

TERAPIA FAMILIAR SISTEMICA ESTRUCTURAL-PSICODRAMATICA

Iª parte: Bases conceptuales

Autora: Susana Baer Mieses

Médico psiquiatra. Psicodramatista. Terapeuta familiar.

IIª parte: Integración de la Terapia Estructural y el Psicodrama como modelos de comprensión de los Sistemas Psicosociales

Autora: Elisa López Barberá

Psicóloga clínica. Trabajadora social. Psicodramatista. Terapeuta familiar.

TERAPIA FAMILIAR SISTEMICA ESTRUCTURAL-PSICODRAMATICA.

Resumen

En la primera parte del artículo, se presenta el modelo de trabajo del equipo de Terapia Familiar del I.T.G.P. como síntesis del modelo sistémico estructural y el psicodrama, a nivel conceptual y técnico, sus áreas de intervención y su metodología encaminada a la reestructuración del sistema-escena disfuncional mediante técnicas activas.

La segunda parte se detiene en el punto de partida (el hombre en relación con su contexto) y los referentes del modelo: conceptos antropológicos (espontaneidad), psicológicos (recursos), terapéuticos (hombre sano) y sociológicos (microsociología de los grupos humanos). Alimentado aquél por la Teoría de Roles y la Teoría de la Espontaneidad de Moreno, por una parte, y la noción de Re-estructuración Sistémica hacia la Flexibilidad de Minuchin, por otra, se pretende la emisión de respuestas espontáneas generadas por y desde el propio sistema, a través del manejo de roles, hacia el logro de situaciones flexibles y funcionales con relaciones vinculares adecuadas.

PSYCHODRAMATIC-STRUCTURAL SYSTEM FAMILY THERAPY.

Abstract

The first part of the paper introduces the working model of the I.T.G.P.'s Family Therapy Team as a synthesis of structural system model and psychodrama, both at conceptual and technical levels, as well as their intervention areas and methodology focused on the restructuring of disfunctional system-scenes through action techniques.

The second part underlines that model's start point (man in relation with context) and references: anthropological (spontaneity), psychological (resources), therapeutical (healthy man) and sociological (microsociology of human groups) concepts. Built up on Moreno's Role and Spontaneity Theory, on the one part, and Minuchin's notion of Systemic Re-structuration towards Flexibility, on the other part, this model searches spontaneous responses generated by and from the system itself, through role

management towards flexible and functional situations with proper binding relationships.

PALABRAS CLAVE

Sistemas humanos
Contexto Integración
Espontaneidad
Sistema-escena
Transacciones
Estructura
Pautas
Funcionalidad
Reestructuración
Acción
Circularidad
Jerarquía

KEY WORDS

Human systems
Context Integration
Spontaneity
System-scene
Transactions
Structure
Patterns
Functionality
Re-structuration
Action
Circularity
Hierarchy

BASES CONCEPTUALES

Para comenzar damos una cálida bienvenida a este hijo deseado recién nacido: la Asociación Madrileña de Terapia de Pareja, Familia y otros sistemas humanos. Hemos creado un nuevo sistema, cuya estructura ha sido elaborada en muchas noches, después de la jornada habitual de nuestros respectivos trabajos. Las reglas explícitas que organizan nuestra futura labor están recogidas en el Estatuto que nos da un marco contextual. Nuestras reglas implícitas se irán forjando a través del tiempo, en una historia común que compartiremos. Nuestro deseo es que las reglas que subyacen al nuevo sistema sean lo suficientemente flexibles para permitirnos un crecimiento y un desarrollo eficientes a la vez que nos den un sentido de pertenencia que garantice su sobrevivencia. Este "hijo" inicia su camino, puestas en él una serie de expectativas y el legado de sus "padres". Como en un sistema familiar, cada uno de los que hemos engendrado al nuevo sistema, provenimos de otros con características y reglas que les son propias. Esperamos poder preservar y afianzar la diferenciación que nos distingue, a la vez que enriquecernos con los aportes recíprocos y con los que provengan de otros contextos, para alcanzar los objetivos que nos hemos planteado al crear el nuevo sistema.

El marco amplio y flexible que hemos procurado dar a esta Asociación, permite que sus miembros emprendan la tarea común que nos une desde distintos enfoques conceptuales y sus correspondientes abordajes terapéuticos.

Presentamos esta aportación para explicitar el modelo de trabajo de nuestro equipo de Terapia de Familia del Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama, institución privada con domicilio en Madrid. En este instituto nos dedicamos con especial énfasis a los grupos humanos y, por lo tanto: al grupo familiar. Desarrollamos nuestra labor en las áreas: investigación, clínica y docencia, considerando de primordial interés la prevención.

Desde nuestra formación como psicodramatistas y como terapeutas de familia en el marco estructural, venimos desarrollando una síntesis de ambos modelos, en los niveles conceptual y técnico, que constituye la base de nuestra labor. El punto de partida es el pensamiento sistémico, en el cual insertamos el abordaje terapéutico de los distintos sistemas humanos. Teniendo como base el paradigma sistémico, que nos permite hablar de escenas cuya concatenación es expresión del devenir vital de los sistemas y recordemos que también el individuo constituye un sistema -hemos elaborado el marco conceptual de la que denominamos: terapia estructural-psicodramática.

Este enfoque considera al individuo como inseparable de su entorno desde el mismo momento de su nacimiento, es más, desde su concepción. A partir de allí el ser humano influye en su contexto y es influido por éste en un intercambio incesante que durará toda su vida. Todos conocemos los pensamientos de José Ortega y Gasset, acerca del hombre y sus circunstancias. Por la misma época, hacia 1920 otro gran pensador, el médico romano Jacob Levi Moreno, habla del hombre como " ser en relación " .Pareciera que en aquella época hubiera surgido una necesidad de explicar los fenómenos propios del ser humano, desde una perspectiva que no sólo abarca la dimensión intrapsíquica del sujeto, sino que involucrara el contexto en que se desenvuelve. A partir de allí, Moreno desarrolla la teoría del vínculo que subyace al psicodrama, modelo por él creado.

La relación vincular se basa en la interacción de los individuos a partir de la dinámica rol/contrarrol. Denominamos 'rol' a un conjunto de actitudes, comportamientos, sensaciones y sentimientos que se activan en relación con el otro y que se forja en el proceso evolutivo del individuo.

En teoría el ser humano tiene la posibilidad de desarrollar una amplísima gama de roles. Estos se generan en las denominadas "matrices" o locus que son los espacios en los que se relacionan los individuos. En el transcurso del proceso evolutivo, Moreno distingue la matriz de identidad en sus fases indiferenciada y diferenciada, la matriz familiar y la matriz social. En cada una de ellas y a través de los procesos simbiótico, diabólico y simbólico del desarrollo se generan los diferentes roles del individuo.

En psicodrama, que etimológicamente significa explorar el alma mediante la acción, se procura recrear las vivencias que constituyen el entramado dinámico de la interrelación de roles denominado: escena. Permite explorar y detectar escenas que impiden el crecimiento del individuo ya su vez experimentar y poner en práctica nuevos roles que lleven a la integración racional, afectiva y corporal del sujeto, es decir: a la liberación de la espontaneidad y de la creatividad del sistema individuo.

Para Moreno, el objetivo último de su modelo terapéutico es devolver al ser humano su capacidad creadora y para ello involucra al individuo como totalidad. Es de Moreno, la famosa frase "en principio fue la acción " refiriéndose al hecho de que el ser humano implica lo afectivo y lo corporal en su expresión y, por lo tanto, en los mensajes que emite a través de los cuales se relaciona con su entorno. El modelo psicodramático considera al individuo desde esta doble vertiente, facilitando la recreación de escenas en el aquí y ahora, mediante la dramatización y el empleo de técnicas activas.

La terapia sistémica estructural de Salvador Minuchin se basa en una conceptualización similar en muchos aspectos a la psicodramática. Su fundamento también considera al hombre un ser social que forma parte de diversos sistemas. Estos se gobiernan mediante determinadas pautas transaccionales que constituyen las reglas del sistema y se reflejan en la estructura del mismo. Consiguientemente, podemos establecer un parangón entre el concepto de pautas transaccionales entre individuos y la dinámica rol/contrarrol que crea la interacción.

Si en el sistema se descubren pautas transaccionales redundantes, que crean reglas rígidas que impiden o dificultan la individuación y diferenciación de sus miembros y el crecimiento del sistema, también podemos hablar de roles estereotipados que restringen o coartan la capacidad creadora y la evolución del individuo, como así también del sistema del que forma parte.

Minuchin habla de la existencia de recursos en todos los sistemas y su objetivo terapéutico en las familias es la movilización de dichos recursos, para recuperar la funcionalidad atascada del sistema. Moreno procura liberar la espontaneidad creadora del hombre, para que acceda a un abanico más amplio de roles y, por lo tanto, a un mayor nivel de desarrollo.

Por ende observamos cómo ambos modelos ofrecen al sistema la posibilidad de vivenciar y percibir alternativas a la propia realidad. La metodología empleada consiste fundamentalmente en la modificación de la escena-sistema que impide el crecimiento, mediante técnicas basadas en la acción. La confrontación con situaciones nuevas que determina la puesta en práctica de nuevos roles facilita la modificación del sistema.

En la terapia estructural-psicodramática, el terapeuta asume el liderazgo del sistema terapéutico, se usa a sí mismo como modelo, actúa como guía y orientador y promueve el cambio a través de sus intervenciones. Una vez conseguida una buena acomodación al sistema familiar y detectado en éste suficiente capacidad morfogenética, introduce las técnicas activas para llegar al objetivo, es decir a la reestructuración del sistema, a fin de acceder a niveles de mayor eficiencia y funcionalidad.

El grupo familiar provee una matriz privilegiada de crecimiento y diferenciación a sus miembros. Las etapas de nacimiento, crecimiento, madurez y muerte que vivencia a través del tiempo, son las propias de todo organismo viviente.

El pasaje de una a otra etapa del ciclo vital de la familia es reflejo de un mayor nivel evolutivo y de una mayor complejidad de su estructura, a la vez que es expresión de un adecuado desarrollo funcional de sus miembros y del sistema como totalidad.

La terapia estructural-psicodramática es una terapia activa que se basa en 3 dimensiones: la acción, el espacio y el tiempo. La acción se expresa mediante el estar del cuerpo en el espacio: da acceso a la percepción de la realidad, tal como es vivida en este momento, eludiendo la distorsión y/o la defensa posibles si se atendiera exclusivamente al discurso verbal.

Hablamos de terapia en el aquí y ahora, refiriéndonos a las dimensiones espacio y tiempo. Ambas son innatas y universales, hacen a la esencia misma de la vida humana.

El espacio real de la consulta en la que se recibe a la familia, puede transformarse en espacio imaginario, según la situación que se recree. El tiempo asume una importancia básica, dado que se trata de una terapia en la cual el pasado y el futuro son válidos según sean percibidos y se manifiesten en el presente. El pasado y el futuro pertenecen a lo imaginario, el presente es el único tiempo con existencia concreta.

Para Moreno, el tiempo es una dimensión fundamental para el hombre, En su "Filosofía del momento" se refiere a la exaltación del momento en cuanto a su capacidad creativa para alejar del hombre su culto al pasado, o sea lo que él denominó "conserva cultural". Minuchin dice: "el presente del individuo es su pasado más sus circunstancias actuales" y "una parte de su pasado sobrevivirá siempre contenida y modificada por las interacciones actuales. El hombre tiene memoria: es el producto del pasado y al mismo tiempo, sus interacciones en sus circunstancias actuales apoyan, califican o modifican su experiencia",

Las intervenciones terapéuticas se dirigen hacia las relaciones actuales entre los miembros. Las técnicas activas son herramientas útiles para facilitar la toma de conciencia de roles estereotipados y para liberar las inhibiciones determinadas por dificultades, conflictos o temores ofreciendo la oportunidad de experimentar y aprender nuevos roles, es decir: de acceder a pautas transaccionales alternativas más funcionales entre los individuos.

Por último, no queremos dejar de mencionar la importante acción preventiva que puede desarrollar el terapeuta sistémico estructural-psicodramático, al actuar como agente integrador y liberador de culpas y deudas transgeneracionales, facilitando el balance de obligaciones y méritos entre las generaciones y reconociendo la intrincada red de lealtades que existe entre individuos y entre sistemas humanos,

INTEGRACION DE LA TERAPIA ESTRUCTURAL Y EL PSICODRAMA COMO MODELOS DE COMPRESION DE LOS SISTEMAS PSICOSOCIALES

Elisa LOPEZ BARBERA.

Desde la iniciativa de crear y subvencionar la Revista Vínculos, Pablo Población nos ofreció la oportunidad de incluir este trabajo.

La comunicación surgió como aportación a la Mesa Redonda con la que se inauguró oficialmente la Asociación Madrileña de Terapia de Pareja, Familia y otros Sistemas Humanos.

En su día, quisimos ofrecer una síntesis que abarcara el mayor número posible de aspectos de nuestro modelo de trabajo en los niveles conceptual y técnico.

No queremos dejar de advertir sobre este aspecto de síntesis, remitiendo necesariamente a otra serie de publicaciones que abarcan e ilustran más ampliamente los distintos puntos, aquí solo esbozados.

"Hasta Moreno se contempla al hombre como producto determinado en lo intrapsíquico por una relación. Desde Moreno se salta a una óptica del hombre dentro de una jerarquía de sistemas".* (Población -Sistema/Escena como modelo de comprensión de los sistemas psicosociales).

"El hombre es una totalidad, fruto en gran parte de su biografía y simultáneamente es parte de aquellos conjuntos humanos a los que pertenece: familia, grupos de pertenencia, sociedad entera".* (Población/López Barberá. Psicodrama y TGS).

Como psicodramatistas y terapeutas de pareja y familia nuestro punto de partida es pues, el hombre en relación con su contexto.

La teoría de Moreno surge en contacto con la realidad social, situando al hombre como ser en relación inseparable de la estructura social en la que está inserto.

Nuestra formación y experiencia psicodramáticas nos ha brindado una gran ayuda en el trabajo terapéutico con parejas y familias, tanto por el marco conceptual como desde el nivel operativo, al utilizar técnicas activas psicodramáticas.

Desde el marco teórico referencial contemplamos, como referentes significativos: Conceptos antropológicos, como el de espontaneidad (retomaremos el término más adelante). Criterios psicológicos como los de las dimensiones de potencialidades y recursos que poseen tanto el individuo como el grupo; Criterios terapéuticos como el de la dimensión del hombre sano como punto de partida; Conceptos sociológicos como los que comportan la visión microsociológica de los grupos humanos, y, por supuesto, de la familia.

Consideramos, pues, que desde el salto conceptual que considera al hombre como ser biopsicosocial, cobra sentido el estudio del grupo familiar.

Retomando los aspectos relacionales de los modelos estructural y psicodramáticos, destacamos que si bien ambos modelos no ignoran las operaciones intrapsíquicas, acentúan sin embargo el contexto interpersonal, considerando al hombre como ser activo y reactivo.

Existen 2 puntos claves que articulan ambos modelos: La Teoría de Roles y el Concepto de Espontaneidad.

Moreno define la espontaneidad como "La Respuesta adaptada a una situación nueva o la Respuesta original a una situación antigua".* (Moreno, Psicoterapia de Grupo y Psicodrama. Pág. 45).

Minuchin, hace referencia indirectamente al factor espontaneidad cuando destaca la importancia de la reestructuración del sistema familiar desde la elasticidad y flexibilidad. Aponte, discípulo de Minuchin, considera que un grupo familiar que se desarrolla satisfactoriamente, tendrá un sistema interno de delineaciones estructurales interdependientes, diferenciadas y flexibles, lo que equivale a una posición espontánea.

Nosotros inferimos la correlación entre el criterio bipolar funcionalidad/disfuncionalidad, con el concepto Espontaneidad, a la hora de evaluar un síntoma, y un sistema familiar.

A. A. Schützenberger puntualiza: "Espontaneidad no es hacer cualquier cosa de cualquier manera y con cualquiera; esto sería una espontaneidad patológica. Desde la óptica psicodramática ser espontáneo es hacer lo oportuno en el momento necesario; es la Respuesta funcional a una situación, generalmente nueva, y por esto mismo, difícil; debe ser una Respuesta adecuada y por esto mismo es difícil. Debe ser una Respuesta propia". Nosotros añadimos "ha de ser una Respuesta generada desde el propio sistema y por el propio sistema " .

Esta descripción operativa del factor Espontaneidad refleja uno de los objetivos prioritarios para cualquier terapeuta que se mueva en el paradigma sistémico, entendido éste como una óptica diferente de visión, comprensión y puntualización de los procesos, ni mejor ni peor que otras, y que incluso puede ser complementaria con otras lecturas de los mismos hechos.

Concluimos la mención del factor Espontaneidad, citando a Von Bertalanffy. "Es síntoma de enfermedad mental, la perturbación de la espontaneidad". (TOS W.B. pág. 215).

La teoría de Roles se imbrica con el concepto Espontaneidad. Moreno ofrece varias definiciones de Rol según se acentúe una u otra dimensión del mismo. En todas ellas sin embargo, existe un común denominador: la circularidad. Moreno nos dice que un rol provoca un contrarol que a su vez influye en el primero; esta realimentación es lo que conforma la circularidad de la relación, presente en cualquier dimensión del Rol.

Otro aspecto relevante de la funcionalidad del Rol, lo hallamos en relación a la homeostasis; con el fin de que el sistema familiar mantenga su equilibrio se hacen necesarios un rango suficiente de patrones de transacción así como la capacidad de desempeño de determinados roles que van a permanecer en interacción;' todo ello constituirá el entramado que sustenta la estructura familiar.

Cuando una persona mantiene rígidamente un repertorio muy limitado de roles, es muy probable que se emitan respuestas inoperantes frente a determinadas situaciones. El desempeño inadecuado de un rol desde la rigidez morfostática provoca la cristalización de un modo vincular de relación que conduce a la repetición de pautas ,; transaccionales disfuncionales para el sistema familiar.

Por lo tanto no sólo la espontaneidad sino la posibilidad de manejar diferentes roles, es lo que puede promover una situación flexible y funcional, que lleve a establecer relaciones vinculares adecuadas. Sin embargo es de sobra conocida la imposibilidad de pensar en el vínculo relacional como una estructura fija, así como la constatación de que todo cambio genera crisis en las relaciones; tanto desde el propio ciclo vital familiar como desde la influencia del contexto, muchos sistemas coevolucionan a través de las CRISIS.

La importancia de estos eventos es tal, que los terapeutas sistémicos utilizamos la CRISIS, como elemento promotor del cambio, llegando incluso a provocarla como estrategia terapéutica.

Sabemos también que existen sistemas que se mantienen fijos de un modo reiterativo, negando la evidencia de situaciones críticas.

La posibilidad de mayor o menor flexibilidad/rigidez depende de la interacción entre la propia estructura interna del sistema y los elementos del entorno.

Este es el momento en el que surge la definición más elemental de sistema: "conjunto de elementos en interacción". Trasladada al grupo familiar ya otros grupos humanos, un sistema es pues un conjunto de sujetos en interacción, que configura una estructura determinada y mantienen unas pautas transaccionales a través del desempeño de una serie de roles.

Esta definición del sistema humano puede ser, por lo tanto, aplicable a distintas entidades psicosociales, contextualizadoras.

Como terapeutas sistémicos sabemos que las reglas que rigen la conducta, la definición de los roles y las expectativas de las relaciones, variarán según el contexto. Por ejemplo muchos de nosotros hemos podido comprobar cómo la práctica clínica variará según el contexto sea privado o institucional. No tener en cuenta, al menos como referente, esta

diferenciación contextual conlleva el riesgo de una lectura y evaluación sesgadas de los sistemas implicados.

Desde este planteamiento consideramos que el concepto de Jerarquía de sistemas, nos lleva a situar a un sistema determinado como "elemento del sistema suprayacente".

Siguiendo el desarrollo realizado por Población consideramos a los sistemas:

- 1) desde una perspectiva bio!psicosocial.
- 2) desde una perspectiva microsociológica.

1.-Perspectiva bio/psicosocial:

- * Individuo (roles)
- * pareja / diada
- * familia.

2.-Perspectiva microsociológica:

- * Individuo (roles)
- * grupos de pertenencia
- * entorno laboral
- * Sistema Institucional
- * Sistema comunitario

Aracil* plantea que el Método sistémico es tal que "cuando analiza desciende de lo global a lo parcial, pero sin tratar de perder la visión de conjunto, cuando sintetiza desciende de las partes al todo, tratando de no olvidar los elementos básicos... En estos movimientos de análisis y síntesis se encuentra la esencia del método sistémico para el análisis de la realidad".

Trasladando el modelo a nuestra práctica clínica afirmamos que únicamente se puede comprender al P.I. si lo consideramos como elementos integrante de su sistema familiar; pero sólo entendemos el sistema familiar desde el conocimiento de los elementos que lo componen. Así mismo, ampliamos la comprensión del sistema familiar considerándolo a éste inscrito en la dinámica que late en el seno de un sistema jerárquicamente superior.

Queremos concluir planteando cómo Moreno en su concepción teórica de la Sociatría, que incluye al Psicodrama, Sociodrama y Terapia de Grupo, desarrolla conceptos que son postulados posteriormente en la Sistémica, a través de sus epistemólogos.

Moreno ya defiende la necesidad de situar los hechos desde una jerarquía de sistemas para observar, evaluar e intervenir; recomendando trabajar siempre con el Sujeto "en cuanto elemento de una agrupación humana, sea ésta la que fuere".

Moreno ya sitúa a la patología en la conflictiva del vínculo interroles desde el planteamiento de universos o sistemas abiertos y cerrados. Planteando que el hombre enfermo resulta de un sistema de vínculos deficitarios donde lejos de estimularse la

funcionalidad y la flexibilidad se hace un culto a la dependencia ya la subordinación a lo ya existente como intocable.

Finalmente Moreno ya destaca a la Patología en última instancia como PATOLOGIA DE LA ESPONTANEIDAD desde una carencia de flexibilidad adaptativa, considerándola a ésta como una potencialidad de cambio, en tanto que la considera como la capacidad de RR adecuada del ser como totalidad con respecto a su entorno en un momento dado.

Estos aspectos, retornados en los modelos englobados en el paradigma sistémico, nos sirven como conceptualización, para nuestro abordaje psicoterapéutico.

Queremos finalizar nuestra exposición, haciendo una mención de nuestro propio equipo terapéutico, y un reconocimiento a todos aquellos sistemas (individuos, parejas, familias) denominados "pacientes".

Como equipo de Terapia Familiar, trabajamos dentro de un contexto más amplio, y nos relacionamos con otros contextos (entidades, Instituciones) en función de sus demandas.

Intentamos establecer unos límites claros y flexibles entre el equipo y la Institución de la que formamos parte y que nuestras funciones estén definidas y nos singularicen.

Dentro de nuestro equipo terapéutico definimos y redefinimos la relación y los roles, siempre que cualquiera de nosotros perciba la necesidad de hacerlo.

Como todos los sistemas vivos y abiertos nos vemos afectados por situaciones que desestabilizan la estructura de nuestro equipo y siempre tenemos en cuenta que no se produce cambio sin sufrimiento, y que todo cambio requiere una readaptación relacional que genera tensión y amenaza la estabilidad existente.

Hasta la fecha hemos sido capaces de recurrir desde la espontaneidad, a emplear nuestros recursos y creatividad, es decir, las fuerzas morfogenéticas del sistema, logrando acceder a nuevas estructuras más enriquecedoras.

Esperamos y deseamos sobrevivir como sistema-equipo, por mucho tiempo. y finalmente, nuestra enorme gratitud a los protagonistas de esta historia, que posibilitan ejercer nuestro rol de terapeutas; los "pacientes" (individuos, pareja, familia), que mostrándonos sus contradicciones, luchas, deseos, temores nos brindan la posibilidad de ver nuestra propia "locura", facilitándonos el esclarecimiento de nuestras situaciones particulares conflictivas.