

LA VIDA EN PAREJA. EVOLUCIÓN Y PROBLEMÁTICA ACTUAL. ED. SAN ESTEBAN. SALAMANCA, 1995

PSICOTERAPIA DE PAREJA Y EQUIPO REFLEXIVO

MIGUEL GARRIDO FERNÁNDEZ

1. INTRODUCCIÓN

El campo de las Psicoterapias requiere una continua acomodación y asimilación a nuevas lecturas, no siempre novedosas, aunque si más adaptadas a la evolución epistemológica natural y enriquecedora. Los movimientos de Integración de las Psicoterapias suelen ser tachados de ambiguos, oportunistas e interesados por los más fundamentalistas. Es curioso que tratándose de un espacio que pretende ser científico, las Psicoterapias se muevan. casi siempre a lo largo de la historia entre exacerbadas polémicas "partidistas" con tintes sectarios. Como ya revisamos en otro lugar (Garrido y García 1994) los elementos fundamentales de toda psicoterapia y la investigación sobre los procesos de cambio son las líneas maestras actuales en los desarrollos de esta profesión (Caro 1993, Feixas 1993, Ávila 1994), que aún lucha por encontrar un espacio definido en el concierto de los saberes aplicados. Desde esta perspectiva entendemos que el trabajo con parejas y familias, tanto desde el nivel de Orientación como Terapia Familiar, requiere especial apertura para compaginar aportaciones y matices de un gran número de teorías, siempre abiertas a una posible falsación.

La Terapia de Pareja ha ido pasando por momentos evolutivos muy relacionados con los cambios epistemológicos que se dieron en Psicología y Ciencias Humanas. A finales del siglo XIX, la concepción individualista y excesivamente biológica de los trastornos mentales ni siquiera dejaba entrever la posibilidad de tratamientos para la pareja. Si bien es cierto que el asesoramiento y la orientación se han realizado desde muchos sectores sociales desde hace años (*Vella 1983*), también hay que afirmar que la Terapia de Parejas como tal es un producto casi de mediados del siglo XX. Tras los fracasos de los tratamientos más psiquiátricos, los estrictamente psicoanalíticos aplicados a psicóticos (*Stierlin 1977; Bowen*

1991) y en cierta medida también de las primeras aproximaciones conductuales al acercarse al grupo diádico de la pareja, fueron apareciendo aportaciones y lecturas amplificadoras que veían los problemas psicopatológicos más como producto de la interacción que de factores internos, ya fueran estos biológicos, fantasmáticos o de otra índole. Desde el espiritismo, el magnetismo, el hipnotismo, dinamismo, humanismo y conductismo hasta llegar a un enfoque social, hemos ido atravesando por continuas remodelaciones de las diversas aportaciones (*Strong y Claiborn 1985*).

En el tratamiento de Pareja cada autor puede defender su específico enfoque, pero evidentemente cuando analizamos las intervenciones tendríamos que concluir que utiliza aspectos y aportaciones de modelos múltiples. Entendemos que es un imposible atender a una pareja con las "lentes" de un modelo único. El encorsetamiento resta espontaneidad a los terapeutas e invalida su parte más creativa, elemento este esencial desde nuestra perspectiva para lograr el cambio de los sistemas. En la bibliografía no encontramos datos científicos que avalen la mayor éxito de ninguno de los modelos de terapia de pareja (*Wynne 1988*).

En el trabajo que realizamos en la Escuela Superior de Ciencias de la Familia, en el área aplicada, respecto a la atención a Parejas y Familias, destacamos la necesidad de conjuntar recursos técnicos que han sido probados desde diversos modelos como útiles para provocar el cambio. En líneas generales, como ya explicamos en otro lugar (*Garrido, Cobo y Praena, 1993*), de los modelos dinámicos nos resulta útil la comprensión de la interacción intra e interindividual y sobre todo la visión evolutiva e histórica del suceder en la pareja. Por otro lado, de los modelos fenomenológicos y existenciales tomamos la idea de la intervención como encuentro humano, con componentes simbólicos en los que nos vemos constantemente implicados. Sin embargo, el modelo sistémico es el que nos permite trabajar con un grupo y contar con herramientas epistemológicas más refinadas para entender la interacción. La visión sistémica nos facilita observar un sistema y a la vez ser observados por éste y otros sistemas. Las ideas de la segunda cibernética nos resultan de gran utilidad para el trabajo con el equipo y las parejas. Por último, todas estas herramientas se ven completadas con las intervenciones y prescripciones que tienen un alto contenido conductual y cognitivo. Queremos decir que la comprensión dinámica, fenomenológica y sistémica nos sirve para leer lo que ocurre entre varios sistemas y subsistemas, sin embargo, el cambio conductual es la mejor prueba de que se produce un movimiento en las estereotipias que generalmente presenta la pareja. Como dice el profesor *Navarro (1995, 31)* el cambio de conducta es, probablemente, una exigencia de la unidad (la familia) con la que se está trabajando y no una postura de escuela. Así pues, aunque nosotros vamos a explicar las aportaciones del Equipo Reflexivo (*Andersen 1991*) al trabajo

con parejas, queremos dejar claro que esta modalidad no aparece en abstracto, sino que aún cuando de nuevo, como ya ocurre en la historia de la Psicoterapia, éstos traten de presentarse como una "fresca originalidad", creemos que es una nueva lectura a otras aportaciones anteriores. Por supuesto que esta nueva lectura puede transformar el estilo terapéutico y en cierta medida hacer "revolución" en este campo.

2.BREVE HISTORIA DE LA MODALIDAD DEL EQUIPO REFLEXIVO

En 1992 realizaba una estancia en el Berkshire Medical Center (Massachusetts) en el centro de Terapia Familiar que dirigía el profesor C. Sluzki y en el que trabajaba también M. Pakinan, ambos terapeutas de familia y especialistas en las nuevas tendencias constructivistas en psicoterapia sistémica.

Durante esta estancia, la profesora M. Olson, quien se había formado con L. Hoffman nos mostró el trabajo diario que realizaba en este centro siguiendo las directrices del equipo noruego de T. Andersen. En diversos ámbitos del trabajo en el hospital del Berkshire se aplicaba la metodología constructivista y más específicamente la idea directriz del Equipo Reflexivo. Merece la pena destacar las sesiones del grupo completo de pacientes que se celebraban a primera hora de la mañana y las sesiones de los grupos de familiares una vez por semana en los que observaban tras el espejo para realizar reflexiones después de oír al coordinador del grupo y a los pacientes.

Por entonces aún en nuestro país no habíamos traducido la obra del Equipo Reflexivo. Esta modalidad de trabajo me impresionó desde el primer momento. Y creo que la impresión que me produjo podría resumirla en dos palabras: *respeto* y *creatividad*.

Acostumbrado a modelos dinámicos, supuestamente no directivos y sistémicos en ciertas ocasiones muy "intrusivos", me sentía muy cómodo y tenía un sentimiento de bienestar al ver cómo el Equipo tenía que oír atentamente el discurso y después aportaba alternativas sin imponer desde ningún marco teórico. Al menos la filosofía del Equipo Reflexivo era ésta y puedo decir que esta actitud me pareció corresponder realmente con lo que hacían.

El respeto por las diversas versiones de la realidad contrastaba con mi primera formación analítica donde generalmente las "verdades de algunos autores relevantes" se llegaban a convertir en verdaderos "actos de fé". La interpretación psicoanalítica se ha

utilizado erróneamente en muchas ocasiones, cuando sabemos que una buena interpretación debe ser siempre una buena hipótesis, pero no una afirmación categórica (*Villamarzo, F.P. 1987*).

El segundo aspecto que me impresionó de este trabajo fue el de la creatividad. Acostumbrados a una cultura "judeocristiana" que suele estar "ojo avizor" para "culpar, criticar o juzgar", de repente me encontraba en un marco en el que las personas podían expresar sus sentimientos e ideas sin ser intrusivos y directivos. La creatividad aparecía en el momento en que tras oír los diálogos, tanto los terapeutas como los clientes, debían inventar alternativas. Inventar alternativas significaba para mí, utilizar el contenido de los diálogos para presentarlo de forma más positiva, creando dilemas que tuvieran soluciones y favoreciendo un clima de apertura y posibilidad. Estas ideas pueden parecer algo ingenuas, y por ese lado le vienen críticas a esta modalidad de trabajo, sin embargo puedo decir que muchas de las críticas suelen venir de expertos que no son capaces de "bajar de la supuesta sabiduría" que no es más que "cerrazón, empecinamiento y un poder intrusivo confuso". Como miembros de una cultura acostumbrada a juzgar y dirigir, en cuanto pasan diez minutos y hemos de reflexionar, tendemos a "decir a la gente lo que tiene que hacer, lo que es bueno o malo y queremos que lo hagan inmediatamente". La idea básica del Equipo Reflexivo, sustentado en el movimiento constructivista en Psicoterapia, supone que la realidad no existe sino que es una construcción compartida. Por este motivo, la creación de alternativas enriquece las visiones de la realidad y respeta el proceso de pensamiento y elección.

Tom Andersen es un psiquiatra noruego que trabaja en el condado de TrØmsø. Su formación básica, así como la de su equipo, era la propia del contexto de una Psiquiatría Social en desarrollo. Tras una formación sistémica de largo plazo y recogiendo aportaciones tanto de la escuela de P. Caillé y sus colegas, como desde las nuevas aportaciones desde el Instituto Ackerman de N. York (L. Hoffman, entre otros) y de la escuela de Milán, sobre todo desde las aportaciones de Cecchin y Boscolo en una línea más constructivista, encontraron una forma original de trabajar con las familias. Esta originalidad estuvo en aceptar los movimientos espontáneos que se produjeron ante el estancamiento del tratamiento con una familia. La idea de invertir el proceso de observación a través del espejo unidireccional permitió que la familia y el médico que dirigía la sesión oyeran los comentarios y reflexiones que hacía el equipo. La excitación que produjo en los miembros de la familia fue muy interesante. El hecho de invertir el proceso de la escucha y tener la posibilidad de oír las

reflexiones de los "expertos" favoreció el cambio y trajo consigo lecturas diversas tanto para el equipo terapéutico como para la familia. Según el equipo la experiencia consistió en favorecer el proceso ya descrito por Bateson al comentar que "La diferencia que hace una diferencia".

Al revertir la luz y el sonido se daba una libertad sorprendente en la relación entre el equipo y la familia. Ya no eran los únicos responsables, sino que eran una de las dos partes del proceso.

Esta modalidad que se descubrió espontáneamente siguiendo el modelo sistémico de trabajo con familias es lo que los autores denominaron "Equipo Reflexivo".

La palabra "Reflexión", según la entienden los autores, es algo que "es oído, aprehendido y pensado antes de dar una respuesta". El cambio de la luz y el sonido también dio más libertad para pensar. Desde que ocurrió esto, los autores empezaron a pensar de qué manera los diversos conceptos y reglas que seguían tenían efecto en ellos mismos.

La idea más tradicional de hacer hipótesis antes de encontrarse con la gente fue cuestionándose. Las hipótesis estarían relacionadas con el contexto o con el lugar donde se hallaran los terapeutas. Por este motivo el cambio de lugar, o la inversión del proceso, permitió realizar nuevas hipótesis y favorecer un clima más igualitario.

Los autores citan a Bateson recordándonos el valor relativo de las hipótesis y cómo estas pueden llegar a distorsionar el proceso de investigación.

"Y lo que quiero sugerirles es que la experimentación es, a veces, un método de naturaleza torturante para conseguir una respuesta en términos de vuestra epistemología, no en términos de alguna epistemología ya inmanente en la naturaleza. La cuantificación será siempre una herramienta para evitar la percepción de la configuración general." (*Bateson 1978, 42*).

Como concluyen los autores, al revertir en el año 1985 la luz y el sonido, revertíamos también mucho de nuestra práctica anterior y cambió la misma.

3.FUNDAMENTOS TEÓRICOS DEL EQUIPO REFLEXIVO

Trataremos de sintetizar los aspectos teóricos fundamentales del Equipo Reflexivo, ya que tanto en la obra ya traducida de *Andersen (1994)* como en toda la línea constructivista en Terapia Familiar (*Cecchin 1987; Andersen H. y Goolishian 1988; Watzlawick 1993;*

Wlzitey; Epston 1993; entre otros), aparecen claramente delimitados los rasgos y aportaciones de este enfoque en Psicoterapia.

Las hipótesis que se establecían dentro de un contexto, en muchas ocasiones a través de la ficha telefónica como era frecuente en el original grupo de Milán, podía alejar a los terapeutas de las personas que les visitaban.

Las primeras ideas del Equipo Reflexivo era no permitir que la información previa o anterior distorsionara las posibilidades de relación con los miembros de la familia. La idea básica era que tenemos que ver siempre más para ver lo que una persona ve. En general dos personas establecerán diferentes distinciones de una misma situación o diferentes mapas del mismo territorio.

En la más pura línea sistémica, para estos autores, crear una diferencia, por mínima que ésta pueda ser, significa favorecer el cambio. La unidad fundamental de información será pues una diferencia que hace una nueva diferencia. De Bateson, estos autores toman la idea de que la palabra diferencia es: algo distinto al ser diferente de su entorno y que un cambio es una diferencia a lo largo del tiempo causada por una diferencia.

Las preguntas más útiles en psicoterapia serán aquellas que engloban comparaciones y relaciones, pues de esta forma se favorece la conciencia de las diferencias y desde aquí es factible el cambio, pues cabría la elección.

Andersen y su equipo prefieren utilizar la palabra "inusual" en vez de "diferencia", pues les resulta más coloquial. Se trata de ofrecer a las parejas y familias algo "inusual", pero no demasiado "inusual". Para realizar esta labor ellos creen que esta regla incluye:

- El medio en que nos reunimos.
- Los temas o cuestiones que se tratan.
- La forma o manera de la conversación.

Tomando las ideas de Maturana y Varela estos autores sustentan sus propuestas en la afirmación de que una persona sólo puede reaccionar a una situación determinada de una de las maneras que tiene en su repertorio. La polémica entre las posturas del "realismo hipotético" defendido por Kelly y las del idealismo 'o solipsismo más cercanas a Maturana (*Feixas y Villegas 1990*) suponen distintos matices en la concepción del

constructivismo, aunque epistemológicamente ambas concepciones suponen unos criterios muy similares para la intervención terapéutica.

Los peligros de ir demasiado rápido y tratar de sorprender a los clientes pueden provocar en estos varias reacciones. Entre ellas la de aislarse y conservar la integridad y por otro, la desintegración cuando la perturbación externa les invade.

La actitud terapéutica que mantienen estos autores está en la idea de respetar la necesidad básica de toda persona de conservar su integridad. Conversar de manera que al proceder lentamente, adecuándonos al ritmo de los clientes, éstos tengan la sensación de que conservan su integridad y pueden ir tomando las nuevas versiones sin sentirse atacados.

Las aperturas y cierres de una conversación van a depender de los movimientos que realice el entrevistador. El sistema de observación determina lo que puede ser observado. Por este motivo ante la complejidad del proceso terapéutico es necesario seleccionar datos significativos que puedan crear diferencias. La forma más útil para establecer diferencias es a través de las preguntas. Las descripciones son diversas versiones de la realidad. Ninguna de éstas es mejor o peor que otras. Todas son igualmente válidas, máxime cuando es una persona la que la construye y le atribuye un significado particular y a la vez relacional.

La estrategia terapéutica central consiste en que debemos buscar y aceptar todas las descripciones y explicaciones de una situación y sobre todo, promover la ulterior búsqueda de las que todavía no se hayan encontrado.

Como podemos observar las ideas de este modelo descansan en el construccionismo y el constructivismo social. Desde la segunda cibernética se considera una enfermedad como parte de y relacionada con un contexto cambiante. El profesional trabaja con la comprensión que la persona tiene de la misma. Existen muchas versiones posibles de la enfermedad y por último, el cambio personal se desarrolla espontáneamente desde adentro y uno nunca puede saber cuál o cómo será o cuándo ocurrirá.

El foco de atención está en la evolución de las ideas sobre el problema a lo largo del tiempo. La conversación con el entrevistador permite una visión evolutiva en vez de estática del problema. No existen verdades absolutas, sino que el entrevistador a través de preguntas permite ampliar el campo de alternativas de los clientes. En muchas ocasiones la dificultad para tratar con algunas familias puede venir por la "omnipotencia" de la que se inviste el terapeuta, quien piensa que la familia tienen una versión equivocada y que él tiene la correcta, lo cual le lleva a querer convencerles de la bondad de tal visión.

Como afirman *Rodríguez Morejón y Beyebach (1994, 371)* "los distintos modelos de psicoterapia trabajan con "recetas y técnicas" diferentes, por eso, al final de los tratamientos

no tienen trozos mayores o menores de "tarta", sino "tartas" distintas, aunque hayan sido confeccionadas con los mismos materiales". La idea de la profecías que se autocumplen es un fenómeno que se da con cierta frecuencia en el área de las psicoterapias (*Watzlawick 1993*).

Cada narración cuenta con un escenario, unos personajes concretos y tramas concreta como nos propone *Sluzki (1992)*. La conversación terapéutica desde esta perspectiva consisten introducir modificaciones semánticas en el mundo de significados de las familias y parejas. Como diría *A. Korschpski (1933)*, fundador de la semántica general, "el nombre no es la cosa. El mapa no es el país".

Para Andersen y cols. el cambio puede darse en dos vertientes: el primer tipo de cambio está relacionado con la actuación (conducta) de una persona cuando este cambio es el resultado de consejos o imposiciones externas. El segundo viene de adentro, cuando se amplían las premisas de actuar, a saber, los aspectos del conocer y sentir. Como podemos apreciar en esta línea los planteamientos de estos autores coinciden plenamente con los estudios del Aprendizaje Social dirigidos por *A. Bandura (1985)*. Para estos autores la destacada capacidad de emplear símbolos que tienen los seres humanos le ofrece poderosos medios para crear y regular los hechos ambientales. La gente procesa y transforma las experiencias pasajeras en modelos internos a través de símbolos, que sirven como guías para la acción futura. A través de estos símbolos, las personas damos significado, forma y continuación a las experiencias que vivimos. Bandura. viene a decirnos que la autoconciencia reflexiva permite a los individuos analizar sus experiencias y pensar sobre sus propios procesos de pensamiento. Si tomamos su idea de que los juicios sobre la Autoeficacia tienen una importancia vital para el cambio de las personas, podemos comprender y ampliar la visión del Equipo Reflexivo cuando propone que sean los clientes los que creen sus propias alternativas permitiéndose el diálogo sobre el diálogo con los demás.

La idea de que existe un "Multiverso" más que un "Universo" y una objetividad inalterable es central en el pensamiento del Equipo Reflexivo. Un fenómeno puede describirse y comprenderse de diferentes maneras. La "realidad" solo existe en la medida que es "percibida". En este sentido apreciamos cómo los autores están más cerca del Constructivismo Radical, aunque también podemos ver cómo ellos mismos no niegan la existencia de la realidad, pero prefieren pensar que no existe fuera del sujeto que la percibe. La idea de un diálogo interno, que Piaget le llamó "habla egocéntrica" es retomada por estos autores. Un sociólogo noruego, Stein Braten, a quien siguen estos autores en algunas de sus ideas hablará de dos partes en la personas, un "yo" y el "otro virtual".

Por último es importante destacar el principio de que los sistemas de significado forman organizaciones. Esta idea tomada de *Maturana (1978)* y *Varela (Maturana y Varela, 1987)*. Andersen y su equipo entienden la organización como dos o más personas que tiene por lo menos una idea de interés común.

A fin de cuentas como dice Varela cuando realizamos un cuidadoso examen de una observación se destapan las cualidades del observador.

4.EL ARTE DE PREGUNTAR PARA FAVORECER LAS REFLEXIONES

Entendemos que desde una perspectiva constructivista en terapia familiar, la preparación básica de los terapeutas ha de estar en la agilidad para realizar preguntas significativas. En la filosofía del Equipo Reflexivo encontramos listados de preguntas facilitadores de la Conversación Terapéutica. Por ejemplo, a la hora de tener en cuenta el papel del tiempo en la Conversación, la pregunta fundamental sería: ¿La conversación que estoy manteniendo con esta persona es lo suficientemente lenta para que la otra persona y yo tengamos tiempo suficiente para nuestras conversaciones "internas"? ¿cómo podemos ayudar a hablar más? En resumen, cómo hacer preguntas que creen nuevas preguntas. En este aspecto, este estilo constructivista llevado a sus extremos puede producir una sensación de poco implicación del terapeuta en la relación, pues puede ser vivido como un simple procesador de información. Por esto creemos que el arte de preguntar debe unirse a la capacidad de reflejar. En la primera traducción que realizamos de la obra, antes de que apareciera en castellano, recuerdo que el término "Reflect" lo entendíamos como "Reflejo". Después al aparecer la traducción "Reflexión" pudimos completar nuestra primera comprensión. Creemos que el entrevistador y el equipo ha de "Reflejar y también Reflexionar".

La clave es hacer preguntas que faciliten las descripciones dobles, pues éstas son las que dan perspectivas a un mismo fenómeno. Los autores nos dan una clara guía de este tipo de preguntas:

- En comparación con: ¿Cómo está ahora comparado con entonces? (diferencia a lo largo del tiempo, cambios).
- Describir el fenómeno como parte de una relación: ¿A quién le gustó más?
- Comparar relaciones: ¿Encontrarse con qué nieto hace al abuelo más feliz?
- Comparar soluciones que se intentaron: ¿Quién hizo qué?

- En relación con: ¿cuáles fueron las circunstancias? - Diferente de: ¿Cuándo comenzó?, ¿Cuándo empeoró? Estos son algunos ejemplos de las diversos tipos de preguntas que pueden facilitar información a través de pensar en diferencias.
- Las principales preguntas del entrevistador para la apertura en el trabajo con el equipo reflexivo son las siguientes según Andersen:
 - ¿Por qué los presentes están interesados en esta reunión?
 - ¿De quién fue la idea de hacer esta reunión?
 - ¿Con quién habló antes esa persona sobre esta idea?
 - ¿Cuál fue la segunda persona con la que habló?
 - ¿A quién se informó a continuación? - ¿A quién le gustó la idea?
 - ¿Quién tuvo reservas?
 - ¿Hubo alguien en contra?
 - ¿A quién entre los presentes le gustó más la idea?
 - ¿Quién tuvo más dudas?
 - Si la persona que hizo la sugerencia de la reunión no la hubiera hecho, ¿alguien más la hubiera hecho? ¿quién? (Andersen 1994, 64).

Como podemos apreciar esta guía trata de favorecer un clima de aceptación de la relación. En muchas ocasiones admitimos la llegada de los clientes y suponemos unas determinadas expectativas. Estas preguntas generalmente facilitan la expresión de acuerdos y desacuerdos, así como la idea que cada miembro de la pareja tiene sobre el primer encuentro terapéutico. La creación del marco terapéutico y de lo que podría llamarse alianza puede verse muy favorecido con este estilo de preguntar que trata de recoger información sin suponer ninguna idea preconcebida.

Una de las preguntas que continuamente están en la mente del entrevistador es: ¿A quién hacerle preguntas, sobre qué y quién va a escuchar? Como dicen los autores, no existen reglas fijas. El objetivo es crear un clima de confianza y adecuación al ritmo de los clientes. Por este motivo una pregunta que se suele utilizar con frecuencia es la siguiente: ¿De qué manera le gustaría utilizar este encuentro?, o ¿De qué temas le gustaría discutir en este encuentro? Resulta necesario hacer preguntas sobre el encuadre con cierta frecuencia: ¿quién está dispuesto a hablar sobre quién acerca de este tema en este momento?.

Las explicaciones siempre serán tentativas, en cuanto que se parte de la idea de que lo importante son las interpretaciones de la realidad que mantienen los problemas.

Cuando las personas responden a las preguntas sobre las diferencias hablando de similitudes es posible preguntar sobre esa tendencia a la similitud: ¿siempre fue así?, ¿es así por tradición?, ¿si volviera a ocurrir en el futuro quién lo vería así?

Como dice Andersen las reglas a seguir cuando se trabaja con la idea del Equipo Reflexivo son pocas. Más bien, las reglas que tienen se refieren a las cosas que no se deben hacer no se deben hacer reflexiones sobre algo que pertenece a un contexto distinto del de la conversación del sistema de entrevista y no se deben dar connotaciones negativas.

5. ESQUEMA DEL PROCESO DE TRABAJO CON EL EQUIPO

A continuación vamos a describir el proceso de primera entrevista que seguimos a partir de un caso atendido en el servicio de Orientación y Terapia Familiar de la Escuela de la Familia de Sevilla. Explicaremos las directrices generales propuestas por Andersen y describiremos las variantes de nuestro trabajo. Como dirá el propio autor, las guías para la práctica se pueden considerar como el andamiaje, pues el trabajo con el Equipo Reflexivo puede organizarse de diversas formas. La pregunta: ¿Cómo puede haber una conversación significativa entre el sistema fijo y nosotros? será la guía principal y la que ha de mantenerse. Alrededor de esta pregunta se van gestando otras, que son diversas conversaciones, discutiéndose con las familias qué otras conversaciones podrían ser útiles en el futuro, con qué persona(s), sobre qué tema(s), de qué forma(s), en qué momento.

El Equipo Reflexivo que entra en escena después de unos 30-40 minutos de interacción del entrevistador y el grupo, puede estar formado por tres o cuatro personas. En el Centro de la Familia de Sevilla este equipo está formado por ocho personas, normalmente suben a la sala de entrevista tres después de ese período de conversación. Generalmente suelen ser aquellos que se sienten más cómodos con el contenido y proceso de la entrevista. El primer contacto con la familia se hace a través del secretario del Centro. Generalmente es la propia familia o pareja la que hace la demanda o a través de algún profesional como llegan al mismo. En estos primeros momentos, dentro de la filosofía del Equipo Reflexivo es muy importante que se pregunte por quienes son las personas importantes en el problema que presentan y quienes deberían estar presentes. Cuando llama un profesional se les invita a que vengan al Centro. En la Escuela de la Familia hemos implementado este recurso en varias ocasiones con buenos resultados. Cabe destacar una mejor alianza de la pareja o familia con

la forma de trabajo y a su vez una más estrecha colaboración con otros profesionales. Se evita que la derivación sea vivida como una "evacuación de urgencia" que viene cargada de sentimientos de frustración y de rechazo por parte de los clientes. En líneas generales, la idea de esta modalidad de trabajo tiende a evitar la pronta etiquetación, la excesiva diferencia entre visiones profesionales y legas y también la sensación de crítica y evasión que suele aparecer en muchos casos. El pedido de colaboración por parte de cualquier persona que sienta que está implicada en el problema ayuda a delimitarlo y favorecer la cooperación.

Cuando acuden profesionales a la primera reunión se habla antes con ellos para saber qué temas quieren tocar y saber qué información están dispuestos a compartir. La regla de oro del Equipo Reflexivo es conseguir la máxima comodidad tanto por parte de los profesionales como para la pareja o familia.

A la familia se les explica el formato de la entrevista y se les presenta a los miembros del Equipo antes de pasar a la sala. En el Centro de Orientación y Terapia Familiar no contamos con espejo unidireccional, por lo que utilizamos el circuito cerrado de televisión como modalidad. Esto supone ligeras variaciones sobre el formato original. Por este motivo antes de subir a la sala de grabación entramos en la sala de observación y se presentan los miembros del Equipo a la Pareja. Este acto supone un desbloqueo de las "fantasías de ser observado por desconocidos". En algunas modalidades de trabajo sistémico se utilizan los equipos sin que se presenten los miembros a la familia. Esto nos parece que establece unas reglas de juego distorsionantes. Ellos son personas que son observados y no saben por quien. Los subsistemas no pueden observarse mutuamente. En este sentido nos parece poco igualitario y sobre todo puede hacer que el Equipo se convierta en un grupo "voyeurista", que juega a "ver sin ser visto".

Una vez explicada la forma de trabajo solemos pedir el permiso para la grabación. Tras esto les detallamos el estilo de intervención. Solemos explicarles que nosotros dialogaremos aproximadamente durante 30-40 minutos y en algún momento de la entrevista cuando lo consideremos oportuno pediremos al equipo que suba a la sala y dialoguen entre ellos. Les decimos que la regla es que el equipo reflexiona y dialoga delante de nosotros durante aproximadamente unos diez minutos. Cuando terminan ellos vuelven a la sala de observación y nosotros seguiremos reflexionando sobre lo que hemos oído.

Las preguntas principales al inicio de la entrevista han sido descritas en apartados anteriores. En líneas generales estas preguntas tratan de favorecer un clima de espontaneidad

y el surgimiento de las visiones diversas de la realidad. Crear una alianza y fortificar el marco de trabajo es también un objetivo prioritario de estas primeras etapas. El ritmo de las preguntas que realiza el entrevistador supone un máximo respeto por las elecciones personales. ¿Qué tema les gustaría discutir en este encuentro?, por ejemplo, es una pregunta que describe el estilo de esta modalidad de trabajo. Cada vez que se introduce un nuevo tema es importante revisar el encuadre y puede preguntarse ¿quién está dispuesto a hablar sobre quién acerca de este tema en este momento?

Estar atentos a las aperturas que realiza la pareja o familia nos permite seguir el ritmo y los temas que les importan. En realidad, como dicen los autores, nunca se sabe qué camino tomará el diálogo, pues es necesario observar siempre las secuencias de la conversación. Examinar los contextos y los significados que los clientes dan a las situaciones (*Gergen; 1985*) es un objetivo que se ve facilitado por esta actitud de seguir las aperturas de los propios clientes.

Una norma importante es no seguir una apertura que el entrevistador considera desagradable. Elegir preguntas que estimulan la curiosidad en vez de aquellas que provocan sentimientos o ideas desagradables puede ayudar al proceso de diálogo. Que las preguntas no sean demasiado inusuales es también de gran importancia para respetar el ritmo de la pareja.

Una de las claves para realizar preguntas poco usuales está en interesarse por las interpretaciones que las personas presentes hacen de la realidad. En lugar de preguntar por cómo son las cosas, se puede preguntar por ¿cómo las ve usted? Las preguntas sobre descripciones que hemos señalado anteriormente suelen ser muy útiles. En este sentido las aportaciones de *Cecchin (1987)* y de *KTom (1987)* sobre los tipos de preguntas son de gran utilidad. Las preguntas para sonsacar explicaciones, las referentes a distintas conversaciones y las descripciones y explicaciones alternativas suelen ser de uso frecuente en el trabajo con el Equipo Reflexivo.

La configuración del Equipo Reflexivo puede variar como hemos visto. Sin embargo una norma fundamental es que éste no mire a los miembros de la pareja o familia mientras dialoga y tampoco deben mirarse a la cara entre ellos mientras hablan. Esta regla permite la reflexión, pues como tendencia general, todos cuando oímos hablar a los demás tendemos a responder al momento. Con esta estrategia se pretende que se reflexione sobre lo todo sin necesidad de preguntar o rebatir al instante.

El entrevistador dirige el proceso de la sesión y el Equipo nunca puede interrumpir en la sala para preguntar o dar consejos. Los miembros que están detrás del espejo o en otra sala

no discuten la entrevista. Esta idea se fundamenta en el hecho de que si se discute la 'atención de los miembros se localiza en una sola idea o suceso. Si los miembros del equipo no hablan entre si es probable que se les ocurran más ideas y que sean más diferentes.

En cuanto al cambio de la conversación existen dos modalidades. Una puede ocurrir cuando el entrevistador solicita que el equipo de sus reflexiones y otra cuando es el equipo el que pueden hacerle saber que ya tienen ideas sobre la situación.

Si el equipo tiene ideas podría presentarlas de la forma siguiente. "Tenemos algunas ideas que podrían ser de utilidad para su conversación. Si quisieran conocerlas, por favor háganos saber cuándo piensan ustedes que sería conveniente hacerlo".

Las reflexiones es muy importante que sean presentadas como algo muy personal e incluyendo algún matiz de duda. Esto ayuda a entender que es una versión más de la realidad no una afirmación categórica. El contexto de las reflexiones es lo que ocurre tanto verbalmente como analógicamente en la sala de entrevista. Las reflexiones toman la forma de diálogo y por este motivo en general quedan más preguntas que respuestas.

Como dice Andersen las reglas son pocas y más bien se trata de saber qué no hacer. No se hacen reflexiones que pertenecen a un contexto distinto al de la conversación del sistema de entrevista y no se deben dar connotaciones negativas. Con frecuencia el presentar las reflexiones en forma de dilemas puede ser de gran ayuda para los miembros del sistema de entrevista. El dilema es un reto para los que oyen en la medida en que han de encontrar respuestas a las preguntas.

A1 final, el sistema de entrevista tras los cinco o diez minutos de reflexiones habla sobre lo que dijo el equipo. Normalmente preguntamos si hay algo sobre lo que escucharon que les llamara la atención, que les agradara o desagradara...

Los cambios de lugar o de luces en el trabajo con el Equipo Reflexivo pueden ser varios a lo largo de una sesión. No existen normas fijas, ambos sistemas pueden ofrecer o pedir ideas en cualquier momento.

El final de la sesión se convierte en un nuevo diálogo sobre los deseos para la próxima entrevista. Se favorece que cada miembro exprese sus deseos de acudir o no a la próxima entrevista.

6. SECUENCIAS DE UN CASO TRATADO CON EQUIPO REFLEXIVO

En esta primera secuencia recogemos la apertura de la primera sesión con una pareja formada por una señora de 52 años y su marido de 64. Acuden a consulta derivados por un psicólogo que colabora con nuestro Centro y que es asesor en una Asociación de Personas con Problemas de Adicción al Juego. El marido presentó episodios de juego patológico hace varios años pero en la actualidad lleva más de diez meses sin jugar.

En la apertura de este caso podemos apreciar cómo nuestro estilo de entrevista sigue en cierta medida las directrices del Equipo Reflexivo, pero también es necesario destacar la utilización de la modalidad Simbólico-Existencial, sobre todo en la línea de C. Whitaker, que utiliza la fantasía como un elemento importante en la interacción con los sistemas.

T.-¡Qué nervios!, decía María. Está nerviosa... Esposa.-¡Qué nervios!

T.-¿Por qué? Esposa.- No sé...

T.-Tanta gente, verdad... observándonos aquí, como ratitas, verdad...

Marido.-No estamos acostumbrados a esto y... T.-A este sistema ¿no?...

Marido.-Bueno, con Juan (el psicólogo de la Asociación) llevamos ya mucho tiempo, dieciocho... diecisiete meses... T.-Claro, siempre que se empieza algo nuevo uno tiene el temor de lo que pueda pasar, supongo... Yo también les temo a ustedes...

Esposa.-¿Si...?

T.-No se si tenéis un cuchillo en el bolsillo. Esposa.-¡Por Dios santo...!

T.-Espero que no....

Podemos apreciar en esta primera secuencia cómo hemos tratado un tema que parece podría bloquear la relación. La esposa abre la conversación comunicándonos que está muy nerviosa. Le preguntamos y le cuesta responder. En este momento utilizamos la proyección de las propias fantasías sobre los temores de todo primer encuentro. Suponemos que los temores tienen que ver con fantasías de agresión, ya sea esta hacia los demás o por el temor a que nos dañen, con vergüenzas o aspectos que han de ser guardados en secreto o con abandonos y sentimientos de exclusión. Sea cual sea el motivo del temor, ante la apertura de la esposa hemos de preguntar y responder para crear una mejor relación. Después de adelantarnos con nuestras propias fantasías "nada peor puede ocurrir". Siempre que las fantasías sean presentadas como propias y no como "una verdad que además también ha de

estar en las cabezas de los clientes", éstos pueden corroborarla o negarla e incluso utilizarla como una explicación más para su situación si les viene bien.

Mientras firman el permiso de grabación, el entrevistador comenta que él también ha de firmarlo porque la cámara graba a todos y porque además también puede decir alguna que otra tontería.

En este momento el marido dice:

Marido.-Ajú... tonterías diremos un montón, ¿no?

T.-Sí... bueno, podemos decir todas las que queramos. A veces las tonterías pueden ser muy útiles, ¿no?:... no todas las tonterías son inútiles.

Marido.-Eso digo yo. Que a veces dice uno una tontería y a lo mejor es más útil que muchas cosas de las que un piensa que lo son...

T.-Um, um...

Marido.-Y en realidad no lo son.

Esta secuencia expresa de nuevo como es importante desde el inicio ofrecer un clima de confianza y espontaneidad para facilitar las aperturas. Como podemos ver la pareja entra fácilmente a las sugerencias del entrevistador y colabora con expresiones y reflexiones que facilitan el diálogo. Entendemos que cualquier comunicación que se produce a través de la interacción puede ser aprovechada para reflexionar sobre temas que son importantes. Creo que en esta secuencia el entrevistador habiendo recibido el mensaje de nerviosismo de la mujer trata de relajar las exigencias de seriedad de la entrevista partiendo de los comentarios sobre la posibilidad de decir "tonterías interesantes".

Tras la presentación iniciamos la entrevista propiamente dicha con la siguiente pregunta:

T.-¿De quién fue la idea de venir aquí? María.-Juan me lo propuso y yo lo acepté. Luis.-Ella habló, pero yo no estaba delante. T.-¿Cómo te lo propuso?

María.-Pues eso, como es que nos llevamos muy mal, está con lo del juego...

Luis.-Estaba...

María.-Bueno estaba. Ya lleva un año que está... Luis.-Yo llevo dieciocho meses sin ,jugar nada.

T.-¿Sin jugar a nada?

Luis.-A nada, a nada...

T.-Eso es aburrido. A algo jugará, ¿no?...

Luis.-Lo único que hago es trabajar, usted, tiene un terreno que tiene mi suegro que lo llevo yo y trabajo mucho en él los fines de semana cuando voy. Y, mire usted (enseñando las manos)...

T.-¿Y usted María, tampoco juega a nada?

María.-Yo no, a nada. A mí es que nunca me ha gustado nada.

T.-¡Qué aburrimiento de vida! ¿no?

María.-No, a mí no es un aburrimiento.

T.-Hay muchos tipos de juego...

Luis.-Yo no digo que no vaya a jugar un poquito a eso, pero quiero que pase un poquito más de tiempo. María.-No.

T.-No, yo me refiero a cualquier tipo de juego.

Luis.-Ah, bueno, sí, sí, de pelota... pero yo lo que tengo es una afición que la tengo desde que tenía catorce años y antes no pude, porque no... porque no me lo permitía a mí... porque no podía hacerlo, pero vamos, la afición la tenía desde que era pequeño. La cacería.

T.-La cacería. O sea que juegas a cazador...

Luis.-A cazador.

T.-Es un juego también.

T.-Entonces la idea de venir aquí fue de Juan...

María.-Hombre, de Juan es que... nosotros nos llevamos muy mal... estamos todo el día...

T.-Eso quiere decir entonces...

Luis.-No para pegarnos, ¿eh? T.-Ya veremos...

María.-Todo el rato que estamos, estamos porfiando...

T.-Entonces quiere decir que Juan les envió aquí porque ustedes le habían pedido ayuda a él o... ,

María.-Sí, sí...

T.-¿Quién fue el primero que pidió ayuda, tú o él?

María.-Yo.

T.-¿Y para ti era un problema que se llevaran ustedes mal?

María.-Hombre, claro. Yo eso que...

T.-¿Para ti no?

Luis.-Para mí, sí...

T.-¿Y por qué se te ocurrió a ti primero la idea?

María.-Porque yo no podía seguir así. Yo no... yo quería separarme, hacer lo que sea porque yo, desde luego así yo no puedo vivir, no puedo estar. Yo soy muy nerviosa, y siempre discusiones, discusiones, discusiones... por ti, por ti, por ti...

Luis.-Ahora le diré... ahora le diré... yo a usted, las discusiones que ha tenido conmigo en esta calle. Como nosotros no hemos llegado hasta las cinco... (inician en este punto una discusión hasta que detengo el proceso).

T.-Bueno, bueno, espere, ya me comentarán ustedes. O sea, que la idea primera de venir fue de ella, y tú estabas de acuerdo.

Luis-Sí, sí...

María.-Primero no, primero no.

T.-A ver...

María.- Juan nos lo propuso hará unos cinco meses, me lo propuso a mí. Entonces yo le dije:... tú se lo dices a Luis, y Luis a ver lo que dice. Pues él me dijo que no... entonces...

T.-¿Por qué le dijiste que no a ella?

Luis.-Porque no estaba bien enterado de esto hasta que no me lo explicaran. Y como yo no tengo conocimiento más que lo que ella me cuenta, que no me lo explicaba en condiciones, pues yo hasta que Juan y eso... ya me lo explicó, entonces yo le digo, sí, yo voy. Pero yo tenía que informarme yo bien, de por mí, porque ella me explicaba a mí algo...

T.-¿Y desde que te lo explicó hasta que te informaste, cuanto tiempo pasó?

María.-Cinco meses habrán pasado.

Luis.-No, no, pero a mí me informó hace tiempo.

María.-Bueno, pero...

Luis.-Sí, sí, pero pasarían un par de meses o cosa así.

María.-Sí, pero yo le he dicho a Juan que sí, que... Luis.-Porque yo, lo que pasa, que Juan, estaba un poco... yo estoy allí, porque yo continúo yendo allí, porque yo estoy ya dado de alta, ¿estamos?. Pero ahora continúo en ayuda de los otros. Yo estoy en... de ayuda a la terapia. Tengo dos a la semana que tengo que ir de ayuda. Entonces, yo continúo.... sigo yendo allí. Y además llevo las cosas de las guardias, llevo allí varias cosas... o sea que yo voy a continuar de todas formas, voy a continuar yendo.

T- Sí, haciendo un servicio.

Luis.- Haciendo un servicio. Hoy me tocaba hacerlo... dije que tenía que venir aquí... porque como estoy en ayuda, lo mismo me da un día que no...

En esta línea seguimos preguntando y agotando las ideas sobre las posibilidades de ayuda en nuestro Centro y sobre sus creencias por los motivos y expectativas de solucionar sus problemas. En estas primeras fases se trata de crear un clima de confianza, espontaneidad y servir como modelo de comunicación. En este sentido el entrevistador no debe ser intrusivo, debe ser respetuoso con el ritmo de los clientes y sobre todo estar atentos a las comunicaciones verbales y digitales que lanzan los miembros de la pareja. En este caso María se muestra como una "pobre niña asustada" pero a la vez está como "agazapada a punto de saltar sobre la presa en cuanto nota que es atacada". Luis aparece como un hombre inquieto, defendiendo su entrega al trabajo y su esfuerzo por cambiar. Sin embargo también nos da la imagen de "un buen padre de esta pobre señora", que incluso quería admitir el firmar el permiso de grabación sin leerlo. Este primer episodio de la "entrega disfuncional" de la esposa fue aprovechado para confrontarle. Por un lado le apoyamos su confianza en su marido, pero por otra le pedíamos que "fuera una persona adulta y responsable". En este sentido creemos que la psicoterapia de pareja, aunque sea utilizando el modelo del Equipo Reflexivo puede también aprovechar las secuencias que aparecen en la sesión para utilizar el ensayo conductual. No creemos que la utilización exclusiva de la reflexión produzca los mejores resultados, aunque, esto por supuesto tendremos que someterlo a investigación más detallada.

En este estilo de abrir diversos campos de reflexión, las preguntas tendrán una importancia muy relevante. En el siguiente ejemplo veremos cómo la pregunta sobre los intentos de solución nos trae informaciones muy ricas.

María.-No, él, a lo mejor tenemos una discusión fuerte, ¿no?, y él a los cinco minutos está durmiendo, y yo me llevo un montón de noches sin dormir. Yo me lío a pensar, a pensar...

T.-Si no hubieran venido ustedes aquí, ¿qué hubieran hecho?

María.-Yo no lo sé. Vamos, yo, vamos... Juan lo sabe, que yo estaba por.. separarnos... para lo que sea, porque es que yo ya no podía seguir así... A... un poco de tiempo separados, pero...

T.- ¿Qué habéis estado o...?

María.-No, que yo... se lo dije a Juan, digo, yo voy a intentar de separarnos o irme a vivir sola unos meses o algo. Algo tenía que intentar, porque yo así no podía seguir.

Tras estas primeras aperturas también dejamos que la pareja muestre su dinámica relacional cotidiana. En este sentido permitimos que se "peleen" durante un período considerable de la sesión. La observación de las secuencias nos permite tener mayor información sobre los estilos de comunicación, así como ir viendo la posibilidad de intervenir en el manejo de las secuencias. Tras estas discusiones introducimos la pregunta sobre cuál sería una buena solución o un buen resultado de la terapia. En este sentido utilizamos también la pregunta milagro que es sistemáticamente utilizada en el modelo de Terapia Breve de S. De Shazer (1992). Ya sea preguntando sobre las expectativas o con la pregunta milagro se consiguen los mismos resultados: evaluar la motivación para el cambio y sobre todo las ideas sobre los que les gustaría conseguir.

T.-Y, cuál sería una buena solución o un buen resultado... Es decir, imaginen ustedes que cuando se van, ocurre un milagro.

María.-¿Un milagro?

T.-Mientras duermen. Entonces no se van a enterar porque están durmiendo, pero cuando se levantan por la mañana, las cosas han cambiado. ¿En qué medida han cambiado? Para cada uno de ustedes, que sería distinto, ¿qué ocurre en ese milagro?

María.-Pues yo lo único que pido... lo único que pido es que nos llevemos bien.

T.-O sea que el milagro sería que a la mañana siguiente ustedes se llevaran bien...

María.-Nos lleváramos bien y no discutiéramos por nada...

T.-¿Y qué es llevaros bien?

María.-Pues eso, que no discutiéramos na...

T.-¿Y qué es no discutir por na?, porque...

María.-Pues no discutir... y yo no ponerme yo tan nerviosa como me pongo. Vamos, son cosas que a lo mejor esas discusiones a otra persona no le afectarían, pero a mi me afectan mucho.

T.-No discutir y no ponerse nerviosa. Lo que pasa es que eso es muy amplio ¿no?, tendrías que concretar un poco más... el milagro para que así haya más posibilidades de que ocurra, que no discutir... qué es, qué quieres decir...

María.-No tener discusiones por tonterías, vamos...

T.-No estar siempre a ver quien lleva la razón... María.-A ver quien lleva la razón.... a ver quien ...yo que sé, yo es que no me puedo explicar...

En esta línea seguimos durante un rato más de la entrevista ayudando a María a clarificar sus deseos de cambio y también le preguntamos sobre los motivos a los que atribuye sus dificultades.

T.-¿Cuál sería para ti Luis el milagro?

Luis.-El milagro sería ese...

T.-¿Cuál?

Luis.-Que no discutiéramos, pero que no me eche a mí todas las culpas, porque yo he tenido discusiones...

T.-Vamos, que te levantarás y... yo que sé... imagino que tu mujer te dijera: qué buen día hace, ¿no? y tú dijeras: sí, qué buen día hace, no. No que dijeras: no, está un poco nublado, no...

María.-Eso...

T.-Por ejemplo...

Luis.-Sí, sí, sí...

T.-O al revés, vamos, quiero decir ...

María.-Sí, al revés...

T.-Que no discutieran tanto, bien...

Luis.-Sí.

T.-¿Y qué más?

Luis.-¿Qué más?... Eso, de que yo quisiera de que eso... ella, como dice que yo discuto, que no me llevara la contra en todo lo que yo hablo, que me la lleva en todo, ¿eh?

En relación a las expectativas de cambio empleamos la mayor parte de la sesión. En la discusión sobre las ideas que cada uno tiene sobre el otro, los deseos de que cambie el otro y en el milagro que normalmente es él milagro de que cambie el otro, se aprecia la dinámica de la relación y la dificultad para oír los deseos y demandas del otro. Notamos prontamente la necesidad de esta pareja de detener la "producción" y favorecer la "reflexión". Creemos que son modelos de comunicación aprendidos. También observamos cómo las "luchas de poder" y los temas del género están muy presentes. Estas explicaciones nos servirán para traducir las comunicaciones a reflexiones creativas, aunque teniendo muy en cuenta el propio lenguaje de la pareja.

Tras estas primeras etapas indagamos con la pareja los temas de la familia de origen, que produjeron un tono distinto en la interacción. Creemos que estos temas, siempre que sean sacados por la pareja, que normalmente aparecen en algún episodio de la interacción, pueden utilizarse para que ambos miembros oigan un discurso distinto sobre la vida personal y distinta del marido o la mujer. En este sentido cuando la pareja habla de su familia de origen, el otro miembro escucha con mayor atención y respeta las expresiones con más facilidad.

Aproximadamente a los 45 minutos de entrevista les preguntamos por la posibilidad de oír las opiniones de los miembros del equipo.

T.-Bueno, si les parece, vamos a oír, qué opina el equipo. Después de hablar ellos... no podemos hablar con ellos. Ellos reflexionan durante cinco o diez minutos, y después nosotros reflexionamos sobre los que ellos han dicho... es un poco la dinámica.

Entra el Equipo que se suele situar en una esquina de la sala. Normalmente los tres miembros que suelen subir a la sala se colocan en un triángulo para reflexionar sobre lo oído tratando de no mirar al equipo de entrevista.

M1.-Yo, la sensación mientras he escuchado... que este tipo de discusiones, yo creo que llevan muchísimos años teniéndolas, ¿no?... da la sensación. Es lo que acabo de ver...

M2-Muchísimos...

M1.-Y que están como muy entrenados en decirse lo mismo, que pueden pasarse así otros... no sé... lo que les de la vida, ¿no? Muchos años más pueden estar así. Yo esa sensación, he escuchado...

M3.-No sé... A mí he ha dado un poco la sensación, un poco, que esta pareja parece que igual se divierte así, ¿no? No tanto divertirse, pero quizá es una forma de entretenimiento, ¿no? O quizás no saben entretenerse de otra manera, no. Tengo esa sensación.

M1.-Tú te acuerdas de la película esa que se llama "Volver a empezar". Pues yo, si a esta pareja no le... yo tuviera que ponerle un título a esta pareja, yo no le pondría el título "Volver a empezar", sino que le pondría un título distinto. Le pondría por ejemplo, empezar solamente, porque tengo la sensación de que nunca han empezado, ¿no?... porque han dicho un poquito atrás en su noviazgo y parece como que les cuesta rescatar cosas valiosas, ¿no?... de toda su vida juntos, ¿no? Y el juego parece que es un episodio de él y la dificultad para quedarse embarazada otro episodio. Pero claro, eso son pequeños episodios, o grandes episodios desagradables, pero parece uno, yendo hacia lejos en el tiempo de la pareja, como que es difícil rescatar cosas gratificantes, o les cuesta mucho. Entonces quizás, más que "Volver a empezar", no sería más bien ¿Empezar...?

M3.-Empezar...

M1.-No sé si será difícil, ¿no?... no tengo ni idea...

M2.-Cuando están aquí... ¿no?...

Sirva como ejemplo del proceso que realiza el Equipo cuando sube a reflexionar. Es importante destacar que cuando hablamos en la presesión tratamos de que los miembros del equipo no tengan muchos datos de la familia para que de esta forma puedan oír lo que realmente ocurre en ella. Las normas son mínimas, exceptuando y recalcando en los inicios la función del equipo, la necesidad de proponer dilemas creativos y no desvalorizar o criticar a los miembros de la familia. A pesar de estas ideas suele ocurrir con frecuencia que los sentimientos contratransferenciales de cada miembro del Equipo se pueden disparar y cuando reflexionan "proyectan" algunas de sus visiones más personales. Esto en el trabajo con el Equipo Reflexivo no es un problema, ya que tanto las parejas como el entrevistador pueden reflexionar sobre lo que han oído. Aunque en opinión del coordinador algunas reflexiones puedan ser muy directivas, desvalorizadoras o críticas de

la pareja, esto no tiene la mayor importancia pues es una visión más de la realidad. Las visiones de la realidad son variadas en muchos momentos y nos pueden parecer poco, acertadas, pero cada persona tiene la posibilidad de analizarlas y sobre todo, decidir cual escoger como una aportación útil al propio sistema de creencias o ideas. La actitud de búsqueda y comparación permite el desarrollo de la creatividad, no sólo a sistema de entrevista-clientes, sino también al sistema que observa en un primer momento. La presentación en forma de dilemas y metáforas de los mensajes colabora al diálogo con la familia. Conseguir que los miembros de la pareja disfruten desarrollando sus alternativas es un resultado exitoso desde esta metodología. En este sentido el Equipo Reflexivo puede ser un buen modelo de aprendizaje. La sorpresa ante lo inusual y creativo no sólo se produce en los clientes. Este sentido de descubrimiento permite al grupo aprender a construir. Al principio cuesta como también le cuesta a las parejas que están acostumbradas a repetir incansablemente formas disfuncionales de comunicación.

Lo que de verdad tiene importancia es no detener el proceso de diálogo. La pareja comenta las aportaciones del Equipo y nuestra labor es permitirles expresar sus reflexiones al hilo de las oídas. Por muy disparatada que pueda ser una visión de la realidad lo importante es tener la libertad de comentarla y sobre todo ser capaz de respetarla.

Como se aprecia en las intervenciones del Equipo en este caso, parece que muchas de las intervenciones están teñidas de cierto desaliento y podríamos decir que "crean más problemas de los que ya tiene la pareja". Esto ocurre con frecuencia y en nuestro trabajo diario con esta modalidad vemos cómo la actitud del Equipo Reflexivo es tan dispar al tipo de relaciones que cotidianamente establecemos en nuestro entorno que nos cuesta aportar sin introducir elementos de desánimo, crítica o juicios. Tal vez este sea uno de los valores más importantes de esta modalidad de trabajo. Es decir, a pesar de que las reflexiones no sean muy acertadas desde un punto de vista técnico, son puntos de vista de la realidad, que como todos no son los únicos. En ocasiones también el entrevistador puede mostrar que sus sentimientos contratransferenciales se le han escapado de las manos y muestra una actitud no muy terapéutica. En este caso, el Equipo puede reflexionar sobre la relación del Entrevistador y la Pareja durante la sesión. En este sentido la "supervisión en vivo" permite en un continua retroalimentación corregir y enriquecer las propias reflexiones.

A continuación destacamos algunos de los diálogos tras la intervención del Equipo.

T.-Bueno, ¿qué les sugiere o qué se les ocurre de las cosas que han oído?

Luis.-Yo... lo que he oído ahí, que ha dicho este señor... que... empezar... y yo, casi , casi le doy la razón.

T.-Tú sientes que tienes que empezar casi...

Luis.-Que tenemos ... que tengo que... yo por lo menos tengo que empezar. Ella, yo qué sé, eso ella que lo piense, pero yo tengo que empezar.

T.-¿Empezar desde cero o hay algo construido?. A mí se me ocurría cuando oía a Ignacio, es decir, y ¿qué les ha mantenido durante estos veintiocho años? Si tienen que empezar, algo les habrá mantenido, ¿no?

Luis.-Eso es...

T.-¿Qué creen ustedes que les ha mantenido?

Luis.-Pero vamos, empezar en forma... ¿cómo diría yo? Tratando de evitar discusiones y llevarnos lo mejor posible. Porque yo soy uno que no estoy dispuesto a separarme. Motivo: que yo he pasado mucho solo y no quiero quedarme solo, ¿estamos? Y, la verdad sea dicha, eso es lo que yo pienso, vamos. Que lo voy a intentar y que yo veré la forma que tiene ella de proceder.

T.-Tú no te quieres separar porque te quedarías solo, o ¿también por ella?

Luis.-Y por ella.

T.-Ah...

Luis.-Porque tampoco quisiera que se viera sola, ¿eh? Lo digo de todo corazón.

T. ¿Por protegerla o...?

Luis.-Por protegerla.

T.-¿A ti que te ha sugerido María?

María.-A mí eso que ha dicho esa chica de que nos gusta discutir, yo creo que no... yo lo paso muy mal...

Como podemos apreciar las reflexiones de los miembros del Equipo sirven para continuar el diálogo con la pareja y en muchas ocasiones para realizar nuevas aperturas y provocar preguntas no realizadas que pueden ser inusuales. El entrevistador tiene que estar atento a su propio proceso interactivo con la pareja y tratar de recordarles algunas de las reflexiones cuando éstas son muy significativas y las soslayan. De todas formas esto

ha de hacerse siempre teniendo en cuenta el momento y la oportunidad para que la pareja se beneficie y no que colabore a provocar mayores resistencias al cambio. En el último ejemplo señalado, el entrevistador preguntó a María por sus sentimientos ante la reflexión de una de las terapeutas en relación al disfrute con el estilo de relación. Ella pudo explicitar que le había molestado pues para ella no era nada agradable estar siempre discutiendo. En este punto el entrevistador le hace pensar sobre la variedad de opiniones dentro de equipo y que las suyas pueden serles más útiles en muchos momentos. Una idea básica es que la pareja y el equipo no tiene por qué dar explicaciones y tenerlo todo muy claro al abandonar la sesión. Precisamente en esta modalidad de trabajo los cambios se producen a través del tiempo de maduración de cada persona. Es frecuente que algunos clientes afirmen que no "entendieron nada y sin embargo a continuación hacen referencia a aspectos centrales de las reflexiones". En nuestra experiencia estamos comprobando que los cambios suelen aparecer en las sesiones siguientes y en la evaluación de los cambios que se producen en aspectos centrales de la vida diaria.

6. ALGUNAS VENTAJAS E INCONVENIENTES DEL TRABAJO CON EL EQUIPO REFLEXIVO

Las reacciones de la propia pareja cuando conocen la forma de trabajar es un buen indicador del impacto que produce esta modalidad de trabajo. Normalmente la mayoría de los clientes están acostumbrados y tienen la idea de que una persona les verá y dictaminará las soluciones a su caso.

Sin embargo, se encuentran con un grupo de personas que se presentan, van a estar en otra sala y tras oírles van a subir a devolverles su opinión. Esto impacta a la pareja, que escucha con muchísima atención las reflexiones del equipo. Lógicamente esta atención decrece cuando en la segunda o tercera entrevista son los mismos miembros y sobre todo cuando el Equipo está estancado en las aportaciones que puede realizar a una pareja. En la mayoría de los casos la atención e interés se mantiene y la viveza del intercambio es la mejor prueba de la potencia de la técnica. No nos cabe duda de que la idea del Equipo Reflexivo invierte los papeles tradicionales en la relación de ayuda. La idea de Equipo es llevada a sus últimas consecuencias, ya que un sistema es observado por otro sistema y estos dos puede ser observados por un tercero que permanece en la sala mientras los dos

primeros reflexionan. Todos estos subsistemas de observación suponen mayores garantías en el trabajo clínico. La supervisión se realiza en vivo y este sistema hace que los alumnos en formación o los profesionales que colaboran en la atención se sientan más seguros y sobre todo más integrados en un trabajo conjunto.

En mi opinión esta modalidad ofrece varias ventajas, pero destacaría dos esenciales: es un entrenamiento continuado en la "humildad terapéutica" en el sentido que los entrevistadores han de oír las conversaciones y no hacer lecturas previas fundamentadas más o menos certeramente en las teorías al uso, y por otro lado, permite un control de las intervenciones en el preciso momento en que se realizan. La presentación como diálogo hace que el poder de los terapeutas se reduzca a su creatividad. No sirve de nada una situación de poder adquirido por los títulos o la supuesta experiencia. En esta modalidad, podríamos decir que "vales lo que aportas". Si de verdad oyes los diálogos y eres capaz de aportar algo novedoso y creativo a las parejas que les permita abrir nuevos caminos, te sientes creativo y confortado. Si, por el contrario, vuelves a juzgar, incidir en la indefensión o el pesimismo o caer en los círculos repetitivos con los que llegan muchos clientes, entonces como miembro del Equipo te sientes incómodo, descontento. Así, pues, el poder del entrevistador y del Equipo está en ser "verdaderos observadores y científicos". La habilidad para preguntar y apoyar al mismo tiempo se aprende con mayor rapidez con este sistema. El disfrute de la interacción es mucho más elevado cuando sentimos que aportamos nuestra opinión y reflexión y estamos liberados de la "necesidad de cambiar a la gente". Aunque los clientes nos demandan mayor directividad esta técnica es muy adecuada para romper esas demandas que en muchas ocasiones son inconscientes. Los entrevistadores y el Equipo favorecen en menor medida las resistencias al cambio en cuanto que no están empeñados en señalar la dirección supuestamente correcta.

La familia o la pareja siente desde el primer momento que el tratamiento es cosa de ellos. En este sentido la implicación es más temprana. Las versiones; a veces contrapuestas de los miembros del Equipo, permiten una ampliación de la realidad.

Como entrenamiento para futuros terapeutas, la idea del Equipo Reflexivo permite ensayar sin tantos riesgos los procesos de ayuda. En este punto es importante destacar que el coordinador o responsable del Equipo sí ha de estar muy atento a las Reflexiones que puedan favorecer mayores resistencias. También es cierto que el ejercicio de "ser positivos", crear dilemas y ofrecer alternativas es a fin de cuentas la tarea más difícil para un terapeuta en sus primeros pasos.

Las tendencias a la actuación que se dan en los primeros momentos de aprendizaje pueden modelarse con facilidad a través de la tarea de grupo. El aprendizaje del respeto mutuo y de la valorización de las diversas opiniones llega a convertirse en el verdadero reto del trabajo cotidiano.

Como inconvenientes de esta modalidad son varios los puntos que merecen destacarse. En primer lugar, hemos de retomar la idea de que el Equipo Reflexivo es una modalidad sistémica de trabajo con parejas y por lo tanto el uso de técnicas diversas y dispares es frecuente. Las propias parejas y familias demandan intervenciones que a veces están en las antípodas de la idea central del Equipo Reflexivo. Sirvan de ejemplo las propuestas más estratégicas de Haley o las del modelo Estructural de Minuchin. Creemos que las técnicas han de adecuarse a los tipos diversos de clientes. En esta línea estamos muy de acuerdo con *Navarro y Beyebacz (1995)* cuando proponen programas diversos para distintos tipos de familias y contextos.

Nos parece que el Equipo Reflexivo no es una nueva panacea universal. Simplemente desarrolla propuestas que ya desde los años cincuenta había ofrecido Kelly desde el Constructivismo, más tarde Bateson desde las teorías de la Comunicación y otros muchos autores como Cecchin, Boscolo, Watzlawick y M. White, entre otros, que han integrado diversas perspectivas. Una de las cuestiones más polémicas en el uso de esta metodología está en la criticada "pasividad" del terapeuta constructivista radical que solo reflexiona y hace preguntas. En este sentido creemos que si solo se limita a reflexionar o hacer preguntas puede convertirse en un "procesador frío de la información". Nos parece que el Equipo Reflexivo debe combinar técnicas gestálticas y psicodramáticas, así como utilizar con frecuencia el Reflejo, Apoyo, y en ocasiones la Interpretación. Para nosotros lo importante es mantener la idea central que creemos mueve este trabajo: respeto y creatividad.

Otro aspecto que merece comentarse al trabajar con el Equipo Reflexivo es el de indefinición de los objetivos. A veces da la impresión de que los terapeutas dejan todo en manos de las opiniones y deseos de los clientes. Desde otros modelos se insiste en la idea de las resistencias y de la necesidad de emplear estrategias muy refinadas para conseguir el cambio, en la mayoría de las ocasiones sin que los propios clientes se percaten del proceso. En esta modalidad da la impresión de que "todo se le consulta a la familia". Nos queda la duda de si aún siendo más respetuoso el estilo de trabajo es más eficaz. Realmente faltan datos de investigación sobre esta modalidad de trabajo.

El elevado costo que supone tener un Equipo Reflexivo hace difícil que esta modalidad se desarrolle en los Servicios Públicos. Sin embargo creemos que en los Centros de Formación puede ser un instrumento muy útil. También podemos decir por nuestra experiencia, que el entrenamiento en el Equipo Reflexivo hace que incluso la forma de trabajar individualmente varíe en cuanto que un terapeuta puede "desdoblarse" con más facilidad y ser su "propio equipo reflexivo" si durante un tiempo se ha entrenado en hacer estos papeles.

Algunos expertos terapeutas de familia han afirmado que los defensores a ultranza del constructivismo en Terapia Familiar no ven familias de esquizofrénicos o familias muy disfuncionales. Podría ser que esta modalidad de trabajo sea más adecuada para parejas y familias con menor grado de deterioro. Es posible que las familias con niveles de disfuncionalidad elevado necesiten técnicas más directivas y estratégicas.

Como conclusión volvemos a destacar el gran impacto que esta modalidad produce en las parejas y sobre todo el cambio de actitud tan acentuado que se observa en los miembros del Equipo desde los primeros pasos en el entrenamiento con esta modalidad de trabajo.

BIBLIOGRAFIA

ANDERSEN, T. (1991). *The Reflecting Team. Dialogues and Dialogues about the Dialogues*. Norton & Company. N. York. (trad. espa.). El Equipo Reflexivo. Diálogos y Diálogos sobre los Diálogos. Gedisa. Barcelona. 1994.

ANDERSEN H. y GOOLISHAN, H. (1988). "Human systems and linguistic systems". *Family Process* 27 (1), 3-12.

ÁVILA, A. y POCH J. (1994) (Comps). *Manual de Técnicas de Psicoterapia. Un enfoque psicoanalítico*. Siglo Veintiuno Editores. Madrid.

BANDURA, A. (1985). "Modelo de causalidad en la teoría del aprendizaje social". En Mahoney, M. y Freeman, A. *Cognición y Psicoterapia*. Paidós. Barcelona. pp. 103-123.

BATESON, G. (1979). *Mind and nature: a necessary unity*. Bantam. N. York.

BOWEN, M. (1991). *Del individuo a la familia*. Paidós. Barcelona. CARO, I. (1993) (Comps.). *Psicoterapia e Investigación de Procesos*. Promolibro. Valencia.

CECCHIN, G. (1987). "Hypothesizing, circularity, and neutrality revisited: An invitation to curiosity". *Family Process*, 26, 405-413.

De SHAZER, S. (1992). *Claves en Psicoterapia Breve*. Gedisa. Barcelona. FEIXAS, G. y VILLEGAS, M. (1990). *Constructivismo y Psicoterapia*. PPU. Barcelona.

FEIXAS F. y MIRO M. T. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia*. Paidós. Barcelona.

GARRIDO, F. M.; COBO, C. y PRAENA, C. (1993). "Formación y Supervisión de la Terapia de Pareja en un Centro de Orientación Familiar". en De Paz y Garrido (eds). *Formación de la Pareja*. Universidad Pontificia de Salamanca. pp. 249-251.

GARRIDO, R. M. y GARCÍA M. J. (comps.). (1994). *Psicoterapia. Modelos Cotemporáneos y Aplicaciones*. Promolibro. Valencia.

GERGEN, K. J. (1985). "The social constructionist movement in modern psychology". *American Psychologist*, 40 (3), 266-275. HALEY, J. (1976). *Problem-solving therapy: New strategies for effective family therapy*. San Francisco: Jossey-Bass. (trad. cast. *Terapia para resolver problemas*. Amorrortu. Buenos Aires. 1980).

HOFFMAN, L. (1988). "A constructivist position for family therapy", *Irish Journal of Psychology*, 9 (1), 110-129.

KEENEY, B. P. (1991). *La estética del cambio*. Paidós. Barcelona.

MATURANA, H. R. (1978). *The biology of language: The epistemology of reality*. En G. Miller y E. H. Lenneberg (Comps). *Psychology and Biology of Language and Thought*. Nueva York Academic Press.

MATURANA, H. R. y VARELA, R. J. (1987). *El árbol de conocimiento*. Debate. Madrid.

NAVARRO, G. J. y BEYEBACH, M. (1995) (Comps.). *Avances en Terapia Familiar Sistémica*. Paidós. Barcelona.

RODRÍGUEZ M. A. y BEYEBACH, M. (1994). "La terapia sistémica como marco para generar nuevos relatos con las familias", en *La familia en un mundo cambiante*. D. Borobio (ed). Universidad Pontificia. pp. 365-386. Salamanca.

SLUZKI, C. (1992). "Transformations: A blueprint for narrative changes in therapy", *Family Process*, 31, 217-230.

STIERLIN, H. (1977). *Psychoanalysis and Family Therapy*. J. Aronson. New York. U

STRONC, R. S. y CLAIBORN, D. CH. (1985). *El cambio a través de la interacción*. DDB. Bilbao.

TOÍMLVL, K. (1987). "Interventive interviewing: Part II. Reflective questioning as a mean to enable self-healing", *Family Process*, 26, 167-183.

VELLA, Ch. (1983). *Los centros de Orientación Familiar*. Universidad Pontificia de Salamanca. Salamanca.

VILLAMARZO-F. P. (1987). *Cursos Sistemáticos de Formación Psicoanalítica. Vol. I. y Vol. I.* (1989). Marova. Madrid.

WHITE, M. y EPSTON, D. (19V93). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Paidós. Barcelona.

WATZLAWICK, P. y otros. (1993). *La realidad inventada*. Gedisa. Barcelona.

WATZLAWICK, P. (1995). *El sinsentido del sentido o el sentido del sinsentido*. Herder. Barcelona.

WYTHNE, C. L. (10985). *The state of the art in Family Therapy Research: controversies and recommendations*. Family Process Press. New York.