

# Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 17 No. 2

Junio de 2014

## TERAPIA SISTÉMICA Y ANGUSTIA

María Patricia Cordella Masini<sup>1</sup>  
Pontificia Universidad Católica de Chile  
Chile

### RESUMEN

Si pensamos en la familia como un sistema de cuidado dado por los padres, se puede esperar que el mecanismo de regulación de la angustia deba ser instalado a través de la interacción familiar regular a lo largo del tiempo de desarrollo del niño. Pero la familia puede fallar en este trabajo y con ello la función de la médula hipotálamo-hipofisario-adrenal (HPA). La ansiedad se incrementa cuando el mecanismo de la homeostasis asociada con la interacción significativa está fuera del umbral funcional. El cortisol y Sistema Nervioso Autónomo (SNA) subiría y puede aparecer la patología somática. Si comprendemos los patrones de interacción patológicos podríamos distinguir y cambiarlos a través de intervenciones específicas en la estructura familiar. Para ello utilizamos la clínica de la familia y la epistemología sistemática como lo describiremos a continuación.

**Palabras clave:** Familia, teoría sistemática, terapia sistemática, ansiedad, angustia, HPA, interacción.

## SYSTEMIC THERAPY AND DISTRESS

### ABSTRACT

<sup>1</sup> Profesor Adjunto Departamento de Psiquiatría y Pediatría Pontificia Universidad Católica de Chile. Magíster psicoanálisis Universidad Andrés Bello. PhD Semiótica Universidad de Bologna. Terapeuta Familiar Instituto Chileno de Terapia Familiar. Correo electrónico: [mpcordella@gmail.com](mailto:mpcordella@gmail.com)

If we think the family like a caregiving parental system, we could expect that anxiety regulatory mechanism should be installed through regular familial interaction with child along time. But family can fail in this work and with it the function of Hypothalamus-Pituitary- Adrenal medulla (HPA). Anxiety is increased when homeostasis mechanism associated with significative interaction are out of the functional threshold. Cortisol and Autonomic Nervous System (SNA) would rise and somatic pathology may appear. If we understand pathological interaction patterns we could distinguish and change them through specific interventions in the family structure. For this purpose we use the family clinic and the systemic epistemology. We will describe it in this article.

**Key words:** Family, systemic theory, family therapy, anxiety, HPA. Interaction.

### ¿A QUÉ LLAMAMOS TERAPIA SISTÉMICA?

Para operar en terapia con una familia es necesario apoyarse, ocupar y referirse a un marco que le dé sentido al quehacer de cambio propio de esta intervención.

En Terapia Sistémica las intervenciones terapéuticas están orientadas a producir cambios en las regularidades de interacción. Es la acción interrelacionada entre los miembros el punto de partida y llegada de la desviación patológica individual relacional .La terapia sistémica basa su edificio de coherencia en este supuesto: la interacción reiterada y cotidiana crea patrones que son sentidos como normales y que sin embargo son capaces de facilitar la aparición o continuidad de alguna psicopatología.

La definición de cuáles son estos patrones, cómo operan y cómo es posible intervenirlos son las premisas de trabajo de toda escuela terapéutica y de toda clase de intervención que se realice en pos del bienestar familiar.

En Terapia Sistémica la conducta, el sentir y el pensar se entienden como regularidades interaccionales, comunicacionales o relaciones. Es decir, no se encuentran “dentro” del individuo sino “entre” los individuos. Es por esto que la unidad de análisis en Terapia Sistémica no es el “uno” sino, al menos el “dos”. El espacio relacional se entiende como un lugar de intercambio, negociación y acuerdo que toma características repetitivas en la cotidianeidad entre los

individuos. Esta es la razón por la cual la Terapia Sistémica está tan unida a la Terapia familiar.

Aunque en la Terapia Sistémica es posible hacer terapia individual usando el marco conceptual sistémico, grandes desarrollos de este enfoque se han dado estudiando a la familia. La familia es la matriz relacional, el lugar donde se aprende, imita e identifica el ser humano en desarrollo con las formas y los modos de "hacer relación". La familia por tanto ejerce una influencia que, especialmente en ciertas ventanas del desarrollo, conforman patrones estables de percepción, cognición y afecto que permanecen activos durante la vida pudiendo participar como elementos que gatillan o sostienen tanto la personalidad como la psicopatología.

Operar con Terapia Sistémica hace posible intervenir por lo tanto en cualquier grupo humano que pueda entenderse como un sistema, es decir, que tenga una estructura particular, esté cerrado en su propia autopoiesis, pero abierto a la información (entendida como el intercambio con el medio). Y que además tienda hacia algún fin común.

### ¿A QUE SE LLAMA EPISTEMOLOGÍA SISTÉMICA?

Cuando hablamos de epistemología nos enfrentamos a responder ciertas preguntas: ¿Cómo conocemos aquello que conocemos? (condiciones de acceso al conocer) ¿Cuál es la validez de aquello que decimos conocer? (cuál es la génesis de sus enunciados). Veremos cómo ocurre esto en Terapia Sistémica.

#### *La génesis de los enunciados sistémicos.*

La Terapia Sistémica basa los enunciados que la sostienen en varias teorías derivadas tanto de la biología, la matemática, las ciencias de la comunicación, la cibernetica y el constructivismo.

#### 1. La Teoría General De Sistemas (TGS).

La Teoría General de Sistemas desarrollada por el biólogo austriaco Ludwig von Bertalanffy (1936) buscó "principios y leyes aplicables a sistemas

generalizados", sin importar su particular género o la naturaleza de sus elementos. Definió a los sistemas como "complejos de elementos en interacción" y formuló leyes generales aplicables a cualquier "organismo" o "sistema", con independencia de la naturaleza de sus componentes. La TGS intenta encontrar las correspondencias o isomorfismos entre sistemas de todo tipo. Propone un modelo de "sistema general" que puede utilizarse y ser compatible para distintas disciplinas.

Propone que un sistema es un conjunto que se autoregula a sí mismo:

La *teoría general de los sistemas* (en el sentido más estricto del término) es una disciplina que se trata de las propiedades y leyes generales de los "sistemas". Un sistema se define como un conjunto de componentes en estado de interacción. Según Von Bertalanffy (1967: 96) un sistema en general es algo más que partes en interacción, "una teoría general de sistemas debe abarcar la interacción dinámica de muchas variantes, la conservación del cambio de los elementos componentes, el crecimiento, la diferenciación progresiva, la mecanización y la centralización, el aumento del nivel de organización y fenómenos de igual índole".

La teoría de sistemas es una disciplina con afluentes tanto de la biología como de la matemática y la física. Cuando Von Bertalanffy la propone en 1928 entendía por sistema, un conjunto vivo, algo más complejo que cuerpos físicos o abstracciones matemáticas (Von Bertalanffy, 1967).

El hecho de que estas características siempre presentes en el campo biológico, en el comportamiento y en el social y objeto de observación empírica en el curso de la investigación cotidiana y científica no queden incluidas en los conceptos fisicistas tradicionales ha llevado a menudo a que sean consideradas como de naturaleza metafísica y de origen animista, e incluso se ha llegado a negar su existencia y a anatemizar su investigación como contraria al sentido común y al proceder normal de los campos biosociales (p.96).

Esta misma idea la tomarán cincuenta años más tarde Maturana y Varela (1984), integrando conceptos ciberneticos venidos de la matemática y asumiendo que un sistema pueden ser grupos de seres vivos e incluso la filogenia de éstos. Y que un sistema vivo es un sistema que debe autoproducirse pues está en continua

destrucción y esta auto organización es lo que lo hace vivo y por lo tanto en continuo movimiento. Como dice Von Bertalanffy (1967):

Entre las características de los sistemas encontramos interacciones multivariables, conservación del todo en la acción recíproca de las partes componentes, organización a muchos niveles que da como resultado sistemas de orden superior, diferenciación, centralización, mecanización progresiva, causalidad directora y actuadora, regulación evolución hacia una organización superior, teleología y orientación hacia el objetivo de varias maneras y por diversos procedimientos, etcétera (p. 96).

Dentro de las características del sistema está: la *totalidad o sinergia*, el todo es más que la suma de sus partes; la *interrelación*: para describirla se usarán términos como función, asociación, efectos recíprocos, coherencia, conectividad, comunicación y otros similares que indican cómo los elementos más allá de estar ligados se con-funden (se funden con) tomando otras formas, con-figurándose (se hacen figura con); lo abierto a la información que son los sistemas, es decir en constante intercambio con lo otro que es el medio donde se encuentran; la *equifinalidad*: llegar a estado final, partiendo de condiciones iniciales distintas; la *entropía* estado de máxima improbabilidad, tendencia al caos; la *negantropía* fuerzas que retienen el orden; *evolución* y *adaptación* matemáticamente semejantes a los anteriores, que serán acotados por Maturana y Varela (1984) a la estructura del sistema:

Los organismos celulares... son unidades intercaladas en ciclos generacionales que siempre pasan por el estado unicelular, no son sino variaciones fundamentales del mismo tema.... En realidad la clave para entender el origen de la evolución descansa sobre algo que ya hemos notado...: la asociación inherente que hay entre las diferencias y semejanzas en cada etapa reproductiva, conservación de organización y cambio estructural. Porque hay semejanza hay posibilidad de una serie histórica o linaje ininterrumpido. Porque hay diferencias estructurales, hay posibilidad de variaciones históricas en linajes. Pero...la historia de todo ser vivo parte con una estructura inicial, que condiciona

el curso de sus interacciones y acota los cambios estructurales que estas gatillan en él.

Otras características de los sistemas serían: la *jerarquía organizadora de diferenciación* que sigue la escala natural desde átomo, molécula; proteína; célula; organismo microscópico; invertebrado; vertebrado y la *información o energía*: son las diferencias que hacen las diferencias, también llamadas *input* del sistema (Von Bertalanffy, 1967, p. 64).

El sistema está cerrado a la información y sin embargo, la intercambia con el medio. Esto fue resuelto cuando apareció con Maturana (1984) el concepto de autopoiesis según el cual el ser vivo se hace cada vez a sí mismo (en ese sentido está cerrado a información) pero está en permanente intercambio con el medio (en ese sentido abierto a la información) con el cual, desde la llamada cibernetica de segundo orden, está en permanente acoplamiento estructural. Descifraremos el significado de estos conceptos, partiendo por decir que la teoría de sistemas, luego de Von Bertalanffy hace su desarrollo desde las ciencias matemáticas. Al igual que el resto de las ciencias sociales se detiene en el concepto de *estructura* o código en los 60-70 para pasar en los 80 al de proceso de construcción y deconstrucción y seguir con la indeterminación del azar en los 90 y la complejidad en nuestro siglo.

Es posible organizar el desarrollo de la teoría de sistemas en tres etapas:

*Etapa Uno Cibernetica de primer orden:* basada en las matemáticas toma el concepto de *retroalimentación* y al hacer que un elemento y otro queden relacionados de tal forma que se implican uno a otro se funda un espacio donde *circula* cierta clase de información que sostiene las características de ese sistema. Este modo de relación mantiene a ambos elementos controlados entre ciertos rangos de funcionamiento. El termostato es un buen ejemplo, Norbert Wiener, en 1948 introduce el término cibernetico porque los estudios se realizan con cuerpos en movimiento, más exactamente aviones que tenían que apuntar a un blanco. Se trata de un sistema donde metas y medios se ajustan recíprocamente. Este tipo de funcionamiento permite definir *homeostasis* como equilibrio inestable del sistema

que lo mantiene funcionando entre ciertos rangos; retroalimentación negativa (que lo controla en estos rangos) entropía (desorganización y tendencia al caos) negantropía como tendencia al orden. El matemático usó un término que viene del griego *kybernetiké* y significa "el arte de gobernar" y estudia los sistemas de control y los mecanismos de autorregulación. De ahí los conceptos de "retroalimentación o feedback" y de "circularidad" además de la noción de homeostasis como proceso autocorrectivo que implica que la información sobre los efectos retroactúa sobre las causas convirtiendo un proceso lineal en circular.

*Etapa Dos: Segunda cibernetica:* Se suman los conceptos que dan cuenta de los sistemas que se amplían en vez de mantener su equilibrio. Maturana propone llamar así a los procesos amplificantes de la desviación. Le llama a este proceso morfo genético .En las matemáticas se llamaron sistemas de catástrofes, puesto que se trataba de sistemas que llegados a un punto se destruían y pasaban a otra organización. Luego Ilya Prigogin (1971), a quien se deben importantes avances en termodinámica irreversible, llamó a estos *sistemas disipativos* y sirvieron para explicar la teoría del cambio. Un sistema sometido a suficientes tensiones como para que se desorganice su estructura y pase de una organización a otra de complejidad mayor ha requerido del feedback negativo, es decir de un ajuste que lo lleve más allá de sus límites iniciales. Este estallido de límites es lo catastrofal y es el mismo que produce una nueva morfogénesis.

*Etapa Tres Cibernetica de segundo orden:* Von Foerster (1947), describe los sistemas autorganizados como sistemas que viven a expensas de su entorno, este es el *principio de auto-organización dependiente*. Un observador estará siempre implicado en aquello que se observa pues el mundo no es más que la experiencia que tenemos de él. Agrega el concepto de máquina *no trivial* para el funcionamiento de estos sistemas, es decir son sistemas que no responden siempre igual, pues aprenden, son máquinas no determinadas.

Los trabajos del antropólogo Gregory Bateson (1989), que tras haber estudiado a la tribu iatmul en Nueva Guinea por diez años, desde 1927, aporta el término cismogénesis, describiendo el tipo de relaciones simétricas y complementarias que se dan en los grupos sociales. Forma parte del grupo de Palo Alto, quienes estudiando los procesos de comunicación en familias con un miembro diagnosticado como "ezquizofrénico" describen los fenómenos de doble vínculo como "causas" de graves disfunciones comunicacionales.

Otro concepto que se usará en las ciencias sociales es el de *recursividad* con el cual denotamos que no se trata de una simple retroalimentación porque en realidad el sistema nunca vuelve donde empezó y por esto se producen cambios, más bien la figura es la de una espiral. Maturana (1984), aporta con los conceptos de *autopoesis* para los sistemas que se producen a sí mismos, es decir, una clase particular de unidades compuestas que pueden distinguirse como unidades mediante una red de producción de componentes los que constituyen con sus interacciones la red de producción que los origina. Señala como componente esencial de la unidad, los límites de esta red y define esta red como una unidad en su dominio de existencia "un sistema autopoietico cuyo dominio de existencia es el espacio físico en un sistema vivo"

Es esta condición de continua producción de sí mismos, a través de la continua producción de recambio de sus componentes, lo que caracteriza a los seres vivos, y lo que se pierde en el fenómeno de la muerte. (Maturana, 1984, p.5)

Sigue con el *acoplamiento estructural* es decir la continua adaptación con el medio que está determinada por la estructura del sistema. Por otra parte está el tema del observador, al cual Maturana dice que "nada es con independencia de la operación de distinción que lo distingue "(Maturana, 1973, p. 123). Define, además, *organización* como el conjunto de relaciones que deben darse entre los componentes para que la unidad compuesta quede definida como miembro de una clase determinada y *estructura* a los componentes y relaciones que componen concretamente una unidad particular realizando su organización (Maturana, 1989, p. 28). Esto es el llamado *determinismo estructural* Por otra parte Maturana dirá

que el mundo de esa unidad queda configurado conforme sea la estructura interactuante con el medio “toda variación ontogénica resulta en una manera distinta de ser en el mundo donde se está, porque es la estructura de la unidad la que determina como interactúa en el medio y qué mundo configura” (Maturana, 1989, p. 58). Esta unidad es posible diferenciarla y se sostiene como tal gracias a que tiene *Clausura operacional*: “su identidad está especificada por una red de procesos dinámicos cuyos efectos no salen de esa red” (Maturana, 1989, p. 59).

Por otra parte para Maturana, la cultura es una red de conversaciones que definen formas de convivencia y orientaciones e implica modos de actuar, emocionar, conocer y crecer. *“Todo hacer es conocer, y todo conocer es hacer”* es uno de sus aforismos

...todo quehacer humano se da en el lenguaje, y lo que en el vivir de los seres humanos no se da en el lenguaje no es quehacer humano; al mismo tiempo, como todo quehacer humano se da desde una emoción, nada humano ocurre fuera del entrelazamiento de lenguajear<sup>2</sup> con el emocionar, y, por lo tanto, lo humano se vive siempre en un conversar. Finalmente, el emocionar en cuya conservación se constituye lo humano al surgir el lenguaje, se centra en el placer de la convivencia en la aceptación del otro junto a uno, es decir, en el amor, que es la emoción que constituye el espacio de acciones en el que aceptamos al otro en la cercanía de la convivencia (Maturana, 1988, p. 28-29).

2. La Teoría de la Comunicación Humana, surge como resultado de investigaciones hechas por el grupo de Palo Alto, California, acerca de la pragmática de la comunicación. Sus autores son Paul Watzlawick, Janet Beavin, Don Jackson (1991).

La comunicación entendida como intercambio de significados a través de un sistema común de símbolos, ha sido materia de estudio desde los griegos. Ya en el siglo IV a. C existía una polémica similar a la actual ¿La lógica es la base del acuerdo? ¿El sentido se trata de lenguaje o existe algo *antes de pensar*? Los epicúreos, por ejemplo, creían que el significado estaba relacionado con la

---

<sup>2</sup> Esta es una palabra característica de Maturana.

observación repetitiva de conexiones tanto espacial, temporal, causal y otras. Los estoicos en cambio, la basaban en una actividad lógica propia del lenguaje.

El tema de la comunicación se retoma a partir de mediados de este siglo. Las primeras investigaciones fueron en relación a buscar “Quien le Dice Qué, A Quién, y Con Qué Efecto” que activa los campos de la semántica, la sintaxis y la pragmática.

Fueron Claude Shannon, ingeniero eléctrico, y Warren Weaver, matemático, quienes presentan el primer modelo de comunicación que buscaba medir la eficacia en la información: transmisión, almacenamiento, y procesamiento de información, en un intento de matematizar el fenómeno y reducir la incertidumbre del mensaje. El modelo propone inicialmente cinco elementos organizados linealmente: fuente de información, transmisor, canal de transmisión, receptor y destino. Que son luego desplegados en seis elementos: fuente, encodificador, mensaje, canal, decodificador y receptor. Se incorporó también la idea de ruido como lo accesorio a la información que sería lo relevante (Rodríguez, 1989).

La redundancia o repetición de elementos dentro de un mensaje se consideró como negantropía es decir una fuerza que aumentaba la certeza al poner en negativo la entropía (desorden o ruido del sistema comunicacional). Este modelo es lineal a diferencia del modelo de Watzlawick, Beavin, y Jackson que plantea los siguientes principios:

- a. Es imposible no comunicar. En un sistema, todo comportamiento de un miembro tiene un valor de mensaje para los demás.
- b. Toda comunicación tiene aspectos de contenido (nivel digital) y relaciones (nivel analógico) lo digital es lo semántico y lo analógico es el mensaje, es decir, designa qué tipo de relación se da entre el emisor y el receptor.
- c. La definición de una interacción está establecida por la puntuación de la secuencia de hechos entre los participantes.
- d. Los sistemas abiertos tienen patrones de circularidad, no hay principio ni final.

e. Toda relación es simétrica o complementaria, según se base en la igualdad o en la diferencia respectivamente.

3. Constructivismo y Construcción Social, entre cuyos autores se encuentran Jean Piaget (1937), Ernst von Glaserfeld y Kenneth Gergen (1980) respectivamente.

El término constructivismo, nos llega a través de un movimiento de las artes plásticas y la arquitectura en la Unión Soviética alrededor de 1920, sin embargo Jean Piaget lo toma al intentar analizar "la construcción de la realidad en el niño". La idea de cómo es que "hacemos realidad" está en otros grandes como Platón (recordemos la idea de la cueva y las sombras en el muro), pasando por Gianbattista Vico (1849) y Kant (Torretti, 2013).

Para Piaget hay movimientos de asimilación y acomodación que van organizando el desarrollo cerebral del niño y lo ajustan a su cultura. El niño asimila e incorpora formas que le permiten acordar realidad, como dirá más tarde Bateson en su Metálogo, "¿Qué es un instinto?" (Bateson, 1989) explicando que la ley de la gravedad es una invención de Newton, no un descubrimiento". Justamente la propuesta del constructivismo es el reemplazo de la noción de descubrimiento por la de invención o construcción. Por esto, no es posible un acceso directo a una realidad independiente del observador y no es posible la existencia de un mundo independiente a la percepción.

#### *Condiciones de acceso al conocer.*

En Terapia Sistémica el observador se encuentra incluido en lo observado es decir los fenómenos se nos presentan en la conciencia justamente porque nos articulamos con el sistema. Es porque me relaciono usando las reglas del sistema que "conozco" la estructura del sistema. El sistema no es un objeto externo a mí, sino que es la experiencia que tengo con él. Se trata de un conocer participante, variable, inestable que en sí mismo es ya también una experiencia para el sistema.

En terapia Sistémica el lenguaje es una de las dimensiones que están operando en sesión, pero se reconocen otras de códigos analógicos como las imágenes metafóricas, los movimientos metafóricos, los ritmos, los acoplos y desacoplos ideo-afectivos.

Justamente es el constructivismo quien ha colaborado en el entendimiento de cuáles son las condiciones de acceso al sistema que me permiten conocer-operar. Cuando conozco, algo cambia, hay pequeños desplazamientos del sentido que operan con solo describir, prescribir o metaforizar una ocurrencia.

Sugiere von Foerster (Rodríguez, 1989), que se trataría de “una epistemología de la epistemología, es decir de una epistemología que incluso debe dar cuenta de sí misma”. Según esto es la teoría la que decide que se observa en el sistema y en esta selección hay ya un modo de ir construyendo la realidad.

Ernst von Glaserfeld (Rodríguez, 1989) es aún más radical y dice que el conocimiento es algo que el sujeto construye, no que el sujeto recibe pasivamente. Agrega además que la cognición es una función adaptativa con la cual organizamos el mundo experiencial. No se trata de representar con cierta veracidad algo que existe, independiente de nosotros, sino que la usamos para obtener una organización de aquello que percibimos para que nos sea útil para la supervivencia. Aquello que llamamos conocimiento es un proceso de construcción de organizaciones de la experiencia y aquello que sobrevive es lo que es posible de usar. Por eso no hay una realidad objetiva.

En la Teoría Sistémica la realidad se entiende como un consenso entre el terapeuta y el paciente. La realidad no es un absoluto, sino un relativo utilitario a la supervivencia. No se entiende como un objeto estable sino como procesos, dinámicas en permanente ajuste con el medio.

El aporte de Maturana (1985) justamente está dado por presentar el pensamiento como un proceso simultáneo en el cual juega la figura con el fondo permanentemente. El acoplamiento estructural sería este ajuste constante que cualquier sistema (desde un ser humano hasta todo el planeta) deben realizar con aquello que se define como “otro sistema”. Toda distinción de figura y fondo es una

distinción de dominio de existencia versus contexto y en la Terapia Sistémica se va a buscar desde aquello que llamamos contexto elementos que hagan moverse la figura, abrir sus reglas de funcionamiento a nueva información que permita un ajuste más sano, sin tanto costo (desgaste) para el sistema.

Otros aportes han venido de la Hermenéutica, la Narrativa, el Deconstrucciónismo de Jaques Derrida y la filosofía de Wittgenstein, Vigotsky, Bakhtin y Foucault.

### COMO ENTENDER LA ANGUSTIA DESDE LA EPISTEMOLOGIA SISTEMICA

Podemos entender la angustia como el resultado de una sobreactivación del organismo. Un exceso de energía en el sistema que no encuentra salida y reverbera en sí mismo. La angustia en sí misma es una alerta que prepara al organismo para escapar, luchar o bloquearse aludiendo a las formas más primitivas de un organismo vivo de defenderse contra una amenaza a la vida (Selye, 1959).

La subida del tono de alerta entonces facilita las conductas de huida o ataque dando origen a múltiples y particulares manifestaciones mientras otros organismos se bloquean, aíslan o recogen hacia sí.

En un sistema relacional humano caracterizado por una larga y recurrente interacción en tiempo, el mismo monto de angustia es capaz de generar diferentes conductas según sea la historia del grupo. La angustia del sistema familiar está relacionada a eventos peligrosos para su estabilidad, tanto actuales como enfermedad, cesantía, cambio de casa; pasados como historias repetidas sin solución en generaciones anteriores (p. ej. Violencia intrafamiliar) o futuros (p. ej. cambios estructurales del sistema familiar como la entrada a la adolescencia de uno de sus miembros o el nido vacío).

Las familias cuentan en general con suficientes modos de regular la angustia de sus miembros, esta su principal función. Cuando el sistema familiar falla, como contenedor de la angustia, es posible que en alguno de sus miembros aparezcan conductas asociadas a la misma como p.ej. estallidos, llantos, insomnio

transitorio, aislamientos, mutismos, expresiones de violencia circunscritas. La angustia no contenida levantará defensas más o menos eficientes, más o menos primitivas según las capacidades de manejo que la familia haya logrado. Las defensas eficientes serán transitorias y capaces de defender el soma del ataque adverso, llevando ese organismo con rapidez al bienestar. Las defensas de peor calidad, en cambio, construirán subjetividades paranoides las que tenderán a proyectar fuera del sistema la dificultad, empobreciendo el análisis y la capacidad de cambio y acoplamiento eficiente de esa familia.

De este modo la familia enseña a sus miembros un modo de operar frente a la amenaza que es internalizado como patrones de respuesta automática y no consciente frente al stress.

La cuestión entonces que nos interesa es cómo ocurre que en algún miembro, más que en otros haya persistentemente angustia, suficiente para hacerse sintomática y posible de ser clasificada en algún sistema diagnóstico.

¿Cómo ocurre que el tono de alerta en un sistema familiar se mantiene tan alto, para alguno de sus miembros, al punto de llegar a configurarse como una patología?

Los mecanismos de regulación de la angustia surgen desde lo relacional, creando desde allí la opción de los mecanismos de autorregulación. Los relacionales, más comúnmente llamados como “apego” obtienen su eficiencia a través del contacto piel con piel; ojo, ojo; cerebro, cerebro (neuronas espejo) del lactante y sus cuidadores. Los de autorregulación en cambio, están relacionados con el desarrollo de mecanismos psíquicos en el aparato mental.

La angustia sobrepasa límites tolerables usando uno o ambos sistemas están fallando total o parcialmente en procesar las señales del ambiente.

La angustia se incrementa tanto por señales de amenaza como por la pérdida del bienestar. Es decir, cuando un individuo percibe que ha perdido su equilibrio habitual, aún sin saber por qué (p.ej. cuando ha comenzado una enfermedad física como el: cáncer, hipotiroidismo, diabetes y otros, se siente amenazado de igual forma que si se enfrentara a un peligro externo. Si el sistema

pierde la sensación de bienestar habitual su experiencia vital registrará un cambio desagradable, una señal de alarma.

La angustia es una diferencia en el operar del sistema fisiológico global, una alarma que le señaliza a la psiquis que debe comenzar a operar para elaborar la experiencia hasta evaluar la amenaza en su real potencial de daño, actuar en consecuencia y disiparla. Fisiológicamente la amenaza aumenta la actividad del sistema nervioso simpático en su vía rápida y si se sostiene en el tiempo incrementa el cortisol, neurotóxico por excelencia.

El sistema vive en bienestar hasta que un cambio, un salto en la continuidad de su operar lo alerta, un cambio de cierta magnitud que no puede revertir con facilidad y que lo saca de la homeostasis habitual. Si el estímulo tiene suficiente intensidad o frecuencia presionará al sistema al cambio. Esta acomodación es la adquisición de un nuevo operar, un aprendizaje. Se trata de un cambio estructural, una modificación del sistema que lo ha impulsado en un salto hacia otro modo de funcionar que contiene el anterior, pero ha sumado nuevos. Por esta razón la angustia, dentro de ciertos rangos, es esencial para el desarrollo de cualquier sistema vivo.

¿Cuándo y cómo la angustia se hace es tóxica, si parece ser esencial para la supervivencia? Al parecer el sistema intentaría volver a su homeostasis utilizando procedimientos de aquietamiento, a los que llamamos “defensas” sin lograrlo. El sistema queda reverberando sin poder dar ese salto liberador. Hay energía, pero no suficiente como para saltar y demasiada para desembarazarse de ella. Recordemos que un sistema es tanto un individuo, una familia, una comunidad, un país, es decir un conjunto de reglas y devenir conjunto.

Las señales de amenaza son signos. Como tales requieren de una interpretación y están sujetos a la ley de la probabilidad (Pierce, 1931, 35). Los indicios, más cerca de la presencia material de la amenaza (Eco, 1975) muestran con certeza que la integridad ha sido desafiada. Ejemplos de indicios son: la huella de un animal salvaje; el replegarse del mar luego de un terremoto; el humo. También pueden ser amenazantes signos que recuerdan otros signos, por ejemplo el hijo enojado que mueve las manos del mismo modo que lo hacía el padre

maltratador frente a su hermana. Los anteojos que usaba la profesora que nos echó del colegio; el olor a alcohol por la mañana que recuerda la violencia familiar. Más abstracto aún son signos simbólicos que pueden resultar muy amenazantes por su carácter significativo como que el marido se saque la argolla de matrimonio y la tire al suelo enojado. Hay otros signos, menos evidentes como son los icónicos, en los cuales solo un fragmento de imagen, no ya de presencia material, es capaz de recrear una totalidad. Un ejemplo de esto sería la calavera en las botellas que nos muestra el final que nos espera si consumimos su contenido. Estos signos ya requieren de una interpretación más fina aunque menos que los símbolos, signos por excelencia culturales, de acuerdo comunitario. Un disco pare por ejemplo o un triángulo como ceda el paso están sujetos a una lectura entrenada y ya más lingüística que el indicio, posible de ser leído por cada ser vivo dotado de los receptores necesarios.

Todo ser vivo es un sistema dentro de otros sistemas. Un mamífero es contenido en otros mamíferos que lo protegen y amoldan al devenir común, lo sintonizan. Esta es otra razón capaz de generar angustia, la angustia por sintonización, más frecuente cuanto más inmaduro sea el aparato psíquico del individuo. La individualización (Mahaler, 1977) y por tanto la posibilidad de manejar independientemente la angustia del grupo de pertenencia, puede proteger a ese organismo de las desregulaciones colectivas.

La angustia por sintonía ocurre en la trama intersubjetiva (relacional) de ese individuo y tiene especial importancia en los primeros años de vida cuando el cerebro tiene su máxima capacidad adaptativa y está desarrollándose. Es con-*el*-otro que se estabilizan los patrones tanto de regulación relacional, como el de autoregulación y los de transición entre un modo y otro. Cuando estos patrones no logran su objetivo, el bienestar del sistema, reverberan y mantienen un tipo de homeostasis que no solo es incómoda sino que puede tener repercusiones en su salud.

Por esta razón cuando un individuo nos relata su sintomatología angustiosa, en cualquiera de sus formas: fobia, ansiedad generalizada, obsesiones, trastornos de ansiedad de separación; nuestra manera de comprender esa angustia es

buscando, en el operar del sistema que lo sostiene afectivamente, que estará ocurriendo con el tono de alerta.

Para examinar este tono adrenérgico exploraremos la intersubjetividad diádica, tríadica y grupal.

#### *Explorando la intersubjetividad diádica.*

El sistema diádico es el sistema relacional primordial y el que está más íntimamente relacionado con la regulación de la angustia a través de los procesos llamados de apego. Se trata de patrones de acoplamiento que se realizan con el cuerpo de otro que a su vez está en el mismo proceso. Para el niño será su cuidador y más tarde reeditará y podrá corregir en la pareja.

Un cuidador es una función. Es la suma e integración de los procedimientos destinados a proteger el sistema de reverberaciones de angustia, tanto en la reunión como en la separación diádica. Esta función la realizan todos quienes están a cargo del bienestar del niño. La madre es muy importante, pero no es la única que la realiza. Se suman a esta tarea otros familiares o cuidadores externos. Comprender entonces cómo opera la interface del cuidado es esencial para delimitar y finalmente intervenir en un sistema diádico sintonizado con la angustia.

En el adulto, el principal regulador de angustia es la pareja. Es por esto que frente a un adulto angustiado, la mirada se focaliza primeramente en la relación de pareja. La pregunta se dirige hacia la función que cada cual cumple en el equilibrio que mantiene unida esa pareja y el costo emocional de ese rol. Por ejemplo, un miembro se presenta como enfermo para obtener cuidados del otro, quien solo ejerce un rol cariñoso cuando está de cuidador. O, un miembro realiza actos suficientemente ambiguos como para despertar los celos del otro y mantenerlo atado a la angustia de posesión y al control que esto genera.

#### *Explorando la intersubjetividad tríadica*

El sistema tríadico es más complejo que el diádico ya que en él sucede el cruce de varias dimensiones.

La unidad edípica es el triángulo primordial relacional, donde ocurren los procesos de asociación, coalición, inclusión, exclusión, competencia y circulación del deseo.

Se trata de la unidad tríadica, más compleja que la diádica donde en primera instancia se ajusta la experiencia vital. Básicamente podemos decir que la experiencia es placentera/ displacentera. Y que la displacentera es aquella en la cual hay angustia involucrada, amenaza. Una unidad edípica amenazante es una que no es suficientemente contenedora o por el contrario una que lo es mucho y que no permite la exploración, transformándose así en amenazante. Todo hijo se encuentra ocupando posiciones en esta matriz relacional tríadica y aprendiendo a acoplarse a ella de un modo que le permita tanto estar, como no-estar para explorar (Minuchen, 1982).

Si se trata de niños sintomáticos la unidad edípica es un subsistema a evaluar. ¿Qué posición ocupa ese niño entre sus padres? La posición se refiere a la función que ejerce en la pareja de padres. ¿Es decir, que se espera de ese hijo para que los padres se sientan bien, sin amenazas? Todo hijo ocupa alguna función en esta posición que lo habita y deshabilita en el ejercicio de ciertas competencias relacionales. Aceptar la función implica hipotecar el deseo propio en función del deseo de otro. Esta pérdida es la ganancia de la articulación a la lógica social. En esta lógica de acuerdos hay una transacción donde cada cual le aporta a otros algo que necesitan y donde nos es aportado lo homónimo. Por esto la solución del triángulo, es decir encontrar cómo entrar y salir de este complejo sistema de deseos, alianzas y coaliciones manteniendo la homeostasis nos permite abrirnos sin angustia a la articulación comunitaria y convertirnos en sujetos sociales.

Si se trata de adultos, los triángulos que podrían estar a la base de un ajuste angustioso se suceden en diversos dominios afectivos que es necesario examinar: el triángulo suegra-esposa-marido suele ser un dominio de tensiones porque pone a prueba las lealtades con la familia de origen, representadas en la madre tanto de

él como de ella. También los triángulos en los que están involucrados hijos y abuelos con exclusión de uno de los padres podrían constituir una amenaza. Cualquier triángulo que excluya al conyuge será un punto de tensión que el sistema tendrá que aprender a solucionar. Todos estos triángulos son expresiones desplazadas del triángulo edípico y ciertos remanentes infantiles sostienen la angustia de una tarea no terminada que reaparece en la adultez.

### *Explorando la intersubjetividad grupal*

En los niños explorar las funciones que cumplen en su grupo-curso; en su grupo de amigos, en el deporte o los scouts nos da una idea de las angustias involucradas. En los adultos el campo laboral y las tensiones a las que es sometido son también una forma de examinar dichas angustias.

## ANGUSTIAS PROPIAS DE LOS SISTEMAS RELACIONALES

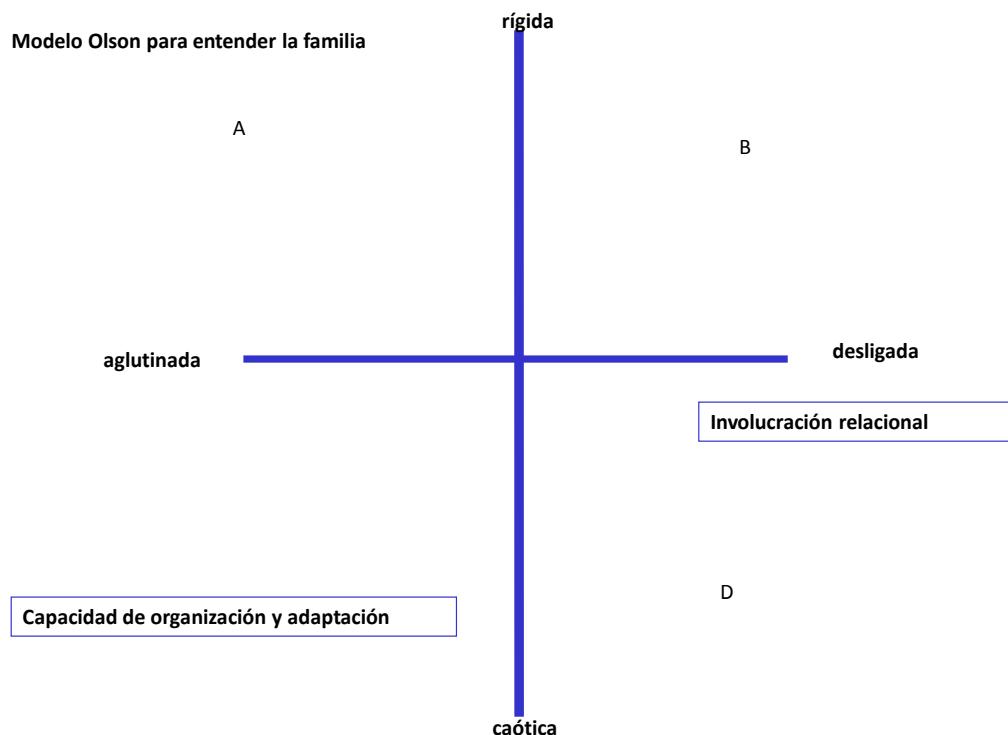
Como un sistema familiar es un grupo que conforma enlaces afectivos entre sí, tanto la fusión y la consiguiente pérdida de la individualidad como la separación y la pérdida de protección se encontrarán jugando con el cerca/ lejos relacional. La homeostasis del sistema será sana si toma modos flexibles de adaptación. Una familia funcional tenderá a estrechar sus lazos cuando haya que socorrer a uno de sus miembros y tenderá hacia la exploración cuando todo esté tranquilo.

Para evaluar las angustias desde un punto de vista sistémico usaremos el modelo de Olson (1983). Se trata de un modelo tensivo entre los ejes de involucramiento o cohesión y el de adaptación u organización familiar. En la tabla siguiente podemos ver cómo opera.

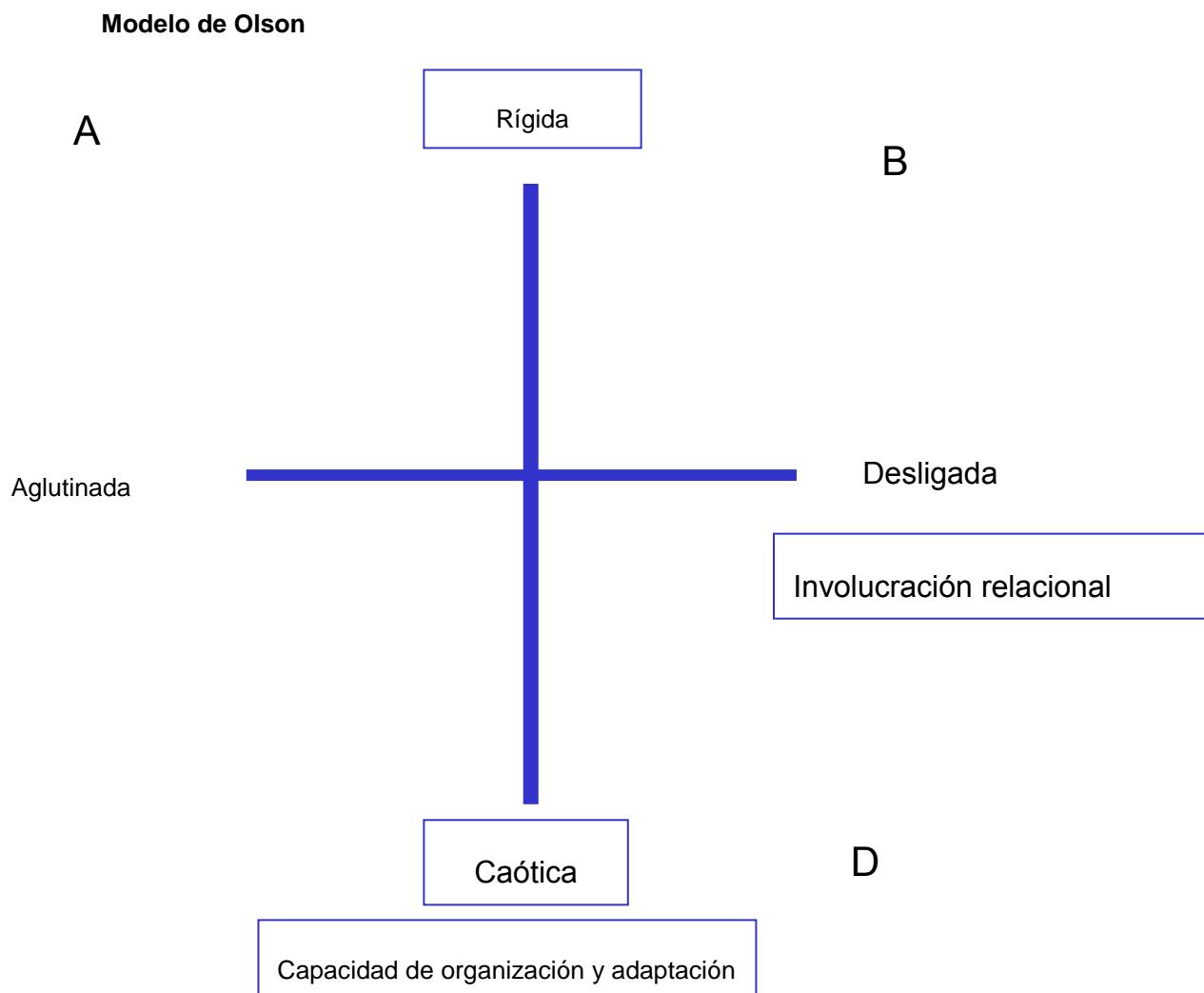
La familia se puede evaluar considerando dos dimensiones fundamentales:

1. Cohesión: Grado de compromiso emocional entre los miembros. Va desde la aglutinación hasta el desligamiento emocional.

2. Adaptación: Grado de movilidad entre los miembros cuando es necesario organizarse. Va desde la máxima flexibilidad (caos) hasta la máxima estabilidad (rigidez).



**Figura 1:** Modelo de Olson para la evaluación familiar.



Como en todo modelo tensivo es posible individualizar cuatro cuadrantes que en este caso representan la estructura familiar como:

A: Rígida Aglutinada: poca flexibilidad en sus reglas de funcionamiento e intenso compromiso emocional entre sus miembros.

B. Rígida Desligada: poca flexibilidad en sus reglas de funcionamiento y escaso compromiso emocional entre sus miembros.

C: Caótica Aglutinada: Reglas cambiantes y poco predecibles más intenso compromiso emocional entre sus miembros.

D: Caótica Desligada: Escasa flexibilidad según las circunstancias y escaso compromiso emocional entre sus miembros.

Las familias aglutinadas tienden a regular mejor la angustia cuando se encuentran a escasa distancia emocional, es decir cuando se acercan y desdibujan los límites entre sus miembros, como “regresando” a etapas de funcionamiento anteriores e incrementando sus niveles de dependencia. Si ocurre que dado el momento o el contexto lo que se produce es una distancia emocional, entonces los mecanismos de autorregulación suelen ser insuficientes y aparece la llamada angustia de separación. Podemos decir que si hay angustia de separación es posible que estemos en una familia aglutinada.

Lo contrario ocurre en la familia desligada donde el mejor modo de regular la angustia es utilizando la autorregulación ya que la cercanía emocional genera la angustia de fusión. Abandono e intrusión son los extremos en las amenazas vivenciadas por cada una de estas familias.

Cada familia, según sea su estilo predominante regulará la angustia a través de mecanismos de regulación relacional o mecanismos de autorregulación. Si nos fijamos en la Figura 2 vemos que los miembros de la familia Rígida Aglutinada tenderán a buscar, frente la amenaza, refugio en los otros miembros y a controlar variables posibles de controlar (p.ej. estudios, peso corporal, inversiones) como mecanismo de autorregulación. Por esto es más frecuente encontrar trastornos de separación o trastornos de alimentación en este tipo de familias.

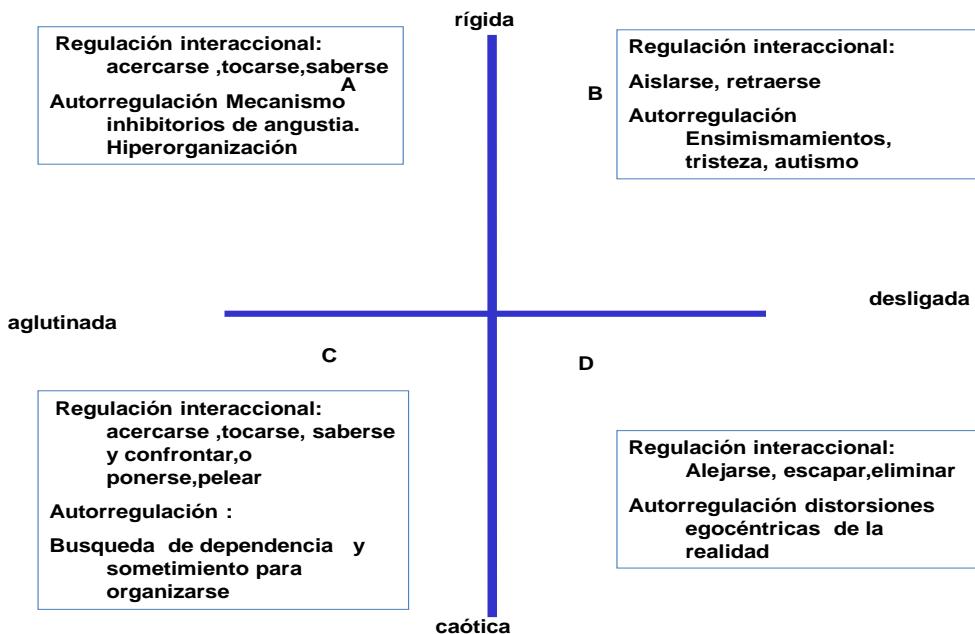
Las reglas de la familia Rígida Desligada es que frente a procesos de amenaza la familia se separa emocionalmente y cada uno de los miembros intenta no “contaminar” a los otros con sus dificultades. Hay un aislamiento y retirada

emocional que pueden lograr restituir el equilibrio, pero a su vez producir cuadros depresivos caracterizados por silencio, desafectación y tristeza.

En el caso de la familia Aglutinada Caótica, los miembros tenderán a acercarse cuando codifiquen signos de alarma, pero como su capacidad de sostener y contener es precaria, este acercamiento generará el derrumbe de la organización, cayendo el apoyo aparecerán crisis agresivas y estallidos de conflictos cuando el miembro afectado busque refugio en los otros. La autorregulación será entonces abdicar a los logros de autonomía y someterse, asunto que será difícil de sostener tornando el sistema inestable. Por esta razón algunos miembros de este tipo de familia son calificados como “bipolares” porque la familia oscila entre la necesidad de estar cerca del miembro afectado y la imposibilidad de sostener dicha contención.

En la familia Desligada Caótica la regulación del sistema se obtiene alejándose unos de otros, disminuyendo la angustia de fusión o invasión, pero en la autorregulación se echa mano de mecanismos que distorsionan la realidad de manera egocéntrica cayendo en la omnipotencia y la descalificación y depreciación propia y de los otros con lo cual se puede mantener el estrés.

**Figura 2:** Mecanismos de regulación y autorregulación utilizados por los distintos estilos de familia.



Más profundamente podemos describir estas angustias en relación a las defensas utilizadas por la familia. Situaremos en un continuo a la represión y la negación. Ambos mecanismos representan el modo en que la familia le ha enseñado a sus miembros a percibir las realidades emocionales.

En la represión la realidad es percibida, pero mantenida entre paréntesis. A veces salta del paréntesis por ejemplo cuando la familia está reunida y se arman chistes que la sacan a relucir. Se trata de una percepción que por razones de convivencia están acalladas, silenciadas, veladas y pueden aparecer bajo ciertas circunstancias. No ocurre lo mismo con la negación. Aquí el aprendizaje no ha sido mantener a raya la percepción sino eliminarla. De modo que cuando hay negación lo evidente, literalmente, no es visto. Por ejemplo, una paciente que está con insomnio, llora, baja su rendimiento escolar o laboral y no es vista como portadora de una depresión o la evidente desnutrición de una adolescente que sólo se transforma en patología cuando un observador externo en posición objetiva la nombra.

Si construimos un modelo donde hacemos interactuar estos mecanismos de defensa a la angustia con los dos tipos de angustia que hemos señalado anteriormente podemos notar que:

La familia que utiliza la represión a la angustia de separación durante el desarrollo de sus miembros va creando una psiquis que se maneja en las distancias emocionales utilizando pautas de duelo, es decir va organizando la relación con otro a través de sucesivas y variadas pérdidas de la idealización y reapropiación de la realidad para sostener la cercanía.

La familia, en cambio, que se mueve con la angustia de fusión utiliza pautas de rechazo más que duelo para mantener la distancia emocional necesaria para su organización psíquica.

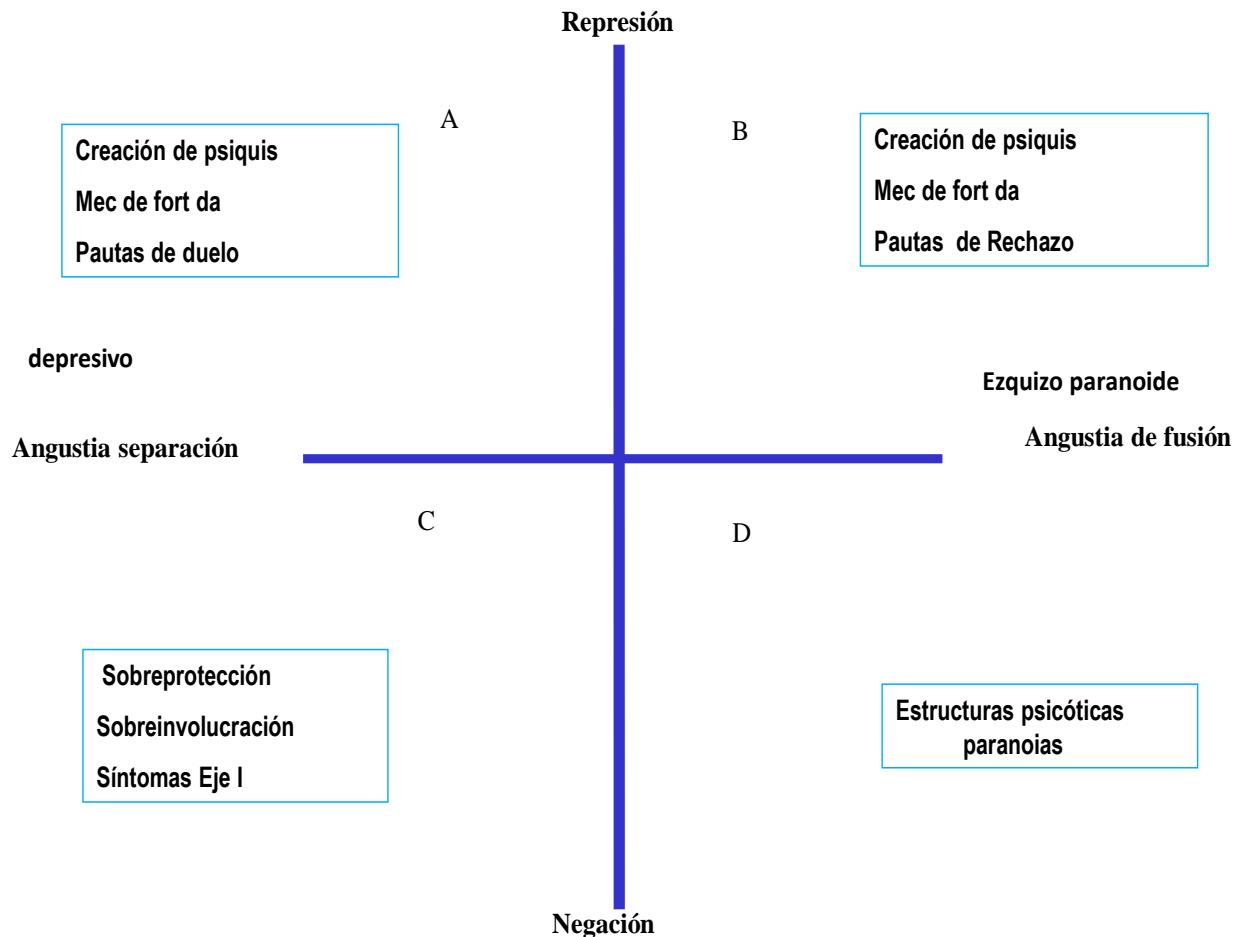
Las pautas de duelo llevaría al sistema a ocupar una posición depresiva (como la llamaría Melanie Klein) en cambio la angustia de fusión acerca al sistema a una configuración más esquizoparanoide en la cual el otro es una amenaza para la estabilidad y es tratado como un enemigo cuando pretende acceder al espacio emocional cercano.

Si analizamos el mecanismo de negación cuando suprime la ansiedad de separación veremos que es allí donde ocurren los fenómenos de sobreprotección. Es posible negar la ansiedad que provoca la distancia con otro, al proyectarla en el otro de modo que se ve al otro como necesitado y desprovisto, necesitado de cuidado mientras se percibe la capacidad de ser el cuidador eficiente. Con esto se suprime la percepción de las capacidades del otro; se deposita el desvalimiento propio en el otro y desde esa certeza se le prohíbe explorar por peligroso para su integridad. Asunto que es muy frecuente entre las madres que aplican pautas de sobreprotección y construyen sujetos minusválidos en algún sentido. Otra forma que toma esta negación de la ansiedad de separación es la del sobre involucramiento que puede llegar hasta el punto de sentir que se “vive la vida del otro” conociendo cada uno de los detalles en una sobre involucración donde se pierden las distinciones del yo-tú o más bien donde nunca se logran conformar. Estas simbiosis que utilizan las pautas de sobreinvolucración como sinónimos del amor, hacen que la confluencia de un estado mental sobre otro sea tan enmarañada que no es posible tratar a un miembro sin tratar el otro si se quiere lograr éxito.

Cuando la negación en cambio suprime la ansiedad de fusión ocurre que aparecen estructuras de funcionamiento psicótico donde un miembro, al intentar regular por sí solo (ya que teme la fusión) la ansiedad que lo aqueja queda preso de su paranoia. En este tipo de casos es necesaria la presencia de otro para organizar la realidad.

**Figura 3:** Defensas a las angustias utilizadas por las familias para sostener su homeostasis.

## Modelo Tensivo de las defensas



## LA COMUNICACIÓN DE LA ANGUSTIA EN LOS SISTEMAS RELACIONALES

Los sistemas de comunicación, basados en lo desarrollado por Wilma Bucci (1997), entre los seres humanos pueden ser identificados como:

*Sistema Subsimbólico:* se trata de un proceso analógico de dimensión continua que utiliza modalidad específica sensorial, visceral o kinestésica. Es un proceso con canales en paralelo y es sincrónico entre al menos dos miembros del sistema. Actualmente este sistema puede ser representado por el funcionamiento de las neuronas espejo (2006) que se activan intersubjetivamente tanto en el cerebro del sujeto activo como en el del pasivo que lo observa.

*Sistema Simbólico No Verbal:* Es un modo que utiliza entidades no discretas como imágenes o patrones analógicos. Utiliza modalidades específicas sensoriales y puede ser secuencial o en paralelo. Los signos que circulan son icónicos, motivados por la presencia de algún aspecto que recuerda y desde el cual se completa la imagen.

*Sistema Simbólico Verbal:* Es el caracterizado por el uso de la lógica y la aparición del consenso simbólico a través del sonido y el significado de la palabra hablada. Sigue reglas sintácticas y semánticas.

La angustia es la comunicación de un estado fisiológico que utiliza el cuerpo como medio de expresión. En un discurso no solo estamos frente a un texto que contiene significado sino que este texto es enunciado por alguien para alguien siguiendo algunas condiciones. Para Mergenthaler (en Bucci, 1997) es posible medir en el discurso:

- 1- Concretitud: en lo perceptual, sensorial, visceral, motor
- 2- Imagería: Capacidad del texto de provocar imágenes
- 3-Especificidad: detalles de objetos y personas
- 4-Claridad: Imagen pensada, traspasada

Las dos primeras son esenciales para comunicar el afecto asociado al texto y por esto podemos decir que una unidad comunicacional está conformada por un conjunto de lenguaje-imagen-afecto (fisiología) y que por lo tanto lleva en sí misma varios niveles de comprensión. Una unidad de significación comunicativa se establece como tal solo si entra en resonancia con otro, es decir, si es capaz de movilizar alguno de los aspectos que lleva consigo. La unidad se hace comunicativa cuando ingresa al sistema lingüístico-imaginario o fisiológico del otro. Las personas que nos son “significativas” son justamente aquellas que nos permiten “hacer significado” al sintonizar, resonar o coincidir con aspectos afectivos, semánticos o sintácticos.

Cuando de afectos se trata es posible capturar en un sistema quiénes están en resonancia y por lo tanto comunicados y quiénes ausentes del sistema comunicacional.

La función parental una vez que se ha sintonizado con la angustia del hijo es contenerla y enseñarle a elaborarla. De este modo es que se traspasan los llamados mecanismos de defensa a la angustia y de este modo es que se construyen las reglas familiares de comunicación. Hay familias de alta expresividad emocional donde el conflicto es evitado, hay hostilidad y crítica entre ellos, en las cuales la angustia corre por debajo del discurso sin posibilidad de ser elaborada versus otras en que aparentemente el nivel de conflicto es mayor, pero que solucionado el *impasse* vuelven a un equilibrio sano.

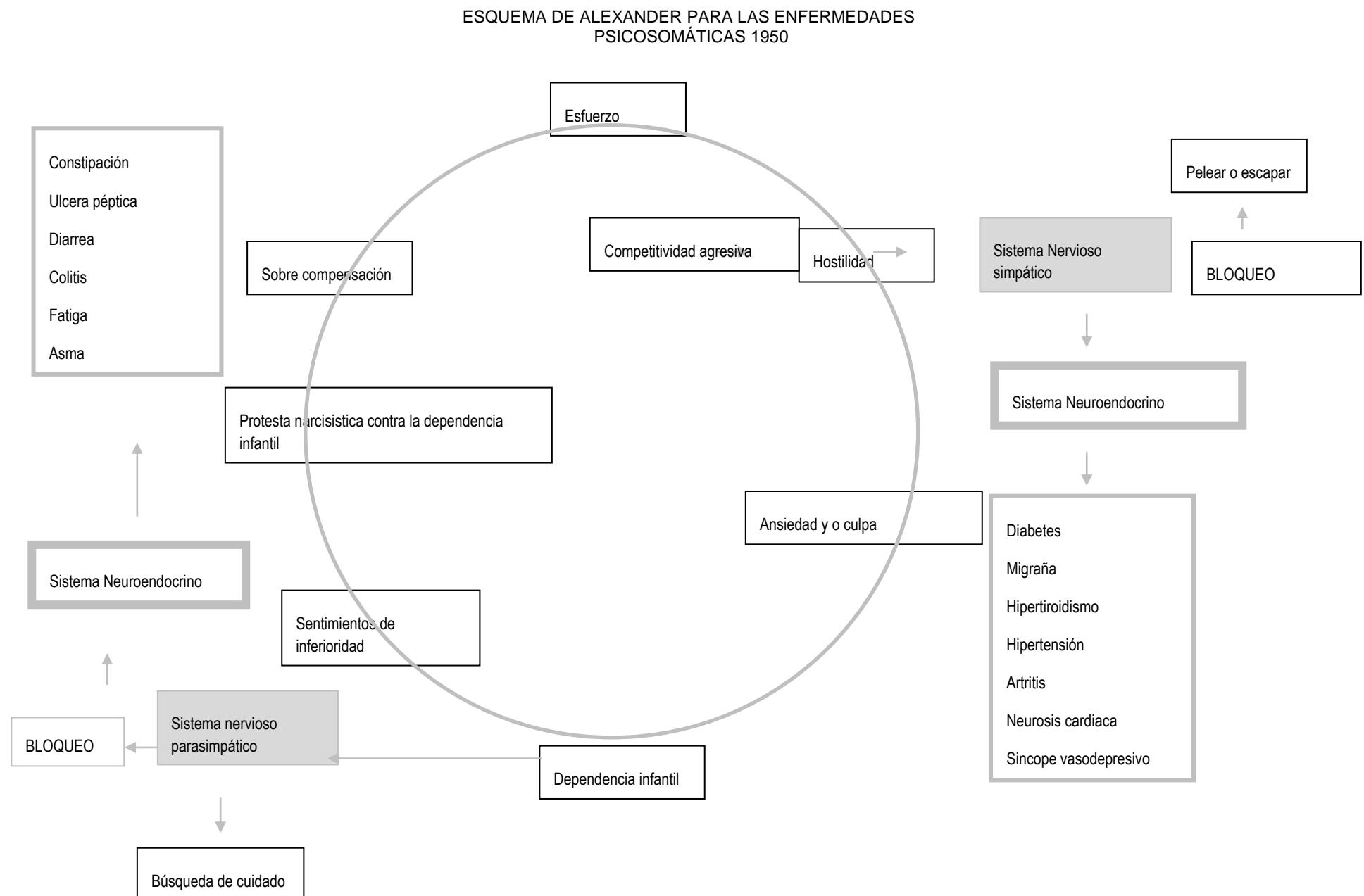
### ANGUSTIA Y EQUILIBRIO AUTÓNOMO

Los modelos de la angustia y la depresión que posicionan al cortisol como la hormona causante del estrés nos tienen mirando hacia el sistema adrenérgico central. Sin embargo, es el continuo equilibrio entre el sistema simpático (no adrenérgico) y el parasimpático (colinérgico) el que da cuenta de la sensación de bienestar.

Ya en el año 1946, Alexander, tomado de este principio, presenta un modelo, hoy clásico, para explicar las enfermedades psicosomáticas que llamó las “Chicago Seven” porque eran siete y las presentó en la ciudad de Chicago. En este modelo grafica cómo se produce el círculo de la dependencia y la autonomía. Lo que nos parece relevante para nuestro tema, es que cuando un individuo se siente ansioso buscará apoyo en el sistema de cuidado. Si el sistema está bloqueado el individuo se enfermará especialmente de su tubo digestivo o respiratorio (asma, colitis, úlcera). También puede suceder que el individuo frente a la necesidad de apoyo sienta que debe solucionarlo solo y que se rebela contra quienes se lo han dado de un modo un tanto altanero y omnipotente, sobrecompensando la necesidad de dependencia y haciendo un esfuerzo e incluso buscando cómo lograr su propia autorregulación. Hasta ahí no hay contacto con otros. Éste empieza a aparecer cuando el individuo quiere competir

haciendo gala de su capacidad de autonomía. Puede que de la competencia pase a la hostilidad y sea allí cuando incremente la actividad del simpático, desligándose del parasimpático que lo llama a la pasividad, y la dependencia para pasar a la actividad , la exploración , la huida o la pelea. Si el sistema simpático está bloqueado entonces serán para Alexander (op. cit.) el corazón a través de arritmias, infartos o los sistemas relacionados con la energía como el páncreas o la tiroides quienes sufrirán las consecuencias del desbalance.

Figura 4. Esquema Canónico de Alexander para enfermedades psicosomáticas.



Este modelo entonces nos parece que puede mostrar cómo la presencia de otros es esencial en el equilibrio autonómico. Es con otro que puedo sentir la protección, con otro competir y con otro pelear. Cuando hay otro disponible, el sistema realiza su finalidad y la sanidad continúa. Sin bloqueo no hay patología.

## LAS ESCUELAS DE TERAPIA FAMILIAR Y SUS FORMAS DE COMPRENDER E INTERVENIR EN EL ACONTECER RELACIONAL

El mayor nivel de desarrollo de la Terapia Sistémica se ha logrado en la Terapia Familiar desde donde se pueden individualizar escuelas que utilizan modelos para entender, acceder y operar con la familia.

En un brevísimo resumen los presentamos a continuación:

a. *Modelo Experiencial*: basado en los principios del aquí-ahora de la experiencia relacional. Pone énfasis en lo que las personas están sintiendo mientras ocurre la sesión de terapia haciendo una inferencia con esto y supone que la parte corresponde al todo y que lo expresado en ese momento es más o menos la experiencia que esa persona tiene en ese grupo familiar. Se trabaja haciendo cambios en esa experiencia a través de movimientos (uso de esculturas por ejemplo); cambios de posiciones en la sesión; cambio en las distancias corporales. Intenta descongelar emocionalmente, volver a sentir y para esto el propio terapeuta debe estar abierto a la intuición y creatividad. Exponente: Carl Whitaker (1992).

b. *Modelo Estructuralista*: Basado en que existe un conjunto de demandas y posibilidades que organizan las posiciones actanciales de cada miembro. Se trabajan las reglas que sostienen el funcionamiento familiar. Se apuesta a que un orden basado en el cuidado que dos adultos dan a sus hijos; límites de subsistemas claros; restablecería el bienestar familiar. Se usan técnicas de reencuadrar situaciones; escenificar para ampliar; producir alianzas que desequilibren el sistema inicial; cuestionar el modo en que se realiza la vida familiar; usar paradojas relacionales (No dejes de hacer lo que estás haciendo,

que algo podría cambiar). Exponentes: Salvador Minuchen (1982); Roma: Angelo, Andolfi (1993); Nicoló Milán: Selvini Palazzoli, Prata; Cecchin; Boscolo (1993).

c. *Modelo Transgeneracional*: se trabaja usando los modelos de Boszormenyi-Nagy (1973), acerca de los haberes y debes que se generan a través de las generaciones. Se usa el genograma extenso (tres generaciones) para comprender las posiciones que generan acciones y sentimientos en la familia o pareja actual (Mc Goldrick, Gerson, 1986; Gergen, 1996). Exponentes: Ivan Boszormenyi-Nagy (1973) Bagarozzi; Anderson (1986); Murray Bowen (1989), Lyon-Ruth, Karlen (1998); Framo (1996).

d. *Modelo Estratégico*: conceptualiza y determina un motivo de consulta sobre el cual se trabaja acotadamente hasta solucionarlo. Pone el control, y el poder al centro de la construcción del problema y trabaja con tareas. Prescribe conductas y usa paradojas. Exponentes: Milton Erickson (1979); Jay Haley (2008); Cloe Madanés (2007).

e. *Modelo constructivista-Narrativo*: basado en la construcción/deconstrucción de significados que generan malestar en la familia. Utiliza diversas formas de variar la significación de los elementos dados como datos evidentes. Toma aspectos derivados de la lingüística para hacer cambios en el discurso (White, M. 1990) y está emparentado con la construcción del sentido (Eco, 2004; Greimas, 2001) y con lo que entendemos por lenguaje y lenguajear en un conversar (Maturana, 1976). Exponentes: Cecchin, Boscolo Goolishian; Anderson (Ugazio, 2001).

## RESUMEN

Podemos deducir de los enunciados sistémicos que:

a. La psiquis es un acuerdo intersubjetivo variable

- b. La estructura psíquica (objeto posible de ser clasificado y comparado) corresponde a patrones aprendidos en acoplamientos significativos en ciertos momentos del desarrollo que pueden ser más o menos rígidos.
- c. La psicopatología corresponde a la incapacidad de acoplarse y variar los significados de la vivencia.
- d. El sujeto es siempre resultado de un actante biológico acoplado en una relación
- e. La comprensión de los fenómenos psíquicos está en la posición funcional de un individuo y no en el individuo mismo.
- f. No existe un dentro/ fuera existe el acoplarse para adaptarse al otro. Se es-en-con-para otro.
- g. La intervención terapéutica se realiza en los patrones intersubjetivos de las relaciones repetitivas.

## CONCLUSIÓN

Cualquiera sea la intervención que organicemos para reestructurar un sistema que está produciendo interacciones disfuncionales al bienestar, requerirá conocer las bases de la Teoría Sistémica y de la Clínica familiar.

Los médicos de medicina familiar tienen un importante rol en lograr cambios en los patrones familiares que determinan las formas psíquicas a través de breves y estratégicas intervenciones familiares. La psíquica es el mediador, amortiguador entre los eventos y los niveles de estrés que estos provocan en el organismo. Una psíquica suficientemente dotada de mecanismos homeostáticos hace que la salud global de una persona permanezca estable, logrando con esto la prevención de múltiples patologías somáticas. Las intervenciones posibles de realizar al interior de una familia surgen justamente de la comprensión de los conceptos entregados por los diversos autores citados. Como guías del pensamiento y del operar facilitan la evaluación en resonancia de modo de crear una intervención novedosa para esa familia en ese momento y contexto. Cada concepto es el origen de una intervención

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alexander, F. y Thomas, M. (1946). *Psychoanalytic Therapy: Principles and Application*. New York: Ronald Press
- Andolfi, M. (1993). *Tiempo y mito en terapia familiar*. Barcelona: Paidós.
- Bagarozzi, S y Anderson, A. (1996). *Mitos personales, matrimoniales y familiares*. Barcelona: Paidós.
- Bateson, C. (1989). *El temor de los ángeles* Barcelona: Gedisa Serie El mamífero parlante.
- Borzomengy, N. (1973). *Lealtades familiares*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Bowen, M. (1989). *De la familia al individuo*. Barcelona: Paidós.
- Bucci, W. (1997). *Psychoanalysis and cognitive science: a multiple code theory*. New York: The Guilford Press.
- Eco, U. (2004). *Lector in fabula: la cooperazione interpretativa nei testi narrativi*. Milano: Editoriale Bompiani.
- Eco, U. (1975). *Trattato di semiotica generale*. Milano: Bompiani.
- Erickson, M. & Rossi, E.L. (1979). *Hypnotherapy: an exploratory casebook* New York: Irvington.
- Framo, J. (1996). *Familia de origen y psicoterapia Un enfoque interaccional*. Barcelona: Paidós.
- Gergen, K. (1996). *Realidades y relaciones*. Barcelona: Paidós.
- Greimas, A.J. (2001). *Del senso*. Milano: Editoriale Bompiani.
- Haley, J. (2008). *Terapia para resolver problemas*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Lyon-Ruth, K. (1998). The two-person unconscious: Intersubjective dialogue, enactive relational representation, and the emergence of new forms of relational organization. Originariamente publicado en *Psychoanalytic Inquiry: A Topical Journal for Mental Health Professionals*, 19 (4), 576-617. Traducción: El inconsciente bipersonal: el diálogo intersubjetivo, la representación relacional actuada y la emergencia de nuevas formas de organización relacional. *Revista Aperturas Psicoanalíticas*, 4.
- Madanés, C, (2007). *Terapia familiar estratégica*. Buenos Aires: Amorrortu.

- Mahaler, M. (1977). *El nacimiento psicológico del infante humano: simbiosis e individuación*. Buenos Aires: Marymar,
- Maturana, H. (1973). *De máquinas y seres vivos*. Santiago: Universitaria.
- Maturana, H. (1988). Ontología del conversar. *Revista de Terapia Psicológica*, VII (10), 15-23.
- Maturana, H. (1984). *El árbol del conocimiento* (5<sup>a</sup> edición). Santiago: Universitaria.
- Mc Goldrick y Gerson, R. (1986). *Genogramas en la evaluación familiar*. Barcelona: Gedisa.
- Minuchen, S. (1982). *Familias y Terapia familiar*. Buenos Aires: Paidós.
- Olson, D.H., Russell, C.S. & Sprenkle, D.H. (1983). Circumplex Model of Marital and Family Systems: VI. Theoretical update. *Family Process*, 22: 69-83.
- Peirce, C. (1931-35). *Collected Papers*. Cambridge: Harvard University Press.
- Prigogine, I. (1971). *Thermodynamics Theory of Structure, Stability and Fluctuations*. London: Wiley-Interscience.
- Rizzolatti, R. & Sinigaglia, C. (2006). *Mirrors en the brain: how our minds share actions and emotions*. USA, Oxford: University Press.
- Rodríguez, D. (1989). *Teoría de sistemas*. Santiago: Universitaria.
- Selye, H. (1956). *The Stress of life*. New York: McGraw-Hill.
- Torretti, R. (2013). *Manuel Kant. Estudio sobre los fundamentos de la filosofía crítica*. Santiago: UDP.
- Ugazio, V. (2001). *Historias permitidas, historias prohibidas*. Buenos Aires: Paidós.
- Vico, G.B. (1849). *Principio di una scienza nuova*. Recuperado (18, enero, 2014) de:  
[http://books.google.cl/books?id=VskLAAAAIAAJ&printsec=frontcover&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.cl/books?id=VskLAAAAIAAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Von Bertalanffy, L. (1967). *Robots, hombres y Mentes*. Madrid: Guadarrama.
- Watzlawick, B. (1991). *Teoría [Pragmática] de la comunicación humana*. Barcelona: Herder.

White, M, y Epston, D. (1990). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós.

Whitaker, K. (1992). *Meditaciones nocturnas de un terapeuta familiar*. Buenos Aires: Paidós.