

## REUNIÓN NACIONAL DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PSICODRAMA

Sevilla 26, 27 y 28 de Marzo 1997

### PSICODRAMA, UNA PROPUESTA DE FUTURO

#### RITUALES DE FINALIZACIÓN EN PSICOTERAPIA. JUEGO RELACIONAL Y TIEMPO DE CAMBIO. Ed. Padilla. Sevilla. 1997

Autores: **Miguel Garrido Fernández, Pedro Jaén Rincón, María Isabel Moyano Salado y Ángel Martínez Viejo.**<sup>1</sup>

*Master de Psicoterapia Relacional. Departamento de Psiquiatría, Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Universidad de Sevilla.*

#### RESUMEN:

---

1

Queremos agradecer el trabajo realizado por el Equipo Reflexivo de la Escuela Superior de Ciencias de la Familia de Sevilla en el que participaron Ignacio Fernández-Santos Ortiz, Catalina Cobo Molina, Pablo García-Cubillana y Asunción Praena Hidalgo. Así mismo queremos también agradecer las aportaciones y el apoyo de los alumnos del Master de Psicoterapia Relacional que participaron en el seguimiento y supervisión de varios de los casos en los que se utilizó el ritual descrito.

*Miguel Garrido Fernández.* Psicólogo. Terapeuta Familiar. Director del Master de Psicoterapia Relacional. Departamento de Psiquiatría, Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Universidad de Sevilla.

*Pedro Jaén Rincón.* Psicólogo. ASEJER. Sevilla. Profesor invitado en el Master de Psicoterapia Relacional.

*María Isabel Moyano Salado.* Psicóloga. Master de Psicoterapia Relacional.

*Angel Martínez Viejo.* Psicólogo. Master de Psicoterapia Relacional

En este trabajo se revisan algunos presupuestos de la terminación del proceso terapéutico en las diversas modalidades de tratamiento, haciendo especial hincapié en el tratamiento sistémico constructivista centrado en la familia y la pareja.

Presentamos el “ritual del fuego y de la quema de ideas irracionales” como un ejemplo práctico para facilitar la conclusión de los tratamientos con parejas. El enfoque sistémico-constructivista es deudor de las técnicas psicodramáticas, transaccionalistas y en cierta medida en el terreno de la terminación de los tratamientos de los enfoques de la psicoterapia dinámica breve. El ritual como forma facilitadora de la terminación ejerce un potente efecto transformador de la dinámica relacional. Los juegos relacionales en el contexto del tiempo pueden encontrar un espacio con el empleo del fuego como elemento simbólico, transformador y liquidador de los elementos perniciosos para las relaciones. El fuego sugiere el deseo de cambiar, de empujar la vida hasta su término (Bachelard, 1992). Como afirma Whitaker (1992), en la fase de terminación se da un proceso de “repetición” de la experiencia que todos han compartido. El ritual se convierte en una forma de rememoración. Los rituales familiares como acción están más próximos al código analógico que el digital (Palazzoli, 1991). La potencia simbólica del fuego unida a los importantes elementos que aparecen en la terminación de todo tratamiento nos permitirán analizar un caso en el que se empleó el ritual de la quema de ideas irracionales. El esfuerzo por detectar aquellos pensamientos, ideas y sentimientos poco funcionales a lo largo de proceso terapéutico termina con la quema y expresión de aquellas ideas, sentimientos y deseos más funcionales y que tienen posibilidad de encontrar un espacio en la pareja.

### 1. La terminación del tratamiento psicoterapéutico: arte y/o ciencia del cambio.

En el campo de las psicoterapias encontramos posturas muy dispares en cuanto a la terminación de los tratamientos. Por una parte en los tratamientos prolongados encontramos una última etapa, que puede ser de años en la que el paciente a través de la elaboración y por medio del trabajo fino del analista va liquidando la transferencia y trabajando cada vez más con aspectos de la realidad (Coderch, 1995). El profesor Villamarzo (1995, 73) destaca algunos signos precursores o indicadores del “final del análisis” y de signos directos (*cuadros 1 y 2*).

1. Habitual capacidad de autoanálisis	adro 1. precursores	Cu Signos
<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Se imagina curado</li> <li>3. Comienza espontáneamente a hacer balance</li> <li>4. Recupera cosas buenas de su infancia</li> <li>5. Convicción de no volver atrás</li> <li>6. Sueños o fantasías de nacimiento</li> <li>7. Comienza a hablar de separación</li> </ol>		

(Villamarzo-F, P. 1995)

En general en los tratamientos de orientación psicoanalítica se da mucha importancia al trabajo con las ideas y sentimientos que van apareciendo en la fase de terminación. Tanto en los modelos prolongados como en la psicoterapia dinámica breve, la separación del terapeuta se convertirá en un modelo de afrontamiento de futuras separaciones en la vida del paciente. *Maholick y Turner (1979, 584)*, vieron la terminación de la terapia como “la recapitulación de múltiples adioses en la vida” y al mismo tiempo, como “la preparación para ser capaz de manejar más adecuadamente los adioses futuros”.

El mismo Freud en su conocida obra, *Análisis terminable e interminable*” (1937) nos alertaba del problema de una “curación total de los pacientes”. Freud consideraba al igual que otros muchos analistas posteriores que el proceso de terminación de la terapia empezaba en la primera sesión. Sin embargo en muchas ocasiones se han cometido estos excesos de los que ya nos alertaba el propio Freud. Tanto el analista como el analizado pueden temer el final del tratamiento y alargarlo con múltiples “excusas”, “racionalizaciones” o “beneficios secundarios-primarios”.

Villamarzo resume en varios puntos los indicadores directos de la finalización del tratamiento. Sin entrar en la discusión de cada aspecto, tema este que escapa al objetivo de nuestro estudio, si nos parece importante destacar la estrecha relación entre los objetivos y expectativas del terapeuta con los indicios que propone para la terminación, dato este que se repetirá en la mayoría de los modelos que analizaremos a continuación.

Cuadro 2. **Indicadores directos**

1. Permanente ausencia de síntomas
------------------------------------

2. Adecuada desaparición de signos de transferencia
3. Óptima reducción de la envidia experimentada en la capacidad de recibir gozosamente
4. Neta distinción entre fantasía y realidad
5. Adecuada reducción de núcleos depresivos mediante el desarrollo de su capacidad de duelo
6. Óptima recuperación de una adecuada capacidad de autovaloración narcisística
7. Relaciones objetales postambivalentes
8. Amar y trabajar gozosamente
9. Hombre: Aceptación de la necesidad de dependencia frente al hombre.

(Villamarzo 1995, 74-75)

En líneas generales, hemos observado que en algunos tratamientos la finalización está muy estructurada e incluso medida temporalmente hablando, mientras que en otros podríamos decir que está indefinida o incluso no se tiene en cuenta.

El estudio de la terminación de los tratamientos es materia en algunos modelos, mientras que en otros pareciera que este tema no tiene relevancia. Entendemos que la terminación en muchos modelos consiste simplemente en la desaparición de los síntomas y la satisfacción del cliente o usuario. En esta línea podríamos englobar la mayoría de las Psicoterapias Sistémicas Breves (*De Shazer, 1992*).

Uno de las obras clásicas en terapia familiar, “Técnicas de Terapia Familiar” de S. Minuchin (1981) no dedica ningún capítulo a la terminación del proceso terapéutico. Sin embargo está lleno de estrategias y posibilidades de cambio para la familia y sus relaciones. El desequilibramiento, la alianza alternante y el trabajo intensivo con los lados fuertes de las familias supone que el terapeuta terminará las sesiones de mutuo acuerdo con los miembros de la misma y no tiene una especial preocupación por la preparación de las despedidas.

Sin embargo autores que comparten algunos presupuestos dinámicos o simbólico-experienciales como C. Whitaker, señalan en mayor medida la importancia de cuidar y trabajar con los fenómenos que aparecen en la terminación de la psicoterapia. *Whitaker (1992)* ve en la finalización de la terapia una “repetición de la experiencia-visión compartida”. Para este autor, como para casi todos los terapeutas es imprescindible “restituir el poder al paciente”, de modo que sea éste quien controle su propia vida y disfrute de sus progresos. Desde modelos más experimentales como el de *Epstein y Bishop (1988)* se prepara la terminación con un resumen de lo que ocurrió durante el tratamiento, de lo que aprendieron, con la idea de recalcar lo nuevo y positivo que aprendieron.

En Psicoterapia Dinámica Breve se realizó un gran esfuerzo por limitar el tiempo del tratamiento y en prácticamente todas sus variantes se trabaja de forma delimitada e intensa la separación del paciente-terapeuta como un aspecto central (*Malan, 1963; Mann, 1973; Davanloo, 1978*). Los temas centrales que tratará *Mann (1973)*: independencia versus dependencia, actividad versus pasividad, autoestima adecuada versus autoestima disminuida y duelo no resuelto o diferido, suponen que la terminación se constituye en un foco primordial para el éxito de este tratamiento. Para Mann cada uno de estos conflictos básicos universales expresan la tolerancia para la pérdida del objeto. En esta línea, la pérdida del terapeuta al final del tratamiento puede ser relacionada con las pérdidas pasadas y actuales de forma que aumenten el insight del paciente y su capacidad para tolerar el sufrimiento y las pérdidas futuras. Este es quizás el modelo terapéutico que con mayor énfasis ha trabajado con los contenidos de la terminación del proceso terapéutico. El autor denomina a su terapia como empática, existencial y psicoanalítica. La separación como fenómenos humano universal será aprovechado para fortificar las cualidades del paciente para afrontar los sentimientos asociados. De una otra forma, estos autores han jugado con la limitación de tiempo en psicoterapia dinámica breve como un elemento importante para analizar las transferencias del paciente hacia el analista y permitir en poco tiempo cambios importantes.

La capacidad para afrontar las cuatro metas existenciales: los desafíos de la muerte, la libertad, el aislamiento y la falta de sentido, son en palabras de *Yalom (1984)* las metas de la psicoterapia.

Las propuestas de Ellis y Dryden resumidas por *Kleinke (1995)* recogidas en el cuadro 3, nos permiten ver cómo la mayoría de los autores coinciden en aspectos relevantes de la preparación para la finalización de los tratamientos.

**Cuadro 3.**  
**Criterios de salud psicológica para la terminación en psicoterapia**

2. <del>Intero-intens</del>
3. Autodirección
4. Alta tolerancia a la frustración
5. Flexibilidad
6. Aceptar la incertidumbre
7. Comprometerse a logros creativos
8. Pensamiento científico
9. Autoaceptación
10. Asumir riesgos
11. Hedonismos a largo plazo
12. No utopismo
13. Autoresponsabilidad

(Ellis y Dryden, 1987; cit. en Kleinke 1995)

La solución de problemas o los cambios de carácter suponen estrategias y técnicas diversas, así como tiempos distintos. Sin embargo hasta en los modelos más cercanos a los enfoques cognitivos-conductuales y en los estratégicos podemos apreciar cierta idea común acerca de la terminación.

“El último encuentro en la terapia estratégica tiene por objeto consolidar la autonomía de la pareja tratada, para ello, recapitulan todo el proceso terapéutico con el fin de “que el sujeto alcance una autonomía personal completa, en la convicción de que esta última requiere, para consolidarse, la conciencia de que la realidad psíquica se ha cambiado gracias a una intervención sistemática” (Nardone y Watzlawick, 1996, 111).

Estos mismos autores hablarán de que hay que poner de relieve la capacidad que ha demostrado el sujeto al realizar con constancia y tenacidad el duro trabajo que ha exigido la solución del problema, y la capacidad que ha adquirido de superar por sí solo, ahora, otros problemas eventuales. Ellos hablan de una sugestión positiva para el futuro.

Las relaciones de los trabajado en la terapia con hechos del pasado, del presente y la prevención hacia el futuro será un tema de casi todos los modelos terapéuticos en la fase de terminación. Como dice *Kesselman (1977)*, “el esquema básico consistirá fundamentalmente en la reconstrucción histórica que permita comprender el presente en torno a lo visto y a las posibilidades reales, la confección de un proyecto futuro inmediato y mediato”.

No cabe duda de que todos los modelos coinciden en la necesidad de “reforzar” los logros conseguidos a través de la terapia y permitir una estabilidad futura, así como el uso de los recursos aprendidos de forma generalizada en otras situaciones.

*Virgina Satir (1980)* con su acostumbrada claridad y capacidad de síntesis, es de las autoras que desde su modelo experiencial nos ofrece un cuadro más interesante sobre los criterios de terminación de los tratamientos familiares (*cuadro 4*).

Cuadro 4.

**El tratamiento se ha completado:**

\* Cuando cada miembro de la familia ha podido completar las transacciones, verificar con los demás que se han cumplido.

\* Cuando pueden ver cómo ellos se ven a sí mismos

\* Cuando un miembro de la familia puede decirle a otro cómo ese miembro manifiesta su personalidad.

\* Cuando un miembro de la familia puede decirle a otro lo que espera, lo que teme y lo que desea de él.

\* Cuando los miembros de la familia pueden estar en desacuerdo

\* Cuando los miembros de la familia pueden elegir entre varias posibilidades

\* Cuando pueden aprender a través de la práctica

\* Cuando pueden liberarse de los efectos dañinos de los modelos pasados

\* cuando pueden enviar un mensaje claro, es decir, cuando pueden ser congruentes en su conducta, con un mínimo de diferencia entre los sentimientos y la comunicación, y con un mínimo de mensajes escondidos.

“En resumen, el tratamiento se ha completado cuando todos los que participan en la psicoterapia pueden usar el pronombre personal “Yo”, seguido de un verbo activo y de un complemento directo”

*(Elaborado a partir de Sarir, V. 1981, p. 200-201).*

Aquellos modelos terapéuticos que trabajan con la creación de una alianza o encuentro hablan del trabajo del duelo o separación en la terminación del tratamiento. En algunos modelos de psicoterapia sistémica breve centrado en soluciones podríamos decir que se trata de no “favorecer el encuentro”, al menos más allá de lo que supone un acuerdo consciente y tácito para trabajar por la resolución de problemas muy concretos.

De una u otra forma tanto el terapeuta como el cliente/los clientes deben anhelar el proceso de decirse adiós como una experiencia importante de su trabajo conjunto (Kleinke, 1995).

Nuestro trabajo relaciona dos temas de importante vigencia en el campo de la psicoterapia: la terminación de los tratamientos y el uso de rituales para favorecer la despedida y el cambio. El empleo psicodramático de juegos permite “terminar el viaje... el final del grupo es el final de un viaje común...” (Población 1997, 252). En esta etapa tan importante para consolidar los cambios, los miembros del grupo recuerdan las experiencias que fueron importantes, lo que más les influyó, los que les ayudaron, los amigos que hicieron y se hacen proyectos o se despiden para siempre. Un conjunto de juegos planificados pueden facilitar el tratamiento de la separación con el objetivo de que los integrantes del grupo puedan recobrar aquellos aspectos positivos de la relación y disfrutar de la experiencia compartida, así como la planificación de un futuro fuera del grupo.

En líneas generales veremos como el “ritual de la quema de ideas irracionales” al final de la terapia de pareja puede ser una forma de concluir el tratamiento. El trabajo con los mitos, ideas, esquemas o ideas irracionales de la pareja durante un tratamiento sistémico constructivista podría finalizarse con este ritual que recopila aquello que desagrada a cada miembro de la pareja y prefieren que quede en el olvido o sea destruido. Al mismo tiempo aprovechamos este momento para reforzar los aspectos que desean conservar o favorecer en su vida fuera de la terapia.

## 2. Rituales de Finalización en Psicoterapia. Tiempo y Juego Relacional.

Como afirma *Crocker (1973, 47)*, “el ritual es una expresión en términos metafóricos de las paradojas de la existencia”. El rito (del lat. ritus), como *costumbre o ceremonia es un conjunto de reglas establecidas para el culto o ceremonias religiosas (RAE, 1992)*. La ritualidad es la observancia de las formalidades prescritas para hacer alguna cosa. Y el ritual vendría a ser el conjunto de ritos de una religión o una iglesia.

En Psicoterapia, *Roberts (1991)* considera que un ritual comprende un conjunto de actos y/o interacciones simbólicas más o menos estructuradas, que no se restringen únicamente a la ceremonia de realización, sino que incluye el proceso completo de preparación, la experiencia misma de ejecución y la reintegración posterior a la vida cotidiana.

Para *Selvini Palazzoli (1974, 238)*, el ritual es “toda acción o serie de acciones acompañadas de fórmulas verbales y en las que interviene la familia en su conjunto. Como todo ritual, debe consistir en una secuencia regular de pasos dados en el momento oportuno y en el lugar adecuado”.

Para *Eliade (1949)* el hombre primitivo encontraba su propia realidad sólo fuera del tiempo, en acto sagrado del rito, que reactivaba y reactualizaba el arquetipo inmutable. Esta autora cree que sólo en el ritual, que va marcando los momentos significativos de su vida, el hombre es realmente él mismo, mientras que el tiempo del devenir está vacío de contenido.

El tiempo en psicoterapia ha sido desde siempre un tema recurrente. La duración y periodicidad de las sesiones, la duración del tratamiento, el tiempo de la mejoría y de la estabilidad de los cambios. Todos los psicoterapeutas han tratado de una forma u otra de poner límites al tiempo del cambio y también, por supuesto, a las “supuestas resistencias, sean estas internas o externas”.

Como afirman *Boscolo y Bertrando (1996, 202)*, “la primera función del ritual respecto del tiempo es, por tanto, la creación de un tiempo suspendido. Durante el ritual se suspende el tiempo, y los participantes están fuera del curso cotidiano del tiempo. El objetivo de ese “tiempo suspendido”, según los autores, es la reorganización de la temporalidad de los participantes.

Recuperar el tiempo perdido dentro del tiempo terapéutico es una de las paradojas de nuestra labor como psicoterapeutas. El tiempo suspendido ha de caminar hacia un “tiempo vivenciado como móvil y enriquecido”.

La psicoterapia ha sido descrita en muchas ocasiones como un “proceso ritual” en el que los tiempos marcados permiten cambios y estabilidad partiendo de la disfuncionalidad. Normalmente el tratamiento de la pareja o de la familia tiene lugar en espacio especial, en salas separadas y con una parafernalia característica en la que los espejos y las cámaras suponen un nuevo entrenamiento (*Roberts, 1988*).

“Los ritos de pasaje funcionan para facilitar que los individuos modifiquen sus relaciones sociales de un modo culturalmente adecuado, mientras que la conducta sintomática funciona para legitimar el fracaso de los cambios culturalmente adecuados en el ciclo vital” (*Schartzman, 1982*).

Este autor habla de tres etapas en la terapia como ritual:

1ª Etapa: Separación: Encuadres

2ª Etapa: Liminal o de separación: Experimentación

3ª Etapa: Reagrupación: reconexión.

Entendemos que la psicoterapia como juego relacional (*Población 1997*) y el uso que hacemos del tiempo durante y tras la misma, puede ejercer un efecto muy relevante de cara al cambio y la prevención. La conjunción de las propuestas sistémicas con elementos psicodramáticos no es nueva en el ámbito del tratamiento familiar (*López y Población 1997; Rojas, 1997*). A continuación destacamos algunos hitos que hemos extraído de nuestra práctica clínica (cuadro 5). con respecto al uso del tiempo que pueden hacer tanto los clientes como los terapeutas:

Cuadro 5.  
**Tiempo de  
Juego- Juego  
con el Tiempo**

Detener el tiempo
Intensificar el tiempo Reactualizar el pasado Reconstruir el pasado Hacer presente el futuro Desplazar el pasado hacia el futuro Vivir sin pasado Vivir sin presente Vivir para el futuro Vivir en el pasado Jugar a robar tiempo Jugar a poner tiempo No tener tiempo para jugar Matar el tiempo Tiempos para matar La inmortalidad del tiempo Vivir sin tiempo Ser y tiempo en los otros
<b>PARADOJAS DE LA EXISTENCIA HUMANA: HABLAR DEL TIEMPO EN EL TIEMPO- EL PODER DE CONTROLAR EL TIEMPO DE LOS OTROS.</b>

A continuación en el cuadro proponemos la relación de la psicoterapia y la disponibilidad de tiempo como factor relevante para el cambio. En este marco nos parece que el tema de la terminación y el uso de rituales puede entenderse como aspecto clave de la interacción psicoterapeuta/clientes. El contrato temporal va a delimitar la relación, los objetivos y la forma de despedida. Por este motivo nos parece que la preparación de la misma o la no preparación no son elementos que deban ocurrir al azar.

Desde nuestro punto de vista tanto la “despedida”, como la “no despedida” son comunicación. En muchas ocasiones el tratamiento se convierte en una “despedida interminable”, en otras, “es una despedida prematura”, y en ocasiones “no existe la despedida”.

(cuadro 6).

Psicoterapias Breves- Psicoterapias Medias- Psicoterapias Prolongadas

Pacientes con tiempo y paciencia- Pacientes con prisas Terapeutas rápidos- Terapeutas lentos El tiempo de la terapia- El tiempo de la mejoría- El tiempo de la recaída Rituales Terapéuticos y Tiempos Personales Disponibilidad horaria y rituales terapéuticos El paciente y el terapeuta de las mil horas Tiempos para el cambio- Tiempos para el consuelo Tiempos del supervisor- Tiempos del aprendiz Tiempos acordados y tiempos impuestos Ritual de Encuentro- Ritual de Despedida
--

Cuadro 6. **Psicoterapeutas y disponibilidad de tiempo**

El terapeuta y los clientes tienen la posibilidad de acordar la distribución y uso del tiempo. Los “tiempos del tiempo” como lo han denominado Boscolo y Bertrando requiere de nosotros como terapeutas una planificación y justificación de la utilización del mismo. Por una parte, encontramos las exigencias de las instituciones referidas al menor coste en el menor tiempo posible que conducen a las “terapias más breves y centradas en soluciones posibles” y por otra, el deseo de profundidad, disfrute y ampliación de objetivos de los terapeutas y en ocasiones de los clientes. Lo que se olvida en muchas ocasiones es que nuestra labor es dar la máxima ayuda en el menor tiempo posible y sobre todo evitar “sufrimientos innecesarios”, además de tratar de que el paciente pueda integrarse y vivir en su mundo externo cuanto antes. Los rituales pueden ayudar a que tanto el cliente como el terapeuta puedan acordar despedirse de una forma

menos “exigente”, menos “culpabilizadora” y sobre todo, que ambos puedan terminar con una sensación de éxito y apertura hacia el futuro.

El resumen que realizó Ochoa de Alda (1995, 82) acerca de las funciones de los rituales nos parece de suma utilidad como síntesis del poder de los rituales en psicoterapia.

Cuadro 7.

<b>FUNCIONES DE LOS RITUALES</b>
1. Regulan el funcionamiento social y familiar, y permiten una evolución poco conflictiva
2. Transmiten la cultura, los valores y normas de una generación a otra en grupos y familias
3. Coordinan el pasado, presente y futuro social y familiar
4. Señalan y respaldan las transmisiones del ciclo vital
5. Aportan significados polivalentes a las conductas, cogniciones y afectos. Evocan emociones intensas que unen en una misma experiencia fenómenos diversos. Abarcan simultáneamente distintas dimensiones sensoriales y cognitivas del significado.
6. Engloban al mismo tiempo los dos aspectos de una contradicción.
7. Proporcionan apoyo y contención a emociones y sentimientos
8. Alteran los estados de conciencia de los participantes

(Ochoa de Alda, I. 1995, 82)

Para *Boscolo y Bertrando (1996)* el ritual hace que el individuo o la familia se comporten de una determinada manera, que es distinta a las conductas actuales, que han producido sufrimiento y han provocado problemas. Siguiendo las aportaciones de estos autores podríamos destacar el hecho de que el ritual pone a todos los miembros de la familia en el mismo plano al realizarlo. Al mismo tiempo favorece la armonización de tiempos individuales y colectivos. Actúa eminentemente en los procesos y se convierte en una potente experiencia emocional. Cuando se trabaja con grupos amplios de padres la realización de rituales acrecienta el poder de transformación y aumentan los aspectos emotivos e inconscientes. El hacer algo y no solo pensar, a través de símbolos, permite establecer un orden que crea al mismo tiempo un estado mental de atención.

### 3. El fuego como elemento terapéutico.

Los rituales de fuego son fenómenos extendidos universalmente. Muchos ritos agrarios y ganaderos utilizan el fuego como un elemento básico. Los ritos de purificación por el fuego, característicos de culturas agrarias son generalmente ritos de pasaje (*Cirlot 1997*). Normalmente estos ritos suelen servir para mantener libre de percances a las cosechas y el ganado. Por ejemplo en Berry (centro de Francia) se encendían hogueras cuando el sol se ponía. Los hombres de su población, con antorchas de paja, flameaban las ramas de los árboles frutales, y las mujeres y los niños ataban fajas de paja de trigo alrededor de los troncos. Se suponía que dicha actividad con las antorchas evitaba futuras plagas, mientras que las fajas de paja hacían más fructíferos los árboles (*Frazer, 1979, 701-705*). También los ritos ganaderos consistían en pasar el ganado por el fuego con los mismos propósitos preventivos.

La idea de establecer un “ritual de quema de ideas irracionales” tiene pues una larga tradición en el sentir colectivo. La magia del fuego que elimina, regenera, construye y destruye, supone un vínculo relacional de gran significado cultural.

Como recoge *Filgueira M. (1997, 36)*, “la convivencia en medio de la adversidad dominante es posible gracias a la ritualización de las ayudas mutuas que todos los meses del año sirven para enlazar a los vecinos. Refiriéndose a las hogueras que se encienden en Galicia en la víspera de San Juan, los vecinos tratan de proteger las casas y el vecindario contra las brujas, símbolo del mal que proviene del exterior, y también sirve este ritual para agrupar místicamente a todos los que se encuentran separados en la primacía moral de la vecindad frente a la autarquía de la casa.

En las fiestas del solsticio de verano, conocidas en el mundo cristiano como Hogueras de la víspera de San Juan el fuego es el elemento principal. Como nos recuerda *Frazer (1979)* en el siglo XVI, en los pueblos y ciudades de Alemania la gente arrojaba guirnalda al fuego diciendo: “Que toda la mala suerte me deje y se queme aquí con esto”. Si no se hacían las ceremonias de San Juan “los rebaños serían atacados de modorra y de convulsiones y estaría inquietos en los establos. Hasta en tiempos recientes, en Grecia las mujeres saltan por encima del fuego gritando: “Dejo mis pecados detrás de mí”. También se ponen a los enfermos en contacto con las hogueras para su restablecimiento.

También destaca *Fraser*, como existían los “fuegos de auxilio”. Estos los realizaban los campesinos en muchas partes de Europa y eran rituales de fuego a intervalos irregulares, en épocas de angustias y calamidades, sobre todo cuando los rebaños eran atacados por enfermedades epidémicas. Era un ritual de carácter curativo y previsor. Los rituales de fuego servían para prevenir patologías médicas, como males de ojo, dolor de riñones o calenturas (*Frazer, 1997, 704*).

Es importante destacar como con el fuego se quema lo “negativo”, “la bruja”, “el maligno sembrador”, “la muerte”, a “Judas”. En resumen se trata de quemar todas las influencias dañinas, ya sean estas concebidas de forma individualizada como brujas, demonios o monstruos, ya en forma imprecisa, a modo de impregnación corruptora del aire.

Nos parece importante de las descripciones antropológicas y culturales sobre los rituales de fuego como el objetivo final del mismo está en tratar de imitar en la tierra el gran manantial de luz y calor del cielo como nos recuerda *Frazer*. Parece ser que la “fuerza mágica tiene efecto por medio de la imitación o simpatía (atracción simpatética). Al imitar el resultado que se desea se producirá en la realidad. El fuego, al igual que el sol, tienen un efecto estimulante y creador.

Los elementos paradójicos del uso del fuego son muy notorios. Por un lado es símbolo de destrucción y por otro, su calor, luz y potencia son símbolos de purificación y creación.

El ritual del fuego supone poner fin a las formas ya existentes que están gastadas por su

propia duración y se pretende que den lugar al nacimiento de nuevas formas. Como afirma *Bachelard (1966, 1992)*, “el fuego sugiere el deseo de cambiar, de empujar la vida hasta su término, hasta su más allá (...). La destrucción es algo más que un cambio: es una renovación”.

Heráclito consideraba el fuego como agente de transformación. Todas las cosas nacen del fuego y al él vuelven. Se convierte de esta forma en un “mediador entre formas de desaparición y formas en creación” (*Chevalier, 1991*). Generalmente sólo los cambios por el fuego son cambios profundos, definitivos (*Bachelard, 1992*).

Como nos describe *Cirlot (1997, 514)* el isomorfismo del fuego se aproxima al del pájaro, símbolo uránico. Se comprenderá entonces, afirma este autor, que el fuego sea la mejor imagen de Dios, la menos imperfecta de sus representaciones. Su uso es frecuente en la simbólica teológica. El mito de Prometeo (*Vernant 1991, 58*) atestigua el origen divino del fuego. Este distingue a los hombres de las bestias, siendo el elemento que caracteriza a la civilización. De todos los animales sólo los hombres comparten con los dioses la posesión del fuego.

*Bachelard (1992, 121)* cree que “como sustancia, el fuego está comprendida entre las más valorizadas y consecuentemente entre las que más deforman los juicios objetivos”.

*Filgueira (1997, 39)* nos resume las particulares creencias y rituales asociados con la festividad de San Juan que ejemplifica de forma clara algunas de las opiniones mostradas por otros autores:

Creencias: 1) El “sol baila en la mañana de San Juan”, manifestando su protagonismo y “gentes acuden a verlo...”

2) “Seres fantásticos controlan el medio fuera de la aldea”: personajes legendarios (hadas) de una sociedad imaginaria (“mouras”, “donas” e “encantos”) irrumpen en la vida campesina, despertando el deseo de riquezas y tesoros inaccesibles, simbolizando una huida de la ancestral miseria.

3) “San Juan duerme en el día de su romería y no puede ver el sol”: no vigila la explosión de elementos contrapuestos en antagonismo ritual. Los poderes místicos de la cristiandad dejan paso a las fuerzas naturales y sobrenaturales desatadas, con las que se enfrentan los hombres con armas como el fuego, el agua y las plantas. En esta noche y amanecer, se va a establecer una profunda lucha ritual entre el hombre y las fuerzas del mal.

A los rituales en los que el fuego era obtenido por frotamiento se les ha dado connotación sexual (*Eliade, en Cirlot 1997, 513*). Bachelard describe como las impresiones calorígeas tienen relación con experiencias íntimas desde el punto de vista psicoanalítico. Para el propio *Freud (1988, 89-95)* el fuego es un “símbolo de la libido”. El calor que el fuego irradia despierta la misma sensación que acompaña al estado de excitación sexual, y la llama, con su forma y movimiento, nos recuerda el falo activo. Para Freud, los mitos de Prometeo y el Ave Fenix representan la “perennidad” de los deseos libidinales. En Psicoanálisis han sido estudiados con profundidad “los componentes sexuales de los sueños sobre el fuego, que son sin duda particularmente intensos”. Bachelard relaciona el fuego con el Complejo de Edipo.

Otro punto de vista sobre el significado del fuego es el recogido por *Cirlot (1997)* al hablar de que tiene un origen terrenal y un destino celestial. La “llama que sube hacia arriba representa el impulso hacia la espiritualización”. El intelecto en su forma evolutiva es servidor del espíritu.

“El fuego humeante y devorador, todo lo contrario de la llama iluminante, simboliza la imaginación exaltada... lo subconsciente... la cavidad infernal... el intelecto en su forma rebelde: en pocas palabras todas las formas de regresión psíquicas; el fuego simboliza la purificación por la comprensión, hasta su forma más espiritual, por la luz y la verdad” (*Paul Diel en Cirlot, 1997*,

514).

#### 4. La quema de ideas irracionales como símbolo y ritual terapéutico.

Según Eliade los hombres tienen la tendencia a “hacerse arquetípicos y paradigmáticos”. Así la memoria popular funciona por medio de categorías en lugar de acontecimientos, arquetipos en lugar de personajes históricos (*Eliade, 1988, 48*). Análogamente en psicoterapia los pacientes tienden a repetir estados psicológicos y realizar identificaciones patológicas (categorías rígidas, arquetipos, prejuicios, esquemas irracionales...) en vez de procesos y evolución. Por este motivo la aplicación de rituales terapéuticos puede ser de ayuda para cambiar el proceso relacional en la familia o la pareja.

El relato terapéutico se convierte en un escenario dotado de un plano simbólico donde el sujeto, a través de metáforas espaciales (desplazamiento, viaje) y dramáticas (conflicto, lucha), elabora sus conflictos interiores y, en condiciones idóneas, accede a determinadas iluminaciones (insight) (*Lamas y Filgueira, 1992*).

Las narraciones que puede provocar el ritual trata de construir un sistema de significaciones a partir del cual los clientes reconozcan un nuevo sentido para sus relaciones.

El símbolo es la unidad mínima del ritual y tiene tres funciones principales según *Turner (1991)*:

1. Capacidad de acarrear múltiples significados, con lo cual contribuyen a las partes abiertas de los rituales;
2. Los modos en que los símbolos pueden unir diversos fenómenos muy dispares que no podrían asociarse en formas complejas por medio de palabras;
3. La capacidad de los símbolos para trabajar simultáneamente tanto con los polos sensoriales como cognitivos del significado.

Los símbolos deben incluir según *Whiting (1991, 130-132)*, los objetos o palabras que representan la posibilidad de modificar creencias, relaciones o el significado de los acontecimientos.

Unido al símbolo del fuego utilizaremos el documento como un potente recurso que tiene un significado prestigioso y serio. El documento escrito, las ideas irracionales puestas en el papel y obtenidas de la reflexión de los clientes puede aumentar el compromiso, modificar esquemas de interacción y consolidar el cambio.

En el modelo de terapia familiar sistémico constructivista se realiza un trabajo continuado sobre el mundo de las ideas de la pareja o la familia. El sistema de creencias aparece desde el inicio con las preguntas reflexivas y la co-construcción del genograma de las familias de origen de cada miembro de la pareja. *Kelly (1955)* hablaba de “constructos personales”, *Ellis (1962)* de “creencias irracionales”, *Beck (1992)* de “esquemas y pensamientos automáticos”, *Berne (1977)* del “guión de vida”, *Bateson (1972)* de “creencias” y por último, *Raimy (1988)* de “conceptos erróneos”. Todos estos términos de una u otra forma ha pretendido destacar el poder de la construcción de ideas o creencias en las relaciones humanas. Tanto *Beck (1988)* como *Ellis y cols. (1988)* sostienen que las expectativas irreales o exigencias inevitablemente producen desilusiones y frustraciones que, frecuentemente, se asocian con interacciones negativas (hostilidad, molestias, entre otras). *Dattilio y Padenski (1995)* definen las creencias ajustadas en la pareja como aquellas que cuentan con evidencia o pruebas a favor. Serían las creencias no alteradas por los prejuicios o malas percepciones. Las creencias distorsionadas están basadas en información errónea o pensamientos equivocados y surgen por lo general de datos

circunstanciales. Desde el modelo estructural en terapia familiar, se observa que la familia “no tiene estructura, sino un conjunto de esquemas cognitivos que legitiman o validan la organización familiar” (*Minuchin 1981, 207*).

En otro lugar (*Garrido y Fernández-Santos, 1998*), hemos analizado el concepto de “irracionalidad de las creencias de la pareja” partiendo de las aportaciones de Lazarus. La propuesta de “quemar las ideas irracionales” de forma mágica y simbólica pretende recuperar ideas y sentimientos asociados a ellas que favorezcan las capacidades de reconstrucción de la relación de pareja, tanto en el marco de la terapia como en la vida futura.

La idea y los sentimientos asociados se aprendieron en el núcleo familiar y el entorno social más cercano. La pareja sin percatarse de ello repite conductas disfuncionales que están fundamentadas en creencias y sentimientos vividos en otros momentos. El trabajo con las ideas asociadas a las conductas y los sentimientos permite a la pareja enfocar sus problemas desde otras perspectivas. El Equipo Reflexivo (*Andersen, 1991; Garrido y cols. 1995; 1997*) es un instrumento que ofrece explicaciones alternativas al discurso de los miembros de la pareja. La co-construcción de visiones alternativas del mundo (*Sluzki 1992*) es método potente para construir nuevas historias mejor formadas. El ritual de fuego permite cerrar el proceso de construcción de visiones alternativas y pone a la pareja en la tesitura de elegir una forma más saludable y funcional de jugar con sus creencias.

## **5. Análisis de algunas secuencias del ritual en un caso de Terapia de Pareja con un miembro que presentaba adicción al juego.**

### **5.1.- Presentación del ritual**

Aunque la investigación preliminar sobre este ritual se ha realizado en cinco casos de terapia de pareja con un miembro ludópata, hemos seleccionado un caso para la exposición por motivos de espacio y también porque nos parece que ejemplifica bien el proceso de la prescripción y realización del ritual.

El ritual se realiza en la última sesión de terapia de pareja. Sin embargo en la penúltima sesión se le indica a la pareja que nos “gustaría que realizaran una pequeña tarea en casa que consiste en hacer dos listados cada uno por separado. En el primero deben escribir todas aquellas ideas, sentimientos o cosas que les gustaría conservar y mantener a la finalización de la terapia y otro listado en el que escriban todas las cosas, ideas o sentimientos que les gustaría quemar o hacer desaparecer...”

El tratamiento sistémico constructivista con parejas con un miembro ludópata consistía en un máximo de diez sesiones con una frecuencia quincenal y se trabajaba con un equipo reflexivo de cuatro miembros entrenados en esta modalidad. En general cuando se prescribe la tarea los clientes ya tienen una buena relación con el terapeuta que conduce la sesión y con el equipo por lo que suelen espontáneamente enriquecer la tarea y disfrutar de la misma. En nuestra modalidad de trabajo entendemos la prescripción de las tareas como un “juego relacional” y no estamos tan interesados en su “cumplimiento” como en el momento de la prescripción y en la comunicación que se establece al revisarlas.

Sirva como ejemplo uno de los casos en el que el marido responde a nuestra prescripción aportando matices y sobre todo mostrando un “buen sentido del humor”, factor este que muestra un cambio importante:

*T.- Bien, vamos a hacer una lista con dos cosas, una que les gustaría conservar o mantener y*

*qué les gustaría quemar o destruir, ¿qué les gustaría conservar o mantener, por favor...?*

*Mujer.- ¿Conservar?*

*Marido.- El sentido del humor..*

*T.- ¿El sentido del humor? ¿Te gustaría que ella tuviera un poco más?*

*Marido.- Bueno, ya lo tiene, lo que pasa es que lo tiene muy escondido.*

*Mujer.- Rie...*

Es corriente que la pareja no realice la tarea en casa, aunque inevitablemente han tenido que pensar en ella. Suele ocurrir que en personas con nivel bajo de formación y estudios no disfruten escribiendo. Por este motivo suelen decir que no lo han escrito pero que se acuerdan. El objetivo de la prescripción es que en el mismo momento que hablamos de ella se piense y se revisen los objetivos del tratamiento. Cuando vienen para la última sesión se solicita el escrito y si no lo traen el terapeuta saca unos folios y va escribiendo en uno de ellos aquello que les gustaría conservar y en otro lo que les gustaría quemar.

El ir construyendo el archivo de lo “deseado” y de lo “indeseado” con cada miembro de la pareja en un ambiente lúdico hace que se recapitulen muchos aspectos tratados en las sesiones. El terapeuta y más tarde el equipo pueden jugar y aportar sus reflexiones a lo propuesto por la pareja. El objetivo central de la tarea es definir de la forma más clara posible aquello que se quiere que desaparezca en un futuro, aquello que quieren mantener y todo lo que desearían que apareciera. A continuación vemos en la misma pareja el proceso de construcción del documento que se va a quemar:

*Marido.- No sé...yo que sé... cuando me vaya me quiero llevar el llevarnos bien.*

*T.- ¿Cómo cuando se conocieron? ¿Como últimamente?*

*Marido.- No, como últimamente...*

*Mujer.- Claro, yo estaba demasiado dormida cuando me casé (se ríe) y no quisiera estar como antes.*

Esta pareja acude a terapia tras un largo período de adicción al juego por parte del marido que alternaba con serios períodos de adicción a la bebida. Además había cierta tendencia al “autodaño” por parte del marido que había estado en situaciones de cierto riesgo para su propia vida. Tanto la mujer como su marido habían tenido historias de abuso y maltrato en sus propias familias. La edad de ambos, así como la presencia de dos hijas pequeñas fueron recursos muy importantes para motivar a la pareja hacia el cambio.

*Marido.- El cariño de mis hijas y que estuvieran chicas siempre.*

*T.- Conservarlas chicas siempre.*

*Marido.- Eso ya es más grave*

*Mujer.- Que crezcan y disfruten...*

*Marido.- ¿Cómo?*

*Mujer.- Que crezcan y disfruten. Lo hemos pasado tan mal los dos.*

Como podemos apreciar el hecho de traer a la sesión aquello que quieren conservar les ayuda a terminar el proceso terapéutico de una forma positiva y además reaseguran lo conseguido. Hablar de lo que desean y quieren en una pareja que estaba metida en un círculo de crítica y autodesprecio es una signo de cambio.

El terapeuta ha de continuar indagando y pidiendo directamente a la pareja que hagan el esfuerzo de rescatar sus deseos. A veces en broma solemos decir “pidan que es la última

oportunidad”. En cierta medida utilizamos la sugestión y el sentido del humor para acentuar las características de juego de la tarea. Sin embargo, al mismo tiempo, nos ponemos y mostramos muy serios y empáticos cuando nos traen ideas y sentimientos muy propios y profundos.

*T.- ¿Qué más?*

*Mujer.- Yo no sé qué pedir..(se ríe)*

*Marido.-. Yo nada más...*

*T.- No hace falta que sea por turnos... pueden decir dos o tres cosas cada uno...*

*Mujer.- No se... tener ilusión o comprarme algo, para tener una parcela y no quisiera perder nunca esa ilusión. Es algo que creo que si nos va todo como ahora mismo podremos conseguirlo.*

*T.- ¿Y el caballo?*

*Marido.- Posiblemente para este mes.*

El terapeuta introduce el “caballo” como un objeto deseado por el marido y que la mujer con cierta reticencia acepta. El trabajo realizado durante las sesiones previas ayudó a que cada uno se permitiera expresar sus deseos independientemente de que se hicieran realidad “mayo o menor prontitud”.

A continuación destacaremos algunas secuencias en las que esta pareja habla de las cosas que les gustaría quemar para observar el diálogo que se establece con el terapeuta antes de realizar la “quema”.

*T.- ¿Qué les gustaría quemar o destruir?*

*Mujer.- Si en especial lo que me pasó de chica.*

*T.- Todo aquello que nos contaste con respecto a tu abuelo...¿quemar a tu abuelo?*

*Mujer.- Si pudiera quemarlo en el entierro, lo quemaría seguro...*

*T.- O una imagen de tu abuelo...*

*Mujer.- No... a él directamente.*

(En este punto trabajamos con la rabia de la paciente por el maltrato de su abuelo y permitimos recuperar los deseos de un abuelo cariñoso, cercano y respetuoso)...

*Mujer.- Tengo otro abuelo y con una imagen completamente diferente. Mi padre y mi madre fueron unas bellísimas personas.*

*T.- Bueno, eso quizás es muy importante para ti... Me parece muy bien quemar a ese abuelo que te dañó y que fue perjudicial para ti, para que no te moleste más...*

*Mujer.- Si estuviera ardiendo en el infierno, pues lo contenta que hubiera estado...*

*T.- Bueno, vamos a quemarlo en un momentito para que no tenga que quemarse eternamente, sino de una vez.*

*Mujer.- (rie).*

*T.- ¿Qué más...qué quemarías tú (al marido)?*

*Marido.- Yo, el primer día que empecé a jugar.*

*T.- ¿El juego o los recuerdos sobre el tiempo que lo pasaste mal por el juego o algo así? ¿O qué exactamente?*

*Marido.- El juego no, yo no estoy en contra del juego, porque la vida es juego. Lo que estoy en contra de que empezara a dominarme a mi el juego.*

*T.- O sea que quieres quemar que el juego te dominó.*

A continuación el marido habla de quemar la falta de control y todo aquello que significa que uno no pueda dominar las situaciones. Hablamos de responsabilidad, del deseo de quemar

“la irresponsabilidad” y en este momento incluye su deseo de quemar “el consumo de cocaína esporádico por el que pasó”. El mismo dice que ha sido lo que más le ha dañado y que le gustaría que no hubiera pasado. También expresan la necesidad de “quemar el haber conocido algunas personas”. En este punto hablamos de las ventajas e inconvenientes de haberles conocido. En esta línea hablamos de quemar lo que representaban algunas personas que habían conocido y que sentían que les habían perjudicado en sus vidas. La diferenciación entre las personas y sus actitudes fue una labor importante para esta pareja, pues al ir la construyendo les ponía en la tesitura de tener que elegir de forma más autónoma sus futuras amistades.

Por último tratamos del dolor que sufrieron cuando murió una hija de meses en el hospital. Este episodio fue tratado con intensidad durante una de las sesiones. En este momento aparece como algo que quisieran olvidar. Hablamos de los aspectos de su hija y de todo lo que vivieron que querían conservar.

Después de una larga lista de cosas, personas, sentimientos y pensamientos que les gustaría quemar, les pedimos permiso para oír a los miembros del Equipo Reflexivo. Generalmente nos parece muy interesante que el equipo ayude a recuperar aspectos que la pareja ha dejado de lado y también que incluyan objetos y cosas para la hoguera. El ritual se realiza después que el equipo ha terminado sus reflexiones y que el terapeuta ha recopilado el diálogo sobre las reflexiones. El efecto que produce es que tanto la pareja como el terapeuta y el equipo están deseando conservar cosas, traer otras nuevas y sobre todo quemar aquello que molesta y no es útil.

A continuación destacamos una de las reflexiones del Equipo:

*M1.- Yo quería decir que ha sido para mí muy agradable y me he sentido muy contento escuchando la historia de los dos... y las cosas y los cambios que se han producido. Hay una cosa que a mi me ha dado un poquito de pena, que yo creo que se puede mejorar, y es que no se toque, que ha (Marido) le cueste ver que tiene él que ver con los cambios que se producen, porque cuando a un niño le preguntas “bueno, ¿y tú que te parece que ha sido más útil?”. “No se, no sé que ha podido serme más útil, yo no se lo que he hecho para cambiar. Entonces sólo yo lo veo un poco dificultoso porque cuando tenga algún problema va tener que acudir a otra persona fuera de él para ver qué cosas puede ir haciendo. Y me recordaba un poquito esas televisiones antiguas que había, que fallaban mucho y si la TV no funciona, pues dale un cate, y ya saben, le daban un cate y funcionaba otra vez la TV, porque no se sabía por qué se había arreglado la TV, si es que había un cable desconectado y se había conectado. Entonces lo importante es que (el marido) pudiera abrir la TV, y ver qué es lo que está fallando, aunque sea en este cable... ya lo pone él bien y puede decir cómo se arregla la tele. Entonces él ha dado unas pistas muy interesantes. “*

La primera intervención del equipo reflexivo va en la línea de apoyar y desafiar el protagonismo del cambio. El marido no era muy consciente de su esfuerzo personal en el cambio debido a su desvalorización y a la conducta disruptiva que mantuvo durante tiempo. El prestigio perdido delante de su mujer y delante de los terapeutas había sido recuperado, pero aún era necesario apuntalar su propio protagonismo. En las reflexiones posteriores el terapeuta habló y reforzó el esfuerzo que había realizado y las posibilidades de decidir sobre su vida futura.

Otro miembro del equipo añadió algunos objetos y cosas que podrían estar en la lista. En esta línea el equipo ayuda a completar, nivelar o simplemente reforzar la lista de objetos para conservar o quemar.

*Mi.- “Yo mira, la sesión de hoy me ha resultado especialmente útil. Bueno, había dos cosas que a mí me gustaría que pudieran apuntar en el listado de cosas que quieren conservar y también quemar, en este caso conservar. Yo por un lado, me gustaría que conservaran esa capacidad que han tenido los dos durante toda su vida al afrontar todas las dificultades y los problemas que han tenido. No han tenido una vida muy fácil ninguno de los dos y a mí me parece impresionante como son personas que son capaces de afrontar las distintas situaciones, es decir que esto me parece muy importante. Y aún me parece que esa capacidad para sufrir y soportar las malas situaciones que han vivido no les ha quitado las ganas de disfrutar de las cosas positivas. Hay personas que pueden verse arrastradas por las dificultades de tal manera que pierden la capacidad para reírse o disfrutar de las cosas buenas de la vida. Y eso es algo que ellos conservan y que tienen y da la sensación de que tienen tanta fortaleza por entrenamiento para afrontar todo lo que venga y además la capacidad para seguir disfrutando de las cosas buenas de la vida. Cuando yo los veía aquí sonreír y darse bromas me sorprendí, me sorprendía entre comillas porque yo sabía que era algo que existía pero que no había visto con tanta claridad como ahora.*

En el diálogo posterior a las reflexiones el terapeuta fue ampliando las ideas sobre los cambios y apoyando los sentimientos que surgieron en la pareja tras oír los comentarios emotivos de los miembros del equipo. La pareja supo recoger la mayoría de las reflexiones y amplió de forma sorprendente algunas vías abiertas. El marido nos habló de que un día se vio desarreglado como era costumbre en él y entró en un supermercado compró un par de cuchillas y un peine para arreglarse. Tras el amplio diálogo posterior pasamos a la quema de las “ideas irracionales, las cosas desagradables y los episodios o personas perjudiciales”.

En general ofrecemos el mechero a ambos miembros de la pareja para que ambos participen en la quema. Es muy importante el diálogo que se establece mientras se quema el papel. En nuestro centro contamos con una vasija especial que nos permite resguardar la sala de los humos y de posibles peligros. También al inicio bromeábamos de la precariedad de la “quema” cuando solo teníamos un cenicero y aparecían fantasías de “quema de la sala”. Todo lo que surge durante la quema y después es material relacional de primer orden. Es un momento muy intenso en el que como en “un trance la pareja” puede hablar de sentimientos y el terapeuta puede aprovechar el estado casi hipnoide para hablar de ideas nuevas, posibilidades y realidades futuras.

Observar la comunicación analógica de la pareja es importante para favorecer y asentar los cambios realizados durante las sesiones. Al final el terapeuta hace un resumen de las cosas quemadas y vuelve sobre los aspectos positivos. El discurso final del terapeuta ejerce un poder “chamánico” pues facilita mágicamente la desaparición de los males.

*T.- “Se han quemado las dificultades en las relaciones sexuales que decía ella que teníais desde mayo... Pues bueno, una manera de quemarlas es disfrutar de ellas, tenerlas... Se ha quemado ese abuelo malo que te dañó, y una cosa buena es recuperar al abuelo bueno, o al que a uno le gustaría que fuera un abuelo, con un sentimiento positivo de afecto, de cercanía, una persona que mantiene toda la historia de la familia. No se, el ha quemado la ira, para no estar tan iracundo y poder estar más cariñoso. Qué quiere él si ha quemado el ser descuidado, el no cuidarse... por ejemplo, ponerse los dientes que le falta, peinarse, comprarse las cuchillas para afeitarse, que no sea la crema barata, sino con una crema delicada y buena...*

El terapeuta añade la felicitación por el esfuerzo que han realizado, se alegra de los cambios conseguidos y muestra su pena por tener que terminar, aunque expresa su deseo de

verles pero no en una situación terapéutica. Este mensaje completa todo lo dicho anteriormente y fortalece el trabajo realizado. Anima a mantener los cambios y a disfrutar de la “quemada hacia el futuro”. También les habla de que ellos tienen en sus manos “quemar todo aquello que no les sirva”. “Fuego y amor están muy relacionados”. La pasión y la quemazón pueden acabar con la pareja, pero al mismo tiempo y paradójicamente es su punto de arranque. “Quemar y apagar se convierten así en dinámicas cotidianas de la pareja”.

## 6. Conclusiones.

La terminación de la Psicoterapia de Pareja Sistémica Constructivista puede verse enriquecida con la utilización de determinados rituales. El trabajo con las creencias de la pareja y el uso del Equipo Reflexivo permiten ir construyendo alternativas más funcionales para la vida de parejas que viven en crisis debido a la aparición de la adicción en uno de los miembros de la misma. El “ritual de la quemada de ideas irracionales” ampliado a todo tipo de objetos materiales y a las propias relaciones de la pareja entre ellos y con otras personas significativas de su entorno facilita la terminación del tratamiento y puede fortalecer el trabajo realizado.

La despedida con la quemada de lo que no fue útil en la relación, incluso en la relación con los propios terapeutas y el equipo, así como la expresión de los deseos y expectativas con respecto a lo que se quiere conservar y favorecer es un medio potente para tratar de forma sugestiva y abierta temas de gran relevancia para la pareja.

El “mundo interior” oculto no es un reino en sí mismo, sino como afirma *Watchel (1985, 18)*, que es a la vez un producto, una simbolización y una causa de las pautas de interacción en que participa una persona. La danza hipnótica de la pareja (*Kershaw 1994*) permite jugar con los elementos simbólicos, del ritual y de la relación con el terapeuta y el equipo para favorecer el cambio con menores resistencias. El fuego atrae y atemoriza. El fuego controlado por el terapeuta, pero iniciado por los clientes y que se apaga por estar encauzado y resguardado en una vasija, permite metafóricamente tratar temas “candentes-ardientes-y temas apagados hace tiempo”. Al mismo tiempo el uso del fuego ayuda a que los terapeutas “no se quemen” en el fuego de la pareja. La habilidad terapéutica consiste en “quemar lo no utilizable” sin salir “chamuscado” del evento. Los clientes también han de “quemar aspectos de su relación” teniendo el cuidado de no “quemarlo todo”, sino sólo aquello que estorba en la casa y en sus relaciones con el mundo.

El Equipo Reflexivo es un instrumento de gran utilidad para “observar el proceso de decisión de lo que se desea quemar o conservar” y al mismo tiempo es un “equipo de bomberos” que podría entrar en la sala para apagar los rescoldos o incluso si el terapeuta no puede con todo el fuego éste puede ser ayudado.

En resumen, en todos los casos analizados hasta el momento, la utilización de este sencillo ritual nos ha permitido disfrutar de la terminación de los tratamientos de una forma más creativa, lúdica y al mismo tiempo, no sesgar ninguno de los aspectos esenciales de toda finalización terapéutica: el refuerzo de los cambios, la tristeza por la terminación y la alegría y esperanza por el mantenimiento de lo conseguido, así como la ilusión de seguir mejorando.

## Bibliografía

Andersen, T. (1991). *The reflecting team: dialogues and dialogues about the dialogues*. Norton. New York.

- Anderson y Bagarozzi (1983). "The use of family myths as an aid to strategis therapy", *Journal of Family Therapy*, 5, 145-154.
- Avila E. A. y Poch i Bullich, J. (1994). *Manual de técnicas de psicoterapia. Un enfoque psicoanalítico*. Siglo Veintiuno Editores. Madrid.
- Bagarozzi, D. y Anderson, A. (1996). *Mitos personales, matrimoniales y familiares*. Paidós. Barcelona.
- Bachelard, G. (1966). *Psicoanálisis del fuego*. Alianza Editorial. Madrid.
- Bahcelard, G. (1992). *Fragmentos de una poética del fuego*. Paidós. Barcelona.
- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. Ballantine. New York.
- Beck, A. (1988). "Terapia cognitiva, terapia conductual, psicoanálisis y farmacoterapia. En Mahoney M. y Freeman, A. (Comps.) *Cognición y Psicoterapia*. Paidós. Barcelona. pp. 349-371
- Beck, A. (1992). *Con el amor no basta*. Paidós. Barcelona.
- Berne, E. (1977). *¿Qué dice usted después de decir hola?*. Grijalbo. Barcelona.
- Boscolo, L., Bertrando P. (1996). *Los tiempos del tiempo*. Paidós. Barcelona.
- Botella, C. (1986). *Introducción a los tratamientos psicológicos*. Promolibro. Valencia.
- Coderch, J. (1995). *La interpretación en psicoanálisis*. Herder. Barcelona.
- Cormier, W.H. y Cormier, L.S. (1994). *Estrategias de entrevista para terapeutas*. Desclée de Brower. Bilbao.
- Chevalier (1991). *Diccionario de símbolos*. Herder. Barcelona.
- Cirlot (1997). *Diccionario de símbolos*. Siruela. Madrid.
- Dattilio F.M., Padesky, C.A. (1995). *Terapia cognitiva con parejas*. DDB. Bilbao.
- Davanloo, H. (1978). *Basic principles and techniques in short term dynamic psychotherapy*. Spectrum Publications. New York.
- De Shazer, S. (1992). *Claves en psicoterapia breve*. Gedisa. Barcelona.
- Eliade, M. (1989). *El mito del eterno retorno*. Alianza Editorial. Madrid.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart. Secaucus. New York.
- Ellis, A. (1989). *Rational-Emotive Couples Therapy*. Pergamon Press. New York.
- Ellis, A., y Russell G. (1981). *Manual de Terapia Racional-Emotiva*. DDB. Bilbao.
- Epstein, N.B y Bishop D.S. (1981). "Problem-centered systems therapy of the family", en Gurman A. y Knisbern, D. *Handbook of Family Therapy*, Brunner and Mazel, New York, pp. 444-482.
- Filgueira B. M. (1997). Ritos terapéuticos. En *Primer Congreso Iberoamericano de Psicodrama*. Salamanca. Universidad de Salamanca, pp. 21-48.
- Fisch R. y otros (1994). *La táctica del cambio*. Herder. Barcelona.
- Frazer, J. (1979). *La rama dorada*. Fondo de Cultura Económica. México.
- Freud, S. (1988). "Sobre la conquista del fuego" en *El malestar en la cultura*. Alianza Editorial, Madrid, pp. 89-95
- Freud, S. (1937). *Análisis terminable e interminable*. O.C. III. Alianza Editorial. Madrid.
- Imber-Black, E., Roberts, J., Whiting, R. (1988). *Rituals in families and Family Therapy*. Norton & Company. New York.
- Garrido F. M. (1995). "Terapia de pareja y Equipo Reflexivo", en Galdeano J. (Comp.). *La vida en pareja*. Universidad Pontificia de Salamanca. Editorial San Esteban.
- Garrido F. y Espina A. (1995). *Terapia familiar: aportaciones psicoanalíticas y transgeneracionales*. Fundamentos. Madrid.
- Garrido F.M. (1996). "Género e interacción en la coterapia y el equipo reflexivo", *Revista de Psicoterapia*, 26-27, 87-112.
- Garrido F. M., y Fernández-Santos, I (1997). "Los formatos del equipo reflexivo", *Sistémica*, 4.
- Garrido F. M y Fernández-Santos, I. (1998). "Mitos maritales: racionalidad o irracionalidad de

- las creencias en la pareja desde el diálogo cognitivismo-constructivismo en el marco sistémico”, en Rios G. J. (Comp.). Ramón Areces. Madrid.(en prensa).
- Kelly, G. (1955). *The psychology of personal constructs*. Norton. New York.
- Kershaw, C.J. (1994). *La danza hipnótica de la pareja*. Amorrortu Editores. Buenos Aires.
- Kesselman (1977). *Psicoterapia Breve*. Fundamentos. Madrid.
- Kleinke, L.C. (1995). *Principios comunes en psicoterapia*. Desclée de Brower. Bilbao.
- Kramern, J.A. (1990). *Positive endings in psychotherapy*. Jossey-Bass, San Francisco.
- Kupers, T.A. (1988). *Ending Therapy*. New York University Press. New York.
- Lieberman, R.P. y otros (1987). *Manual de Terapia de Pareja*. Desclée de Brower. Bilbao.
- López B. E. y Población K.P. (1997). *La escultura y otras técnicas psicodramáticas aplicadas en psicoterapia*. Paidós. Barcelona.
- Malan, D.H. (1963). *A Study of Brief Psychotherapy*. Tavistock Publications, London.
- Mann, J. (1973). *Time limited psychotherapy*. Cambridge Harvard University Press.
- Minuchin, S. y Fishman, Ch. (1992). *Técnicas de Terapia Familiar*. Paidós. Barcelona.
- Navarro, J. (1992). *Técnicas y programas en terapia familiar*. Paidós. Barcelona.
- Ochoa de Alda, I. (1995). “Rituales en Terapia Familiar” En Navarro y Beyebach (Comps). *Avances en terapia familiar*. Paidós. Barcelona.
- O’Halon, W.H. (1995). *Raíces profundas*. Paidós. Barcelona.
- Población K. P. (1997). *Teoría y práctica del juego en psicoterapia*. Fundamentos. Madrid.
- Raimy, V.E. (1988). “Conceptos erróneos y terapias cognitivas”, en Mahoney y Freeman, *Cognición y Psicoterapia*, Paidós. Barcelona, pp. 225.245.
- Rojas B. J. (1997). *Psicodrama*. Paidós. Barcelona.
- Satir, V. (1981). *Psicoterapia Familiar Conjunta*. La prensa médica mexicana. México.
- Selvini Palazzoli., Bocolo, L., Cecchin, G. y Prata, G. (1991). *Paradoja y contraparadoja*. Paidós. Barcelona.
- Sluzki, C. (1992). Transformation: a blueprint for narrative changes in therapy, *Family Process*, 12, 111-125.
- Vernant, J.P. (1991). *Mito y realidad en la Grecia Antigua*. Ariel. Barcelona.
- Villamarzo-F, P. (1995). *Vigencia clínica de Freud*. Amaru Ediciones. Salamanca.
- Whitaker, C. (1992). *Meditaciones nocturnas de un terapeuta familiar*. Paidós. Barcelona.
- Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Herder. Barcelona.