

INTRODUCCIÓN AL MODELO SISTÉMICO

Universidad Alcalá de Henares

Master en Psicoterapia. Perspectiva integradora

ALICIA MORENO FERNÁNDEZ

aliciamoreno@focusmadrid.com

www.focusmadrid.com

BASES TEÓRICAS DEL ENFOQUE SISTÉMICO

- Teoría General de Sistemas
- Cibernética (primer y segundo orden)
- Axiomas de la comunicación
- Constructivismo
- Construccinismo social

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

- **SISTEMA:** conjunto de unidades organizadas que interaccionan entre sí.
 - El sistema es más que la suma de las partes
 - El cambio en una de las partes provoca un cambio en el resto del sistema
 - Se da un proceso continuo de interacción recíproca entre las partes: CIRCUITOS DE FEEDBACK

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

- **CIRCUITOS DE FEEDBACK:**
 - Negativo o reductor de la desviación: HOMEOSTASIS.
 - Positivo o amplificador de la desviación: MORFOGÉNESIS.
- **CAUSALIDAD CIRCULAR** (en lugar de lineal)
- **CONTEXTO.** Las conductas tienen sentido en función del contexto en el que ocurren.

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

AXIOMAS DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

Se ocupan de los aspectos pragmáticos de la comunicación humana.

1. NO ES POSIBLE NO COMUNICARSE

Toda conducta es una comunicación, y tiene valor de mensaje. Los síntomas o conductas problemáticas son también una forma de comunicación.

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

AXIOMAS DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

2. TODA COMUNICACIÓN TIENE UN ASPECTO DE CONTENIDO Y OTRO DE RELACIÓN

En la comunicación se transmite información y a la vez se define la naturaleza de la relación, la posición relativa de las personas que interactúan.

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

AXIOMAS DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

3. LA NATURALEZA DE UNA RELACIÓN SE BASA EN LA PUNTUACIÓN DE LA SECUENCIA DE INTERACCIONES.

La interacción es circular, y la puntuación, arbitraria.

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

AXIOMAS DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

4. TODA COMUNICACIÓN ES VERBAL (DIGITAL) Y NO VERBAL (ANALÓGICA).

El problema surge cuando hay discrepancia entre los mensajes transmitidos mediante ambas modalidades de comunicación (Por ejemplo: doble vínculo)

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

AXIOMAS DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

5. LAS INTERACCIONES PUEDEN SER SIMÉTRICAS O COMPLEMENTARIAS, ES DECIR, BASADAS EN LA IGUALDAD O EN LA DIFERENCIA

BASES TEÓRICAS DEL MODELO SISTÉMICO

CIBERNÉTICA. Estudia los procesos de comunicación y de organización en los sistemas humanos y artificiales.

CIBERNÉTICA DE PRIMER ORDEN: Estudia el sistema familiar disfuncional.

CIBERNÉTICA DE SEGUNDO ORDEN: Estudia la interacción del sistema terapéutico con el sistema familiar.

CIBERNÉTICA DE PRIMER ORDEN

La familia es el objeto de observación.

Predomina la tendencia a la homeostasis, que se mantiene a través de los síntomas.

El cambio se produce cuestionando la homeostasis familiar.

El terapeuta interviene sobre el sistema familiar dirigiendo el cambio. Es un observador externo y neutral.

La meta terapéutica es modificar la estructura y organización de la familia, y hacer desaparecer el síntoma.

CIBERNÉTICA DE SEGUNDO ORDEN

El observador se convierte en parte del sistema que observa.

Se ve a la familia como un sistema con capacidad de cambio y de autoorganización.

El cambio se produce a partir de la introducción de nueva información en el sistema.

El terapeuta interactúa con la familia, co-evoluciona con ella y co-construye una nueva realidad de significados.

A partir de la nueva información, la familia encontrará sus propias soluciones.

CIBERNÉTICA DE PRIMER ORDEN

Modelo estructural
(Minuchin)

Modelo estratégico (Haley,
Madanes)

Terapias centradas en las
interacciones, en los
aspectos pragmáticos de la
comunicación.

CIBERNÉTICA DE SEGUNDO ORDEN

Modelo intergeneracional
(Bowen)

Escuela de Milán (Boscolo)
Narrativa y constructivismo
(White, Andersen)

Terapias que incluyen aspectos
pragmáticos y semánticos:
las cogniciones,
atribuciones, etc. Trabajan
también sobre la historia
familiar y sus distintas
posibilidades de
construcción y narración.

CONSTRUCTIVISMO Y CONSTRUCCIONISMO SOCIAL

CONSTRUCTIVISMO:

- La realidad es una **construcción individual**, subjetiva, que se co-construye entre el sujeto y el medio. No existe una realidad objetiva, sino múltiples realidades.
- El conocimiento no nos proporciona una imagen objetiva del mundo, sino un determinado **mapa** de ese medio externo.
- Los problemas se originan y se mantienen en el lenguaje o **los significados** que se atribuyen a la experiencia

CONSTRUCTIVISMO Y CONSTRUCCIONISMO SOCIAL

CONSTRUCCIONISMO SOCIAL:

- Las realidades se **co-construyen socialmente**, a través del lenguaje
- Las realidades se organizan y mantienen a través de las **historias o narrativas culturales, familiares e individuales**
- Los problemas se generan y mantienen en narrativas que **no describen adecuadamente la experiencia personal**: se centran en lo negativo, no tienen “salida”, obstruyen nuevas posibilidades, no dan cuenta de algunas experiencias de la persona, o son narrativas impuestas por el grupo dominante

MODELOS	CONCEPTOS	TÉCNICAS
ESTRUCTURAL	ESTRUCTURA, FRONTERAS, JERARQUÍA	ESCENIFICACIÓN, DESAFÍO DE LAS FRONTERAS
INTER-GENERACIONAL	DIFERENCIACIÓN, TRANSMISIÓN INTERGENERACIONAL, LEGADOS INVISIBLES	GENOGRAMA, PASOS HACIA LA DIFERENCIACIÓN, ACLARACIÓN DE “LEGADOS”
ESTRATÉGICO/ TERAPIA BREVE	SOLUCIONES FALLIDAS INTENTADAS, EL SÍNTOMA COMO MENSAJE, JERARQUÍA INCONGRUENTE	CONNOTACIÓN POSITIVA, TAREAS DIRECTIVAS, METAFÓRICAS O PARADÓJICAS
ESCUELA DE MILÁN	JUEGOS FAMILIARES	HIPOTETIZACIÓN, PARADOJAS, DESVELAR EL JUEGO FAMILIAR
NARRATIVA	CONSTRUCCIÓN SOCIAL (EN EL LENGUAJE) DE LA REALIDAD; METÁFORA DE LA NARRATIVA	EQUIPO REFLEXIVO, EXTERNALIZACIÓN, MAPAS NARRATIVOS

CARACTERÍSTICAS DE LA TERAPIA SISTÉMICA

- Estudia al individuo en sus **contextos relacionales** más significativos.
- Estudia las relaciones o **pautas de interacción** entre los individuos, y su evolución y cambios a lo largo del tiempo.
- Formula **hipótesis** acerca de cómo los problemas tienen un **significado**, cumplen una **función** o se mantienen dentro del sistema relacional.

CARACTERÍSTICAS DE LA TERAPIA SISTÉMICA

Trabaja sobre tres ejes:

- La **estructura** familiar.
- Los **procesos** de interacción.
- Las creencias o **visión de la realidad** de la familia.

EL TERAPEUTA SISTÉMICO

- Formula **hipótesis** sobre la relación entre los síntomas y el sistema
- Explora y mantiene una **visión circular** de las relaciones familiares
- Se interesa por el funcionamiento del sistema, desde una posición de **neutralidad**

FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS:

- El síntoma o problema en el contexto de la fase del **ciclo vital** de la familia
- El síntoma como un intento de **evitar** un cambio o de **provocar** un cambio
- El **significado relacional** del síntoma
- **Cambios internos o externos** a la familia vinculados a la aparición del síntoma
- **Intentos de solución** o **ciclos de interacciones** que mantienen el síntoma (“la solución se convierte en el problema”)
- El síntoma como manifestación de **disfunciones en la estructura familiar**: roles, vínculos o jerarquía
- Pautas de interacción repetidas que tienen su origen en **generaciones anteriores**

PREGUNTAS CIRCULARES

- Exploran las secuencias de interacción, y las distintas percepciones o interpretaciones de la realidad.
- **Recogen** información, a la vez que **generan** información. Facilitan una visión interaccional y circular del problema.
- Se parte de la idea de que un problema o enfermedad son **procesos** formados por acciones y comunicaciones de diversas personas.

21

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

PREGUNTAS SOBRE LA DERIVACIÓN Y LA CONSULTA

- ¿De quién fue la idea de consultar?
- ¿Qué expectativas tiene esa persona? ¿Y los demás?
- Grado de motivación hacia la terapia y hacia el cambio

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

PREGUNTAS SOBRE EL PROBLEMA

- **Qué** conductas constituyen el problema, **dónde, cuándo, con quién** se manifiesta esa conducta problemática
- Quién considera que es un problema, y cómo lo define o lo describe

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

SECUENCIA DE INTERACCIONES

“La danza en torno al problema”

- Quién y cómo reaccionan ante la conducta problemática. Cómo reaccionan o intervienen unos tras las reacciones de otros
- En qué medida están preocupados o implicados en el problema

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

INTENTOS DE SOLUCIÓN ANTERIORES

- Quién ha hecho qué hasta ahora para intentar solucionar el problema. Qué efecto ha tenido.
- Qué han intentado hacer otras personas fuera de la familia.
- Tratamientos previos. Qué sirvió de ayuda y qué es lo que no funcionó.

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

EXPLICACIONES DEL PROBLEMA

- A qué atribuye cada miembro de la familia la situación. Facilitar la expresión de realidades alternativas. Explorar los mitos o constructos familiares.

CAMBIOS EN LAS RELACIONES VINCULADOS AL PROBLEMA

- Qué cambió en las relaciones cuando apareció el problema, y qué cambiará cuando desaparezca.

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

PREGUNTAS TRIÁDICAS

“ Cotillear en presencia del otro”

- Preguntar acerca de otros: la relación entre ellos, sus sentimientos, pensamientos, percepciones, reacciones, etc

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

COMPARACIÓN O CLASIFICACIÓN

- Comparaciones temporales, entre pasado, presente y futuro
- Comparaciones entre antes y después de un determinado suceso
- Comparaciones entre las reacciones de varias personas
- Comparaciones entre los vínculos o alianzas de distintas personas
- Clasificaciones en referencia a una característica o atributo

TIPOS DE PREGUNTAS CIRCULARES

PREGUNTAS HIPOTÉTICAS O FUTURAS

- Consecuencias que se esperan si todo sigue igual
- Temores, deseos o expectativas asociados al cambio o a la falta de cambio
- Conductas esperadas si cambian ciertas circunstancias
- Introducir sugerencias implícitas de determinados cambios

PREGUNTAS ESTRATÉGICAS

PREGUNTAS ORIENTADAS A LA SOLUCIÓN

- Preguntas sobre excepciones al problema
- Preguntas sobre recursos
- **Pregunta milagro:** “Si mañana, al levantarte, hubiese ocurrido un milagro durante la noche y el problema hubiese desaparecido: ¿qué sentirías, pensarías, harías distinto?”

PREGUNTAS ORIENTADAS AL PROBLEMA

- **Cómo empeorar:** “ Si quisieras deliberadamente empeorar el problema (o no conseguir tus objetivos) ¿qué tendrías que hacer o no hacer, pensar o no pensar, sentir o no sentir, y qué tendrían que hacer o no hacer los otros?”

NEUTRALIDAD

- **Neutralidad con respecto a las personas (omniparcialidad).** Tomar partido por todos los miembros de la familia por igual. (Después de la sesión, nadie sabe de parte de quién está el terapeuta).
- **Neutralidad con respecto a los problemas o síntomas.** Adoptar una “respetuosa actitud ambivalente” ante los problemas, que reconozca tanto el sufrimiento que ocasionan como su posible utilidad para la homeostasis del sistema.
- **Neutralidad con respecto a las ideas.** El terapeuta ayuda a generar distintas explicaciones del problema y propuestas de solución, pero es la familia la que elige la que elige cuál es la que le conviene.
- Neutralidad respecto a las propias creencias e ideas del terapeuta: **curiosidad.**
- **Irreverencia:** falta de respeto a las ideas; respeto a las personas.

31

PRIMERA ENTREVISTA (1) (J. Haley)

- **ETAPA SOCIAL**
- **ETAPA DE PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**
 - Cada miembro de la familia expone su visión sobre lo que está ocurriendo
 - El terapeuta interactúa con los miembros de la familia, pero estos no hablan entre sí

32

PRIMERA ENTREVISTA (2)

- **ETAPA DE INTERACCIÓN**

- Se observan las interacciones entre los miembros de la familia en la sesión
- Se pregunta acerca de las secuencias de interacción alrededor del problema
- Se recogen datos sobre la evolución del problema y de las interacciones a lo largo del tiempo, y sobre las explicaciones que los miembros de la familia dan al problema

33

PRIMERA ENTREVISTA (3)

- **ETAPA DE ESPECIFICACIÓN DE CAMBIOS**

- Se recogen las expectativas de cambio de la familia
- Se reformula o redefine el problema
- Se establece el contrato de trabajo

34

BIBLIOGRAFÍA

- **ANDERSON, C.:** *Para dominar la resistencia. Guía práctica de la terapia familiar.* Buenos Aires: Amorrortu.
- **HALEY, J:** *Terapia para resolver problemas.* Ed. Amorrortu.
- **HANNA, S. M. y BROWN, J.:** *La práctica de la terapia de familia. Elementos clave en diferentes modelos.* Bilbao: Desclée de Brouwer, 1998.
- **PAPP, P.:** *El proceso del cambio.* Barcelona: Paidós.
- **SCHLIPPE, A.V. y SCHWEITZER, J. (2003).** *Manual de terapia y asesoría sistémicas.* Barcelona: Herder.
- **WALTERS, M. A. y otras (1991):** *La red invisible. Pautas de género vinculadas a las relaciones familiares.* Barcelona: Paidós.
- **WATZLAWICK, P. BAVELAS, J. y JACKSON, D. (1991):** *Teoría de la comunicación humana.* Barcelona: Herder.

35

MORENO, A. (Ed.)
(2014). *Manual de terapia sistémica.* Bilbao. Desclée De Brouwer



MORENO, A. (Ed.)
(2018). *La práctica de la terapia sistémica.* Bilbao: Desclée De Brouwer

