia estratégica. Y agradezco muy especialmente la generosidad de Carlos Sluzki al apoyar este proyecto con su prólogo. Él es uno de los principales protagonistas y maestros de la terapia familiar sistémica. Varias generaciones de terapeutas en todo el mundo, incluidos muchos de los autores de este manual, hemos aprendido con él, admirando su rigor intelectual, su destreza como terapeuta y su compromiso social.

Gracias también a quienes a lo largo del tiempo han sido mis alumnos o han realizado su proceso de terapia conmigo; en este libro he intentado reflejar lo que he aprendido junto a ellos. En un plano más personal, mis amigos más cercanos me han acompañado con su cariño y comprensión, especialmente Carlos, Nydza y Mercedes, mis “hermanos” y compañeros de vida desde hace tanto tiempo y Marian, siempre solidaria y cercana. Agradezco también a mis padres, Olegario y Charo, su disponibilidad y apoyo en éste y otros trayectos importantes de mi vida, y su gran corazón, generosidad y respeto. Mi hermana, Bety, es sobre todo amiga, compañera y cómplice. Siempre hemos compartido la pasión por aprender y por los libros... y ahora también, junto con Javier, mi cuñado, la pasión por mis preciosos sobrinos, Jaime y Alicia. Gracias a todos ellos por su presencia amorosa y su apoyo incondicional.

Esquema del libro

El **prólogo** de Carlos Sluzki sitúa al lector en el contexto histórico de la terapia familiar sistémica, dando cuenta de los grandes hitos en la evolución del conjunto de teorías y modelos de intervención que se agrupan bajo el rótulo de “sistémicos”. El resto del libro se divide en tres bloques temáticos.

En la **primera sección** se presentan los conceptos y herramientas básicos del enfoque sistémico, a tener en cuenta en cualquier intervención basada en este enfoque. El *capítulo 1* describe los fundamen-

tos teóricos del paradigma sistémico, indispensables para sustituir el pensamiento lineal tradicional por una visión de los problemas y las personas basada en la causalidad circular, la atención al contexto y las relaciones. A pesar de la complejidad y extensión del tema (que daría en sí mismo para un libro), el capítulo ofrece una síntesis de los conceptos básicos de la teoría general de sistemas, la primera y segunda cibernética, los axiomas de la comunicación, el constructivismo y construccionismo social, mostrando sus implicaciones para la práctica. El *capítulo 2* presenta el concepto de ciclo vital familiar, describiendo las tareas típicas que se llevan a cabo en cada fase evolutiva y teniendo en cuenta la variabilidad de configuraciones familiares y los factores socioculturales que impactan en ellas. Cualquiera que sea el encuadre de la terapia, individual, de pareja o familia, la perspectiva de las fases del ciclo vital familiar y los modelos de desarrollo y de crisis que se presentan en este capítulo sirven para guiar el trabajo terapéutico, encuadrando los problemas a abordar en terapia en esta visión panorámica y longitudinal de los sistemas familiares. La perspectiva de género planteada en el *capítulo 3* es indispensable en el trabajo terapéutico, y ofrece claves para revisar los posibles sesgos de género en nuestras formulaciones e intervenciones. Es poco frecuente abordar este tema en textos sobre terapia sistémica (o cualquier otro tipo de terapia), a excepción de los casos más extremos de violencia de género. Sin embargo, era fundamental incluirlo en este manual. Una óptica verdaderamente sistémica implica hacer visibles en terapia los condicionamientos sociales y culturales sobre la masculinidad y feminidad que impactan en las personas que consultan, en los modelos e intervenciones terapéuticas, y en nosotros mismos como terapeutas hombres o (mayoritariamente) mujeres.

Los siguientes tres capítulos, 4, 5 y 6, de la primera sección, ofrecen herramientas de intervención que pueden aplicarse en cualquier modelo de terapia sistémica. El *capítulo 4* presenta los principales métodos e instrumentos de evaluación familiar que podemos utilizar para medir las dimensiones de las relaciones de pareja o familia sobre las que intervenimos, ya sea con una finalidad clínica o de

investigación. Teniendo en cuenta que este manual está dirigido fundamentalmente a quienes se orientan a la práctica psicoterapéutica, este capítulo es una invitación a incluir en nuestro trabajo aquellos instrumentos que nos permitan ser más precisos en la evaluación y el diseño de intervenciones, y medir su efectividad. El *capítulo 5* ofrece un esquema exhaustivo y muy práctico sobre las fases iniciales de la intervención sistémica, que sirve de guía para realizar una evaluación y establecer cómo y con quién intervenir. Este esquema aborda el primer contacto con las personas que consultan o las que derivan el caso, la recogida de información para establecer hipótesis iniciales, y los criterios para delimitar los diferentes encuadres de intervención: individual, pareja, familia nuclear, extensa, o la inclusión de otros profesionales. El *capítulo 6* presenta las destrezas terapéuticas sistémicas que son comunes a los distintos modelos de intervención. El capítulo pretende servir como mapa de referencia en la adquisición de habilidades terapéuticas, más allá de las particularidades de los distintos modelos que se desarrollan en los siguientes capítulos. Se describen aquí las destrezas para el establecimiento del contexto terapéutico, destrezas para la conducción de la sesión y destrezas de intervención emocionales, cognitivas y conductuales.

La **segunda sección** del libro presenta los principales modelos de terapia familiar sistémica, que se exponen en los *capítulos 7 al 13*: terapia estructural, intergeneracional, escuela de Milán, estratégica, terapia breve del MRI, centrada en soluciones y narrativa. Estos modelos se han ido desarrollando a partir de unas raíces teóricas comunes, aunque cada uno ha dado relevancia a ciertos conceptos y, sobre todo, ha desarrollado formas particulares de intervención. Todos los capítulos siguen un esquema similar: en primer lugar, sitúan los orígenes del modelo e introducen a sus principales representantes. A continuación describen los conceptos teóricos básicos a partir de los que se desarrolla el modelo. Se describe luego en cada caso cómo es el proceso terapéutico, la teoría del cambio y el rol del terapeuta. Y por último, se detallan las principales estrategias y técnicas terapéuticas, aportando a lo largo del capítulo viñetas clínicas o ejemplos más detallados que ilustren los conceptos planteados.

Esta sección pretende ser una guía para la práctica, tanto para quienes integren conceptos o intervenciones de varios modelos como para quienes intervengan basándose mayoritariamente en uno de ellos. Se expone cada modelo con suficiente detalle como para conocer las características diferenciales de cada proceso terapéutico e incorporar sus principales herramientas de intervención.

La **tercera sección** incluye los capítulos centrados en la figura del terapeuta. El ejercicio de la terapia sistémica no sólo requiere una formación teórica y práctica, sino una labor de autoconocimiento y de reflexión sobre la persona del terapeuta, que potencie su capacidad de ayuda para que otros realicen a su vez su propio proceso de transformación. Esto se realiza fundamentalmente a través del trabajo vivencial del terapeuta y de la supervisión. El *capítulo 14* aborda el trabajo sobre la familia de origen del terapeuta, presentando distintas metodologías de trabajo tales como el genograma, las esculturas, las constelaciones familiares, las técnicas corporales y con medios plásticos, etc. Finalmente el *capítulo 15* desarrolla el tema de la supervisión del terapeuta, describiendo distintos modelos, formatos y técnicas a emplear, así como aspectos a tener en cuenta en la relación entre terapeuta y supervisor/a.

Todos los capítulos incluyen una sección final de lecturas recomendadas, con una bibliografía seleccionada y comentada por los autores. Así, cada capítulo se presenta como una síntesis de un tema a la vez que una invitación a seguir aprendiendo de la mano de los autores originales. El orden de los capítulos sigue un camino de avance gradual en la teoría y la práctica sistémica, aunque cada lector puede ir trazando su propia ruta en función de su curiosidad o sus intereses.