

### **TEMA: CONSTRUCCION DE HIPOTESIS SISTEMICAS EN LA INTERVENCION CON PAREJAS Y FAMILIAS**

El proceso terapéutico se inicia en todos los modelos con el planteamiento de interrogantes por parte del terapeuta. Estas preguntas que en principio no tienen una respuesta se convertirán en una o varias hipótesis que permiten guiar la entrevista y agrupar la información que se va relevando, así como, trazar unas primeras líneas de acción.

Las hipótesis formuladas desde el modelo sistémico son de tipo relacional, es decir, se construyen en base al análisis de relaciones, no de hechos o de personas, siendo la información acerca de las relaciones la necesaria para formularlas.

Desde una perspectiva circular y desde la cibernética de primer orden, el sistema es considerado como un todo, con su propio funcionamiento y pautas de interacción y de relación. Las hipótesis que se formulan desde esta concepción, hacen referencia al sistema, teniendo en cuenta las relaciones desde el concepto de circularidad. Estas hipótesis describen mecanismos de feed-back y de regulación en las relaciones y son explicativas de la situación, del cómo funciona el sistema y no del porque o causa.

Ahora bien, si sumamos la perspectiva desde la cibernética de segundo orden, en la hipótesis se debería considerar la mirada del observador (terapeuta) o del equipo terapéutico que interviene, ya que éste y la relación establecida con él, va a ser también un factor determinante en el análisis. En este sentido, cada persona que interviene en el proceso, tiene su propia manera de mirar, de analizar y de observar la situación. Las reglas que se establecen entre el equipo y la familia, forman parte del nuevo sistema que se crea en la terapia. De esta manera, cada observador puede elaborar diferentes hipótesis sobre el mismo el caso.

Por tanto la construcción de hipótesis desde el modelo sistémico debe hacerse en términos de familia y de sistema terapéutico, teniendo en cuenta todos los elementos que se consideren necesarios y que sean definitorios del contexto de intervención.

La principal función de las hipótesis es la de orientar el proceso terapéutico y establecer conexiones y relaciones que nos permitan intervenir. Los miembros de la familia no pueden realizar estas conexiones por si solos, ya que la mayoría de las veces no tienen conciencia de ellas y la información no está ordenada, por lo tanto es el terapeuta el que debe recabar información de manera que ésta le permita construir hipótesis útiles.

La hipótesis como supuesto y por el hecho de ser una especulación, brinda cierta flexibilidad que permite estar abierto a cambiarla cada vez que datos diferentes o nuevos sugieran posibilidades distintas. El decir que nos permite adecuarlas a la terapia

y al proceso, es una guía de trabajo que orienta por donde debemos seguir. Desde el modelo sistémico se prefiere pensar las hipótesis no tanto en términos de verdaderas o falsas, sino de más o menos útiles para orientar al sistema hacia el cambio.

La forma en que la familia reacciona ante una intervención basada en una hipótesis determinada, confirmará o refutará esta idea inicial. Es decir, la retroalimentación que se origina en la intervención se pondrá en evidencia en las reacciones de la familia.

#### El diagnóstico médico-psiquiátrico como hipótesis

En algunos casos, la familia viene con un diagnóstico que habitualmente tiene que ver con el síntoma y que además recae sobre uno de sus miembros que es el paciente identificado. Es necesario considerar que este tipo de diagnóstico no incluye al sistema ni a sus miembros ni a su funcionamiento, simplemente es indicativo de aspectos muy concretos. De esta manera, se trata de una hipótesis lineal.

Sin embargo, cada situación disfuncional se enmarca en pautas relacionales y comunicacionales que muchas veces sostienen y mantienen el síntoma, el paciente identificado pertenece a uno u otro subsistema familiar, aspectos como la conyugalidad/parentalidad en la familia nos permiten elaborar hipótesis relacionales, circulares en torno al funcionamiento familiar y como este se relaciona con el síntoma/problema.

### **CONSTRUCCION DE HIPOTESIS EN DIFERENTES MOMENTOS DEL PROCESO TERAPEUTICO**

#### **HIPÓTESIS INICIALES**

Al comienzo del proceso terapéutico se deben considerar algunos aspectos que permitirán hacer una primera aproximación, o hipótesis iniciales de lo que ocurre en el sistema. Algunos de estos aspectos se contemplan son los siguientes:

**-La derivación:** en el caso que los consultantes hayan sido derivados a terapia este fue el primer paso en torno al proceso e implica el primer o único mensaje que la familia tiene que realizar terapia. Evaluar aspectos como quien ha realizado la derivación, si es un profesional con el que ya hemos colaborado o no, si conocemos su forma de intervenir o no. El contexto de la derivación es otro aspecto ya que nos da indicios del grado de motivación de la familia para la consulta. También que mensaje recibió la familia, la manera en que se formuló la derivación puede generar distintas expectativas respecto de la terapia.

La derivación nos permite realizar las primeras hipótesis y una primera aproximación a lo que ocurre en la familia o en el sistema. En muchas ocasiones el derivante sigue con el caso, motivo por el cual es imprescindible la coordinación con él.

**-La demanda:** es decir, el motivo por el cual la familia explicita que ha acudido a la consulta. Lo más frecuente es que la demanda esté relacionada con los síntomas o con el paciente identificado. Esta demanda es lo que se denomina queja inicial para el modelo MRI, que engloba un malestar, una idea más o menos vaga del problema y una expectativa de lo que se espera de nosotros y del proceso terapéutico. Generalmente la familia ha focalizado en una persona o hecho haciendo una lectura lineal de lo que

ocurre y que habitualmente solamente implica a un miembro de la familia. Hay una serie de factores que deberían ser tenidos en cuenta para la elaboración de hipótesis a partir de la demanda:

- Quien la realiza, es decir, que miembro de la familia la hace explícita y quien se dirige al lugar concreto para pedir ayuda.
- Cómo se formula esta demanda y en qué términos: de sintomatología, de conducta, de conflicto, etc.
- El grado de consenso dentro de la familia y si se trata de una demanda compartida por todos los miembros o por el contrario esto no sucede y aparecen otras demandas en relación al problema o a otros problemas.
- Grado de crisis en la familia, es decir grado de angustia que presentan en el momento de realizar la demanda sus miembros. Este aspecto, determinará de alguna manera la disposición a recibir ayuda y a realizar cambios.

### **HIPÓTESIS RELACIONALES DEL PROBLEMA/SÍNTOMA**

Como se expresaba anteriormente, la demanda o queja inicial, habitualmente viene planteada en un sistema de causalidad lineal y enfocada en un miembro (paciente identificado). Sin embargo, desde los modelos sistémicos el problema debe analizarse dentro una epistemología circular. Este tipo de análisis permite realizar las primeras hipótesis relacionales dando una lectura diferente al problema que implique a todos los miembros.

El problema debe pensarse teniendo en cuenta los siguientes factores o supuestos desde los que se parte para pensar la relación entre el síntoma y el sistema:

- ***Función que cumple el síntoma o el problema en el sistema familiar:*** Por lo general la aparición de síntomas suele coincidir con momentos de crisis en la vida familiar, son periodos que la familia ve alterado su equilibrio, por ejemplo: etapa en que un hijo se va de casa, adolescencia de alguno de los hijos, nacimiento de un hijo etc. Estos momentos que a pesar de formar parte del desarrollo normalizado de una familia, representan graves amenazas en la morfostasis familiar. El síntoma puede ser un medio de evitar los cambios o un medio de suavizarlos. Es por tanto importante, evaluar la función que el síntoma puede ejercer en el sistema.
- ***Funcionamiento de la familia respecto a estabilizar el síntoma:*** es decir, que mecanismos relacionales se repiten como pautas de mantenimiento del síntoma o problema. Síntoma y sistema están conectados y se definen en interrelación uno del otro. Si el síntoma ejerce una función en el sistema, su persistencia indica que la familia mantiene una serie de pautas y de patrones que hacen que se mantenga en el tiempo y sea recurrente. La exploración de las conductas, es decir, de que hace cada uno en relación al síntoma, nos facilita conocer cuáles son los mecanismos que ejercen influencia en su mantenimiento dentro del sistema.
- ***Cuál es el dilema del cambio: morfostasis o morfogénesis.*** En el supuesto de que el síntoma ejerza una función que reequilibre el sistema y lo regule, su desaparición provocará un nuevo desequilibrio. La 2ª CIBERNETICA diferencia dos tipos de equilibrios, uno a través de la CONSERVACION O MORFOSTASIS

(homeostasis basada en la conservación) y otro a través del CAMBIO O MORFOGENESIS (homeostasis basada en el cambio). Aparentemente la situación estructural óptima sería el mantenimiento del equilibrio entre la morfogénesis y la morfostasis.

### **HIPÓTESIS RELACIONALES EN TORNO AL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR**

Para elaborar hipótesis sobre el funcionamiento de la familia como sistema se pueden considerar los siguientes aspectos:

**Ciclo vital:** El momento del ciclo vital que vive la familia, nos permite conocer a priori alguno de los problemas que la familia puede tener simplemente porque se encuentra en un momento de la vida determinado que impone determinadas tareas y problemas a resolver. Nos permite entender qué tipo de variables intervienen en cada momento y las posibles dificultades que se pueden plantear. Por otro lado también nos permite hipotetizar acerca de los momentos de crisis relacionados con las transiciones entre etapas y relacionar los problemas con estas posibles crisis, por otro lado el análisis del proceso del ciclo vital en las familias de origen, también nos facilita observar relaciones con el problema actual.

**Conyugalidad y parentalidad:** Los subsistemas conyugal y parental determinan la relación de la pareja dentro de una familia. La evaluación de la conyugalidad se hace desde un continuum entre la armonía y la desarmonía en la pareja, teniendo en cuenta las variables que influyen en una pareja, como necesidades de apoyo, nutrición emocional recíproca etc. En la parentalidad, sin embargo, evaluamos funciones diferentes, las sociabilizantes, la educativa y las funciones parentales nutricias entendidas desde el punto de vista emocional, relacionadas con el amor, el afecto, el reconocimiento. etc. La evaluación de ambas dimensiones, nos permite hacer hipótesis sobre la pareja y sobre cómo se lleva a cabo la labor de padres.

**Reglas y patrones relacionales:** En la elaboración de hipótesis acerca de cómo funciona el sistema, es importante conocer cuáles son las reglas que operan y que rigen las conductas de sus miembros. Estas reglas que suelen estar insertadas en lo cotidiano nos permiten realizar hipótesis sobre determinados patrones relacionales y por tanto darnos una idea del funcionamiento familiar. Un aspecto que permite la evaluación de las reglas familiares, es la exploración de la vida cotidiana de la familia, o de la cotidianidad si se trata de otro tipo de sistema.

**Sistema de creencias. Familia de origen y familia nuclear:** El conocimiento de las creencias de la familia, nos permite saber cómo sienten y perciben las cosas que les ocurren, como construyen la realidad, la organizan y la interpretan, además de la valoración que hacen de la misma y cuáles son los significados importantes y cuáles no. El conocer por tanto las creencias de la familia nos lleva a conocer su epistemología, su filosofía de vida y cosmovisión, así como, los factores más importantes que rigen el sistema. Para lograr conocer los sistemas de creencias de una familia hay que remontarse a las familias de origen, pues es en el relato referente a ellas donde podemos encontrar las respuestas, la procedencia determina aspectos culturales etc. y el funcionamiento de la familia de origen nos hará conocer aspectos que influyen de forma expresa en el funcionamiento del sistema familiar. La familia nuclear, por otro lado

también construye su propio sistema de creencias que engloba los aspectos culturales de las dos familias de origen, por tanto es otro aspecto a considerar en la elaboración de las hipótesis.

**Nivel emocional, cognitivo y pragmático:** Para realizar hipótesis relacionales es importante conocer cómo se relacionan estos tres tipos de factores a fin de establecer conexiones:

- 1) Nivel pragmático: Hace referencia a lo que pasa respecto al problema en forma de hechos y acontecimientos y por tanto como se hace la descripción de los mismos es importante.
- 2) Nivel emocional: Se refiere a la expresión de sentimientos o emociones que provoca efectos en las personas que están alrededor.
- 3) Nivel cognitivo. Es el que nos permite conocer cómo se percibe el problema, cómo se ve su causa y cómo sus posibilidades de solución.

De esta manera, si el propósito fundamental de las hipótesis es establecer conexiones acerca de la reciprocidad entre el síntoma y el sistema, las conexiones que se pueden establecer van a ser muy variadas. Por lo tanto, es posible establecer hipótesis que conecten o relacionen el problema con:

- El ciclo vital familiar (dificultades que la familia tiene para superar una etapa)
- La función del síntoma como una forma de evitar o provocar el cambio (por ej; el problema de conducta contribuye a activar a la madre deprimida)
- La estructura familiar disfuncional (subsistema parental débil, coaliciones intergeneracionales)
- Los circuitos de interacción repetitivos (intentos de solución fallidos que mantienen el problema)
- La repetición de cargas emocionales, roles o patrones relacionales de la familia de origen
- La conexión del síntoma con ciertos acontecimientos significativos
- El sistema de creencias mantienen el problema y dificultan la puesta en marcha de alternativas

## **BIBLIOGRAFIA**

Anderson, C. (1983). Para dominar la resistencia: guía práctica de terapia familiar. Buenos Aires: Amorrortu.

Bergman, J.S. (1985). Pescando barracudas: pragmática de la terapia sistémica breve. Barcelona: Paidós

Linares, J. (1993). Identidad y narrativa: la terapia familiar en la práctica clínica. Barcelona: Paidós.

Minuchin, S. (1981). Técnicas de terapia familiar. Barcelona: Paidós

Papp, P. (1983) El proceso de cambio. Barcelona: Paidós

Selvini Palazzoli, M. (1988). Paradoja y contraparadoja. Barcelona: Paidós