

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

Bert Hellinger enmarca a las Constelaciones dentro del grupo de las terapias breves orientadas en soluciones.

A través de las imágenes de una Constelación Familiar salen a la luz las dinámicas que atan al paciente y a su sistema familiar a lealtades invisibles, los enlazan a comportamientos disfuncionales y limitan su desarrollo personal en el flujo normal de la vida.

Sánchez (2018) discrimina la posición en que se encuentran actualmente “Las Constelaciones Familiares, un enfoque que, por reciente en el tiempo, por revolucionario en su metodología y eficaz en situaciones muy enquistadas, ha merecido la atención de muchos profesionales y también de muchos clientes anhelantes de soluciones. Sin embargo, también por estas mismas razones, a menudo las Constelaciones Familiares han sido vestidos con trajes que no le son estrictamente propios: el esotérico, el mágico, el milagroso, el religioso, el dogmático, el triunfal, el pontificio y mil etcéteras. (...) Pero los trajes no los tejen los enfoques, sino las personas que los practican y las Constelaciones Familiares necesitan cada vez más que sean profesionales y estudiosos serios, psicólogos, médicos, trabajadores de la ayuda y terapeutas experimentados los que implementen sus conocimientos y los trasladen a las personas y los sistemas dolientes”.

En cualquier tipo de servicio y ayuda terapéutica, los genuinos ayudadores requieren desarrollar la sensibilidad en el tipo de terapia que asisten, tener humildad para reconocer sus límites y saber inclinarse ante el misterio de los destinos humanos que en ocasiones ocurren sin elección personal, como es el caso de las tragedias, muertes, desamor o reveses.

**El sistema familiar. La familia como sistema.**

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

La familia es una unidad social que enfrenta una serie de tareas de desarrollo. Estas difieren de acuerdo con los parámetros de las diferencias culturales, pero poseen raíces universales.

Desde un enfoque sistémico podemos definir a la Familia como un sistema abierto organizacionalmente, separado del exterior por sus fronteras y estructuralmente compuesto por subsistemas, demarcados por límites con diferentes grados de permeabilidad, así como con diversas formas de jerarquización interna entre ellos.

Los miembros del Sistema Familiar organizan y regulan su interacción mediante procesos comunicativos que definen relaciones de simetría y/o complementariedad. Dicha organización es caracterizada por las propiedades de los sistemas abiertos:

- Totalidad (el sistema trasciende las características individuales de sus miembros)
- Entropía (tiene una identidad)
- Sinergia (todo cambio en alguna de sus miembros afecta a todos los demás)
- Finalidad (comparten metas comunes)
- Equifinalidad (sus modificaciones son independientes de las condiciones iniciales)
- Equipotencialidad (unas partes asumen las funciones de las partes extinguidas)
- Retroalimentación (se relacionan y reaccionan frente al medio en el que viven)
- Patrones de circularidad.

El Sistema Familiar mantiene su organización mediante procesos homeostáticos (tendencia a mantenerse estable) y se altera mediante procesos morfogénicos (tendencia al cambio).

La familia ha de ser contemplada como una red de comunicaciones entrelazadas, en la que todos los miembros influyen en la naturaleza del sistema, a la vez que todos se ven afectados por el propio sistema (Cortés, 2012).

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

Una familia es un sistema que opera a través de pautas transaccionales, es decir, las transacciones repetidas que establecen pautas acerca de qué manera, cuándo y con quién relacionarse y estas pautas apuntalan el sistema (Minuchin, Familias y terapia familiar, 2003).

### Subsistemas del sistema familiar.

El sistema familiar diferencia sus funciones a través de sus subsistemas. Cada subsistema circunscribe un ámbito de interacciones específicas y está definido por ellos.

Cada familia tiene una historia singular marcada por los relatos y las narraciones de la vida de sus miembros, por los eventos y acontecimientos, sus tradiciones y costumbres, un sistema de valores, principios, creencias y prácticas compartidos. Toda esta historia se transmite de generación en generación y tiene una influencia en nuestra vida más profunda de lo que suponemos, no importa qué tanto sepamos de la misma. Esto es así porque

cada familia es un sistema en el que cada uno de sus integrantes está conectado a todos los demás (Lammoglia & Robl, 2008).

Dentro de cada sistema social y especialmente el familiar, la conducta de cada uno de sus miembros está relacionada con la de los demás. Cada uno influye sobre los otros y al mismo tiempo, recibe la influencia de estos, ya sea favorable o desfavorable. Todo lo que nuestros antepasados vivieron afecta nuestra personalidad, nuestro comportamiento y nuestras relaciones. Asimismo, nuestras decisiones y experiencias tendrán influencia en los demás miembros de nuestra familia, primordialmente sobre los que vienen detrás, como nuestros hijos, nietos y sobrinos.

La familia, al igual que cualquier sistema, lleva consigo una estructura, una organización de la vida cotidiana (con reglas de interacción) y una jerarquización de las relaciones entre sus

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

componentes (Cadenas, 2015); también incluye unas reglas que regulan las relaciones entre los familiares y las relaciones con el exterior y que indican quién pertenece y quién queda excluido del grupo familiar (Parson y Bales, 1955).

Los límites de un subsistema están constituidos por las reglas que definen quiénes participan, y de qué manera. Su función es la de proteger la diferenciación de un sistema. Los límites de los subsistemas deben ser claros para un adecuado funcionamiento familiar (Minuchin, Familias y terapia familiar, 2004).

Las reglas suelen ser acordes con los valores y creencias de la familia y regulan también la detección de las necesidades de sus miembros, la comunicación y las conductas de dar y recibir ayuda, que son de suma importancia para conocer la funcionalidad del sistema. Las reglas de funcionamiento rígidas e

incuestionables se manifiestan en el propio repliegue de la familia hacia sí misma, pues cualquier cambio se percibe como una traición, como una amenaza o intromisión.

El **subsistema conyugal** es el primero que se forma. Está conformado por la pareja del padre y la madre, quienes a su vez conforman el subsistema parental. Es a través de la madre como un hijo o una hija se incorpora a una familia, trayendo consigo la información de los sistemas familiares de ella y de papá.

El subsistema conyugal debe llegar a un límite que lo proteja de la interferencia de las demandas y necesidades de otros sistemas; en particular, cuando la familia tiene hijos. Los adultos deben poseer un territorio psicosocial propio. Un refugio que pueden proporcionarse mutuamente, un sostén emocional. Si el límite alrededor de los esposos es excesivamente rígido, el sistema puede verse estresado por su aislamiento. Pero si los

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

esposos mantienen límites flexibles, otros subgrupos, incluyendo a los hijos y a los parientes políticos, pueden interferir en el funcionamiento de su subsistema.

El **subsistema parental**. Cuando nace el primer hijo se alcanza un nuevo nivel de formación familiar. El subsistema conyugal debe diferenciarse entonces para desempeñar las tareas de socializar un hijo sin renunciar al mutuo apoyo que caracterizará al subsistema conyugal. Se debe trazar un límite que permita el acceso del niño a ambos padres y, al mismo tiempo, que lo excluya de las relaciones conyugales.

El **subsistema fraterno**. El subsistema fraterno es el primer laboratorio social en el que los niños pueden experimentar relaciones con sus iguales. En el marco de este contexto, los niños se apoyan, aíslan, descargan sus culpas y aprenden mutuamente. En el mundo fraterno, los niños aprenden a negociar, cooperar, competir. Aprenden a lograr amigos y aliados, a salvar la apariencias cuando ceden, y a lograr reconocimiento por sus habilidades.

Pueden asumir posiciones diferentes en sus relaciones mutuas, y estas posiciones, asumidas tempranamente en el subgrupo fraterno, pueden ser significativas en el desarrollo posterior de sus vidas.

Los límites del subsistema fraterno deben proteger a los niños de la interferencia adulta, para que puedan ejercer su derecho a la privacidad, tener sus propias áreas de interés y disponer de la libertad de cometer errores en su exploración.

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

En diferentes etapas de su desarrollo los niños poseen diferentes necesidades, capacidades cognitivas particulares y sistemas de valores propios. En algunos momentos el terapeuta debe actuar como traductor, interpretando el mundo de los niños para los padres o viceversa. También es posible que deba ayudar al subsistema a negociar límites, aunque no rígidos, con el mundo extrafamiliar. Si el niño se ve atrapado en una red de excesiva lealtad familiar, el terapeuta debe actuar como puente entre el niño y el mundo extrafamiliar.

Los subsistemas que podemos encontrar en las familias son los siguientes:

- **Subsistema conyugal.** Está compuesto por la pareja heterosexual u homosexual. Esta unión se establece debido al vínculo afectivo que los ha llevado a decidir compartir su vida. El subsistema conyugal recoge exclusivamente los asuntos que unen a la pareja.
- **Subsistema parental.** Este subsistema se focaliza concretamente en la relación como padres brindando a sus hijos/as todo tipo de atención, educación, crianza y cuidados.
- **Subsistema filial.** Este subsistema está compuesto por los hijos/as en calidad de tales, que conforman un núcleo diferenciado frente al sistema familiar.
- **Subsistema fraternal.** Los hijos/as forman el sistema de hermanos en el cual pueden surgir grupos diferenciados que comparten características comunes como por ejemplo el sexo, la edad, aficiones, etcétera.

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

- **Subsistema individual.** Se refiere a aquel que comprende a cada miembro del sistema familiar pero de forma autónoma e individual. La necesidad de atención y de relación de cada subsistema con el subsistema individual favorece el buen funcionamiento de las relaciones e interacciones familiares.

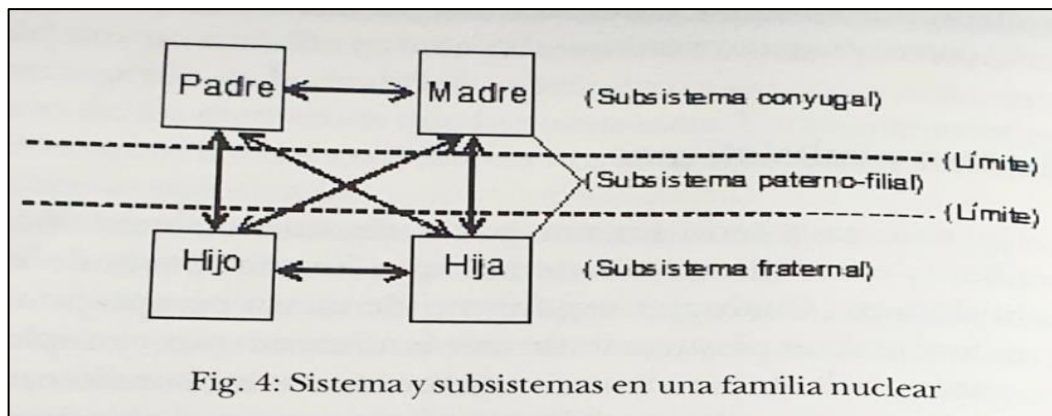


Fig. 4: Sistema y subsistemas en una familia nuclear

Fig. N°.- 1 Sistemas y subsistemas en una familia nuclear. (Sánchez, 2018)

### La interacción en un sistema familiar.

Para que un conjunto sea denominado Sistema se requieren dos condiciones:

- Que haya estabilidad del conjunto.
- Que haya interacción (pauta). Debemos saber aquí cómo funciona y qué la mantiene.

Por ejemplo en una interacción familiar donde los esposos están enojados y separados, ¿es el enojo de la esposa lo que aleja al esposo, o es el alejamiento del esposo lo que enoja a la esposa? Sin considerar el origen de esta situación, debemos tomar en cuenta es que esta pauta se puede cambiar con solo modificar la posición de cualquiera de los dos.

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

En la terapia familiar se considera que el cambio se produce a través del proceso de asociación de la familia y de la reestructuración cuidadosamente planeada de esta, para poder transformar así las pautas transaccionales disfuncionales (Minuchin, Familias y terapia familiar, 2004).

### Tipos de Familias según Salvador Minuchin (1977).

Si hablamos de la división de familias básicas:

- Familia nuclear. Constituida por el esposo, la esposa y los hijos, ocupando una vivienda independiente de los demás familiares.
- Familia extensa. Familia nuclear más la Familia de origen de cada cónyuge: padres, hermanos, etc.

Si hablamos de la división de familias originadas por movimientos sociales:

- Familias reconstruidas. Familias de segundos matrimonios.
- Familias con soporte. Cuando las funciones de los padres se delegan en un hijo.
- Familias con padrastro/madrastra o madre soltera. Familia en la que el padrastro/madrastra asume un rol que no le corresponde o cuando hay una carencia de la figura paterna, en el caso de madre soltera.
- Familia psicósomática. Se presenta cuando uno de los miembros, por lo general la madre o hijo, presentan enfermedades psicósomáticas que actúan como control para manipular a los demás (síndrome del niño asmático).
- Familia de tres generaciones. Familia en la que los hijos conviven con sus padres y a la vez con sus hijos en la misma vivienda.
- Familias cambiantes. Son familias que no se establecen en un lugar, constantemente cambian de ciudad.

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

- Familia de paz de “deus” (dos). En este tipo de familia hay una relación simbiótica entre madre-hijo. Existe mucha dependencia. Por lo general el hijo se muestra incapaz de formar una familia por temor de dejar a su madre.
- Familia con huésped. Familia que acepta una o más personas en su vivienda, a manera de huéspedes. El o los huéspedes deben adaptarse a las reglas de la familia para que no altere el Sistema Familiar.
- Familia acordeón. Uno de los cónyuges asume todos los roles cuando el otro se ausenta por períodos.
- Familia con un fantasma. Cuando no se ha aceptado el duelo de un esposo/a o un hijo/a.
- Familia descontrolada. Son familias caóticas donde no hay límites, reglas, se invaden espacios, etcétera.
- Familia desligada. De este tipo de familia se originan los hijos que no quieren saber nada de la familia, huyen, se van.

Cabe aclarar que esta tipificación es dinámica, pudiendo una misma familia presentar a lo largo de sus vida distintas conformaciones.

Otras agrupaciones de las familias según su comportamiento, consideran que una misma familia puede poseer características de más de un tipo al mismo tiempo, se les llama familias mixtas, estas son:

- Familias aglutinadas. Tienen dificultad de discriminación e individuación, debido a que suelen formarse en un conjunto de individuos poco diferenciados. El rol materno es exagerado y privilegian las normas maternas, mientras que el paterno está debilitado. Se privilegian los lazos afectivos, que ahogan a los miembros de la familia. Tienen una ideología de la vida tipo clan, viven lo nuevo como extraño porque para estas familias lo nuevo crea violencia. En este tipo de sistemas existe poca sensibilidad social.
- Familias uniformadas. Tienen una tendencia a la individuación y rige un absolutismo del rol paterno a través de un sometimiento a una identidad personal que suele

# Las Constelaciones Familiares y la Terapia

## Familiar Sistémica

uniformar al resto. La interacción que prevalece es rígida, estereotipada e insatisfactoria, porque es impuesta. Se observa cierta incomunicación con los hijos adolescentes. La ideología que prevalece es la de “exigirse para diferenciarse”.

- Familias aisladas. Predominan las individualidades (como entes aislados, distantes y rígidos). Hay cierto estancamiento en la identidad grupal y un consecuente deterioro. Cada uno hace su vida. Las normas y los valores pierden importancia. Los mensajes no tiene un contenido afectivo. La ideología que prevalece es “haz tu vida, no te metas en lo ajeno”.
- Familias integradas. Son familias estables, con flexibilidad en los roles. Son capaces de contener y afrontar los problemas que surgen sin expulsarlos o reprimirlos (como lo hacen las familias uniformadas), sin negarlos (como lo hacen las familias aglutinadas), sin inhibirlos (familias aisladas). Los roles no son fijos, puede haber un cambio si es necesario. La capacidad reflexiva y la carga emocional regulada por el grupo permiten un diálogo transformador. Da gran importancia al papel de cada miembro en el funcionamiento del grupo como un todo. Está dispuesta a transformar lo establecido. Este tipo de familia corresponde al tipo ideal de la Familia Sistémica (Cortés Sánchez, Carvajal Juárez, & Teissier Fuentes, 2012).

### **Referencia:**

*Cortés Sánchez, J., Carvajal Juárez, E., & Teissier Fuentes, H. C. (Junio de 2012) "Concepción de un modelo sistémico de la familia humana, como apoyo en su comprensión y desarrollo evolutivo". Saltillo, Coahila, México. Tesis presentada para cumplir con los requisitos finales, para la obtención del título de Maestría en Informática con asentación en Sistemas de Información.*