



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ECATEPEC



ANÁLISIS DEL MANEJO DE CONFLICTOS EN TERAPIA FAMILIAR,
DESDE EL ENFOQUE SISTÉMICO

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:
TANIA LIZBETH ROMERO LOPEZ

ASESOR:
MTRO. LUIS ALBERTO JIMÉNEZ ALCÁNTARA

REVISORES:
DRA. BRENDA SARAHÍ CERVANTES LUNA
LIC. MARICRUZ LARIOS LÓPEZ

Ecatepec de Morelos, Estado de México, Febrero 2017.



CARTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

El (la) que suscribe C. TANIA LIZBETH ROMERO LOPEZ Autor del trabajo escrito de evaluación profesional en la opción de TESINA con el título "ANÁLISIS DEL MANEJO DEL CONFLICTO EN TERAPIA FAMILIAR, DESDE EL ENFOQUE SISTÉMICO" por medio de la presente con fundamento en lo dispuesto en los artículos 5, 18, 24, 25, 27, 30, 32 y 148 de la Ley Federal de Derechos de Autor, así como los artículos 35 y 36 fracción II de la Ley de la Universidad Autónoma del Estado de México; manifiesto mi autoría y originalidad de la obra mencionada que se presentó en el Centro Universitario UAEM Ecatepec para ser evaluada con el fin de obtener el Título Profesional de LICENCIATURA EN PSICOLOGIA.

Así mismo expreso mi conformidad de ceder los derechos de reproducción, difusión y circulación de esta obra, en forma NO EXCLUSIVA, a la Universidad Autónoma del Estado de México; se podrá realizar a nivel nacional e internacional, de manera parcial o total a través de cualquier medio de información que sea susceptible para ello, en una o varias ocasiones, así como en cualquier soporte documental, todo ello siempre y cuando sus fines sean académicos, humanísticos, tecnológicos, históricos, artísticos, sociales, científicos u otra manifestación de la cultura.

Entendiendo que dicha cesión no genera obligación alguna para la Universidad Autónoma del Estado de México y que podrá o no ejercer los derechos cedidos.

Por lo que el autor da su consentimiento para la publicación de su trabajo escrito de evaluación profesional.

- a) Texto completo
- b) Por capítulo
- c) Solamente portada y tabla de contenido

<input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

Se firma presente en la ciudad de Ecatepec de Morelos, Estado de México, a los 20 días del mes de febrero de 2018.

NOMBRE DEL EGRESADO



Universidad Autónoma del Estado de México
Centro Universitario UAEM Ecatepec

Ecatepec de Morelos, Estado de México a 31 de Enero de 2018

ASUNTO: VOTO APROBATORIO DE ASESOR

L. en I.A. ADRIANA MORALES LICONA
JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACION
DEL CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ECATEPEC

PRESENTE

Por éste conducto me permito informarle que la pasante: **C. TANIA LIZBETH ROMERO LOPEZ** con número de cuenta **1126952**, de la **LICENCIATURA EN PSICOLOGIA** ha concluido el desarrollo de su **TESINA**, con el título:

“ANALISIS DEL MANEJO DE CONFLICTOS EN TERAPIA FAMILIAR, DESDE EL ENFOQUE SISTÉMICO”

Manifiesto que el borrador del trabajo escrito reúne las características necesarias para ser revisado por la Comisión especial nombrada para tal efecto.

ASESOR: M. en A.I.E. LUIS ALBERTO JIMENEZ ALCANTARA
NO. DE CÉDULA PROFESIONAL: 9783947

ATENTAMENTE

PATRIA, CIENCIA Y TRABAJO

“2017, Año del Centenario de la Promulgación de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos”



Av. José Revueltas no. 17 Col. Tierra Blanca, Ecatepec, Estado de México
C.P. 55020 Tels. 57.87.36.26 Fax: 57.87.35.10
www.uaemex.mx/CUEcatepec

CUE



Universidad Autónoma del Estado de México
Centro Universitario UAEM Ecatepec

Ecatepec de Morelos, Estado de México a 20 de Febrero de 2018

ASUNTO: VOTO APROBATORIO DE REVISOR

**L. EN I.A. ADRIANA MORALES LICONA
JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACION
DEL CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ECATEPEC
P R E S E N T E**

Me es grato comunicarle que el trabajo de **TESINA** titulado:

**"ANALISIS DEL MANEJO DE CONFLICTOS EN TERAPIA FAMILIAR, DESDE EL
ENFOQUE SISTEMICO"**

Que para obtener el título de: **LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

Presenta la pasante: **TANIA LIZBETH ROMERO LOPEZ**

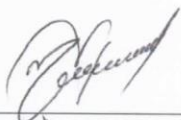
Con número de cuenta: **1126952**

Cumple con los requisitos teóricos-metodológicos suficientes para ser aprobado,
pudiendo continuar con los trámites correspondientes para su impresión.

REVISORES



DRA. BRENDA SARAHÍ CERVANTES LUNA
CÉDULA PROFESIONAL: 9289347



LIC. MÁRICRUZ LARIOS LOPEZ
CÉDULA PROFESIONAL: 9977670



Por una Formación Integral
2010 - 2020

ATENTAMENTE
PATRIA, CIENCIA Y TRABAJO

"2018, Año del 190 Aniversario de la Universidad Autónoma del Estado de México"



Av. José Revueltas no. 17 Col. Tierra Blanca, Ecatepec, Estado de México
C.P. 55020 Tels. 57.87.36.26 Fax: 57.87.35.10
www.uaemex.mx/CUEcatepec

CUE



Universidad Autónoma del Estado de México
Centro Universitario UAEM Ecatepec

Ecatepec de Morelos, Estado de México a 20 de febrero de 2018
ASUNTO: IMPRESIÓN DE TRABAJO ESCRITO

**C. TANIA LIZBETH ROMERO LOPEZ
PASANTE DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGIA
DEL CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ECATEPEC
P R E S E N T E**

Por este medio le comunico a usted que al haber cubierto los trámites correspondientes al desarrollo del trabajo escrito bajo la modalidad **TESINA** con el fin de obtener su Título Profesional, se le aprueba la **IMPRESIÓN DE SU TRABAJO** con el título:

"ANÁLISIS DEL MANEJO DE CONFLICTOS EN TERAPIA FAMILIAR, DESDE EL ENFOQUE SISTÉMICO"

Con el objetivo de establecer la fecha de Evaluación Profesional, le recuerdo que la presentación final del trabajo escrito es de su completa responsabilidad.

Sin más por el momento, reciba un cordial saludo.

ATENTAMENTE

PATRIA, CIENCIA Y TRABAJO

"2018, Año del 190 Aniversario de la Universidad Autónoma del Estado de México"

L. EN I.A. ADRIANA MORALES LICONA
JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN DEL
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ECATEPEC



CENTRO UNIVERSITARIO U.A.E.M
ECATEPEC
TITULACION



Av. José Revueltas no. 17 Col. Tierra Blanca, Ecatepec, Estado de México
C.P. 55020 Tels. 57.87.36.26 Fax: 57.87.35.10
www.uaemex.mx/CUEcatepec

CUE

Agradecimientos y dedicatorias

Este trabajo está dedicado a la UAEM C.U. Valle de Teotihuacán por ser una de las mejores etapas de mi vida, a UAEM C.U. Ecatepec y los profesores por todo lo vivido y aprendido. Gracias Diana por apoyar en la construcción del trabajo, Antonio Granados por apoyarme en la delimitación, Mtro. Luis A. Jiménez por mostrar interés en mi trabajo desde el primer día y ser un gran asesor; Mtra. Maricruz Larios y Dra. Brenda Cervantes por ser tan profesionales y amables siempre, durante mi formación como estudiante y ahora, es muy significativo que sean también parte de mi trabajo.

Agradezco a Dios por ser la fortaleza omnipotente de cada día. A mis padres, los primeros amores de mi vida, Carolina por su apoyo incondicional y por ser *-la madre más mala del mundo-* que me empuja a terminar todo lo que comienzo; Salomón por ser mi teoría y práctica, un excelente conversador, que me inspira a ser mejor persona cada día, que al igual que mi madre jamás me ha abandonado y por su profundo amor sin condición que es correspondido.

A mis hermanas por ser mis mejores amigas, Diana por ser el apoyo, por la que nunca he estado sola, que me ha demostrado que *nada es regalado*, aun así siempre mira de lejos que marche por el camino correcto, también por ofrecer una competencia sana y digna; Rosy te amo, nunca te vayas de mí, gracias por ser la mejor hermana mayor.

A Oscar, por apoyarme en medida a sus posibilidades y por estar a mi lado desde el día en que nos conocimos, en las buenas y las malas al igual que mi mejor amigo Toño. Principalmente para Amir Salomón, mi hijo, porque quiero ser la mejor para que él me supere y se sienta orgulloso.

Asimismo dedico este trabajo como símbolo de mi crecimiento personal a toda mi familia (Romero, Cortez e Higareda), vecinos y amigos, por ser mi sistema, entorno de formación y fuentes de apoyo.

Índice

Resumen

Introducción

Delimitación y planteamiento de problema de investigación.....	1
Justificación	3
Metodología	5
Capítulo I. Análisis del conflicto	9
1.1. Origen del conflicto	9
1.2. Características del conflicto.....	10
1.2.1. Elementos que componen el conflicto	11
1.2.2. Etapas de un conflicto	13
1.2.3. Ciclo del conflicto	14
1.3. Clasificación del conflicto.....	15
1.3.1. Conflicto intrapersonal.....	16
1.3.2. Conflicto interpersonal.....	18
1.4. Ventajas y desventajas del conflicto	19
1.5. Resolución de conflictos	21
1.5.1. Destrezas para la resolución de los conflictos.....	21
1.5.2. Mediación	30
Capítulo II. Análisis de la familia	33
2.1. La familia	33
2.1.1. Función de la familia.....	34
2.1.2. Lazos familiares	34
2.1.3. Tipos de familias.....	35

2.1.4. Formas de interacción	37
2.1.5. Ciclo familiar	40
2.2. La familia vista desde la teoría sistémica	42
2.2.1. Subsistemas familiares.....	42
2.3. Conflicto en la familia.....	43
2.3.1. La familia como factor de riesgo para la violencia	43
Capítulo III. Terapia Sistémica	45
3.1. Antecedentes.....	46
3.2. Bases teóricas de la Terapia Sistémica.....	48
3.2.1. La Teoría General de los Sistemas	48
3.2.2. La Cibernética	49
3.2.3. Los desarrollos de los pragmáticos de la comunicación.....	50
3.3. Principales ramas de Terapia Familiar	51
3.3.1. Tradicional.....	51
3.3.2. Existencial	52
3.3.3. Corriente Sistémica.	52
3.4. Escuela Interaccional del MRI de Palo Alto	53
3.4.1. El conflicto	54
3.4.2. Manejo del conflicto.....	54
3.4.3. Técnicas y estrategias.....	55
3.5. Escuela de Milán	57
3.5.1. El conflicto	58
3.5.2. Manejo del conflicto.....	58
3.5.3. Técnicas y estrategias.....	60

3.6. Escuela Estructural y Estratégica	62
3.6.1. El conflicto	62
3.6.2. Manejo del conflicto.....	63
3.6.3. Técnicas y estrategias.....	69
Análisis	79
Conclusiones	83
Referencias.....	86

Resumen

La familia es una base importante en la construcción de la personalidad, adquisición de valores, costumbres, ideas, etc., por lo que constituye un grupo importante dentro de la sociedad. Una familia con conflictos sin un manejo adecuado puede derivar en diversas problemáticas a nivel personal y social, afectando el desempeño de los integrantes de la familia. Por tanto, la presente tesina tuvo como objetivo principal recabar la evidencia documental del manejo de conflictos, con diferentes técnicas desde distintos enfoques de Terapia Sistémica. Para ello, se realizó una investigación documental, de alcance descriptivo, a partir de la búsqueda en fuentes de información y bajo el método para la construcción del marco teórico propuestos por Hernández, Fernández-Collado, y Baptista (2010). Las fuentes de información utilizadas se seleccionaron con base en diversos criterios de confiabilidad. La investigación documental incluyó las siguientes variables: familia, manejo de conflictos y Terapia Sistémica. El análisis de la información se realizó a través de matrices de inducción, cuadros comparativos y cuadros sinópticos. Se presenta un análisis sobre las técnicas para el manejo de conflicto en la familia desde el enfoque Sistémico. Se identificó que la Terapia Sistémica es útil tanto para el abordaje del conflicto en la familia como para otras problemáticas. Asimismo, este enfoque puede trasladarse a otros contextos donde se aborden grupos sociales, ya que desde el enfoque sistémico, se pueden abordar las pautas de interacción entre los integrantes de un grupo.

Introducción

La presente tesina tuvo como objetivo principal recabar la evidencia documental del manejo de conflictos, con diferentes técnicas desde distintos enfoques de Terapia Sistémica.

En el desarrollo del trabajo se emplea de manera constante el término “manejo”, el cual “hace referencia a la acción de conducir algo o alguien hacia una meta apropiada. Esta conducción implica en parte contar con las destrezas y capacidades apropiadas que le permitirán a uno obtener los mejores resultados” (“DefinicionABC”, 2009, parr.2). Éste término es congruente con el propósito de la investigación ya que contiene elementos como la conducción de alguien a una meta apropiada, que en este caso sería la familia a la resolución del conflicto; contar con las destrezas y capacidades, que representa el conocimiento de técnicas de Terapia Familiar Sistémica (TFS).

En cuanto al conflicto, en éste “persisten en los factores sociales que motivan la forma como evoluciona la sociedad. Surgen en el desarrollo de acciones incompatibles, de sensaciones diferentes; responden a un estado emotivo que produce tensiones, frustraciones; corresponden a la diferencia entre conductas, la interacción social, familiar o personal” (Fuquen, 2003, p. 265).

El conflicto que interesa en este trabajo es el que sucede en la familia, la cual se define como:

El grupo de dos o más personas que coexisten como unidad espiritual, cultural y socio-económica, que aún sin convivir físicamente, comparten necesidades psico-emocionales y materiales, objetivos e intereses comunes de desarrollo, desde distintos aspectos cuya prioridad y dinámica pertenecen a su libre albedrío: psicológico, social, cultural, biológico, económico y legal (Oliva y Villa, 2013, p. 17).

Desde el enfoque sistémico, la familia es un sistema que:

Involucra la construcción de una totalidad compleja cuyos miembros ejercen influencia recíproca entre ellos, emergiendo en dicho sistema propiedad que surge de las interrelaciones de sus miembros. Estas propiedades de interrelación contribuyen a que la familia se constituya como matriz de identidad de sus miembros (Goñalons, 2012, p. 2).

En el primer capítulo se describe la información referente al análisis del conflicto, desde su origen, características, clasificación, ventajas y desventajas, así como la resolución del conflicto. Posteriormente, en el segundo capítulo se realiza la investigación documental referente a la familia, incluyendo la perspectiva sistémica del grupo familiar. Asimismo, el tercer capítulo recupera las fases teóricas de la Terapia Sistémica. Además, se describen las principales ramas de terapia familiar, la Escuela Interaccional del MRI (Mental Research Institute) de Palo Alto, la Escuela de Millán y la Escuela Estructural y Estratégica del conflicto. Finalmente, se presenta el análisis y conclusiones derivadas de esta tesina.

Delimitación y planteamiento de problema de investigación

Una tesina es una investigación documental relativa a un campo específico, que permite reflejar y completar una postura personal sobre la temática abordada. Además, la tesina se caracteriza por ser una investigación monográfica donde, a partir de una metodología con rigor teórico y metodológico, se aborda un solo tema que se desarrolla a partir de la revisión de material documental, bibliográfico o hemerográfico y, en algunos casos, archivos institucionales, históricos, etc.

La familia es una base importante en la construcción de la personalidad, adquisición de valores, costumbres, ideas, etc., por lo que constituye un “sistema abierto organizacionalmente, separado del exterior por sus fronteras y estructuralmente compuesto por subsistemas demarcados por límites con diferentes grados de permeabilidad y con diversas formas de jerarquización interna entre ellos” (Botella y Vilaregut, 2012, p. 4).

La familia, como sistema organizado, no está exenta de conflictos, los cuales constituyen “un proceso interactivo manifestado en la incompatibilidad, desacuerdo o disonancia entre actores sociales..., desde esta perspectiva aludiría a las conductas que se podrían realizar para obstruir interferir o hacer menos efectiva la conducta de otro” (González y Meza, 2011, p.10). Una familia con conflictos sin un manejo adecuado puede derivar en diversas problemáticas a nivel personal y social, afectando el desempeño de los integrantes de la familia. Por tanto, la presente tesina tuvo como objetivo principal recabar la evidencia documental del manejo de conflictos, con diferentes técnicas desde distintos enfoques de Terapia Sistémica.

Debido a la cercanía geográfica entre Estados Unidos y México, es probable que las bases de la teoría sistémica puedan adaptarse a nuestro contexto, por lo que el presenté trabajo retomó cuatro modelos, 1) Palo Alto,

2) Estructural, 3) Escuela de Millán y 4) Estratégico, los cuales tuvieron su inicio en Estados Unidos.

Es por todo lo anterior que se pregunta lo siguiente:

¿Qué evidencia documental existe de la relación entre las técnicas de los diferentes enfoques de Terapia Sistémica y el manejo de conflictos familiares?

Ante ello se plantean la siguiente hipótesis:

Existe evidencia documental de la relación entre las técnicas de los diferentes enfoques de Terapia Sistémica y el manejo de conflictos familiares.

Justificación

La importancia que tiene la familia en la sociedad y otros entornos es indiscutible, es por ello que resolver problemas familiares puede ser una tarea del psicólogo clínico que no se debe descuidar. Además, los conflictos que se generan en la familia son un factor de riesgo para que los integrantes se vean inmersos en problemáticas donde desempeñan otros roles, por ejemplo en el trabajo, la escuela, las amistades, entre otros. Al respecto, Aguirre y Martínez refieren que “desempeñar simultáneamente diversos roles, cuyas demandas son incompatibles entre sí, genera tensiones al tratar de dar respuesta a las exigencias de tiempo, energía y recursos personales que conlleva cada uno de estos roles” (2006, p. 2).

Cuando una familia se enfrenta a un conflicto o varios, cada integrante se ve afectado en su desempeño, por ejemplo, no solo tiene que lidiar con el conflicto interpersonal con su familia, si no, también con el intrapersonal por intentar solucionarlo o el sentimiento de no tener las herramientas o intención de hacerlo. De este modo, el conflicto familiar afecta otras esferas de los integrantes, por ejemplo:

Educativo

Los niños o jóvenes que están en edad escolar pueden proyectar lo que sucede en casa en su rendimiento o con sus compañeros o figuras de autoridad. Por ejemplo, cuando se presentan conflictos entre los padres, los hijos lo sufren y lo manifiestan de diversas formas, una de ellas puede ser su rendimiento académico o los comportamientos problemáticos, los padres agotados emocionalmente por su propio conflicto son menos sensibles a las necesidades emocionales de los hijos y se muestran menos afectuosos, entonces los hijos pueden sentir rechazo y amenaza de desintegración familiar (Álvarez, 2008).

Laboral

Numerosos cambios sociodemográficos, han propiciado que en la actualidad, muchas personas vivan una situación de conflicto al querer compaginar las demandas de sus trabajos con el deseo de pasar más tiempo con sus familias, éste es solo un ejemplo, el querer pasar más tiempo, o el tener problemas económicos, en la relación, con los hijos, son otros, entre muchos más que afectan la productividad de los empleados y en algunos casos el conflicto intrapersonal, por causas familiares, puede provocar rupturas laborales, accidentes de trabajo, etcétera (Aguirre y Martínez, 2006).

Social

En el caso concreto de la delincuencia juvenil, las variables familiares consideradas factores de riesgo son: los conflictos familiares; padres delincuentes, crueles, negligentes, castigadores, con débil supervisión del hijo y disciplina errática (muchas órdenes y muy vagas); que no perciben la conducta desviada del hijo o son ineficaces para cortarla; que son propensos a dar refuerzos positivos a la conducta desviada del hijo. También se consideran factores de riesgo, aunque con una menor consistencia: el tamaño grande de las familias y la pobreza (Montañés, Bartolomé, Montañés y Parra, 2008, p. 391).

Como se puede notar, la sociedad se ve directamente amenazada cuando en la familia hay conflictos de cualquier tipo, pues los integrantes de la familia juegan un rol en la sociedad, el cual puede ser positivo o negativo, según las herramientas que el individuo tenga para afrontar los conflictos que vive en su cotidianidad.

Es importante el manejo del conflicto en la familia, donde se dote a los individuos de aptitudes, actitudes y todo tipo de herramientas que apoyen a resolver conflicto en otros contextos. Por este motivo, los profesionales de la salud deben tener los conocimientos y las habilidades que favorezcan la resolución del conflicto en el ámbito familiar.

Metodología

- Tipo de estudio:
 - Tesina
- Alcance de la investigación:
 - Descriptivo: “Busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población” (Hernández et al., 2010, p.80).
- Objetivo:
 - Recabar la evidencia documental del manejo de conflictos, con diferentes técnicas desde distintos enfoques de Terapia Sistémica.
- Variables:
 - Conflicto
 - Familia
 - Terapia Sistémica
- Procedimiento:

Se siguió la metodología propuesta por Hernández et al. (2010):

 - *Revisión de la literatura.*

Se buscó información en fuentes primarias o directas (libros), fuentes secundaria o de primera mano (tesinas) y fuentes terciarias (referencias de libros o autores que hablan del tema de interés).
 - *Detectar la literatura.*

Se comenzó buscando en fuentes terciarias, que cumplieran con las siguientes características de confiabilidad (Kriscautzky y Ferreiro, 2013):

 - La información éste bien redactada

- Que contenga la información que se busca
 - Que el URL sea de fuente confiable (.edu, .mx, o de alguna universidad o institución reconocida)
 - Que tenga fecha
 - Si tiene el nombre del autor
- *Obtener la literatura.*
 - *Consultar la literatura*
Consistió en la revisión de artículos de investigación, ensayos, etc.
 - *Extraer y recopilar la información de interés*
Con base en las referencias de las fuentes secundarias, se recopiló información de libros en línea y libros físicos, artículos especializados y recientes.

El análisis de la información se realizó por medio de cuadros comparativos (los cuales se incluyen en el trabajo). Éstos son de utilidad porque permiten “desarrollar la habilidad de comparar, lo cual constituye la base para la emisión de juicios de valor, facilita el procesamiento de datos, lo cual antecede a la habilidad de clasificar y categorizar información y ayuda a organizar el pensamiento” (Pimienta, 2012, p. 27).

Asimismo, se ocupó la matriz de inducción y cuadro sinóptico para la delimitación del tema y esquema de trabajo (ver Figuras 1, 2 y 3). La matriz de inducción es utilizada para “llegar a determinados detalles que a simple vista no podríamos determinar, agrupar en clases determinadas o no, dependiendo del interés del trabajo que estemos desarrollando, es muy útil en el análisis de datos cualitativos” (Pimienta, 2012, p.30). El cuadro sinóptico se utiliza para “establecer relación entre conceptos, desarrollar la habilidad para clasificar y establecer jerarquías, organizar el pensamiento, facilitar la comprensión de un tema” (Pimienta, 2012, p.24).

Clases	Fuentes	Tipos	Etapas	Ciclo	Clasificación	Resolución
Genuinos	Estructurales	Intrapersonales	Latente	Actitudes y creencias	Intrapersonal	Destrezas
	Comunicacionales	Interpersonales	Percepción	Conflicto		
Innecesarios	Personales	Organizacionales	Emocional	Respuesta	Interpersonal	Mediación
			Manifiesta	Resultado		

Figura 1.

Matriz de inducción para la delimitación del conflicto

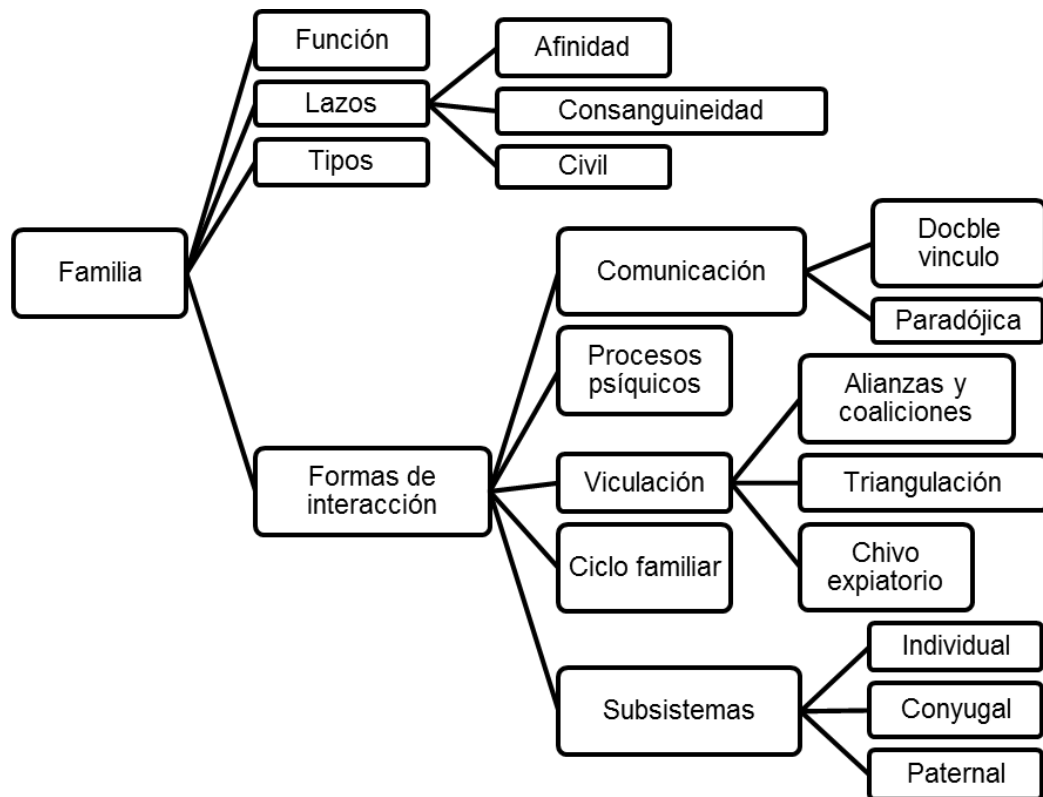


Figura 2.

Cuadro sinóptico para la delimitación de la familia

Momentos historicos	Construccion	
	Consolidación	
	Terapias posmodernas	
Bases teoricas	Teoría general de los sistemas	
	Cibernética	
	Pragmáticos de la comunicación	
Ramas de Terapia Familiar	Tradicional	
	Existencia	
	Corriente Sistémica	
MRI	Manejo de conflicto	
	Estrategias y técnicas	
Millán	Capacidades del terapeuta	
	Técnicas y estrategias	
Estratégica y Estructural	Manejo del conflicto	
	Técnicas y estrateguas	Reencuadramiento
		Reestructuración

Figura 3.

Matriz de inducción para la delimitación de Terapia Sistémica

Capítulo I. Análisis del conflicto

El conflicto surge “en el desarrollo de acciones incompatibles, de sensaciones diferentes; responde a un estado emotivo que produce tensiones, frustraciones; corresponde a la diferencia entre conductas, la interacción social, familiar o personal” (Fuquen, 2003, p. 265).

Fuquen (2003) también menciona que hay dos clases de conflictos:

- Innecesarios, que incluyen los de relaciones, donde las partes quieren lo contrario de un mismo atributo; y los de información, cuando a la misma información se le dan distintas versiones.
- Genuinos. Que son de dos tipos, de interés y estructurales, el primero incluye los sustantivos que son deseos, sociológicos que se refieren a la satisfacción personal, y procesales que es la forma de hacer las cosas. Estructurales, aquellos conflictos que son masivos

Es importante distinguir, la clase de conflicto que se está vivenciando, para comenzar a planear la estrategia de resolución del conflicto. Al igual que identificar cual es el origen del conflicto.

1.1. Origen del conflicto

En “*Los conflictos y las formas alternativas de resolución*” Fuquen refiere que, el conflicto “surge cuando personas o grupos desean realizar acciones que son mutuamente incompatibles, por lo cual la posición de uno es vista por el otro como un obstáculo para la realización de su deseo; en este caso, el conflicto no se presenta de manera exclusiva por un enfrentamiento por acceder a unos recursos, sino por una indebida percepción del acceso a los mismos” (2003, p.266).

La fuente del conflicto, se debe a numerosos elementos, es por eso que Baron (2006) realiza tres categorías, que son:

- Variables estructurales: que incluyen, jurisdicciones ambiguas (que se refiere a que si entre las dos personas no hay claridad de sus límites

con el otro, hay muchas posibilidades de que haya un conflicto); metas opuestas; dependencia de una parte (confianza no limitada al otro); grado de asociación de partes (que tanto existe la empatía, se conocen, logran ponerse de acuerdo); regulaciones comportamentales (grado de control, por medio de normas, reglas, etcétera); conflictos previos no resueltos.

- Variables comunicacionales: por desacuerdos en la percepción, escucha y diversas interpretaciones de un mensaje.
- Variables personales: características de la personalidad, sistema de valores e historia personal de los involucrados en el conflicto

Los orígenes del conflicto dependen de la subjetividad de la percepción; las fallas de la comunicación, en el mensaje, la forma de decir las cosas, el contexto en el que se comunica, etcétera; las desaprobaciones entre las necesidades y las satisfacciones; la información incompleta; la interdependencia; las presiones que causan frustración; y las diferencias de carácter, formas de ser, pensar y actuar, que causan conflictos (Fuquen, 2003).

También pueden surgir de “Diferencias en cuanto a intereses, necesidades y deseos de cada uno; diferencia de opinión de procesos a seguir; criterio a seguir para tomar una decisión; criterio de repartición de algo (quien se lleva qué parte); y diferencia de valores” (Olivos, 2003, p.4).

1.2. Características del conflicto

Un conflicto se distingue porque es un factor natural, es muy característico del ser humano, desde siempre han existido conflictos de todo tipo. Las características para que sea o no considerado como conflicto es que se encuentre presente “Una interacción entre dos o más participantes, pudiendo ser los participantes personas, grupos pequeños o grandes grupos; Predominio de interacciones antagónicas; Intencionalidad de perjudicar al

otro o atribución de tal intencionalidad; Utilización directa o indirecta del poder; e Ineficacia normativa” (Ortego, López y Álvarez, 2010, p. 4).

Para la resolución de un conflicto es indispensable que se puedan identificar los elementos que lo componen, pues a partir de reconocer el tipo, avance y posibles consecuencias se podrá llegar a una resolución.

1.2.1. Elementos que componen el conflicto

Los elementos para que surja un conflicto pueden ser, “el poder, necesidades, valores, intereses, percepción y comunicación, capacidad de coacción, búsqueda de satisfactores, creencias centrales, objetivos deseados e interpretación y expresión” (Redorta, 2002, p.20).

Los seis elementos, que intervienen de forma directa en el conflicto son: características personales, emociones como la aceptación, terceros involucrados, recursos, que son internos -recursos personales- y externos -recursos tangibles-, como los materiales (Baron, 2006).

Para su estudio los conflictos pueden clasificarse, los elementos estructurales básicos que según Mercado y González (2008) pueden apoyar a clasificar el conflicto, además de delimitarlo, se conforma de 14 patrones:

- 1) Objetivos personales: el tipo de objetivo de cada uno de los involucrados es diferente en su totalidad o en parte, dependiendo de qué tan diferente sea, o el tipo de personalidad de cada uno, el conflicto puede alargarse o ser más complicado de resolver.
- 2) Contexto: el cual es potencialmente determinante para definir el tipo de conflicto, además de establecer el tipo, también lo hace con el impacto, si éste será positivo o negativo.
- 3) Partes: entre más involucrados haya en el conflicto, más difícil será solucionarlo, ejemplo, si el conflicto es interpersonal es más fácil de solucionar que si es intragrupal o intergrupalo, pues hay más objetivos personales que considerar, necesidades que satisfacer, aunque el

conflicto intrapersonal, en donde solo se involucra una persona, puede ser quizás el más complicado de resolver.

- 4) Relaciones de poder: éste determina la resolución que se tendrá, cuando uno de los involucrados tiene un amplio poder, a diferencia del otro u otros involucrados, el conflicto, ya tiene un ganador casi seguro.
- 5) Función: si el conflicto se resuelve de forma positiva la función es muy importante, ya que, se habrá encontrado la medición entre todas las necesidades y metas de cada uno de los integrantes.
- 6) Expectativas: representan el alcance de las metas y de los propios integrantes del grupo o pareja en conflicto; las expectativas pueden ser muy fantasiosas lo cual dificultará que se encuentre la solución.
- 7) Ejes: son cada una de las variables que se presentan el conflicto, que apoyara en la resolución o la complicará.
- 8) Vivencia del conflicto: cómo cada integrante enfrenta y vive el conflicto, lo que siente, lo que le provoca, lo que le ocasiona en su vida y en todos sus contextos. Se involucran sentimientos y percepciones.
- 9) Ciclo: todos y cada uno de los conflictos, se viven en un tiempo específico que no será el mismo a ningún otro, aun así este sigue un proceso que se puede observar en otros.
- 10) Normas: en todas las sociedades y grupos existen normas específicas, la incompatibilidad de éstas, puede producir una inconformidad con los otros, aunque hay muchas parecidas pueden variar por el contexto. El tener que acoplarse a nuevas normas, que quizás choquen con actuales, puede causar un conflicto intrapersonal, que en algún momento se hará con otra persona o los integrantes del grupo.
- 11) Estilo de las partes: es la forma en que cada integrante sobrelleva al conflicto y a los demás involucrados, además de como intentan erradicarlo.

- 12) Complejidad: es en parte el conflicto, como todo en él, por estar involucrados diferentes individuos, es impredecible, un día puede parecer casi resuelto y al otro de nuevo tomar fuerza.
- 13) Fuentes: es indispensable encontrar la fuente, que es la causa del conflicto, para poder entenderlo y entender a los involucrados, para intentar remediarlo. El saber la fuente de un conflicto puede funcionar como prevención de otros.
- 14) Efectos: indispensable tomarlos en cuenta a corto, mediano y largo plazo, ya que, existen antes de que se presente el conflicto, cuando está presente y cuando se ha solucionado.

Estos elementos son considerados como secuenciales, pero es importante tomar en cuenta que los anteriores patrones pueden regresar a fases anteriores y casi todos se presentan en todo momento cuando existe un conflicto.

1.2.2. Etapas de un conflicto

Las etapas por las que atraviesa un conflicto son la fase latente, que se caracteriza porque no hay conflicto aparente; fase de percepción, los involucrados notan que existe un conflicto; fase emocional, cuando se generan sentimientos negativos respecto a la otra persona o grupo. González y Meza refieren que la etapa emocional o conflicto sentido es cuando “a lo menos una de las partes en conflicto lo internaliza y lo hace personal, sintiéndolo en forma de ansiedad, tensión y hostilidad” y en la fase manifiesta hay intensa resistencia contra el otro (2011).

También Robbins (2004) y Furnham (como se citó en González y Meza, 2011), plantean un modelo en que las etapas de conflicto son:

1. Oposición o incompatibilidad potencial, en la cual se presentan los orígenes el conflicto que pueden ser por el tipo de comunicación, estructura organizacional y tipo de personal.

2. Cognición y personalización, donde se hace evidente el conflicto por al menos alguna de las partes.
3. Intenciones, donde se presentan las conductas, que decidirán el futuro del manejo del conflicto. Las percepciones y emociones son mediadas por las intenciones.
4. Conducta, aquí se presentan los comportamientos observables de los participantes del conflicto.
5. Resultados, son las consecuencias funcionales o no que trajo consigo el conflicto.

1.2.3. Ciclo del conflicto

Como todo sistema, el conflicto se ve regido por un ciclo, o se puede observar que siempre en una situación de conflicto hay ciertas fases o pautas. Alzate (2013) explica cuatro fases por la que un conflicto atraviesa, las cuales son:

- *actitudes y creencias*. Se refiere a la forma en que vamos a interactuar con el conflicto. Esta primera fase se basa en lo que el contexto enseña del problema, en lo que se observa desde la infancia. Además, las personas interactúan con todo lo que está a su alrededor o lo que se ha aprendido del pasado, no sólo con los conflictos
- *el conflicto*. Se trata de un fenómeno común y normal en todas las esferas sociales y desde siempre ha existido.
- *la “respuesta”*. Ésta es impredecible ya que depende de cada individuo, pero la respuesta casi siempre es la misma en cada uno, aunque el conflicto sea diferente. De este modo, la respuesta representa una parte de nuestra personalidad, por ejemplo, hay personas que siempre ante un conflicto son impulsivos, entonces, pueden ser descritos como personas impulsivas.
- *el “resultado”*. El cual ayudará a reforzar la actitud y creencia, que al principio se analizó, de esta forma comienza de nuevo el ciclo y éste

se mantiene. Es así como el conflicto cambia, casi nunca es el mismo, pero la forma de reaccionar ante éste sí.

1.3. Clasificación del conflicto

Existen tres tipos de conflictos, los cuales son: Intrapersonales, interpersonales y organizacionales. El primer tipo se refiere a “el cual remite el conflicto interior con uno mismo... nos debatimos entre aquello que queremos y aquello que debemos”; el segundo “existen entre dos o más personas porque existen intereses, necesidades, opiniones y valores opuestos”; y el tercero tiene “lugar entre las diferentes áreas u objetivos aparentemente opuestos” (Baron, 2006, p.3).

Otros tipos de conflictos, los cuales se encuentran en una fase avanzada, según Grundmann y Stahi (2002) son los de:

- poder: tiene el objetivo de pelear por el poder, para obtener ventajas.
- roles: cuando no hay un acuerdo o claridad entre un grupo o pareja de cuál es su tarea.
- objetivos: cuando los objetivos en un grupo no son los mismos o son los mismos pero las estrategias de llegar a ellos no son bien aceptadas por todos.
- valoración: “Este tipo de conflictos se producen cuando hay diferentes interpretaciones de acontecimientos, tanto debido a los respectivos sistemas de valores de los involucrados como a las diversas pertenencias culturales” (Grundmann y Stahi, 2002, p.124).
- información: cuando está no es clara o parece serlo, puede causar problemas entre personas, por ejemplo, en un matrimonio, si alguna de los involucrados no expresa de forma correcta una idea, o lo hace pero de forma incompleta, pueden surgir malinterpretaciones.
- distribución: el mayor problema de este tipo de conflicto es que se generan celos, ya que algunas personas obtiene ventajas o se apoderan de recurso que otras personas también desean o necesitan.

- conflicto interpersonal: son aquellos conflictos que existen de una persona con otra.

1.3.1. Conflicto intrapersonal

“El conflicto intra-personal como la tensión entre fuerzas subjetivas internas gatilladas por demandas sociales, se entiende así como un dilema, una crisis de intereses, una contradicción de roles, que desequilibran la dimensión socio-cognitiva-afectiva del ser, como sistema autopoiesico en co-dependencia con las formas de auto-organización del sistema” (Duque, 2010, p.308).

¿Pero cómo detectamos un conflicto intrapersonal? Cuando hay un conflicto interno, se puede percibir con base en ciertas características como, frustración, que es cuando no se han cumplido metas u objetivos; lo cual hace que el individuo sufra porque quizás él quiere realizar algo y no la ha hecho, entonces se siente incongruente, la frustración puede disiparse si la meta se sustituye por metas más cercanas y reales; conflicto de intereses, que se presentan cuando el individuo se encuentra en conflicto por tener que decidir entre dos personas, objetos, etc., el cual se puede superar si se realizan algunas técnicas de resolución de conflictos, como hacer una lista de ventajas y desventajas de cada una de las opciones; y conflicto de roles, cuando alguno de los roles que se desempeñan en la vida, choca con otro, como cuando la relación de pareja causa conflicto con las amistades, entonces el ser pareja y amigo chocan (Duque, 2010).

Siempre se debe estar atento a los objetivos de los demás integrantes de la familia o pareja, según sea el caso, o cualquier otra relación, de esta forma podríamos identificar conflicto de tipo de interés, o cualquier otro, ya que como mencionamos anteriormente el no tener los mismos o claros los objetivos de los demás integrantes es causa de conflicto.

Hemos visto hasta ahora, lo que es un conflicto y lo que es el conflicto intrapersonal y algunas de las conductas que lo denotan, pero ¿Cuáles son

sus efectos?, desde una perspectiva fenomenológica, los efectos que puede tener un individuo con conflictos intrapersonales, según Duque (2010) son:

- “Pensamiento afectivo sincrético”: se distingue al pensamiento en pensamiento categorial y pensamiento sincrético, en donde éste último se distingue porque el pensamiento es o se vuelve global e impreciso, mezclando lo objetivo con lo subjetivo.
- “Pérdida de memoria autobiográfica”. La memoria autobiográfica es aquella que cada individuo tiene de su propia vida; cuando una persona tiene un conflicto interpersonal puede olvidar momentos de su vida, momentos felices que pudo vivir. Por ejemplo cuando la persona está deprimida, puede sentir que su vida no tiene sentido, que siempre todo lo que ha vivido ha sido malo y no encuentra recuerdos de momentos felices.
- “Pérdida de destalles y la no-comparación de éste con eventos similares”. La sensación de -volverá tropezar con la misma piedra- puede deberse a que cuando se está en conflicto no podemos recordar que ya se vivió cierta situación, como se superó y como se podría evitar.
- “Di-sintonía de la relación bio-antropo-cósmica”. Efecto que representa las repercusiones espirituales.

Lo que más interesa, por el tema que tratamos, es cuando este conflicto se convierte en conflicto interpersonal. El tener un problema o conflicto consigo mismo afecta la convivencia con los demás, por eso que lo analizamos en el núcleo familiar.

Cuando existe un conflicto intrapersonal no resuelto, o que no es aceptado por el individuo, pueden presentarse conductas en él, difíciles de entender, afectando no solo en su entorno sino en sí mismo, por ejemplo las conductas autodestructivas, trastorno de somatización o fenómenos psicossomático. Para tratar estos padecimientos, es necesario trabajar con otros especialistas como los médicos, haciendo un trabajo interdisciplinario,

el medico se encargara de aminorar el dolor o incomodidad y el terapeuta de trabajar con el problema que lo provoca.

1.3.2. Conflicto interpersonal

El conflicto interpersonal hace referencia, a los “enfrentamientos entre diferentes individuos, ya sean éstos pertenecientes al mismo grupo dentro de una organización, conflicto intra-grupal, o pertenecientes a diferentes grupos de la organización como por ejemplo a diferentes departamentos, conflicto inter-grupos, o incluso pertenecientes a diferentes organizaciones” (Navarro y García, 2000, p.76).

También se pueden analizar algunos de los tipos de conflicto más comunes, que en este caso se distinguen por situaciones de uno de los sujetos involucrados, como lo es tener, o no la suficiente empatía con los demás.

La empatía es adoptar la forma en que el otro observa, en la cual podemos ver integradas visiones cognitivas y afectivas. En la dimensión cognitiva se distinguen dos tipos de empatías: la de fantasía, que es una preferencia a identificarse con personajes que no son reales, y adoptar una perspectiva, que es el acogimiento de una perspectiva cognitiva (Fernández-Pinto, López-Pérez y Márquez, 2008).

El tener un conflicto puede deberse a la falta de empatía de una o dos de las personas inversas en él. Para lograr ser empático se debe trabajar en factores como:

- La escucha activa. “Es una forma de responder que implica el conocimiento de los pensamientos, sentimientos y experiencias de los otros, en otras palabras, empatía” (Alzate, 2013, p.52).
- Comprensión: “El análisis, es en primer lugar, una herramienta para la comprensión, nos permite recopilar información e interpretarla y nos ayuda a ordenar y sistematizar la información para tener un enfoque más amplio de la situación” (Alzate, 2013, p.14).

- Asertividad: “Que significa poner en claro, afirmar e implica tener la capacidad para expresar o transmitir lo que se quiere, piensa, siente o necesita, sin incomodar, agredir o herir los sentimientos de otras personas (Balart, 2013, p. 87).

La falta de empatía puede representarse en una persona egoísta, cuando la persona tiene una deficiencia en la capacidad de pensar en los demás, solo por pensar en sí mismo, puede tener dificultades para relacionarse con otros, por ejemplo creer que el problema personal es más grande que el de otra persona, puede causar enojo en él, derivando en un conflicto de valoración.

Para la terapia sistémica es importante poner atención en cada uno de los individuos, integrantes del sistema, de sus necesidades, inconformidades, objetivos, etcétera, para de esta forma reestructurar la relación y lograr que el síntoma, o conflicto “real” por el cual la familia se presenta a terapia, sea resuelto.

Conocer el tipo de conflicto, nos apoyan a identificar la raíz o posible origen, pues distingue entre varias situaciones, como los intereses, valoración, comunicación, etcétera.

1.4. Ventajas y desventajas del conflicto

Como resaltar Fernández (1999), los conflictos pueden ser positivos, en aspectos como:

- Es el motor de cambio tanto en su aspecto político, económico como social y tecnológico
- Sirve para obtener fines concretos además de permitir la liberación de tensión que se genera como consecuencia de la interacción
- Cumple funciones catárticas dentro del grupo al eliminar la acumulación de disposiciones hostiles y permitir su expresión conductual

- Promueve, establece y conserva las líneas de diferenciación de unos grupos con otros
- En determinadas circunstancias el conflicto promueve la cohesión e integración del grupo y desempeña funciones estabilizadoras.
- Contribuye a definir la estructura interna en casos de enfrentamiento con el exterior
- Mantiene la estructura del grupo como una organización en marcha
- Puede actuar como elemento unificador entre grupos contendientes
- Permite el establecimiento de contacto entre los contendientes
- El conflicto identifica y unifica las partes contendientes
- Establece y mantiene el equilibrio de poder
- Induce a la creación de asociaciones y la formación de coaliciones.

Para que el conflicto sea positivo a negativo, depende de varias aspectos como lo son “las propiedades del propio conflicto; las propiedades estructurales, dinámicas y relacionales de las partes implicadas; la posible influencia de terceras partes que directa o indirectamente intervengan en la devenir del proceso conflictivo; factores casuales o fortuitos cuya ocurrencia pueda hacer variar drásticamente el rumbo y el ritmo de los acontecimientos” (Fernández, 1999, p. 35).

El conflicto promueve el pensamiento no lineal y flexible así como la innovación en busca de distintos punto de vista, gracias a esto, la toma de decisiones es de mejor calidad. Además, el rendimiento de los integrantes de la relación o grupo aumenta, todo en busca de soluciones o caminos para llegar al objetivo en común, intentando modificar aquellas situaciones que causan el conflicto y quizás lo más importante que ofrece el conflicto en un grupo es que apoya al crecimiento de la identidad personal y grupal, cuando el conflicto se ha resuelto los integrantes pueden sentirse satisfechos y orgulloso de pertenecer a éste (Ortego et al., 2010).

Las desventajas de atravesar por un conflicto, es que “conlleva un alto potencial desintegrador; produce costes personales, grupales y sociales; casi

siempre implica la creación de equilibrios inestables y la coexistencia de valores incompatibles; la experiencia del conflicto es vivida como algo negativo” (Fernández, 1999, p. 40-41).

Todos los efectos negativos pueden convertirse en positivos si se resuelve efectivamente el conflicto, como se mencionó anteriormente, así que es muy importante conocer tanto las ventajas y desventajas que deja a su paso el conflicto, para intentar llevar a la familia, por aquello que les permita la restructuración y optimización de la relación.

1.5. Resolución de conflictos

“El conflicto forma parte de la vida y relación de las personas y los grupos. No es un hecho negativo que debe ser eliminado, como se creía tradicionalmente, haciéndolo sinónimo de violencia e irracionalidad, intentando evitarlo y resolverlo cuando surgía. Aunque el conflicto suele estar ligado a aspectos negativos que procurar eliminar o atenuar también puede generar pautas de evolución y desarrollo. Una sociedad sin conflicto permanecería estancada” (Ortego et al., 2010, p.2).

1.5.1. Destrezas para la resolución de los conflictos

Como solución de conflictos, podemos encontrar varias técnicas, que pueden ser enfocadas a distintos ámbitos de la vida. En este caso Morales y Paz (2003) mencionan 12 destrezas para resolver cualquier tipo de conflictos, que se pueden presentar en pareja o grupos, en una escuela, trabajo, familia, etcétera. Estos son: ganar-ganar, respuesta creativa, empatía, asertividad, poder cooperativo, manejo de emociones, disposición para resolver, bosquejo del conflicto, desarrollo de opciones, negociación, introducción a la mediación y ampliando perspectivas.

Ganar-ganar, fundamentalmente consiste en que cada uno de los involucrados en el conflicto reciban un beneficio o en lo ideal, que lo que obtenga uno ayude al otro para que se extinga el problema.

Para poder encontrar la solución del tipo ganar- ganar a un conflicto es necesarios A) regresar a las necesidades, es un cambio de perspectivas se intenta tomar en cuenta lo que en verdad es necesario o indispensable para las partes involucradas en el conflicto y no solo lo que desean como un capricho, cuando pregunta cuál es el origen del conflicto ayuda para identificar la verdadera necesidad, entre otras cuestiones. B) reconocer diferencias individuales, el saber que todos tenemos habilidades, actitudes o aptitudes distintas, apoya a la resolución pues ya que se tiene en cuenta se pueden encontrar alternativas al hecho que causa el conflicto en que cada uno intervenga en la forma que pueda. C) apertura a otros puntos de vista, al poder observar las diferencias individuales, el abrirse a nuevas formas de pensar y de hacer las cosas es un gran paso que debe darse si esperamos resolver el conflicto por medio de esta estrategia, D) por último, atacar el problema, no atacar a los demás, el atacar a las personas que son parte del conflicto, solo lo hace más grande, al tomar en cuenta los puntos anteriores se ataca el conflicto y se dejan de lado los asuntos personales, que impiden la resolución.

Cuando un individuo tiene baja autoestima y se involucra en un conflicto, buscará un ganador y un perdedor, siempre en forma de competencia, claro, intentando ser superior y que todos lo noten, es por eso que buscara ser el mejor o tener la razón; cuando el individuo involucrado tiene alta autoestima, busca que ambos ganen, uno gana más beneficios o tendrá en mayor medida la razón y el otro gana conocimiento, que le servirán ante otro conflicto.

Respuesta creativa, hace referencia a buscar lo positivo a lo que parecería negativo. Aunque parecería difícil, en éstos casos es útil, contar con un integrante de personalidad conflictiva, pues ellos cuentan con una característica importante, que es la facilidad ver la inconveniencia de algunas propuestas, de esta forma se generan alternativas viables a los conflictos. ¿Qué no se busca? un integrante que busque la perfección, éste impedirá la

flexibilidad que se necesita para llegar a un acuerdo, el perfeccionista no permite que se lleve a cabo la búsqueda de nuevas alternativas, por las ideas tan establecidas que pudiera llegar a tener.

Es por eso muy importante que dentro del grupo o parejas se encuentre variedad de personalidades, forma de pensar y actuar; de esta forma será más fácil el hallazgo de posibilidades ante el conflicto

Cuando en una familia, los padres permiten a los hijos tomar sus propias decisiones, aunque estas decisiones no sean las más convenientes, los padres les están permitiendo ser creativos ante la decisión y solución, tener un amplio conocimiento de las propias capacidades, ser autónomos y aumentar la seguridad en sí mismos y su familia.

Esta estrategia se vincula con la resiliencia, que es la “capacidad de superar los eventos adversos, y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de circunstancias muy adversas” (Becoña, 2006, p.125). Entonces podemos decir que las características de resiliencia en una persona ayudan a resolver conflictos de forma positiva, apoyándose de sus experiencias previas y sus capacidades personales.

La tercera destreza es la empatía, para generarla con las demás personas, es necesario conocer actividades que se recomienda llevar a cabo, las cuales son:

A) Información- obteniendo una imagen clara. Haga preguntas, verifique y resuma. B) Afirmación- afirmar, reconocer, explorar el tema. Escuche, reflexione y explore. C) Inflamación- responder a una queja o ataque sobre usted. No se defienda a usted mismo en ese momento, eso inflamara más al otro, lidie primero con las emociones del otro, reconozco el punto de vista del otro (Morales y Paz, 2003).

Es de importancia recordar que tener la capacidad de ser empático con las demás personas, no solo para resolver conflictos, sino también para poder convivir de forma sana y positiva, el ser empático alienta el respeto, pues se entienden sus sentimientos, argumentos, creencias, etcétera.

Asertividad, es la siguiente destreza, la cual consiste en la forma de comunicarse más adecuada, se puede lograr hablando de sí mismo antes de resaltar lo que otros deberían o no hacer. Lo que se espera de la asertividad es no hacerle daño a otros, dirigirse de forma correcta hacia la solución, modificar la situación y abrir nuevas posibilidades.

El poder cooperativo es una estrategia para intentar ser flexibles ante situaciones problemáticas, al intentar buscar una solución tomando en cuenta la información que se rastrea, volviéndola positiva y empatándola con las necesidades es sencillo obtener respuestas, que al final de cuentas todos los involucrados están buscando.

Manejo de emociones, cuando el conflicto parece que rebasa la paciencia de los involucrados, lo único que provoca es que todos se sientan a la defensiva, intimidados o incómodos en la relación, cualquiera que sea. Entonces se frena cualquier avance, es por eso muy importante que se sepa manejar las emociones y más cuando es al tratar con otras personas, en el caso de los conflictos interpersonales.

Se recomienda utilizar cinco preguntas que ayudan al reconocimiento y manejo de las emociones, así como cinco metas que le dan respuesta; la pregunta con que se inicia sería ¿Por qué se siente (una emoción)?, ¿Qué es lo que le gustaría cambiar? ¿Qué necesita para soltar esa emoción? ¿De quién es realmente el problema, en qué medida es mi responsabilidad y en cuánta de todos? ¿Cuál es el mensaje implícito de la situación?, etcétera.

Para lograr las metas se debe evitar responsabilizar a otros, de la propia culpa, en lugar de eso se debe intentar mejorar la situación, con las anteriores destrezas se puede lograr e intentando relajar el ambiente en general, lo cual podría ayudar a que los sentimientos se expresen tal y como son, para muchas personas puede ser difícil definir lo que se siente y categorizarlo en un tipo de sentimiento, pero es indispensable tomarse el tiempo de analizar qué es lo que sentimos fisiológicamente, los pensamientos que evocamos y así intentar ponerle un nombre a ese

sentimiento, lo cual va de mano de la mejora de las relaciones y comunicación entre los involucrados.

También se resalta la existencia de acciones o conductas que llevan a emociones, las cuales pueden frenar el avance del grupo o de la resolución del conflicto, según Morales y Paz son “Buscando atención, Juegos de poder, Buscando venganza, Aparece inadecuado” (2003, p. 12), las cuales se explican como:

- Estar en búsqueda de la atención, la persona se puede sentir frustrada y buscar que los demás noten su presencia, como forma de sentirse importante en el grupo y erradicar este sentimiento. Lo que se debe hacer es evitar prestar mayor importancia o atención a individuos en particular, que no estén aportando cosas positivas a los demás, sin importar la personalidad de los sujetos, no permitan la fluidez de la creatividad, la expresión, etcétera.
- Involucrarse en juego de poder, la inseguridad en uno o varios miembros del grupo, puede provocar que de forma de mecanismo, éstos se mezclen en una disputa para obtener el poder, con la intención de demostrar la influencia y dominio que éste tiene ante los demás. Esta conducta es muy poco productiva, pues al igual que las otras actitudes frenan las verdaderas soluciones, para lo cual, se debe fortalecer en todos los integrantes o miembros de la pareja, la autonomía e independencia, para que todos dominen de igual forma y aporten sus ideas, conocimientos y habilidades personales.
- Actitud vengativa, cuando uno de los involucrados sienten que existe injusticia para él puede tener la intención de vengarse, de obtener justicia por sí mismo, lo que provocaría que el otro también intente la venganza como forma de ser quien tenga la razón o ganar en el conflicto. El líder o mediador debe construir relaciones de confianza, como forma de prevención de venganzas que puedan afectar de mayor manera, llegando a problemas grandes, pues mientras alguien

se quiera vengar, él otro se vengara pero en mayor medida y así sucesivamente.

- Darse a notar como poco eficiente, a diferencia de las pasadas actitudes, en esta el individuo intenta resaltar como ineficiente para no verse presionado o que no se le exija demasiado, además puede ser como una forma de manifestar su inconformidad, “si él no trabaja, yo tampoco lo hare y diré que no lo sé hacer”. Lo que se debe intentar es que todos trabajen de igual forma, en referencia a la cantidad, pero enfocado a las capacidades y conocimientos de cada uno, además en un grupo donde se presenta, se debe reconocer cualquier intento de participación o la participación como tal.

Es importante saber reconocer y aceptar las emociones propias y de los demás, con la intención de resolver los conflictos intrapersonales e interpersonales. La mala comunicación puede hacer confusa la identificación de los sentimientos, es por eso de gran importancia, aprender a comunicarse asertivamente y también saber escuchar a los demás y a sí mismo.

Disposición para resolver, como forma de resolver el problema, es importante identificar que del conflicto o de los demás me molesta, a lo que se le conoce como proyección, que tiene que ver con poder identificar lo que nos molesta y relacionarlo consigo mismo, para identificar las propias áreas de oportunidad.

Para identificar la proyección se pueden considerar las necesidades suprimidas que se refiere a las necesidades básicas u originales y los conflictos no resueltos en la historia individual.

Bosquejo del conflicto, es una destreza que apoya de forma visual a los involucrados del conflicto, en forma de esquema que permite observar las necesidades y preocupaciones, de todos y cada uno de los inmersos en el problema. El esquema debe incluir las necesidades de todos los involucrados, después las preocupaciones, miedos y ansiedades, entonces el esquema podrá apoyar en cambiar la forma en que se ve al conflicto.

La destreza nueve es el “Desarrollo de opiniones- Diseñe soluciones creativas en conjunto, use las herramientas a continuación: de clasificación, para generar, para negociar, y selección” (Morales y Paz, 2003, p. 17). En la pasada destreza se idealiza la formación de un esquema muy específico, ya que se tiene el esquema, es importante que sea un apoyo para buscar soluciones muy concretas que intenten satisfacer, al menos un poco, las necesidades de los involucrados.

Algunas herramientas para encontrar las soluciones que se requieren, puede ser a) agrupar, en referencia a que se divida en pequeñas partes los problemas, lo cual ayudaría a poner atención en los pequeños detalles, hasta identificar asuntos que no eran visibles, b) investigar, todo lo que sea necesario, datos sobre el problema, lo que podría ayudar a solucionarlo, la viabilidad de que se lleven a cabo ciertas acciones, entre muchas cosas más que surgirán al momento de desmenuzar el problema y que deben ser aclarados, c) definir el objetivo, esto servirá para no desviarse de la solución, desviarse solo lo necesario para recoger la información que se necesita o poder regresar al punto de interés, en caso de haberse descentrado. Ayudará a clasificar el problema y las soluciones que hasta este momento se hayan generado.

También hay herramientas para generar soluciones, aunque parezca que no es necesario, el buscar las soluciones más obvias puede ser muy útil, el que todos intervienen en la búsqueda de soluciones es muy bueno, hasta para fomentar la confianza en todos los involucrados, ya que haya muchas posibles soluciones debe existir un consenso y practicar con el pensamiento lateral el cual “es más susceptible de ser determinado por la voluntad consiente. Se trata de una forma definida de aplicar la mente a un tema o problema dado, como ocurre con el propio pensamiento lógico, pero de un modo totalmente distinto” (De Bono, 2000, p.11).

Las herramientas para negociar las soluciones que se han encontrado son, el mantener los acuerdos que ya se han hecho entre los miembros de la

familia, poniendo un ejemplo, quizás solo haciendo algunas adecuaciones, también el respetar el sistema de valores de cada uno, ya que se hayan hecho acuerdos deben ser implementados y hacer ensayo-error, así que siempre se deben numerar las soluciones y establecer alternativas, de forma que si no funciona la primera opción, se pueda implementar la siguiente, además de tener clara las consecuencias que el conflicto y la resolución traen consigo.

Negociación- cinco principios básicos, “a) sea duro con el problema y suave con la persona, b) enfoque en las necesidades, no en las posiciones, c) enfatice las áreas en común, d) sea creativo con las opciones, e) realice acuerdos claros” (Morales y Paz, 2003, p.17).

Al negociar, o cuando el mediador este trabajando en solucionar el problemas, se debe tener el tiempo necesario para llegar a la resolución y no dejarse sin resolver, las técnicas que pueden utilizarse son la de resaltar la situación, al pedir que se explique algo que se dijo o hizo se está resaltando, para que funcione debe haber un manejo importante de las emociones que la situación provoca, por ejemplo -¿mencione eso? Recuérdame; puede hacer que la situación se vuelva tensa y si no hay comunicación asertiva, se puede empeorar la situación.

Aunque se debe procurar no dejar sin solución el conflicto que se está tratando, también es provechoso, como técnica, que se hagan recesos, que cambien de lugar si ya están incómodos, que se realicen actividades, o se distraigan un poco, siendo muy bueno ante discusiones muy prolongadas, así la solución tiene más confiabilidad e impide que está solo sea tomada por desesperación o ansiedad de algunos de los involucrados.

Todos las reglas que hay un hogar deben pasar por una negociación, para que están sean claras para todos los integrantes de la familia y al mismo tiempo sea una forma de consentimiento. Además la negociación es indispensable para la resolución de cualquier tipo de conflictos, de esta forma

se procurar que todos sean beneficiarios en alguna medida, por mínima que sea.

Introducción a la mediación, en las destrezas anteriores se ha mencionado lo que puede hacer el mediador, esta destreza en particular habla sobre éste personaje indispensable en el conflicto, no cualquiera puede ser mediador, además puede ser difícil si él es parte del grupo que tiene un conflicto, pues puede pasar o solo interpretarse como un sesgo. Él debe tener actitudes muy particulares, que ayude a llegar a la solución del conflicto. Las actitudes del mediador son que:

Sea objetivo- valide ambas partes; Brinde apoyo- use un lenguaje que demuestre que a usted le interesa la situación; No juzgue- no permita juicios sobre quien está bien o quien está mal; Busque proceso, no contenido- use preguntas astutas; Ganar/ ganar-trabaje para que ambas partes puedan ganar; Métodos de mediación: use reglas simples, pero efectivas (Morales y Paz, 2003, p.18).

Las reglas que apoyan al mediador a cumplir con su papel son, definir el rol como aquel que buscara que todos ganen, conseguir acuerdos desde un principio hasta que se haya solucionado el conflicto, estar seguro de que todos se hayan expresado y entendido todo lo que se habló, debe guiar la conversación con el objetivo de que no desviarse hasta un punto sin regreso que solo empeore la situación, incitar a que se propaguen soluciones que sacien las necesidades particulares y redirigir aspectos negativos del grupo como malas palabras, asuntos que no competen al conflicto, etcétera.

Como todo, el mediar lleva un proceso que comienza cuando se ponen acuerdos y se explica lo que se va a tratar, en pocas palabras se realiza el encuadre, después se establece una idea general de forma en que todos los presentes estén en la misma sintonía de lo que se suscita, aquí se debe clarificar estos mismos asuntos, en que se está de acuerdo y en que no, al terminar con esta etapa se debe lograr modificar aquellos asuntos que

los involucrados encuentran en común como causas o alentadores del conflicto, se llega a acuerdos y estando estos se pueden hacer planes de implementación que representan el cierre del conflicto.

Por último, Ampliando perspectivas, que es observar el conflicto lo más amplio posible en referencia a la amplia variedad de soluciones que se le puede dar, para ello “respete y valore las diferencias, reconozca un marco de tiempo a largo plazo, asuma una perspectiva global, lidie con la resistencia a una perspectiva más amplia. Abrase a la idea del cambio y de toma de riesgos” (Morales y paz, 2003, p. 19).

Cuando el conflicto ha cedido se debe poner atención en no tener actitudes o acciones que llevaron el conflicto, además si las destrezas que se presentan aquí se saben utilizar, es casi imposible que se tenga el mismo conflicto, pues se supone se entienden las necesidades de los demás, los sentimientos que les provocan y todo lo que implica para sí mismo y los demás.

1.5.2. Mediación

Como forma de solucionar un conflicto aparece la mediación, como se analizó anteriormente como una de las destrezas de resolución de conflicto. Quizás los intereses o metas de los involucrados en el conflicto son demasiado fuertes, o los involucrados como tal son poco flexibles, así que, se requiere de un tercero que intervenga en la intención de solucionar el conflicto, por eso es que se considera que existen dos grandes líneas de mediación:

- a) “La Heterocomposición: cuya idea central reside en que un tercero toma una decisión respecto a cómo resolver el conflicto: un juez un árbitro, el rey, el jefe la tribu, etc. Supuesto en el que se presume que el tercero tiene la capacidad de decisión y de ejecutar lo decidido” (Redorta, 2002, p.22).

- b) “La autocomposición: supuesto en que son las partes las que arreglan entre si sus diferencias y, si interviene un tercero, éste no tiene capacidad decisoria, sino capacidad de influencia limitada” (Redorta, 2002, p.22).

La mediación también es definida como un proceso donde los involucrados se acercan voluntariamente a un tercero “imparcial” (mediador), para llegar a la resolución del conflicto, recurriendo a recursos comunicativos eficientes, sustituyendo el “ganar- perder” por el “ganar- ganar” (Armas, 2003).

Beker-Haven y Rípol-Millet (como se citó en Armas, 2003) analizan el conflicto, el primero menciona cuatro modalidades de mediación que son: *Educativa*, donde se dota a los participantes de suficiente información, para que sean ellos mismo quienes llegan a acuerdos; *Racional-analítica*, esta modalidad basada en normas en todo momento hasta llegar a la solución; *Terapéutica*, esta modalidad es contemplada para procesos integrales para los integrantes del conflicto; *Normativo-evaluativa*, para el mediador es obvio su rol en la resolución del conflicto, así que debe procurar el equilibrio.

El segundo enumera cinco características y objetivos de la mediación que transforma al conflicto, la primera consiste en que el mediador destaca las oportunidades de transformación, después, cada una de las aportaciones de las “mediados” es analizada para intentar darle fuerza y que sea entendida por los demás involucrados, entonces, se clasifican todas y se alienta a deliberar por las más convenientes, se evita la toma de decisiones prematura, por último, el mediador debe lograr que todos tomen en cuenta la opción del oponente y así llegar a la solución que la mayoría considera adecuada.

Como ámbito de aplicación de la mediación se destaca la familiar, en la que Haynes (1981, como se citó en Armas 2003), brinda un esquema de fases que el mediador debe procurar ante un conflicto familiar, las cuales son:

- Cuando se presenta un conflicto por el cual se requiere la asistencia de un mediador, el primer acercamiento siempre es por uno de los integrantes de la familia, en este caso, los demás o el otro involucrado puede creer que se encuentra en desventaja por el simple hecho de que otro ha recurrido primero al mediador; entonces, la primer tarea del mediador es convencer a todos los integrantes de tener un poder equitativo y que respecto a él no hay ventajas, ya que, él debe ser imparcial.
- La segunda fase, corresponde a la recolección y jerarquización de información, que se da desde el momento en que el mediador pregunta por el motivo de la consulta y que debe enriquecerse con la plática y ayuda del mediador.
- Después se deben identificar los puntos de conflicto, de forma de resaltar los temas y tratarlos, además, las habilidades y actitudes del mediador deben intentar un ambiente sin tensión y se debe hablar sobre la percepción del mismo, de forma que los participantes puedan ser conscientes del trato entre ellos.
- El enunciar formas de solucionar el conflicto de forma práctica, o sea que se puedan llevar a lo real, es bastante útil y es la forma de comenzar la resolución del conflicto.
- Por último, al elegir la alternativa más conveniente para la resolución del conflicto, cada uno de los integrantes de la familia, deben adaptarlas a sí mismos, de forma que pueda llevarse a cabo, claro, cuidando no perder la esencia de la propuesta elegida. Además deben ponerse nuevos o reconstruir los anteriores límites, de forma de prevenir futuros conflictos por los mismo temas.

Cada conflicto será diferente, aunque en esencia puede ser muy parecido, así que el mediador debe estar consciente de esto y de las alternativas que con anterioridad se tomaron, para poder elegir una resolución al conflicto y fortalecer las relaciones.

Capítulo II. Análisis de la familia

2.1. La familia

El concepto de familia resulta difícil de englobar, ya que existen muchos, todos enfocándose a ciertas características de la familia, algunos son o parecen ser antiguos, quizás por esto no hay un solo concepto para familia; en la actualidad, la vida familiar ya no es la misma que era hace 10 años, mucho menos lo que era hace 50, los valores, creencias, formas de vida y muchas cosas más, han evolucionado desde entonces.

Algunos conceptos de familia se enfocan más bien en la familia tradicional con un hombre y una mujer que procrean hijos y cada uno tiene un rol específico dentro de su relación, pero también podemos encontrar definiciones que engloban ahora las familias que no tienen hijos o de parejas del mismo sexo, o de madres o padres solteros.

Para Gutiérrez, Díaz y Román “La familia es la unidad básica que rige el comportamiento de los individuos como espacio primario de socialización y, por ende, de formación de ciudadanos; por ende, son de sumo interés en el ámbito de las políticas públicas” (2015, p.13).

Amaris, Paternina y Vargas, nos dicen que las relaciones familiares: Están construidas por las interacciones entre los miembros que integran el sistema; a partir de estas interacciones se establecen lazos que les permiten a los miembros de la familia permanecer unidos y luchar por alcanzar las metas propuestas. Dichas interacciones se manifiestan por medio de la comunicación, la cual permite observar los conflictos, las reglas y normas que regulan la homeostasis del sistema familiar, ya que el comportamiento de cualquier elemento del sistema lo altera en su totalidad (Amaris et al., 2004, p.94).

2.1.1. Función de la familia

Como primera institución social de la que somos parte, la familia tiene mucho que enseñarnos y esto es parte de las funciones que tiene que cumplir, desde un punto de vista social. “Desde el punto de vista antropológico y sociológico, la familia ha sido considerada la principal institución y la base de las sociedades humanas” (Gutiérrez et al., 2015, p.6)

Entonces las funciones de la familia son:

La multiplicación con la correspondiente adición de nuevos individuos a la sociedad. Generar en la pareja el estadio de total goce de sus funciones sexuales. Proporcionar a los hijos el concepto firme y vivencial del modelo sexual, que les permita a futuro en su vida, hacer identificaciones claras y adecuadas de sus roles sexuales. Perpetuar la especie humana en el tiempo y espacio (Oliva y Villa, 2013, p. 15).

2.1.2. Lazos familiares

Hay tres tipos de lazos familiares que son, “vínculos por afinidad, el matrimonio y de consanguineidad” (Oliva y Villa, 2013, p. 16). Los lazos de afinidad son cuando no son familia de sangre, pero se decide formar una, con aquella persona que no pertenece a la familia actual, por ejemplo, cuando dos personas deciden casarse; también son lazos de afinidad los que surgen de hermanos por solo uno de los padres, los llamados “medios hermanos”. De consanguineidad, que consiste en los lazos de sangre, cuando los integrantes provienen de la misma familia o tronco; aunque también son considerados lazos de consanguineidad la adopción plena, que se refiere a cuando se adopta de verdadera voluntad a un hijo. Civil, el cual se refiere a la adopción por el simple hecho de la firma de un contrato.

2.1.3. Tipos de familias

La libertad es una forma indispensable del desarrollo del ser humano, las maneras de perderla, según Fromm (2009), puede ser: autoritarismo, destructividad y conformidad:

- “El Autoritarismo: consiste en la tendencia a abandonar la independencia del yo individual propio, para fundirse con algo, o alguien, exterior o uno mismo, a fin de adquirir la fuerza de que el yo individual carece; o, para decirlo con otras palabras, la tendencia a buscar nuevos vínculos secundarios como sustituirlos de los primarios que se han perdido”
- “La Destructividad: difiere del sadomasoquismo por cuanto no se dirige a la simbiosis activa o pasiva, sino a la eliminación del objeto. Pero también los impulsos destructivos tienen por raíz, la imposibilidad de resistir a la sensación de aislamiento e impotencia. Puedo aplacar esta última, que surge al compararse con el mundo exterior, destruyendo las cosas y las personas”
- “Conformidad automática: constituye la solución adoptada por la mayoría de los individuos normales de la sociedad moderna. Para expresarlo en pocas palabras, el individuo deja de ser el mismo; adopta por completo el tipo de personalidad que le proporcionan las pautas culturales, y por tanto se transforma en un ser exactamente igual a todo el mundo y tal como los demás esperan que él sea”

Éste último se refiere a escapar de la libertad, cediéndola a otros, dejando que los demás decidan sobre sí mismo, sobre quien recae la conformidad puede ser los medios de comunicación, sociedad, amigos, y la familia, de la cual Fromm (2009), señala que existen dos tipos:

- Las familias simbólicas: cuando los hijos “son absorbidos” por los padres, ya que, desean sobreprotegerlos demasiado, este tipo de familia se caracterizan por eso, por ser demasiado aprensivos.
- Las familias apartadas: que a su vez se dividen en:

- Grupo A: la versión “fría” (los cuales son radicales y hasta ritualistas en la crianza y castigos, utilizando la culpa para ellos, como forma de justificar las formas en que se aplican o implican los castigos); y El estilo puritano de la familia (que la forma en que renuncian a su libertad, es entregándose a las reglas, toman las leyes como propias y forma de crianza)
- Grupo B: La familia moderna (son aquellas en las que los padres, quieren dejar de ser autoritarios, siendo en si pares de los hijos, entonces los hijos pierden a la guía, dejando de la lado la autoridad los padres hacen que se pierda la libertad, pues con este tipo de familia llega la conformidad); y Familias amorosas y razonables (considerada una buena familia, donde no se pierde por completo la autoridad de los padres, pero también se les enseña a los hijos a identificar y valorar la libertad con la que cuentan, de forma que los padres se comprometen a enseñar a los hijos y dejan al sociedad un hijo que sabe lidiar con su libertad).

De forma común es conocida otra tipología de familias, que más que calificarlas por la libertad, lo están por los integrantes que tienen, “la estructura familiar ha variado con respecto a su forma más tradicional en cuanto a funciones, composición, ciclo de vida y rol de los padre” (Oliva y Villa, 2013, p.14).

López (2016) clasifica los 11 tipos familias que existen en tres categorías, los cuales son:

- Las tradicionales, que a su vez tiene tres tipos las familias con niños, con jóvenes o extensas, este tipo de familias representa la mitad de los hogares en México.
- En transición, que son aquellas con madres solteras, de parejas jóvenes, parejas adultas, familias uni-parentales o co-residentes, las cuales tiene en común que no hay hijos.

- Las emergentes: son familias de padres (masculino) solteros, parejas del mismo sexo y familias reconstruidas; hace algunos años era muy poco común encontrar éste tipo de familias.

Una tipología de la familia más sencilla, que al igual se distingue por el número de integrantes es:

Nuclear: integrada por padre, madre e hijos. Simple: conformada por la pareja sin hijos. Monoparental: conformada por uno de los padres y uno más de los hijos. Monoparental extendida: conformada por un progenitor, hijos y personas de la familia. Monoparental compleja: conformada por un progenitor y a su cargo hijos y que además comparte vida con personas ajenas a la familia. Compleja: compuesta por familiares y no familiares en una misma casa. Extendida: compuesta por personas familiares que comparten un mismo hogar. Reconstruida: uno de los progenitores forma una nueva pareja. De hecho: tipo de familia tiene lugar cuando la pareja convive sin haber ningún enlace legal. Adoptiva: es aquella que recibe a un niño por el proceso de adopción. Sin vínculos: grupo de personas, sin lazos consanguíneos que comparten una vivienda y sus gastos, como estrategia de supervivencia. Familia homosexual: pareja del mismo sexo, con o sin hijos (Carlos, 2009, p.11-12).

2.1.4. Formas de interacción

Fairlie y Frisancho (1998), en su investigación “Teoría de las interacciones familiares”, logran reunir la manera en que las familias interactúan; estas formas pueden unirse o cruzarse con otra y son de comunicación, de procesos psíquicos y de vinculación.

Interacción de comunicación. Las interacciones con énfasis en la comunicación, son de dos tipos, de doble vínculo y comunicación paradójica (Fairlie y Frisancho, 1998).

Doble vínculo, el termino fue propuesto por Bateson para definir la situación de comunicación desconcertante que lleva implícita las siguientes condiciones: 1) una relación intensa entre las personas y una de ellas como la víctima; 2) un mandato primario negativo que puede tener una de las dos siguientes formas (no hagas eso o te castigare o si no haces eso te castigare); 3) un mandato secundario que está en conflicto con el primero a un nivel más abstracto, al igual que el primario esta reforzado con castigos o señales que anuncian peligro para la supervivencia; 4) un mandato negativo terciario que prohíbe a la víctima escapar del campo; y 5) el conjunto completo de los integrantes deja de ser necesario cuando la víctima aprendió a percibir un universo bajo patrones de doble vínculo.

La comunicación paradójica, se distingue por que los mensajes son confusos o contradictorios. Los tipos de paradojas las lógico-matemáticas, definiciones paradójicas y paradojas pragmáticas. Tiene formas de interacción o mecanismo, los cuales son: Mistificación (se le atribuyen o quitan características sin tener criterio empírico personal); Descalificación (desvitalización, desautorización y anulación de definición o toma de posición); Comunicación amorfa (las cosas que se dicen no son afirmadas y luego desmentidas); Silencio previo a la toma de decisión; Parloteo simbólico (no decir nada, o decir algo sin sentido); Risa no relacionada con el humor; Aplicación de apodos (Calificativos inadecuados); Estrategias de silenciamiento; Lucha por la identidad; y Falta de atención selectiva (Fairlie y Frisancho, 1998).

Interacción de procesos psíquicos. Las interacciones con énfasis en los procesos psíquicos toman en cuenta: a) La proyección familiar; b) Masa familiar indiferencia de egos: defensa ante los cambios, sus egos se vuelven uno solo, por la unión que hay en ellos; c) Caos cognoscitivo colectivo:

cuando de un miembro a otro de la familia la información es incomprensible, aunque en verdad no lo sea; d) Complementariedad patológica de las necesidades: estas se internalizan como demandas y se satisface la demanda de dependencia; e) Divorcio emocional: corresponde a una defensa inmadura, se relaciona a las relaciones conyugales; f) Introducción de ansiedad; g) Mitos y ritos familiares; h) Intercambio de disociaciones (Fairlie y Frisancho, 1998).

Interacciones de vinculación. Las interacciones con énfasis en la vinculación se dividen en 10 tipos que distinguen Fairlie y Frisancho (1998), los cuales son:

- Alianzas y coaliciones: la primera es aquella donde dos personas se unen por intereses en común, la segunda es cuando estas personas se unen contra una tercera.
- Triangulación y triángulos perversos: los triángulos se representan en la familia como uno de los padres, otro de los padres e hijo o hijos, al ser perverso, una de las personas es de diferente generación a las otras dos, éstas se unen contra la tercera, y la unión es negada.
- Chivo expiatorio: papel que cumple el hijo, cuando renuncia a su independencia y objetivos individuales e intenta cubrir los vacíos de los padres. Para que existe éste, como víctima también están los papeles de destructor y perseguidor.
- Simetría y complementariedad: el primero es cuando uno o varios de los integrantes se guían por la competencia y el cotejo; el segundo se acerca más al sadomasoquismo. Se intenta encontrar en la pareja en que son parecidos, también puede suceder en la madre o padre soltero con el hijo.
- Pseudomutualidad: se vivencia una excesiva preocupación familiar por aparentar que existe una fuerte unión familiar, sin conflictos que pudieran desequilibrarla.

- Pseudohostilidad: se intenta aparentar con otro u otros de los integrantes de la misma familia que no hay cariño o hay sentimientos negativos, aunque en realidad sea al contrario.
- Proceso de mediación: cuando surge el conflicto y cada uno toma su punto de vista, llega un momento en que alguno cede y se vuelve el mediador, también asumiendo el poder, por esto último, el mediador de forma difícil será el hijo, al que se le asignó el papel de chivo expiatorio.
- Relación simbólica: casi siempre se da entre madre e hijo, o padre e hijo, esta relación se ve amenazada ante el crecimiento del hijo y deseo de que regrese a su etapa de dependencia hacia ella o él.
- Distanciamiento fijo y errático: Al tener un conflicto se intenta tener un distanciamiento sentimental, pero a la vez hay una dependencia importante, que puede considerarse dependencia a la relación, cualquiera que sea, aunque el nivel de dependencia, es diferente, según los integrantes de la familia, ejemplo, madre e hijo o padre y madre.
- Miembros desapegados: “Interacción que parece ser la antípoda de la relación simbiótica debido a que supone precisamente carencia de unicidad familiar. Minuchin habla de una organización familiar con miembros desapegados, donde el problema no es la viscosidad o proximidad entre los miembros sino, por el contrario, la incapacidad de los padres en dar respuesta a las necesidades de sus hijos” (Fairlie y Frisancho, 1998, p.72).

2.1.5. Ciclo familiar

Cuando se habla de familia, se debe identificar en qué punto se encuentran, refiriéndose a desarrollo y madurez, es por eso que se especifican las etapas por las que pasa una familia, que toma como base la edad de los hijos, si es que se tienen hijos, estas etapas son: la formación de

la pareja, la familia con hijos pequeños, la familia con hijos en edad escolar o adolescentes y la familia con hijos adultos (Minuchin y Fishman, 2004). También otros autores distinguen más etapas como “periodo del galanteo, constitución de la pareja estable, nacimiento de los hijos, periodo intermedio, el destete de los padre, y el retiro de la vida activa” (Cibanal, 2006, p.70-82).

La etapa donde aún se está formando la pareja o si ya lo está, todavía no se tienen hijos, conlleva retos como los acuerdos, el conjuntar información, establecer contacto y tratarse con afecto. Cuando se presenta el nacimiento del primer hijo, tener a un bebe en casa, representa la segunda etapa por la que atraviesa una familia, pues es el momento oportuno e que los padres pueden aclarar los límites para asegurar el bienestar del hijo y su autoridad.

En la tercera etapa el hijo inicia su vida escolar, que implica que convivirá con otras personas distintas a los padres, lo cual, puede causar mucho conflictos de distinta índole, entre los padres o entre los padres y él hijo. Ahora el hijo se ha adaptado a la vida escolar, que aproximadamente debe ocurrir en la escuela primaria.

En esta etapa el hijo es un adolescente y todo lo que implica se toma como la quinta etapa de la familia, donde se debe empezar a convivir con un sistema poderoso y hasta competitivo, además de que los adolescentes se creen con el poder de exigir que las normas se modifiquen para poder satisfacer algunas de sus necesidades. El hijo comienza a salir de su casa para ir a vivir a otro lugar; donde se modifican las pautas de convivencia y de nuevo se inicia el ciclo en la formación de la pareja.

La que se podría considerar como penúltima etapa, comienza con la ausencia en casa del último hijo, hasta que los padres están jubilados. El último ciclo de la familia es cuando después de la jubilación, llega la muerte de los padres.

Como se mencionó al inicio de este capítulo, las familias no son necesariamente los dos padres o con hijos, depende del tipo de familia, así

que, el ciclo de la familia debe ser adaptado a cada una. Además como es un ciclo, nunca termina pues, por ejemplo, cuando uno de los hijos sale de casa comienza su propio ciclo familiar.

2.2. La familia vista desde la teoría sistémica

“Desde la perspectiva sistémica, la familia se concibe como un sistema abierto a los otros sistemas _del mismo nivel o de niveles tanto superiores como inferiores_” (Roiz, 1989, p.124).

Como tal todos somos parte de un sistema, no se puede ser ajeno, ya que aunque solo seamos observadores ya estamos constituyendo un rol en el mismo. Así es la familia aunque, puede existir un individuo con rol pasivo, no significa que no sea parte del sistema y de lo que acontece en ella, si hay un cambio o conflicto en éste u otro integrante los demás se verán afectados de alguna forma y en distintas magnitudes. A continuación se analizan los subsistemas de la familia vistos desde esta teoría.

2.2.1. Subsistemas familiares

Analizando a la familia desde el enfoque sistémico, según Carlos (2009), esta se compone de cuatro subsistemas que son, el individual, conyugal, de hermanos y de abuelos.

El subsistema individual esta “formado por cada uno de los miembros de la familia. Componente del sistema familiar, establece relaciones particulares con cada uno de los miembros, y con la familia como totalidad” (Carlos, 2009, p.10).

Al subsistema conyugal se le considera aquel en el que una familia comienza, de forma tradicional (ya que ahora se considera como familia, a un grupo de personas con lazos consanguíneos y emocionales, aunque no haya padre, madre o hijos), cuando una pareja decide convertirse en una familia. Es por eso que este subsistema es esencial para una familia, o por lo menos para su formación básica.

El subsistema de hermanos, también conocido como sistema fraternal, apoya al individuo en la obtención de herramientas sociales, el cómo convivirá con sus iguales. Por último el subsistema de abuelos, resulta muy importante pues son las bases de las familias, tanto en creencias como en formas de convivencia.

Teniendo en cuenta lo anterior, que es parte de la identificación que el terapeuta realiza de la familiar, para identificar el conflicto latente y manifiesto que presenta la familia en terapia.

2.3. Conflicto en la familia

En todos los lugares y grupos donde los individuos se vean inmersos, encontramos conflictos, las relaciones eso provocan, desacuerdos, mal entendidos, entre muchas más situaciones, las cuales también podemos observar en la familia, en esta encontramos elementos esenciales como que, hay varios individuos, jerarquías, normas que no necesariamente son aceptadas por todos los miembros, temas que pueden ser difíciles de tratar, las formas de comunicación pueden ser incorrectas, etcétera. Es por eso, que a continuación analizaremos al conflicto, dentro del entorno familiar

2.3.1. La familia como factor de riesgo para la violencia

Hay elementos que inducen a que los grupos familiares entren en conflicto, para Carlos (2009), existen dos factores primordiales que pueden hacer que una familia tenga problemas, estos son:

- a) Pobreza: cuando en casa no hay los recursos necesarios para satisfacer todas las necesidades, pueden surgir distintos conflictos interpersonales e intrapersonales.
- b) Desempleo: el cual es una consecuencia del primero, por falta de oportunidades y lo que esto conlleva puede ser una vida insana y la herencia de esto a otras generaciones.

La Secretaría de Seguridad Pública, de México, menciona “la personalidad y las actividades que se desempeñan” son factores que promueven o evitan caer en situaciones de violencia, a lo cual lo llaman “factores de riesgo” o “Factores de protección” (2010, p.14).

Dentro de la familia pueden suscitarse circunstancias que promuevan a que alguno de los integrantes tenga conflictos o sea un individuo problemático, en los demás contextos en que se desenvuelva. Cuando existe un conflicto en la familia, los integrantes deben enfrentar este conflicto no solo en casa, sino que se convierte en un conflicto intrapersonal, que afecta el cómo se desarrolla con los demás, y puede causarle conflictos, lo cual es factor para que surjan más conflictos en sus otros ámbitos, de aquí que la SSP, considere importante la personalidad y las actividades del individuo.

Que un individuo sea conflictivo, tiene mucho que ver con las pautas de crianza en la familia, pues como ya analizamos anteriormente, esta es la primer y más importante institución social en la que nos vemos inmersos y de la cual nos apoyamos para formar la personalidad propia.

En muchas familias se mantienen pautas de crianza inconscientes, que está por demás decir que son heredadas y que pueden parecer inofensivas pero pueden causar fuertes repercusiones, como lo es la educación escolar, ya que, los padres pueden ser poco responsable y transmitir esto a los hijos.

Capítulo III. Terapia Sistémica

La Terapia Sistémica, es un tipo de psicoterapia, su forma de trabajo más conocida es la familia, también se trabaja en parejas, grupos o individual. Al respecto, Martin, refiere que “En el modelo sistémico, en general, los síntomas son entendidos como expresiones disfuncionales del sistema familiar, de modo que el foco de análisis no recaerá solamente en el paciente que tiene el síntoma o problema, sino que abarcará a todo el sistema. Al paciente que tiene las manifestaciones sintomáticas o el problema concreto se lo denomina paciente identificado” (2006, p.18).

Como se mencionó en los antecedentes, la Terapia sistémica ha tenido tres momentos históricos, pues el primero es la consolidación, donde se apoya de otras disciplinas o teorías para hablar sobre los sistemas y encontrar un soporte teórico; el siguiente es respecto a la construcción de modelos teóricos clínico, de forma que se lleva al conocimiento directo al trabajo terapéutico; el ultimo es al surgir las terapias posmodernas, que dotan a la terapia sistémica de novedad e impulso para adaptarse a los cambios modernos (Boscolo, Cecchin, Hoffman y Penn, 1987, p.13-18). (Ver Figura 4).

Consolidación	Construcción	T. posmodernas
	Segunda mitad del S. XX	Finales del S. XX
Epistemología sistémica	Primero modelos teóricos-clínicos sistémicos	Cibernética de segundo orden
Teoría general de los sistemas de Ludwin Von Bertalanffy	Modelo de palo alto	Individual
La cibernética de primer orden postulada por Norbert Wiener	Modelo estructural	De las narrativas
Teoría pragmática de la comunicación humana de Paul Watzlawick, Janet BEavin y Don Jackson	La escuela de Roma	La conversacional
	La Escuela de Millán	La feminista
	Modelo estratégico	

Figura 4.

Matriz de inducción de los momentos históricos de Terapia Sistémica.

3.1. Antecedentes

Quienes dieron el soporte teórico a la Terapia Sistémica fueron: Von Bertalanffy con la teoría general de sistemas, Russel con la teoría de los tipos lógicos, Norbert Wiener con cibernética, Shannon con teoría matemática de la comunicación, Paul Watzlawick, Janet Beaviny, Don Jackson con la teoría pragmática de la comunicación humana y Von Neumann con teoría de los juegos (Cibanal, 2006).

En occidente en 1950, diferentes terapeutas, sin relación, ni conocimiento de ello, comienzan a tratar en terapia a todos los integrantes de distintas familias, en lugar de uno solo, ellos lograron observar que si el individuo tenía cambios en la terapia individual, también se podían notar en la familiar.

Respecto a lo terapéutico, los primeros estudios de los que se tiene registro fueron en 1952 a 1962 en California, dirigido por Bateson junto con Weakland, Haley, Jackson y Fry, quienes desarrollaron la “teoría del doble vínculo”, que es utilizada como técnica de comunicación paradójica en el enfoque estratégico; partiendo de la antropología cultural y psiquiatría (en sus estudios trabajaban con familias, en las que uno de sus integrantes padecía esquizofrenia), la cual representa una paradoja por la cual se presentan conflictos familiares o en otros grupos, que tiene que ver con la recepción de mensajes, uno a nivel de relación comunicativa y el otro de información (Cibanal, 2006). Donde no importa cuál sea la respuesta a un cuestionamiento, nunca se sale bien librado, lo que implica el surgimiento del conflicto. Lo anterior es lo que da base a la Escuela Interaccional (MRI) o Escuela de Palo Alto.

Por otro lado, en Chicago en la década de los 60’s, el médico pediatra y psiquiatra Argentino, Salvador Minuchin, crea el modelo estructural, trabajando con familias con problemas de límites, toma como conceptos básicos de su modelo, la estructura, fronteras, coaliciones y alianzas, familias funcionales y disfuncionales, jerarquías y secuencias, entre otros. Las

técnicas de desarrollo, son utilizadas por terapeutas estructurales, estas son, por ejemplo, la escenificación, el re-encuadre, la intensidad de lados fuertes, desequilibramiento, fijación de fronteras y complementariedad (Botella y Vilaregut, 2012).

En la misma década pero en Italia, surge la escuela de Roma, por Maurizio Andolfi, el cual se enfoca en las triangulaciones familiares y en las trigeneraciones, pues él considera que éste puede ser el origen del conflicto. Trabaja con la técnica de prescripciones que pueden ser directas, paradójicas y re-estructurales, dependiendo de la resistencia de la familia a la terapia (Cibanal, 2006).

También en Italia, surge la modelo de Milán, en 1967, por Mara Selvini, posteriormente se unirían Palazzolli Gianfranco Cecchin, Luigi Boscolo y Julia Patra. En estos modelos se utilizan las técnicas de connotación positiva, interrogante circular o circularidad, redefinición, intervención paradójica, formulación de hipótesis, neutralidad y el genograma, uniones, triadas, etcétera. Para los terapeutas que trabajan con este modelo el síntoma se manifiesta cuando hay mensajes contradictorios y creencias rígidas. El objetivo de la intervención terapéutica es identificar e interrumpir los juegos familiares patológicos que los integrantes no notan y en el que alguno de ellos pretende controlar a los demás (Boscolo et al., 1987).

El modelo estratégico, surge en Washington, en 1976, por Jay Haley y Milton Erickson, en "*The Family Therapy Institute*", el modelo se centra en el problema, tomando en cuenta las organizaciones jerárquicas, las soluciones intentadas, las interacciones. Teniendo como técnica la redefinición, las tareas post-sesiones, el cambio mínimo, las paradojas, técnica de calcado, intervención directa, anécdotas, relatos, entre otras, para trabajar sobre el síntoma que aparece al presentarse comunicación disfuncional en la familia; con el objetivo de crear una relación personal consultante-terapeuta, apoyándola en la confianza, el respeto y apoyo, para que el terapeuta pueda

ingresar, de alguna forma, al sistema familiar y desde ahí solucionar el síntoma (Botella y Vilaregut, 2012).

Después surgen las terapias posmodernas a finales del siglo XX, estas terapias son la cibernética de segundo orden, terapia individual, de las narrativas, la conversacional y feminista (Del Rio, 2012).

Cada uno de los modelos se apoyan del anterior o anteriores, todas tienen las mismas bases, pero fueron adaptadas a las necesidades que los terapeutas, observaban, por ser distintos años, países, problemáticas o cualquier otro factor.

3.2. Bases teóricas de la Terapia Sistémica

Como se mencionó antes, hay aportes de las cuales la Terapia Sistémica se apoya para su creación, Martin menciona que estas son: “la Teoría General de los Sistemas, la Cibernética y los desarrollos pragmáticos de la comunicación” (2006, p.2). Asimismo, explica el aporte que le dan.

3.2.1. La Teoría General de los Sistemas

Teoría general de los sistemas de Ludwin Von Bertalanffy, que surge en 1968, con un enfoque interdisciplinario, que por esta misma naturaleza puede estudiarse desde distintos enfoques, pues según la definición de Martin , un sistema es “un conjunto de elementos que interactúan entre sí, presuponiendo de este modo, la existencia de una interdependencia entre las partes y la posibilidad de un cambio a través de la reversibilidad de la relación” (2006, p.3), o sea, que todos somos partes del sistema, en subsistemas, dentro de un supe-sistema, que es el englobado de los sistemas.

Así, como se puede notar la variedad de sistemas por su tamaño, real o significativa, también hay variedades como los sistemas abiertos y cerrados. Un sistema cerrados es, “cuando no intercambia materia, energía y/o información, con su entorno”; y el sistema abierto es lo contrario, “por lo tanto, un sistema abierto es modificado por su entorno y al mismo tiempo lo

modifica” (Botella y Vílaregut, 2012, p.1), por los cuales hay mucha discusión entre autores por sus características o variedad de sistema más abierto o más cerrado y que tienen que ver con el intercambio de información con otros sistemas. En los sistemas se pueden presentar fenómenos como la homeostasis y ruptura, según su forma de regularse o adaptarse a los cambios, dependiendo de sus características, como tal esta primera es el “proceso de mantenimiento de la organización del sistema a través de feedback negativo” (Botella y Vílaregut, 2012, p.2).

Las relaciones personales son por la naturaleza de los sistemas, en su totalidad comparables, en el caso específico de la familia, por ejemplo, que puede ser representado como sistema abierto, con subsistemas, como las relación entre hermanos, de pareja, etcétera, que se encuentra inmerso en el súper-sistema, que es la sociedad.

3.2.2. La Cibernética

Norbert Wiener postula la teoría de la Cibernética, que es una palabra griega, que significa conducir, gobernar, etcétera, es por eso que es utilizada para referirse a procesos de comunicación y sistemas.

Así como la Terapia Sistémica, atraviesa por tres momentos históricos, también la Cibernética, estos son, la Cibernética de Orden 0, de Primer Orden y Segundo Orden.

La Cibernética de primer orden “se basaba en la premisa de que el sistema observado podía considerarse separado del observador”; la de segundo orden “enfatisa el rol del observador en la construcción de la realidad observada” (Botella y Vílaregut, 2012, p. 9).

De la misma forma en las sesiones terapéuticas, el profesional debe ser bastante observador, sobre las situaciones familiares que se presentan, todo lo que tiene que ver con el sistema, la comunicación, sus pautas de conducta, etcétera. Pero el aporte más significativo de la Cibernética a la terapia es, el hecho que el terapeuta ya no es un observador estático de las

situaciones que se generan en las sesiones, sino, que tiene la facultad de intervenir en distintas formas, para generar situaciones que apoyen a la familia en la resolución del conflicto.

3.2.3. Los desarrollos de los pragmáticos de la comunicación

Martin, nos dice que “Los autores principales que se engloban bajo esta denominación eran psicólogos, biólogos y antropólogos, que enfocaron el tema de la comunicación en sus aspectos pragmáticos, tratando de describir y entender los circuitos, pautas y efectos que la comunicación genera en diferentes sistemas” (Bateson, 1972; Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967). Los estudios se desarrollaron y focalizaron en la relación entre el emisor y el receptor, en la cual la comunicación actúa como mediadora” (2006, p.8).

El estudio de la comunicación, sus elementos, errores, entre otros aspectos es muy importante para entender diversas situaciones de la vida, pero en la Terapia Sistémica toma importancia pues para algunos terapeutas como Haley y Erickson, que los integrantes del sistema tengan una mala comunicación es motivo suficiente para que aparezca el síntoma que denota en conflicto.

De esta misma teoría se desprende el tema de axiomas de la comunicación de Watzlawick, Helmick y Jackson (1985), con el objetivo de poder analizar las patologías con mayor detenimiento. Estos son:

- La imposibilidad de no contestar. Que se refiere a que todo es comportamiento, entonces no puede uno, no comportarse. El compromiso entre emisor y receptor se ve ligado con la percepción de este último en torno a su relación.
- Los niveles de contenido y relaciones de la comunicación. Lenguaje no verbal, la comunicación también trasmite conductas.

- La puntuación de la secuencia de hechos. Es el intercambio de mensajes entre emisor y receptor, haciendo una secuencia de hechos desigual, lo cual es causa de conflicto.
- Comunicación digital y analógica: la primera se refiere al lenguaje y la segunda a la comunicación no verbal y en las dos encontramos fallas de comunicación que podrían causar conflictos.
- Interacción simétrica y complementaria. Que se entiende como la relación basada en la igualdad y la diferencia de comportamientos.

La comunicación, tiene la característica de no solo ser verbal y tener el aspecto y otro de relación, ya que, dependiendo de la claridad o cercanía de relación de los que se comunican esta podría tener o no significado relevante, pero éste siempre es posible, aunque pueden tener distintas respuestas, como lo son, rechazarla abiertamente, aceptarla, o descalificarla.

Otra de las teorías que surge sobre la comunicación es La Teoría del doble vínculo, “fue desarrollada por el grupo liderado por Bateson en 1956, a partir de las experiencias observacionales que hicieron de familias que tenían un miembro esquizofrénico, allí pudieron ver que las mismas se trasmitían mensajes y conductas excluyentes simultáneamente, en niveles lógicos diferentes” (Martin, 2006, p.14)

Entonces, estas son consideradas, las principales bases para la formación de la Terapia Sistémica, a partir de estas teorías, surge los modelos, que son varios, pero a continuación se desglosaran cuatro.

3.3. Principales ramas de Terapia Familiar

3.3.1. Tradicional.

Escuela que “busca integrar conceptos dinámicos tradicionales con planteos sistémicos; su objetivo es la reestructuración psicológica del paciente y pone énfasis en la exploración del pasado, en el contenido de la comunicación, la interpretación y la transferencia como instrumento de

cambio”, los principales representantes son, Ackerman y Bloch, “grupo basado en ideas de Ackerman y especialmente ecléctico. Bloch desarrollo la idea de yo portable, para explicar la continuidad del individuo en las vicisitudes familiares, incorporando conceptos existenciales y la técnica de la escultura de Satir” (Cibanal, 2006, p.20).

Otro representante es Nagy, quien “desarrolla una teoría ética de la familia, de inspiración beberiana, y propone un sistema ético de obligaciones familiares que se desarrolla a través de generaciones. El tratamiento incluye por lo menos tres generaciones para la liberación individual mediante el pago de las obligaciones interfamiliares” (Cibanal, 2006, p.20).

3.3.2. Existencial

La escuela existencial “propone el crecimiento y la expansión de la persona, y en la terapia se acentúa la experiencia en el presente entre el terapeuta y los miembros de la familia, como instrumento de cambio” (Cibanal, 2006, p.20).

Los autores más representativos son, Satir, Duhl, Kempler y Whitaker.

Satir: “Desarrollo la técnica de la escultura de familia donde los miembros transforman sus emociones y percepciones de la familia en un cuadro viviente donde todos expresan en posiciones estáticas o movimientos corporales una metáfora de la visión familiar” (Cibanal, 2006, pp. 20-21).

Whitaker: “Terapeuta de terapeutas, trabajo muchos años con personas que sufren esquizofrenia, incorporado en la terapia el empleo de los estados emocionales y hasta los procesos irracionales del mismo terapeuta para atacar la rigidez defensiva de miembros familiares” (Cibanal, 2006, p.21).

3.3.3. Corriente Sistémica.

La corriente sistémica “se propone el cambio del sistema familiar como contexto social y psicológico de sus miembros, poniendo en la terapia el

énfasis en los procesos interpersonales disfuncionales” (Cibanal, 2006, p.21), para lo cual, sus mayores representantes son, Bowen, Minuchin y Haley.

Bowen, “Estudio familias completas de pacientes que sufren de esquizofrenia, analizando a la familia como factor etiológico” (Cibanal, 2006, p.21)

Minuchin, Haley:

Han desarrollado nuevos modelos para estudiar la influencia de la familia en el mantenimiento de los síntomas psicossomáticos del niño. En el terreno de la enseñanza, su equipo entreno terapeutas no profesionales y ver en qué medida se pueden actualizar las experiencias y cualidades de quien no tiene educación académica. Estableció reglas de supervisión en vivo donde el supervisor observa a través de un espejo unidireccional, pudiendo comunicarse con el terapeuta y este con él por teléfono en forma inmediata (Cibanal, 2006, p.21).

3.4. Escuela Interaccional del MRI de Palo Alto

Esta escuela, que representa los primeros acercamientos y trabajos de la Terapia Sistémica, fundada en 1958, y teniendo importantes representantes desde sus inicios, su disolución, hasta la actualidad. Hacia la muerte de Jackson, principal fundador, toma el control de la escuela, en 1968 Weakland, Watzlawick, Bodin y Fish, éste último es quien fundaría la Terapia Breve del MRI en 1965.

Nos dice, Martin, “Jackson crea el MRI, Mental Research Institute de Palo Alto, conjuntamente con Satir y Riskin, en el mismo edificio donde trabajo el grupo original liderado por Bateson. El MRI, fue el primer centro que presento programas de formación en terapia familiar, al poco tiempo se unieron a ese proyecto autores como Watzlawick, Weakland y Sluaki” (2006, p.17).

3.4.1. El conflicto

La Escuela Interaccional del MRI, “plantea el abordaje sistémico de los problemas con independencia de que se pueda convocar a toda la familia. Incluso se plantea, por primera vez, el trabajo sistémico con individuos, o sin el propio paciente identificado (el supuesto paciente). Se prefiere trabajar sólo con aquellos que están realmente motivados a resolver el problema, con los que realizan la demanda” (Feixa, Montesano, Compañ y Muñoz, 2016, p.30).

Entonces se presenta la idea de que la familia al estar interesada en alguno de los integrantes, son ellos quienes deben acudir a terapia, aunque siempre lo ideal será que toda la familia se presente, pero las sesiones serán más productivas si se presentan aquellos que tienen disponibilidad para asistir.

Para los terapeutas de este modelo, al abordar el conflicto, se interesan por las interacciones que tiene la familia, ya que, retoman el ciclo de la familia y del conflicto. El de la familia, porque en cada etapa, se presentan conflictos, que deben resolverse, y el del conflicto se deben analizar que pautas se están repitiendo que no se rompe con el conflicto, las pautas pueden ser de comunicación, comportamiento, etcétera.

El cambio se genera a partir de las técnicas que utilizan en terapia. Este modelo considera, los tipos de cambios, el cambio 1 y cambio 2. Se explica que hay cambios de tipo 1 que son suficientes, pero siempre se busca el de tipo 2, un cambio que sea sustancial, que aunque no sea demasiado visible o radical, si logre modificación de creencias predeterminadas que afectan la convivencia o pautas de comportamiento.

3.4.2. Manejo del conflicto

En Terapia breve (1974), “Se trata de un formato en diez sesiones como máximo (aunque el promedio se sitúa en 6-7) centrado en un problema específico” y tiene como objetivos “identificar un problema en términos

específicos y concretos; explorar las situaciones intentadas, también en términos específicos; establecer las metas de la terapia en términos positivos, concretos y alcanzables” (Feixa et al., 2016, p.33).

Como se mencionó en el apartado anterior, en el modelo nota el conflicto o problema como un ciclo, entonces intenta irrumpir en el para que así se presenten cambios 2, esto significa, apoyar a la familia en tareas que no hayan hecho antes o que se modifiquen aquellas con las que han intentado romper el conflicto.

3.4.3. Técnicas y estrategias

Para lograr un cambio en el ciclo que la familia se ha generado, al intentar que su sistema siga funcionando, los terapeutas del modelo utilizan estrategias y técnicas (Ver Figura 5) como lo es, las estrategias de comunicación:

- “Elicitar la descripción de soluciones, bien iniciando la conversación sobre ellas mediante algunas de las preguntas centrada en soluciones, bien centrándose en alguna información o dato que los consultantes aporten espontáneamente en el transcurso de la conversación”
- “Ampliar, es decir, pedir detalles y ayudar a los consultantes a que generen descripciones en términos de conductas interactivas, pequeñas, concretas y en positivo”
- “Anclar las soluciones o atribuir control, es decir, ayudar mediante nuestras preguntas a que los consultantes identifiquen de qué forma han conseguido producir las mejorías o de qué manera pueden llegar a alcanzar sus objetivos”
- “Ir despacio, que los autores de BTC de Palo Alto describen como una intervención general, constituye también un aspecto importante del proceder de los terapeutas centrados en soluciones”

- “Promover activamente la cooperación con la familia. Nos e trata de conseguir que la familia coopere con la terapeuta, sino de plantearnos como terapeutas qué podemos hacer para cooperar nosotros con nuestros consultantes” (Beyebach, 2014, p.10-14).

En lo anterior, en la técnica ampliar, de comunicación se mencionaron las preguntas centradas en soluciones que son técnicas indispensables para el modelo, son siete:

- “Proyección al futuro, se trata de invitar a la familia a imaginarse un futuro sin el problema”
- “Cambios pre-tratamiento, son las mejorías que se producen antes de la primera entrevista”
- “Excepciones, son las situaciones en las que se espera pero no se da el problema, pero también aquellas en las que el problema se da con menor intensidad , duración o frecuencias”
- “Preguntas de escala, invitar a los miembros de la familia a puntuar algo entre 0 y 10”
- “Preguntas de afrontamiento, sirven para conservar sobre los recursos de la familia en situaciones negativas, incluso de extrema adversidad”.
- “Secuencia pesimista, aquí la terapeuta no solo renuncia a buscar excepciones, sino que adopta una postura incluso más negativa que la de los propios consultantes”
- “Prevención de recaídas, se trata de investigar primero que factores podrían precipitar un retroceso terapéutico a una recaída, y luego discutir los planes de acción de la familia” (Beyebach, 2014, p.11-14).

Dos técnicas de entrevista que se pueden utilizar son, los elogios, en forma de motivación por lo que se está haciendo bien, y tareas, que tienen que ver con lo que se habló en la sesión y pretende que la familia recuerde la información más importante y la trabaje fuera del espacio terapéutico (Beyebach, 2014).

Las técnicas y estrategias que se mencionaron van de la mano, no se puede elegir solo una, ya que, en diferentes momentos de la terapia pueden ser utilizadas.

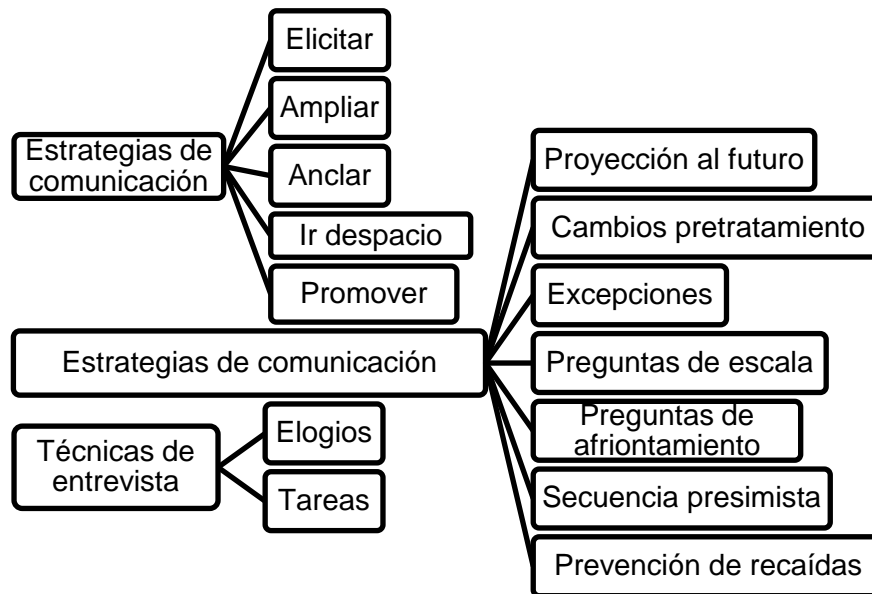


Figura 5.

Cuadro sinóptico de estrategias y técnicas del MRI

3.5. Escuela de Milán

Quien funda este modelo en Italia en 1967, es Mara Selvini Palazzoli. Sus principales trabajos son con familias con fuertes conflictos. “Mara Selvini Palazzoli, Guiliana Prata, Gianfranco Cecchini, y Luigi Boscolo simultanearon durante unos años su trabajo individual psicoanalítico con las sesiones familiares conjuntas con las que fueron encontrando su propio estilo. Los pacientes que tratan en este formato familiar son los más graves: trastornos alimenticios y psicóticos” (Feixa et al., 2016, p.38). Aunque esta terapia se basa sus principios en la familia, más adelante, también es utilizada para terapia individual, de pareja, grupo y organizacional.

“En nuestro modelo de trabajar, el objetivo general es crear un contexto relacional de deuterio-aprendizaje, es decir, de aprender a aprender, en el cual los clientes puedan encontrar sus propias soluciones., sus posibles salidas de las dificultades y el sufrimiento. Con este fin, se explota el contexto en el cual viven y en el que se manifiestan los problemas” (Boscolo y Bertrando, 1994, p.234).

3.5.1. El conflicto

Los terapeutas que trabajan con el modelo de la Escuela de Milán, coinciden en que el conflicto surge cuando hay mensajes contradictorios y creencias rígidas, de todo tipo no pueden apoyar a la familia resolver los conflictos de forma positiva.

Martin, destaca que “Una de las intervenciones específicas creadas por esta escuela fue la prescripción invariable, que la entendieron como un programa específico para trabajar con familias de transacción psicótica, en donde se les da la misma tarea a todas las familias, en general tratando de aliar a los padres, mediante un secreto, que favorece la separación de los subsistemas, en particular el de los hijos” (2006, p.23).

3.5.2. Manejo del conflicto

En la Escuela de Milán, para la solución de los conflictos, se busca identificar e interrumpir aquellos juegos familiares patológicos, los cuales no son evidentes, pero en los que algún integrante, busca tener el control sobre todos los demás, con lo cual obtiene poder.

Para el trabajo terapéutico, el terapeuta debe cumplir ciertos requisitos, esto según, porque debe adaptarse al trabajo en el contexto familia e individual. Las capacidades se pueden resumir en: la capacidad de adaptarse a una posición que le permita escuchar a los clientes, que tenga curiosidad por el clientes y todo lo relacionado a él, que se muestre positivo, capacidad de reconocer y entender el dialogo externo e interno, mantenimiento de la visión cíclica de los hechos, conciencia del poder que

tiene la terapia en los clientes y los problemas que se puede ocasionar, por último, siempre se debe estar consciente de las premisas del modelo terapéutico, experiencia y teorías (Boscolo y Bertrando, 1994).

“Trabajar de modo sistémico requiere, a nuestro entender, el operar en una perspectiva co-evolutiva: el terapeuta evoluciona junto al cliente, evitando detenerse en una imagen que requiere el pasado o el presente, o una historia que podría seducirlo. Pero, al mismo tiempo, sus modelos deben saber evolucionar junto a los modelos sociales del cliente” (Boscolo y Bertrando, 1994, p.232).

Lo mencionado anteriormente, son las bases para el comienzo del trabajo terapéutico. Para la terapia, se utilizan técnicas y principios específicos (Ver Figura 6). Un principio es la convocatoria “En sus orígenes el modelo de Milán presuponía que a la terapia siempre fueran convocados todos los miembros de la familia nuclear. La evolución del modelo terapéutico ha llevado a aceptar aquello que el sistema familiar escoge traer a terapia. Se ha pasado así al principio de que venga aquél que desee venir” (Boscolo y Bertrando, 1994, p.234). Estas convocatorias pueden ser, “horizontal”, convocatorias con límites generacionales, “vertical”, marcada más por el género, o “individual”, cuando se requiere reforzar a un miembro particular de la familia.

Los principios base, según Boscolo y Bertrando (1994) son:

- La hipótesis: une la información que surge de ambas partes.
- La circularidad: la familia ofrece información que retroalimenta al terapeuta para apoyar o no las hipótesis que se ha formulado
- La neutralidad: el terapeuta evita el sesgo, no intenta probar una hipótesis, esta puede cambiar de ser necesario.

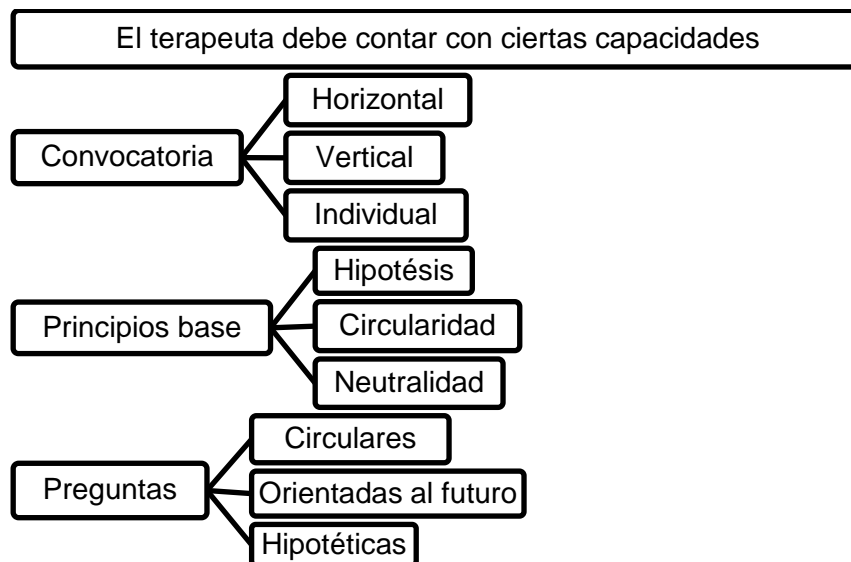


Figura 6.

Cuadro sinóptico de los conceptos a considerar en Terapia de la Escuela de Milán

3.5.3. Técnicas y estrategias

Sabiendo lo anterior, se comienza con la utilización de las técnicas, que resultan novedosas. Se debe tomar en cuenta que la principal técnica para el terapeuta es la pregunta, principalmente las preguntas circulares, preguntas orientadas al futuro e hipotéticas.

Las primeras, son aquellas donde el terapeuta le formula preguntas a los integrantes de la familia por turnos, para formar mapas, tomando en cuenta a todos, pretendiendo se resalten diferencias. Las segundas, preguntas orientadas al futuro, que resalten nuevas posibilidades que dan los mismos integrantes, y el terapeuta, generando nuevos mapas. Por último, las preguntas hipotéticas, se diferencian de las anteriores, en que pueden estar enfocadas al pasado. Entonces teniendo la información suficiente se parte a las técnicas (Boscolo y Bertrando, 1994).

“Rituales”

Esta técnica se caracteriza en:

Pone a la familia en la condición de tener que comportarse en forma distinta a la manera que los ha llevado al sufrimiento y a los síntomas; Pone a todos los miembros de la familia al mismo nivel en el acto de realizar el ritual. Esto crea una experiencia colectiva que puede dar nuevas perspectivas compartidas; Favorece la armonización de los tiempos individuales y colectivos, a veces incluso introduciendo secuencias de comportamiento que habían sido canceladas; No transporta literalmente contenidos; el objetivo en el formular un ritual está en el actuar sobre los procesos: cuenta más la forma que el contenido del ritual. Por esto el ritual debe ser crítico, de tal modo que la familia pueda atribuirle sus significados; y, Es notoriamente distinto de la vida cotidiana de los clientes. Por ello, es necesario que se prohíba hablar entre ellos de lo que sucedió en el curso del ritual, sino hasta cuando estén en la próxima sesión (Boscolo y Bertrando, 1994, p.237-238).

“Conversación”

En el cual se utilizan las preguntas hipotéticas, pues estas apoyan en la verificación de las hipótesis hechas en un principio pues logran resaltar elementos que pudieron quedar poco claros, asimismo aprovechando las preguntas circulares para la confirmación de hechos. El seguir una conversación apoya en la “destrucción” de ciertos temas o hechos, el descomponerlo, ayuda a entenderlos mejor.

“Narrativa”

En la Escuela de Milán, se utiliza como técnica, pero también existe la Terapia Narrativa. En éste modelo resulta muy útil, pues pueden presentar clientes, principalmente cuando la convocatoria es individual que no puedan expresarse correctamente, entonces se le puede pedir que haga una narración.

También el terapeuta puede utilizar la narración, respecto a lo poco que puede expresar el cliente, éste, formula varias narraciones, para lo cual el

cliente pueda elegir la que más se adecue a la situación que se desea expresar.

3.6. Escuela Estructural y Estratégica

“Los dos representantes más destacados de esta escuela son Haley y Minuchin, quienes toman especialmente en cuentas las jerarquías y los roles familiares que conforman la estructura del sistema” (Martin, 2006, p.21).

3.6.1. El conflicto

Para los terapeutas que trabajan en el modelo estructural o estratégico, es muy importante las triadas, que pueden ser alianzas, coaliciones o triangulaciones, ya que, a partir de como sean las relaciones entre los integrantes de la familia uno o varios integrantes más pueden sentirse o estar siendo afectados.

En este modelo “plantean que las familias se organizan en torno a alianzas y coaliciones, en las primeras se da cierta cercanía o vinculación entre dos miembros por cualquier motivo, en las segundas en cambio, también se da una alianza pero la misma se dirige contra un tercero” (Martin, 2006, p.21)

Otro concepto importante son las jerarquías, que están sean respetas, pero de no formen un yugo en los integrantes, que aunque la jerarquía sea respetada, la estructura sea flexible, en sentidos como la delegación de poder o la comunicación a los otros niveles.

Las fronteras o límites, son otro aspecto al que los apegados a la escuela Estratégica le presta mucha atención, pues según el modelo que desarrollo, los conflictos surgen cuando los límites no son claros, son rígidos o se han perdido.

3.6.2. Manejo del conflicto

Para delimitar de nuevo las fronteras de las relaciones familiares, lo conveniente sería trabajar con el modelo estructural o estratégico. Para lo cual Minuchin (2003), plantea una forma de trabajo con la familia, por fases.

La primera fase se debe entrar a la familia, de esta forma se podrá intervenir, no desde afuera, implementando:

- El rastreo, se recopila toda la información necesaria sobre la estructura, pautas, reglas y acontecimientos de la familia;
- Mantenimiento, el terapeuta respetara lo encontrado en el rastreo;
- Mimetismo, realizar conductas parecidas a las de la familia, podrá ser un ejemplo, para que la familia lo sienta como un integrante más.

A lo anterior, sigue por automático la coparticipación. “La presencia de la familia es un reconocimiento de que sus miembros desean asistencia y de que invitan al terapeuta, un especialista, a introducirse en su sistema y ayudarlos a modificar una situación que sustenta o produce tensión, malestar o sufrimiento” (Minuchin, 2003, p. 42).

A diferencia de la terapia individual, el tomarla en familia representa que todos están interesados, quizás en diferente medida; al asistir se puede verbalizar que algún integrante de la familia es quien tiene algún conflicto intrapersonal que afecta el funcionamiento de la familia, pero esté es solo el portador del síntoma del conflicto familiar, el conflicto que se puede referir a estar inclinado a la ruptura de reglas del hogar que casi en todas las ocasiones se sesga por la búsqueda de la unión familiar.

El terapeuta, también, debe encontrar una posición cómoda que adoptar mientras se encuentra en terapia con la familia, ya que, debe lograr ser parte de la familia, pero no esencial, solo para lograr tener poder para reestructurar el núcleo y salir intacto, para lo cual hay técnicas como apoyarse de otro terapeuta o desde el encuadre se ponen límites claros, que no deben pasar los involucrados. A continuación, se retoma el análisis que

hace Minuchin y Fishman (2004) sobre las posiciones que los terapeutas pueden adoptar, según el tipo de familia con la que trabaje.

- a) Cercana. "En una posición de proximidad el terapeuta puede entrar en connivencia con miembros de la familia, acaso coligándose con unos miembros contra otros"
- b) Intermedia. Aquí el terapeuta adopta un lugar como el mediador, no se une demasiado a la familia, pero tampoco les otorga demasiada libertad, además, de no utilizar alianzas u otorgamiento de poder a ningún miembro, lo cual le permite trabajar desde un lugar de poder y con límites claros.
- c) Distante. Esta posición puede ser adecuada para aquellas familias que están muy animadas en resolver los conflictos que los llevan a terapia, pero el conflicto es grande o les ha costado mucho esfuerzo resolverlo y requieren de una persona que manifieste control sobre todos los integrantes, el conflicto y no se envuelva en éste. El problema de adoptar esta posición es que la familia puede interrumpir de forma prematura la terapia al sentirse poco cercanos al terapeuta o hasta abandonos.

"El problema que motiva la demanda puede ser otra pista que indique sectores de fortaleza o debilidad posibles en la familia cliente. Con estos elementos simples, el terapeuta elabora algunas conjeturas que le permitirá orientar sus primeros sondeos en la organización familiar. La señal más inmediata es la composición de la familia" (Minuchin y Fishman, 2004, p.64).

Al distinguir la posición que tomaran en la terapia, respecto a cómo es la familia, Minuchin y Fishman (2004) resaltan los tipos de familia, para poder planificar cual será la forma de trabajo en la sesión. Los tipos son: pas de deux, tres generaciones, con soporte, acordeón, cambiantes, huéspedes, con padrastro o madrastra, con un fantasma, descontroladas y psicósomáticas.

Pas de deux. Se traduce de francés al español como “no dos”. Si la familia es un hijo y uno de los padres, puede haber conflictos para relacionarse con personas de la misma edad; o si la pareja no tiene hijos, pueden tener conflictos por esa misma situación o de otro tipo, también pueden ser parejas que sí tuvieron hijos, pero que ellos ya tienen su propia familia nuclear y pueden sentirse abandonados, o que ya no encuentran un sentido de vida, pues se abrían dedicado siempre a sus hijos.

Tres generaciones. En terapia suele ser muy útil analizar tres generaciones de una familia, pues pueden denotar muchos factores a trabajar. El tipo de familia de tres generaciones puede estar teniendo conflictos por dependencia a los cuidadores, quien es cuidador de los más pequeños, si los integrantes más grandes se sienten presionados o con pérdida de la libertad, si los motivos económicos alientan la pérdida de la independencia de los hijos.

Con soporte. Es aquella donde uno de los hijos toma el papel de cuidador; pasa cuando las familias son muy extensas (cuando una pareja tiene muchos hijos), entonces los padres deben salir a trabajar y el hijo mayor (casi siempre) se tiene que encargar de la crianza de los hijos, entonces él puede tener conflictos intrapersonales, pues parece no pertenecer a ningún grupo, pues no es un padre, pero no es un hijo más. También este tipo de familias se representa como aquella donde la pareja tiene muchos hijos, pues puede ser lo que los mantenga unidos, la crianza.

Acordeón. Se presentan conflictos por poco apego a la familia, porque un integrante de la familia tiene que desarrollar dos roles, o sentirse traicionado por aquel miembro que no está, además de que la ausencia puede ser provocada por intentos de abandono. Cuando las parejas conyugales tienen muchos conflictos ellos pueden alejarse y reunirse en diferentes momentos, entonces los hijos se ven inmersos en esta forma de llevar la relación que pueden causarles conflicto. Se puede observar que en la familia de acordeón también se presentan la familia de soporte.

Cambiantes. Además un cambio que puede presentarse en la estructura de la familia, es cuando los cuidadores no siempre son los mismos o cuando a la familia se unen y distancias, con frecuencia, o hay personas ajenas a la familia. Los conflictos que se podrían esperar son, dificultad para adaptarse a los nuevos lugares, convivir con nuevas personas, hacer nuevos amigos y los problemas que hayan implicado la separación de los conyugues, en cada una de las ocasiones pasadas.

Huéspedes. Tipo de familia, que se encargan temporalmente de otra persona, como se mencionaba anteriormente, las familias que integran a un niño porque a éste sus padres no pueden cuidarlo o simplemente no tiene padres.

Con padrastro o madrastra. El compromiso, con el que el padre o madre sustituta se quiera integrar, depende mucho de sus propios intereses. Los problemas por los cuales, la familias se pueden presentar a terapia es, porque los hijos no están de acuerdo con integrar a un nuevo individuo a la familia, porque la integración no se está llevando de forma adecuada, porque el interés de formar una nueva familia no es igual en ambas partes, entre muchas otras situaciones.

Con un fantasma. El integrante que así lo decida, puede sentirse presionado o quizás es obligado a asumir el rol de aquel que ha muerto, físicamente o no; también se enfrenta a que los demás sientan que se está traicionando al otro, que ya no está. Entre más significativo sea el integrante de la familia que murió, más problemas se presentarán.

Descontroladas. Se debe a que el integrante que descontrola a los demás, no se le impusieron límites y reglas o no se le explico el rol que tenía que cumplir en la familia; estas serán parte de la labor del terapeuta, intentar que la familia imponga límites y que la restructuración de la familia permita definir roles. Se debe tomar muy en cuenta que si el problema es el comportamiento de uno de los hijos, puede ser a causa de la aprobación de otro integrante, pues debe haber alguien que impulse las mal conductas.

Psicosomáticas. Se refiere a las familias consideradas, las “familias perfectas”, siempre intentan alejarse de los conflictos entre sus miembros y con las demás personas. Es importante el poder analizar éste tipo de familias, porque debe haber algún motivo por el cual deciden asistir a terapia; aunque parezcan muy cooperadores con el proceso, muchas veces es una forma de evitar más conflictos, aunque reflejen no tener resistencias, puede ser su mecanismo de defensa, para no entrar en conflicto.

También Minuchin y Fishman (2004), toman en cuenta los holones, los cuales son:

El holón individual. Es aquel en que se ve al sujeto como parte de la familia, pero que a partir de las herramientas que brinda la familia se debería convertir en un sujeto independiente, en representación del holón, que sería la familia completa, existe también en cada uno de los integrantes, aunque la energía que cada uno invierte a la familia es diferente en medida, pero todos interviene en él.

Holón conyugal. En éste se pierde libertad pero se puede obtener pertenencia, que es muy importante para un sujeto, cuando dos personas se unen, sin importar prejuicios o el concepto tradicional de pareja, se unen más que la sola convivencia, también deben conjuntarse los valores, formas de pensar, costumbres, hábitos y todo aquello que como individuo le ha brindado su contexto.

Holón parental. Es aquel en que se pretende que los padres cuiden a sus hijos, o en general donde existe el desarrollo de los miembros de la familia/los hijos, donde se aprende lo que es bueno y lo que es malo, los límites, reglas y normas.

Holón de los hermanos. En éste se aprende a socializar con grupos de iguales, que después ayudara cuando el sujeto deba enfrentarse a la vida escolarizada y al trabajo, entre hermanos se van marcando las pautas conductuales y de respeto.

Entonces, todos los integrantes de la familia se manejan por holones, en cada uno se manejan de distinta manera, según se amerite, los conflictos afectan todos en distinta medida. Cuando en un ámbito se lleva a cabo algo de manera regular, después resulta inevitable repetirlo por el simple hecho de hacerlo y en los demás holones también o puede llegar a imponerlo a los demás, lo cual puede ser complicado y causar conflicto, pues no es lo mismo imponer una forma de pensar a la pareja que a los hermanos o al contrario.

Todas estas se pueden considerar estrategias que utiliza el terapeuta para comenzar el proceso terapéutico con la familia, entonces se deben tomar en cuenta todos los conceptos mencionados (Ver Figura 7). Ya que se tomó en cuenta todo lo anterior, se debe seguir con la implementación de las técnicas de re-encuadramiento y reestructuración.

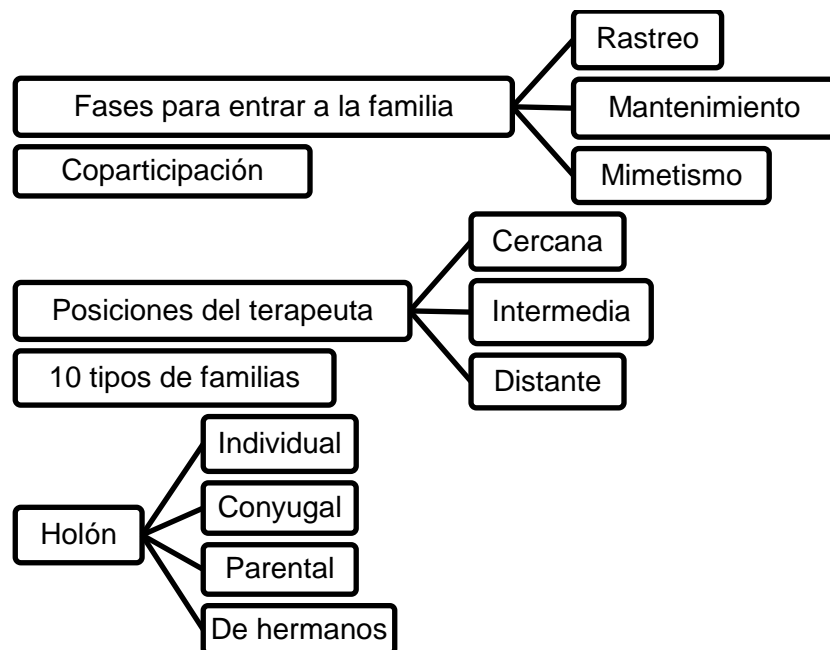


Figura 7.

Cuadro sinóptico de conceptos a considerar al comenzar Terapia Estructural

3.6.3. Técnicas y estrategias

Al asistir a terapia la familia y terapeuta pretenden que exista un cambio en la familia, para que esta pueda redefinir límites. En la búsqueda del re-encuadramiento y la restructuración se utilizan técnicas que cuestionan la estructura familiar, de la realidad familiar y el síntoma (Ver Figura 8).

“Re-encuadramiento”

Para lograrlo se realizan técnicas como los son la escenificación, el enfoque y la intensidad, que logran el cuestionamiento del síntoma (Minuchin y Fishman, 2004).

Escenificación. “el terapeuta asiste a los miembros de la familia para que interactúen en su presencia, y ello con el propósito de vivenciar la realidad familiar como aquellos la definen. Después reorganiza los datos, poniendo el acento en ciertos aspectos y cambiando el sentido de lo que ocurre; introduce nuevos elementos e insinúa modos diferente de interactuar, que de este modo se actualizan dentro del sistema terapéutico” (Minuchin y Fishman, 2004, p.88). Se trata de una técnica que se da casi por automático y más después de un cierto tiempo de que la familia asiste a terapia, como lo vimos en la coparticipación. Esta técnica se lleva a cabo en tres movimientos:

1. El terapeuta observa cuidadosamente la interacción familiar, lo cual le permite destacar asunto que más adelante deberán discutirse
2. El terapeuta debe obtener más información, para lo cual debe orillar a los integrantes a los límites o a las verdaderas reacciones o comportamiento que tienen en su núcleo.
3. Al tener la información suficiente, este propone formas de interactuar aquellas características inadecuadas que observo

Con el paso de las sesiones algunas conductas que fueron identificadas deben haber sido eliminadas y suplantadas por otras que permitan el buen funcionamiento del sistema familiar.

Enfoque. “El terapeuta, tras seleccionar elementos que parecen pertinentes para el cambio terapéutico, organiza los datos de las interacciones familiares en torno de un tema que les imparte un sentido nuevo” (Minuchin y Fishman, 2004, p.88). Para ello él, al haber recabado los datos, elegirá un tema o algo particular que haya observado, este tema debe estar totalmente ligado a el verdadero conflicto familiar, después seguirá recolectando información sobre el tema elegido y construirá un esquema detallado, debido a esto puede ser que ignore otros temas, pero puede dejarlos de lado y seguir enfocándose en la que se convierte una meta de las sesiones, cambiar cierto comportamiento.

Cuando se adopta la técnica de escenificación y después se hace enfoque a algún tipo de interacción, se debe procurar seguir con la técnica y no abandonarla hasta poder ver cambios. Aunque puede resultar tedioso o prolongado, el modificar la conducta que el terapeuta haya identificado es primordial y debe apoyar a modificar todo el contexto familiar y conducir a un mejor funcionamiento del sistema.

Intensidad. Cuando una familia está en la sesión terapéutica, pueden estar mostrando mucho interés, aunque en lo que en verdad están haciendo es escuchando pero no asimilando lo que el terapeuta menciona. “En la obtención de intensidad, el terapeuta refuerza el influjo del mensaje terapéutico. Destaca la frecuencia con que se produce una interacción disfuncional, las diversas modalidades que ella cobra y cuanto penetra los diferentes holones familiares” (Minuchin y Fishman, 2004, p.88). Más adelante se revisaran técnicas en las que el terapeuta es muy directo con la familia, pero si la familia no está receptiva no sirve de nada.

Cuando en una sesión los miembros de la familia dan muestras de haber alcanzado el límite de lo aceptable emocionalmente y emiten señales en el sentido de que sería conveniente disminuir el nivel de la intensidad afectiva, el terapeuta tiene que aprender a ser capaz de no responder a ese

requerimiento, a pesar de haber sido educado toda su vida en sentido opuesto (Pérez, 2015).

La forma más efectiva para el terapeuta de comprobar que todos los integrantes de la familia están entendiendo lo que se menciona o acuerda en terapia es que el conflicto disminuya y el sistema familiar funcione de forma correcta. Otras técnicas son “repetición del mensaje, su repetición en interacciones isomórficas, el cambio del tiempo en que las personas participan en una interacción, el cambio de la distancia entre personas empeñadas en una interacción y la resistencia la presión ejercida por la pauta interactiva de una familia” (Minuchin y Fishman, 2004, p.126).

“Reestructuración”.

El clasificar a la familia en uno o varios de los tipos que se mencionaron anteriormente es una técnica para comenzar a tratar el conflicto en la familia, pero existen otras. En este caso la reestructuración, se refiere al poder modificar conductas o ideas que han perdurado dentro de un sistema. Para poder corregir algo en sistema, primero se necesita “destruirlo”, por decirlo de alguna manera, para después construirlo de nuevo, teniendo en cuenta los antiguos errores y evitándolos.

Las técnicas que se utilizan, para la reestructuración, toman la función para el cuestionamiento de la estructura familiar y la realidad familiar. Para el primer cuestionamiento se utilizan técnicas como, fronteras, desequilibramiento y complementariedad. El segundo cuestionamiento se apoya de técnicas como, realidades, construcciones y paradojas. Entonces, cada una de las técnicas mencionadas, se analizarán.

Fronteras. Esta técnica permite “regula la permeabilidad de las que separan a los holones entre sí. He aquí el concepto rector: participar en el contexto específico de un holón específico requiere respuestas específicas para ese contexto” (Minuchin y Fishman, 2004, p.152). Como tal son para separar un holón de otros, como comentamos antes, las respuestas de cada holón deben ser específicas, si estas respuestas traspasan a otro holón

pueden causar conflictos, pero muchas veces los individuos ni siquiera identifican que, de comportamientos que están bien vistos en un holón están mal vistos en otro, es aquí cuando el terapeuta debe ayudarlos a identificar esas fronteras que se encuentran difusas.

Que se puede lograr, poniendo distancia o alargando la terapia de forma que esto aumente el conflicto en la familia y ayuda a que los conflictos reluzcan para todos o casi todos los integrantes de la familia. Para poner distancia psicológica, que se refiere a marcar distancia entre integrantes, el terapeuta manifiesta las diadas que pueden estar conjuntándose, con el propósito de que esta diada se separe un poco para que sea menos complicado resolver el conflicto.

Desequilibramiento. Esta es una técnica donde se confrontan las alianzas, el terapeuta toma el papel de aliado de la parte con menos poder en la familia, puede ser cualquiera de los integrantes, mientras sea al que menos tomen en cuenta, "la meta es cambiar el verdadero vinculo jerárquico entre los miembros del subsistema" (Minuchin y Fishman, 2004, p.166).

El terapeuta representa un poder importante, él tiene la batuta en el tiempo dedicado a terapia; cuando a la persona a quien menos se le toma en cuenta, se vuelve aliado del terapeuta, automáticamente obtiene poder, con lo que se espera que el poder sea equilibrado entre todos los integrantes de la familia.

La forma y objetivo del actuar del terapeuta para desequilibrar, se explica en la categorización que crea Minuchin y Fishman (2004), en las que incluye:

A) la alianza con miembros de la familia, el terapeuta realza las cualidades de los integrantes con la intención de aumentar su autoestima, esto apoyara en la restructuración de la familia pues, el integrante al notarse apoyado, también se visualizara como aquel que no tuvo ese apoyo antes y se cuestionara cual es la posición en la que se le ha puesto en la familia y por qué.

B) alianza alternante, cuando el terapeuta se pone de ambos lados del conflicto, apoyando a cada uno, donde más que darle el poder a alguien, se convierte en un mediador o balanza entre los dos, fomentando la resolución del conflicto tomando en cuenta los puntos de vista de todos los integrantes de la familia.

C) ignorar a miembros de la familia, se pretende neutralizar un poco la posición del dominante y empezar la reestructuración familiar, a partir del cuestionamiento de la jerarquización antes existente.

D) coalición contra los miembros de la familia, que es de ayuda para romper otras alianzas, es el unirse con uno o más integrantes contra uno o más integrantes de la familia, se espera poder causar cierta tensión en los integrantes, que logre una reestructuración en la familia, más haya de la terapia y contribuir al fortalecimiento de la familia.

Complementariedad. “La idea de que los seres humanos son unidades entra en conflicto con la concepción de interdependencia de todas las cosas. No obstante, en este conflicto entre el concepto del yo como unidad y el yo como parte de un todo hay complementariedad de opuestos” (Minuchin y Fishman, 2004, p.193).

Esta técnica, como ya se mencionó, al igual que el desequilibrio y las fronteras pretende cuestionar las jerarquías que se manejan en la familia, el porqué de la subestimación de uno de los integrantes, de que otro sea quien controle o domine, y el cómo se tergiversan actos en la familia.

Cuando se cuestiona por qué a uno de los integrantes se le hace a un lado o es poco tomado en cuentas, la familia debería preguntarse cuál es el motivo de la desigualdad de poder. Esto se mencionó anteriormente, es el cuestionamiento del problema, “las respuestas de la familia y del propio paciente individualizado puede consistir en reafirmar la realidad que sustentan: él es el paciente” (Minuchin y Fishman, 2004, p.196), así que el terapeuta debe intentar quitar el peso de ese solo integrante y hacer a todos conscientes de la parte de responsabilidad que les corresponde por el simple

hecho de ser parte del sistema, si el conflicto se mantiene, también significa que todos lo están alimentando, con las actitudes, posturas o ideas respecto al conflicto o núcleo familiar.

Aquí el cuestionamiento del control lineal, casi siempre el integrante que tiene más control sobre la familia, es aquel que realiza el primer contacto con el terapeuta. Lo ideal sería que dentro de la familia no existieran jerarquías que dañaran o causaran conflictos. El terapeuta puede utilizar técnicas para retirar al integrante del centro de poder, por ejemplo, si el dominante es culpado de la actitud o del conflicto, puede ser que este integrante renuncia a su papel de máxima autoridad, solo por intentar no ser el responsable del conflicto, aunque como ya vimos, todos los integrantes, por el solo hecho de ser parte del sistema son responsables del conflicto.

Por último, el como un suceso es contado o recordado por la familia, como se pueden solo mencionar algunos aspectos que no den oportunidad de ver el conflicto completo y que pueda parecer que solo uno de los integrantes es el culpable. “El terapeuta cuestiona la epistemología de la familia introduciendo el concepto de un tiempo ampliado y encuadrado la conducta individual como parte de un todo más vasto” (Minuchin y Fishman, 2004, p.198).

Cuando se habló del cuestionamiento del problema, también se mencionaba sobre cómo solo un individuo puede ser considerada el causante del conflicto en la familia, es entonces como el terapeuta debe intentar que al mencionar el conflicto todos los integrantes sean incluidos y recordar que son un sistema, que ninguno es exento de responsabilidad, de esta forma debería ser más sencillo resolver el verdadero conflicto familiar.

Se continúa, con las técnicas que cuestionan la realidad familiar, que se basa en el hecho de lo que es la estructura familiar y de lo que la familia cree que es su estructura. Cuando se inicia la intervención terapéutica, la familia se presenta con una estructura con la que se han manejado todo el tiempo, o con la creencia de lo que es su estructura.

Realidades. Hay conflicto que resultan, de concepciones diferentes entre los integrantes de la familia, así que una primer estrategia del terapeuta, referente a la técnica de realidad es unificar la idea de la estructura familiar que tiene cada uno de los integrantes de la familia.

En una familia hay reglas, normas o límites, así clasifica entonces lo que está “bien” y lo que esta “mal”, esta delimitación permite que una familia avance en su estructura manteniendo a los integrantes dentro, pero estos límites pueden o no ser los mismo para el resto de la personas, la tarea del terapeuta será apoyar en hacer más flexibles o rígidos los limites, según lo necesite la familia, claro, con el objeto de que el sistema funcione mejor.

Después de haber construido una realidad de lo que es la familia, esta debe ser legítima, para lo cual legitimización “indica al individuo por qué debe realizar una acción y también las cosas son lo que son”, para llegar a esto mencionan que existen cuatro fases que son: 1° “se trasmite un sistema de objetivaciones lingüísticas de la experiencia humana”; 2° “contiene preposiciones rudimentarias. Aquí podemos hallar diversos esquemas explicativos que se refieren a grupos de significados objetivos”, 3° “Contiene teorías explicitas por las que un sector institucional se legitima en términos de un cuerpo de conocimientos diferenciado”, 4° “los universos simbólicos constituyen el cuarto nivel de legitimización. Son cuerpos de tradición teórica, que integran zonas de significado diferentes y abarcan el orden institucional en su totalidad simbólica” (Berger y Luckmann, 1986, p.120-121).

Al haber constituido, la familia, su realidad, el terapeuta puede mencionar otras perspectivas de la concepción constituida, en forma de que los integrantes puedan verlas y corregir aspectos o puede retroalimentarse de manera más satisfactoria.

Construcciones. El terapeuta debe apoyar a la familia que se ha presentado con un síntoma y una idea de lo que debe ser la familia, construir símbolos universales, verdades familiares y el consejo profesional, son las

técnicas con las que pueden trabajar para llegar al objetivo de resolver el conflicto a través de la construcción.

El apoyarse de los símbolos universales, es utilizado como apoyo del terapeuta para corregir algunas conductas, se apoyan de símbolos comunes o de sentido común, de cómo se ha hecho antes o lo que es conocido como los “que está bien hecho”, por ejemplo, los valores universales, que describen que se debe de hacer en casos como la tolerancia, honestidad, solidaridad, amor, respeto, entre muchos otros valores, asimismo los anti-valores que dice que no está bien hecho; los cuales se han ido construyendo al paso de los años.

La herramienta de verdades familiares, es aquella en la que el terapeuta intenta utilizar la misma construcción familiar para lograr cambios significativos. Por último, el terapeuta da un punto de vista distinto a la familia sobre la situación que está enfrentando, aunque esta opinión rompa con la realidad familiar, porque como tal, el terapeuta tiene el poder de hablar abiertamente sobre lo que está pasando en las pautas familia o en la sesión terapéutica.

Paradojas. Técnica, no siempre utilizada, dependiendo de la resistencia que la familia tenga a la terapia o al terapeuta, se puede notar, si se han utilizado distintas técnicas y ninguna tiene resultado o si el tiempo en terapia ya se le puede considerar como largo y los conflictos persisten. Hay distintas estrategias para manejar las paradojas, como hacer en intervenciones directas, paradójicas, basadas en la aceptación y el desafío, crear un grupo de consulta o apegarse a la paradoja impuesta.

“El empleo que hacemos de las paradojas se basa en tres conceptos que admitimos como supuestos: la familia es un sistema autorregulador; el síntoma es un mecanismo de autorregulación y, por último, el concepto de resistencia sistémica al cambio, que es consecuencia de los dos anteriores” (Minuchin y Fishman, 2004, p.242).

Las paradojas basadas en la aceptación, son intervenciones directas, lo que el terapeuta mencione debe realizarse literal en el sistema familiar, como se mencionó antes, esta técnica se utiliza en familias que tienen una gran resistencia a la terapia, y como el objetivo de la terapia sería resolver el conflicto para que la estructura familiar no se rompa, el terapeuta se ve forzado a ser más directo.

La paradoja que se apoya del desafío, a su vez se basa de la redefinición, la prescripción y la restricción, “su éxito depende de que la familia desafíe las instrucciones del terapeuta u obedezca a ellas hasta un grado tan absurdo que se vea obligado a retroceder” (Minuchin y Fishman, 2004, p.244), por lo cual, lo que se mencione en terapia debe ser cuidadoso y con la intención de provocar un sentimiento de desafío en los integrantes.

La intervención que se basa en la aceptación y el desafío, se lleva a cabo cuando “el terapeuta imparte directivas a un miembro de la familia para que invierta su actitud o su conducta en un aspecto decisivo, con la esperanza de provocar de ese modo una respuesta paradójica en otro miembro de la familia” (Minuchin y Fishman, 2004, p.246).

El grupo de consulta, se conforma de otros terapeutas que observan el funcionamiento de la familia, para apoyar al terapeuta que no ha logrado alcanzar el objetivo de las sesiones, de esta forma la experiencia y apoyo de los demás debe resultar en algo favorecedor para el sistema familiar.

Quizás lo más complicado para el terapeuta sea mantenerse firme ante la paradoja, pues es la técnica que adopto. Puede resultar complicado pues la familia puede resaltar mecanismos para derogar lo que el terapeuta está imponiendo. El terapeuta debe recordar que si se eligió la paradoja, fue debido a que no se puede llegar a la solución con otra técnica. Como ya se mencionó antes, las paradojas no deben ser utilizadas en todo tipo de familia, pues podría causar frustración, de esta forma la familia podría no regresar a terapia y no sucedería el cambio en el sistema que se espera para solucionar el síntoma.

Re- encuadramiento	Escenificación	Tres movimientos	Cuestionamiento del síntoma
	Enfoque		
	Intensidad		
Reestructuración	Fronteras		Cuestionamiento de la estructura familiar
	Desequilibrio	Categorización del objetivo	
	Complementariedad		
	Realidades	Fases de legitimización	Cuestionamiento de la realidad familiar
	Construcciones	Símbolos universales Verdades familiares Concejo especializado	
	Paradojas	Basada en la aceptación Basada en el desafío Grupo de consulta	

Figura 8.

Matriz de inducción de técnicas y estrategias de Terapia Estructural

Análisis

En este trabajo se retomó la Terapia Sistémica como aquella que en una familia apoyaría a la resolución del conflicto, ya que ésta permite no sólo explorar lo que un individuo expresa (verbal y corporalmente), sino también la perspectiva de la familia, lo cual expande el panorama y permite hallar una solución al conflicto no solo intrapersonal sino también interpersonal. Como menciona Minuchin:

Las técnicas tradicionales de salud mental se originaron en una fascinación producida por la dinámica del individuo. Esta preocupación dominó al campo y condujo a los terapeutas a concentrarse en la exploración de la vida intrapsíquica. Como consecuencia inevitable, las técnicas de tratamiento basadas en esta concepción se concentraron exclusivamente en el individuo, aislado de su medio. Entre el individuo y su contexto social se erigió una -frontera- artificial (Minuchin, 2003).

De este modo, la Terapia sistémica resulta ser innovadora, al considerar a todos los integrantes del sistema, el cual puede ser familiar, laboral, escolar, social, etc.

Aunque las Escuelas de Terapia Sistémica, tienen las mismas bases, cada una tiene distintas formas de ver el conflicto, a la familia y las técnicas que utiliza. El terapeuta debe estar consciente de las diferencias entre cada uno para poder adaptarse a la más conveniente (ver Figura 9). Entonces se observan diferencias en las escuelas (Interaccional del MRI de Palo Alto, Estructural y de Millán) que se retomaron en el presente trabajo, como lo es:

- Lo que les interesa de la familia. El MRI centra su análisis en cómo interactúan sus miembros; la escuela Estructural le interesan las jerarquías que se forman y la interdependencia entre miembros; y la escuela de Millán en el significado que da el sistema a la propia familia.

- Lo que pretenden modificar. El MRI tiene como objetivo alterar el ciclo del conflicto; la escuela Estructural se centra en modificar la estructura familiar; y la escuela de Millán el significado que se tiene de familia.
- Con lo que se trabaja en las sesiones. El MRI se enfoca para el trabajo terapéutico en aquellos que quieren solucionar el conflicto, dejando un poco de lado aquellos que no les interesa; la escuela Estructural trabaja por subsistemas como lo es el individual, la pareja, los hermanos, los abuelos; y la escuela de Millán trabaja primero con toda la familia y después por integrante.
- Donde se busca el cambio. El MRI pretende que el cambio se dé fuera de la sesión; al contrario de la escuela Estructural que lo busca en la sesión; al igual que la escuela de Millán.
- Las principales técnicas de intervención que utilizan. El MRI utiliza como técnicas la redefinición, sugerencias, prescripciones (directas o paradójicas); la escuela Estructural también utiliza la redefinición así como la puesta en acto, el desbalanceo, sugerencias y prescripciones directas; la escuela de Millán utiliza las preguntas circulares, connotación positivas, rituales y al igual que el MRI, ocupa las paradojas.
- Su forma de comunicación. El MRI y escuela de Millán utilizan la comunicación verbal; pero la escuela Estructura se enfoca en el espacio y movimientos, siendo esto comunicación no verbal.

Ya se explicó por qué se consideró a la Terapia Sistémica para la resolución de problemáticas familiares. Pero no olvidemos que la Terapia Sistémica no solo sirve para conflictos familiares, también es recomendada para personas que atraviesan por problemas como los desórdenes alimenticios, angustias, crisis de pánico, fobias, TOC (Trastorno Obsesivo Compulsivo), trastornos de personalidad, psicosis, depresión, trastorno bipolar, límite de personalidad, baja autoestima, estrés, problemas laborales,

bullying, adicciones, manejo de ira, dificultad para relacionarse, duelo y separación o divorcio (Centro de Psicología Clínica y Psicoterapia, [Blog]).

Como se mencionó, algunos de los trastornos pueden tratarse con Terapia Familiar Sistémica, pero junto a éstos también otras terapias o técnicas resultan eficaces, entonces ¿Por qué retomar a la Terapia Sistémica para conflictos familiares?, esta terapia toma el individuo y siempre lo considera como parte de un todo, no suele verlo como un agente separado, aunque si pueden existir sesiones individuales, esto contribuye en que si se presenta una familia con integrante conflictivo, a éste se le incluya y se pueda visualizar que el verdadero conflicto no es el integrante sintomático si no que es alimentado por cada uno de los integrantes, después se buscará el cambio para que la reestructuración y el equilibrio del sistema familiar sea posible.

Además, “considerar la familia como un sistema supone centrarse en las interacciones actuales entre miembros en lugar de estudiar a cada uno por separado” (Feixa et al., 2016, p.16).

El crecimiento es parte del cambio, y éste no se produce sin diferencias, sin tensión, sin crisis. Las personas y las familias a las que pertenecemos avanzamos sorteando obstáculos, tropezando, bordeando el abismo a veces y salimos adelante si podemos. A veces juntos, a veces separados, a veces unos en contra de otros, pero casi siempre salimos. El cambio es inevitable (García, Bolaños, Garrigós, Gómez, Hierro, Tejedor, 2010, p.15).

Entendiendo entonces que el conflicto nos da oportunidad de crecer, resolviendo positivamente o no el conflicto, de forma que cada conflicto que se presente abre la puerta al fortaleciendo personal de todos los integrantes y quizás del sistema familiar, ya que, dependiendo del conflicto y su resolución, la familia puede separarse o enfrentar otro tipo de situaciones.

Características	Palo Alto	Estructural	Milán
Foco de análisis	Proceso de Interacción	Como se organizan: Interdependencia y Jerarquía	El significado que da el sistema
Objeto del cambio	Circuito que mantiene el problema	Estructura	Significado
Foco de intervención	Segmento más motivado al cambio	Subsistemas	Primero todo el sistema y luego partes
Lugar del cambio	Fuera de la sesión	En la sesión	En la sesión principalmente
Intervenciones	Redefiniciones, sugerencias, prescripciones (directas y paradójales)	Redefiniciones, puesta en acto, desbalances, sugerencias y prescripciones directas	Preguntas circulares, connotación positiva, rituales, paradojas.
Tipo de comunicación	Verbal	No verbal (espacio y movimiento)	Verbal
Distribución de las sesiones	Diez como máximo (generalmente una por semana o quincena)	Cantidad no especificada (generalmente una por semana durante tres o cuatro meses)	Cantidad no especificada, espaciadas entre sí (tres o más semanas)

Figura 9.

Cuadro comparativo entre las principales Escuelas Sistémicas

Es así que, con el apoyo de técnicas que ofrece la Terapia Sistémica, se pueden resolver conflictos que en un principio son vistos como intrapersonales y que está los descubre como interpersonales, por la influencia del contexto al que cada individuo pertenece. Siendo el objetivo principal, modificar aquellas conductas, pautas de comunicaciones, de convivencia, idealizaciones sobre la familia, forma de ver la realidad, entre otras, para lograr el correcto funcionamiento del sistema familiar y de aquellos contextos donde el individuo participe.

Conclusiones

En este trabajo se revisó la literatura en cuanto conflicto, familia y terapia sistémica. En este tenor, los conflictos intrapersonales pueden tener su raíz en disfunciones del sistema, pues, “las confrontaciones familiares afectan, como ningún otro conflicto, además de a la identidad de sus miembros, a la familia como sistema interpersonal, económico y social, de ahí su importancia y complejidad”, asimismo que el conflicto “se origina en situaciones propias de la convivencia y de las relaciones humanas, y por ello se ha afirmado que el conflicto es con-natural a la vida misma” (García, et. al., 2010, p.11).

Como tal, el conflicto es aquel detonante que alienta a una familia a asistir a terapia, no importa el tipo de problema o el aparente origen que expresa la familia. En terapia pueden presentarse familias que no tengan un aparente conflicto, para lo cual el terapeuta, a partir de la observación de las pautas de convivencia de los integrantes encontrara el motivo de consulta y apoyará a la familia a encontrar el equilibrio, para que el verdadero conflicto permita el fortalecimiento y buen funcionamiento del sistema familiar.

Si bien la información que aquí se presenta es útil, también debemos destacar, que todas las Terapias y Técnicas Psicológicas, son muy importantes y eficaces, para el tratamiento de distintos trastornos y problemáticas, así que, es deber de un psicólogo adoptar la más conveniente según el paciente o pacientes, de forma que el conocerlas todos es indispensable, aun sea solo en teoría, para en la técnica adaptarlas o utilizarlas de ser necesario, aunque se esté inclinado en específico a una.

La eficacia de la Terapia Sistémica y cualquier otra, depende en gran medida de la correcta aplicación del Terapeuta, de evitar sesgos y siempre estar apegado al Código Ético del Psicólogo y a la ética y valores personales.

De acuerdo con la investigación documental es recomendable, que se utilice como medio terapéutico la terapia sistémica, ante la demanda de terapia de una familia con cualquier tipo de conflictos, así como, para

cualquier otro grupo social que esté atravesando por conflictos. En TFS resaltan la importancia de cada individuo como parte del sistema y para que funcione adecuadamente todos los miembros deben estar en sintonía y equilibrio, entonces, se busca el “ganar-ganar” para todos, con lo que la satisfacción por ser participe activo del grupo es mayor. Además no olvidemos que esta Terapia, pretende que los resultados sean a largo plazo, pues no solo elimina el conflicto presente, sino, pautas de comportamiento y comunicación inadecuadas, con lo cual, se busca que la familia obtenga armas para enfrentar futuros conflictos.

Respecto a la pregunta de investigación que es, ¿Qué evidencia documental existe de la relación entre las técnicas de los diferentes enfoques de Terapia Sistémica y el manejo de conflictos familiares?, y sabiendo lo anterior, podemos responder que todas las técnicas de los enfoque de Terapia Sistémica apoyan en la resolución de conflictos familias, pero también se encontró que estas técnicas no solo resuelven conflictos familiares, sino conflictos de otros grupos, parejas o individuos.

Es así que se puede confirmar la existencia de evidencia documental de la relación entre las técnicas de los diferentes enfoques de Terapia Sistémica y el manejo de conflictos familiares. Por último se logró el análisis de las técnicas de manejo de conflictos familiares, las cuales son:

- Escuela interaccional del MRI de Palo Alto: estrategias de comunicación (Elicitar, ampliar, anclar, ir despacio, promover), técnicas de entrevista (proyección al futuro, cambios pre-tratamiento, excepciones, preguntas de afrontamiento, secuencias pesimistas, prevención de recaídas) y otras técnicas como los elogios y tareas.
- Escuela Estructural: escenificación, enfoque, intensidad, fronteras, desequilibramiento, complementariedad, realidades, construcciones, paradojas.

- Escuela de Millán: Convocatoria horizontal, vertical e individual; preguntas circulares, orientadas al futuro e hipotéticas.

Este proyecto no es una guía para el terapeuta, pues ofrece un análisis de las técnicas que se utilizan en terapia, más no pasos a seguir en está. Por lo cual es útil para estudiantes y profesionales que les interesa conocer más sobre las técnicas y estrategias de Terapia Sistémica, ante conflictos familiares, aunque también el análisis de estas pueden ser de ayuda ante terapia de grupo o individual

Entonces este trabajo sirve como antecedente y/o marco teórico para futuras investigaciones, las cuales pueden ser la aplicación de las técnicas ante un conflicto y comparar su utilidad; realizar una guía de aplicación de TS; hacer un instrumento que mida los avances de la familia o la eliminación del conflicto.

En conclusión, la Terapia Familia Sistémica ofrece al Terapeuta técnicas que apoyan a las familias en conflicto, sin limitarse al tipo de conflicto que verbalice la familia, ni el tipo de familia, desde nuclear hasta extendida o simbólica, se basa en las jerarquías, pautas de convivencia, comunicación, etcétera, para modificar aquello que no permite que el Sistema Familiar progrese y darle herramientas ante nuevos conflictos, no solo familiares.

Referencias

- Aguirre, Z. y Martínez, M. P. (2006). Influencia de la situación laboral en el ajuste familia-trabajo. *Fundación Mapfre*, 17(1), 18-24.
- Álvarez, P. (2008). *Los problemas familiares afectan el aprendizaje escolar de los niños de primaria (Tesis de licenciatura)*. Instituto Michoacano de Ciencias de la Educación: México.
- Alzate, R. (2013). *Teoría del conflicto*. España: Universidad Complutense de Madrid.
- Amaris, M., Paternina, A. y Vargas, K. (2004). Relaciones familiares en familias desplazadas por la violencia ubicada en “la cangrejera”. *Psicología desde el Caribe*, 14, 91-124.
- Armas, M. (2003). *La mediación en la resolución de conflictos*. Barcelona: Educar, 32, 125-136.
- Balart, M. J. (2013). *Claves del poder personal. La empatía: la clave para conectar con los demás*. España: Observatorio de Recursos Humanos y Relaciones Laborales.
- Baron, E. (2006). *Manejo de conflicto*. Argentina: Fundación compromiso.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 11(3), 125-146.
- Berger, P. y Luckmann, T. (1986). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Beyebach, M. (2014). *La terapia familiar breve centrada en soluciones*. España: Herder.
- Boscolo, L. y Bertrando, P. (1994). *Los tiempos del tiempo. La terapia Sistémica de Milán*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Boscolo, L., Cecchin, G., Hoffman, L. y Penn, P. (1987). *Terapia familiar sistémica de Milán: Diálogos sobre teoría y práctica*. Buenos Aires: Amorrortu editores.

- Botella, L. y Vílaregut, A. (2012). *La perspectiva sistémica en terapia familiar: conceptos básicos, investigación y evolución* [Blog]. Recuperado de: <http://www.infoley.blogspot.com>
- Carlos, R. (2009). *La familia como sistema de apoyo hacia la venida de una integrante más*. Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.
- Centro de Psicología Clínica y Psicoterapia (S.F.). ¿Qué es la terapia sistémica? [Blog] Recuperado el 25 de enero de 2017 del sitio web de R&A Psicólogos de México: <http://www.ryapsicologos.net/terapia-sistemica-breve.html>
- Cibanal, L. (2006). *Introducción a la sistémica y terapia familia*. España: Editorial Club Universitario.
- De Bono, E. (2000). *El pensamiento lateral*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Del Rio, A. (2012). *La perspectiva sistémica. Diferentes modelos y formas de intervención* (pp. 78-90). Buenos Aires: Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales.
- DefinicionABC. (2009). *Manejo*. Recuperado de: <https://www.definicionabc.com/general/manejo.php>
- Duque, A. (2010). *Conflicto intra-persona. Estructura del sistema de aprehensibilidad en estudiantes universitarios*. Colombia: Centro editorial Universidad de Caldas.
- Fairlie, A. y Frisancho, D. (1998). *Teoría de las interacciones familiares. Revista de investigación en psicología*, 1(2), 41-74.
- Feixa, G., Montesano, A., Compañ, V., y Muñoz, D. (2016). *El modelo Sistémico en la intervención familiar*. España: Universidad de Barcelona.
- Fernández, M. (1999). *El grupo y sus conflictos: Aspectos positivos y negativos del conflicto*. España: Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha, 25-46.

- Fernández-Pinto, I., López-Pérez, B. y Márquez, M. (2008). Empatía: medidas, teorías y aplicaciones en revisión. *Anales de psicología*, 24(2), 284-298.
- Fromm, E., (2009). *El miedo a la libertad*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Fuquen, M. E. (2003). *Los conflictos y las formas alternativas de resolución*. Programa de trabajo social, (1), 265-278.
- García, L., Bolaños, I., Garrigós, S., Gómez, F., Hierro, M. y Tejedor, M. (2010). *Cómo resolver los conflictos familiares: a la atención de las familias madrileñas*. Madrid: Guías.
- Goñalons, M. (2012). *El genograma: un aporte valioso al Psicodiagnostico*. Recuperado de: http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/042_ttedm2c2/material/fichas/ficha_genograma.pdf
- González, H. E. y Meza, N. I. (2011). *Análisis de la estructura factorial de los inventarios del conflicto organizacional ROCI I y II: adaptación al contexto sociocultural chileno en una muestra de funcionarios públicos de la salud en la región de Maule*. Chile: Universidad de Talca Facultad de Psicología.
- Grundmann, G. y Stahi, J. (2002). *Como la sal en la sopa. Conceptos, métodos, técnicas para profesionalizar el trabajo en las organizaciones de desarrollo*. Ecuador: Ediciones ABYA-YALA.
- Gutiérrez, R., Díaz, K. Y. y Román, R. P. (2015). *El concepto de familia en México: una revisión desde la mirada antropológica y demográfica*. México: Universidad Autónoma del Estado de México.
- Hernández, R., Fernández-Collado, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5° ed.). México: McGrawHill.
- Kriscautzky, M. y Ferreiro, E. (2013). *La confiabilidad de la información en internet: criterios declarados y utilizados por jóvenes estudiantes Mexicanos*. México: SNIM.

- López, H. (2016). *Datos, Diagnósticos, Tendencias: Los once tipos de familias en México*. México: AMAI.
- Martin, J. (2006). *Panorámica de la Teoría Sistémica*. Recuperado de: <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo33.pdf>
- Mercado, A. y Gonzáles, G. (2008). *La teoría del conflicto en sociedad contemporánea. Espacios públicos*, 11(21), 196-221.
- Minuchin, S. (2003). *Familias y terapia familiar*. España: Gedisa Editorial.
- Minuchin, S. y Fishman, C. (2004). *Técnicas de terapia familiar*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Montañés, M., Bartolomé, R., Montañés, J., y Parra, M. (2008). *Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes*. 391-408.
- Morales, I. y Paz, A. (2003). Las doce destrezas de resolución de conflicto y el juego de resolución de conflicto: una alternativa al debate tradicional. *Conversaciones nuevas*. Recuperado de: http://www.conversacionesnuevas.net/doce_destrezas.pdf
- Navarro, J. y García, L. (2000). *Aproximación al estudio del conflicto interpersonal desde las teorías del caos. Algunas reflexiones en torno a las posibilidades de gestión de conflicto*. España: Revista de psicología y de las organizaciones, 16(1), 75-88.
- Oliva, E. y Villa, V. J. (2013). *Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización*. México: Universidad Autónoma del Estado de Morelos, 10 (1), 11-20.
- Olivos, J. (2003). *Talleres para trabajar en familias ¿Te suena familiar?: Aprender a resolver nuestros conflictos*. Andros impresores.
- Ortego, M. C., López, S. y Álvarez, M. I. (2010). *Ciencias Psicosociales I*. España: OCW Universidad de Cantabria.
- Pérez, M. (2015). *Técnicas de terapia familiar*. México: Universidad Autónoma del Noreste.
- Pimienta, J. (2012). *Estrategia de enseñanza-aprendizaje: Docencia universitaria basada en competencias*. México: Pearson Educación.

- Redorta, J. (2002). *Cómo analizar los conflictos: la tipología del conflicto como herramienta de mediación*. España: Editorial Paidós.
- Roiz, M. (1989). *La familia, desde la Teoría de la Comunicación de Palo Alto*. España: Reis.
- Secretaria de Seguridad Pública. (2010). *Factores Familiares que inciden en la Conducta Disruptiva y Violenta de Niños, Adolescentes y jóvenes*. México: Gobierno Federal.
- Watzlawick. P., Helmick, J. y Jackson, D. (1985). *Teoría de la comunicación humana: interacción, patologías y paradojas*. Barcelona: Editorial Herder.