

el RÍO nunca mira atrás

Bases Históricas y Prácticas de las
Constelaciones Familiares
de Bert Hellinger

URSULA FRANKE



Gulaab

EL RÍO
nunca
MIRA ATRÁS

BASES HISTÓRICAS Y PRÁCTICAS
DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES
DE BERT HELLINGER

URSULA FRANKE



Título original: *The river never looks back*

Traducción: Nora Steinbrun

Diseño de portada: Rafael Soria

Director de la colección Com-Pasión: Vicente Muñoz Torregrosa

© Carl-Auver-Systeme Verlag, 2003, Heidelberg (Alemania)

Reservados todos los derechos

De la presente edición en castellano:

© Gulaab, 2011 Alquimia, 6

28933 Móstoles (Madrid) - España

Tels.: 91 614 53 46 - 91 614 58 49

E-mail: alfaomega@alfaomega.es - www.alfaomega.es

Primera edición E-Book: diciembre de 2011

I.S.B.N.: 978-84-86797-17-1

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ÍNDICE

PRÓLOGO A LA EDICIÓN INGLESA

PRÓLOGO DE WILLI BUTOLLO

PRÓLOGO DE BERT HELLINGER

PREFACIO

SECCIÓN TEÓRICA

1. INTRODUCCIÓN

2. TENDENCIAS EN EL DESARROLLO DE LA PSICOTERAPIA

3. LAS CONSTELACIONES FAMILIARES EN LA PRÁCTICA

Áreas de aplicación

Sistema

Escultura – reconstrucción – constelación

Descripción de una constelación familiar

Constelación ideal y constelación de resolución

Las constelaciones familiares en la terapia individual

Estado emocional de los representantes

Percepciones «no familiares» por parte de los representantes durante la constelación

Transferencia de información analógica y digital

Hipótesis sobre el mecanismo de acción/efecto

4. JACOB L. MORENO Y EL PSICODRAMA

Información biográfica

Formación teórica

Sociometría y sociodrama

Psicodrama

Procedimiento terapéutico

5. VIRGINIA SATIR, LA RECONSTRUCCIÓN FAMILIAR Y LA ESCULTURA FAMILIAR

Información biográfica

Reconstrucción y escultura familiar

Reconstrucción familiar

Escultura familiar

6 IVAN BOSZORMENYI-NAGY Y LA TERAPIA CONTEXTUAL

Información biográfica

Concepto terapéutico

Lealtad

Dar y recibir

Autovalidación

Derecho

Derecho destructivo

Terapia contextual

Aplicación práctica de la terapia contextual

Requisitos para el terapeuta

7. BERT HELLINGER Y LA CONSTELACIÓN FAMILIAR

Información biográfica

Presentación del modelo de trabajo hipotético y sus implicaciones

Vínculos y relaciones

Orden

Implicación sistémica

Movimiento de acercamiento interrumpido

Ansiedad

Sentimientos

Aplicación práctica de la constelación familiar

Intervenciones y resolución

SECCIÓN PRÁCTICA

1. INTRODUCCIÓN

2. PREGUNTAS BÁSICAS

3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Perspectiva general

Métodos

Investigación cualitativa

La sesión

Descripción del procedimiento al cliente

Entrevista exploratoria

Relajación física y determinación de las personas que pertenecen al sistema

Clasificación de los folios

Las constelaciones familiares en la terapia individual

Evaluación

Estructura de la evaluación

Definición de criterios

Implicación sistémica

Movimiento de acercamiento interrumpido

4. RESULTADOS DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES INDIVIDUALES

Cliente 1

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Observaciones adicionales

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Cliente 2

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Información adicional recogida durante la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Cliente 3

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Observaciones adicionales

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Cliente 4

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Cliente 5

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Cliente 6

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Cliente 7

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ciente 8

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Hipótesis de trabajo

Constelación

Indicios adicionales en la constelación inicial

Hipótesis adicionales

Objetivo

Resolución

Análisis

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

5. ANÁLISIS

Resultados para el cliente

Comunicación analógica y digital

Selección del tema relevante

Implicación sistémica y desarrollos posteriores a la constelación

Las constelaciones familiares en la terapia grupal e individual

Ventajas de recurrir a las constelaciones familiares durante los talleres de terapia grupal

Movimiento de acercamiento interrumpido

6. VALORACIÓN Y SUGERENCIAS PARA FUTURAS INVESTIGACIONES

BIBLIOGRAFÍA

Para mi padre

*Nunca es demasiado tarde para tener
una infancia feliz.*

MILTON H. ERICKSON

PRÓLOGO

A LA EDICIÓN INGLESA*

ES PARA MÍ UN GRAN PLACER ver este libro publicado en inglés. Desde la primera edición del texto en alemán, en 1996, el método de las constelaciones familiares desarrollado por Bert Hellinger se ha extendido a nivel mundial. Por consiguiente, numerosas publicaciones sobre la aplicación de este método han aparecido en todos los idiomas más importantes, así como también vídeos de capacitación sobre talleres dirigidos por Bert Hellinger en todo el mundo¹. La página web www.hellinger.com ofrece información detallada al respecto.

Por el apoyo y la colaboración recibidos en la producción de la edición inglesa, me gustaría mostrar mi agradecimiento a las siguientes personas: primero y principal a Dirk Koschel, quien me guió con sabiduría a través del laberinto de problemas técnicos que encontraba a lo largo del camino; a mis amigas Susan Compton, de Ithaca, Nueva York, por la revisión del texto, y a Petra Kirchman por su asistencia bibliográfica; a Isabella Hell por las horas que dedicó a buscar agujas en el pajar de la literatura, y a mi traductora, Karen Leube, quien expresó mis pensamientos en palabras de un modo preciso y, al mismo tiempo, creativo.

Espero con ansia la publicación de mi segundo libro en inglés, programada para la primavera de 2003, y que también será producida por Carl-Aeuer-Systeme Verlag. Este texto se centrará específicamente en la aplicación de la constelación familiar en la terapia individual y se basará en mis numerosos años de experiencia en el campo terapéutico; en sus páginas describo el procedimiento paso a paso, desde el análisis de la historia familiar y la dirección de la constelación hasta la creación de una constelación de resolución. Encontrarás más información en la página web www.Úrsula-franke.de

URSULA FRANKE,
abril de 2002

* La autora agradece a quienes colaboraron con ella para la edición inglesa, dado que el libro original está escrito en alemán. (*N. de la T.*)

¹ Sobre historias y percepciones (Hellinger, 2002a), debate (Hellinger, Schützenberger y Sheldrake, 2000), demostración del trabajo de Hellinger (Hellinger, 1998; Hellinger, 2001; Hellinger, 2002b; Hellinger, 2002c; Hellinger y Hövel, 1999; Hellinger, Weber y Beaumont, 1998a; Hellinger, Weber y Beaumont, 1998b), especialmente con parejas (Neuhauser, 2001), sobre las constelaciones familiares y el chamanismo (van Kampenhout, 2001), sobre la enseñanza de las constelaciones familiares (a saber, Beaumont y Hellinger, 1999; Franke, con publicación programada para 2003; ulsamer, 2002; ulsamer, en preparación).

PRÓLOGO DE WILLI BUTOLLO

LA ANSIEDAD ES UN ESTADO INTERNO que incita a los seres vivos a afrontar las situaciones estresantes de manera defensiva. Los trastornos causados por la ansiedad surgen cuando esa forma defensiva de abordar los problemas comienza a ser aplicada de forma crónica y demasiado generalizada, es decir, cuando se la utiliza en casos en los que ni el tipo ni el alcance de la amenaza lo justifican. En el contexto de la psicoterapia, los trastornos de ansiedad suelen ser considerados una consecuencia directa de las experiencias intensivas y/o frecuentes que aparecen en la historia individual del cliente. Sin embargo, investigaciones recientes han indicado que los trastornos de ansiedad no pueden ser explicados únicamente como enfermedades neuróticas clásicas, puesto que pueden revelar así mismo otras características que pertenecen al área de los trastornos de personalidad.

Hellinger (1995) planteó la hipótesis de que los trastornos emocionales graves pueden ser el resultado de arrogaciones transgeneracionales sistémicas inconscientes basadas en una identificación inconsciente. Surge entonces la duda de si es posible detectar indicios de tales procesos en los trastornos de ansiedad, por lo general considerados alteraciones emocionales menos graves arraigadas en la biografía del cliente.

El estudio de Ursula Franke representa en la actualidad una primera tentativa de ofrecer una respuesta sistémica y empírica a la pregunta de si los trastornos de ansiedad pueden ser atribuidos a experiencias aversivas de la historia del cliente y, si es así, hasta qué punto. Franke indaga así mismo si es posible reunir pruebas que puedan ser atribuidas a las llamadas arrogaciones sistémicas, que sustentarían la teoría causal transgeneracional.

Cabe mencionar también que la autora ha modificado el método de las constelaciones familiares y le ha dado un nuevo giro, no sólo para revelar las estructuras de relación existentes, sino también para permitir que los clientes comprendan lo que supone adoptar el papel de miembros de la familia. De esta manera, la doctora Franke ha asumido la comprobación empírica de hipótesis basadas en la hermenéutica con el fin de determinar no sólo la causa de diversos trastornos emocionales, sino también hasta qué punto es posible actuar sobre ellos.

Este hecho tiene gran relevancia, porque es necesario investigar sistemáticamente los métodos terapéuticos empleados en la psicoterapia, por plausibles que puedan parecer cuando se los analiza desde una perspectiva anecdótica, caso por caso. Sólo entonces pueden ser tratados y utilizados como métodos de validez general.

Con frecuencia se ha planteado que la investigación que apunta a buscar esta validez suele ser

incapaz de tener en cuenta las múltiples facetas que analizan los casos de estudio y parece sacrificar mucha información en el proceso. Pero eso no la desacredita; por el contrario, debemos recordar que las observaciones surgidas de la información referente a terapias y decisiones terapéuticas basadas en estudios caso por caso adquieren implícitamente la misma validez general que la información recopilada en una investigación cuantitativa. La falta de precisión en el tratamiento de las observaciones hermenéuticas es una de las principales razones para la creación sectaria de «escuelas» en el campo de la psicoterapia. Para el público, la generalización debe ser más transparente y la investigación científica más accesible. Y el estudio de la doctora Franke es un primer paso en dicha dirección.

PROFESOR WILLI BUTOLLO

Munich, mayo de 1996

PRÓLOGO DE BERT HELLINGER

Estimada Ursula:

El método de las constelaciones familiares está ganando popularidad en muchos países, y se aprecia una clara demanda de una descripción científica tanto de los procedimientos como de las revelaciones que el método proporciona. Así que me satisface particularmente que su libro esté ahora disponible en otros idiomas.

Las relaciones tienden a orientarse hacia órdenes ocultos que, no obstante, pueden ser descubiertos a través de un cuidadoso análisis colocando a los participantes de estos órdenes en diferentes posiciones espaciales. Este método da lugar a nuevas posibilidades para comprender el entorno de los conflictos y para hallar soluciones que alivien a todos los involucrados. Y esto no se restringe únicamente al sistema familiar. La comprensión del funcionamiento de los órdenes puede convertirse en una herramienta para resolver conflictos eficazmente en otros sistemas también, como las organizaciones.

Lo que sabemos sobre la eficacia de un método no suele provenir de la investigación, sino de la cuidadosa observación de contextos de sistemas mayores; por consiguiente, resulta difícil encontrarle una base científica obvia. Después de todo, el conocimiento esencial se basa en la filosofía, el amor a la sabiduría, que mira más allá de lo obvio. La filosofía, de hecho, desea saber qué resulta beneficioso para la vida en un sentido más profundo. Así como la ciencia busca evidencia que pueda ser repetida, la sabiduría conoce lo ilimitado, aquello que se transforma dentro de lo permanente. Y eso es precisamente lo que abre la sabiduría a lo imponderable y constantemente nuevo. Al trabajar mano a mano, la ciencia consigue alejar a la filosofía de la especulación pura, y la filosofía logra evitar que la ciencia restrinja sus preguntas. Creo que su texto ha hecho justicia a ambas disciplinas.

Espero, entonces, que tanto usted como su libro continúen cosechando éxitos y, especialmente, que siga causando un impacto tan positivo y beneficioso sobre sus lectores.

Con mis mejores deseos,

BERT HELLINGER

PREFACIO

[...] de las cosas invisibles y de las cosas mortales sólo tienen certeza los dioses; a nosotros, como hombres, sólo nos está permitido conjeturar.

ALCMEÓN

EN LOS ÚLTIMOS AÑOS, el método de las constelaciones familiares de Bert Hellinger ha suscitado un gran interés en los círculos terapéuticos. La utilización de las constelaciones familiares para restablecer o crear orden en el sistema ha causado reacciones vehementes, tanto positivas como negativas, en terapeutas y clientes por igual, reacciones cargadas de emociones y convicciones. Desde mi primer encuentro con el método de trabajo de las constelaciones familiares me han sorprendido la claridad de la dinámica, el efecto que ha ejercido sobre mi propia vida y también los efectos que he podido observar en mis clientes.

El profesor Willi Butollo, mi asesor de doctorado, me permitió participar en su proyecto titulado «Terapia Gestalt en pacientes afectados de trastorno de ansiedad» y me dio libertad a la hora de diseñar mi estudio. A pesar de que su gesto demostraba su confianza hacia mí, lo cierto es que al mismo tiempo me suponía un enorme reto. En realidad no existe ningún modelo teórico básico para el método de las constelaciones familiares desarrollado por Hellinger. Por esta razón, considero importante identificar los comienzos del trabajo terapéutico con las constelaciones familiares y sus vínculos con otros métodos.

En la sección práctica del estudio se analiza el proceso de las constelaciones familiares sustitutas en la terapia individual. En mi propia consulta terapéutica trabajo principalmente con clientes individuales, pero dado que el método de las constelaciones familiares de Hellinger fue originariamente concebido para la terapia grupal, me vi obligada a modificar el proceso.

Con el paso del tiempo y a través de un activo intercambio con colegas (en especial Eve Kroschel y Eva Madelung), surgió un tipo de terapia individual que posteriormente utilicé para el estudio que nos ocupa. Basada en el trabajo de Hellinger, dicha técnica emplea un simple procedimiento que permite que el cliente conozca el sistema de relaciones. Emplear los resultados de investigaciones y tesis de Ivan Boszormenyi-Nagy también resultó sumamente útil.

Me gustaría agradecer a todas las personas que de una forma u otra hicieron alguna aportación a mi trabajo, desde la idea inicial hasta las etapas finales. En particular, doy las gracias a las siguientes personas: la doctora Eva Kroschel, quien me acompañó durante el proceso de investigación y escritura y siempre estuvo a mi lado para ayudarme a superar mis dudas y recuperar mi punto de vista en largos debates; a Dorothea Stelzer, cuyo sentido de la calma me dio valor para continuar cada vez que dudaba; al profesor Matthias Varga von Kibéd, quien demostró su entusiasmo por mí y mi trabajo desde el principio, y siempre estuvo presente cuando hacía falta dar otro paso; a la doctora Eva Madelung, quien me hizo conocer la terapia sistémica y el método de las constelaciones

individuales; a Marianne Franke-Gricksch, cuya fuente de conocimiento sobre las constelaciones familiares y la terapia de sistemas es inagotable; a Peter Nemetschek, por enseñarme personalmente la obra de Virginia Satir; a mis clientes y colegas, que confiaron en mí y me permitieron observar sus vidas y sus trabajos; a la Universidad Ludwig Maximilian de Munich, por su beca para investigación, y al señor Fuchs, por su apoyo técnico, tan útil y fiable.

Mi más especial agradecimiento a mi asesor de doctorado, el profesor Willi Butollo, quien me apoyó en todas mis ideas con enorme paciencia y calidez. Además, nunca dejó de contrastar ideas con sus sugerencias y peticiones, brindándome así la oportunidad de desarrollar mi propio trabajo. Durante cada fase del proyecto, sus consejos y debates me hicieron sentir a gusto y encaminada.

SECCIÓN TEÓRICA

Introducción

Hemos de recordar que lo que observamos no es la naturaleza en sí misma, sino la naturaleza expuesta a nuestro método de cuestionamiento.

WERNER HEISENBERG

LAS TEORÍAS DE LOS SISTEMAS y las constelaciones familiares dentro del contexto de la psicoterapia van mucho más allá del principio básico de la psicología, que considera el desarrollo biográfico como la principal fuente de trastornos y enfermedades. Esta visión, considerada válida durante bastante tiempo, no tiene en cuenta el punto de vista sistémico. El análisis y el uso de las ideas sistémicas están ganando terreno en la terapia, y el trabajo con las constelaciones familiares parece facilitar el acceso a las estructuras sistémicas dentro de la familia. El tipo particular de constelación presentado en este libro se basa en el trabajo de Bert Hellinger, quien se centra en conformar sistemas familiares². La aplicación de las constelaciones familiares de Hellinger entra en la categoría de terapia orientada a la resolución o terapia sistémica breve, dado que él pasa del problema en cuestión a una supuesta o posible resolución en un período muy corto. En la práctica, el método se basa en las técnicas del psicodrama, desarrolladas por Moreno, y la reconstrucción familiar, utilizada por Virginia Satir. Estas técnicas se conectan al método de Hellinger a través de sus orígenes filosóficos comunes.

Moreno desarrolló el psicodrama como una técnica terapéutica surgida del teatro de la espontaneidad. El psicodrama es la presentación de información emocional sobre un escenario real. La externalización y representación tangible de pensamientos, percepciones y sentimientos crea una imagen perceptible desde el exterior, que sufre una alteración en el curso de una sesión y, supuestamente, ejerce un efecto continuado como una imagen interna. Estos efectos también aparecen en la constelación familiar y crean una «mejor» imagen, de por sí sanadora, o «constelación de resolución,» que reemplaza la imagen de la situación problemática. Todo este proceso incluye la profunda comprensión de que cada persona pertenece a su propio sistema y, en un contexto mayor, al mundo. Estas ideas ya fueron presentadas en el trabajo de Moreno, cuyo marco en el contexto terapéutico es amplio: «Un método terapéutico que no tenga en cuenta estas enormes implicaciones cósmicas, el destino mismo del hombre, resulta incompleto e inadecuado» (Moreno, 1987, pág. 11).

En los años sesenta Virginia Satir presentó por primera vez un método que permitía hacer más

visible la estructura familiar en el mundo exterior, dentro del contexto de la reconstrucción familiar. Satir pedía a todos los miembros de la familia que, en la medida de lo posible, asistieran juntos a las sesiones. En grupo, los clientes u otros participantes representaban escenas típicas de su vida familiar, y al hacerlo quedaban en evidencia los patrones de sus relaciones familiares y el efecto que de dichos patrones ejercían sobre las personas afectadas (cf. Nerin, 1986). Como resultado, todos ellos podían ser modificados fácilmente.

En el aspecto teórico, Ivan Boszormenyi-Nagy aporta información sobre las estructuras básicas del compromiso sistémico —que él analizó durante décadas de investigación orientada a la práctica— desde el punto de vista de los vínculos que trascienden las generaciones. Encontró entonces patrones de relación que podían ser identificados a través de varias generaciones, pero que, según su descubrimiento, no resultan obvios, sino que ejercen su efecto sin que los miembros de la familia sean conscientes de ellos. En la práctica, la aplicación de estos descubrimientos tiene lugar en forma de discusiones entre los miembros de la familia, cuya finalidad es clarificar sus respectivas relaciones, expectativas y obligaciones. La aportación más significativa de Boszormenyi-Nagy es el análisis preciso y la descripción de este modelo y sus regularidades, además de una continua revisión en la práctica (Boszormenyi-Nagy, 1975; Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973; Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986).

En el concepto de constelación familiar de Hellinger, los clientes establecen la imagen interior de sus familias. Al hacerlo, los elementos de sus sistemas —es decir, los miembros de las familias— quedan retratados simbólicamente por los participantes de un grupo, reflejando las relaciones que mantienen entre sí. Los clientes, siguiendo los dictados de sus sentimientos o intuición, colocan a cada persona en el espacio que al parecer se ajusta mejor a ellos. Los representantes describen entonces sus percepciones, sentimientos y estado emocional, y experimentan su posición en el sistema reflejando diferentes grados de satisfacción o descontento.

La experiencia en la práctica ha conducido a suponer que las descripciones de los representantes se corresponden con el estado emocional de los miembros reales del sistema. Los representantes experimentan estas percepciones y sentimientos de forma personal e incluso física en algunos casos, sin conocer el entorno ni a las personas que están representando. La constelación familiar y las frases que pronuncian las personas que en ella participan ofrecen pautas sobre una relación estructural subyacente, así como una serie de ideas sobre cómo proceder. En el curso de la sesión, el terapeuta cambia la constelación hasta darle una forma en la que, idealmente, todos los representantes se sientan bien; él o ella puede también intervenir. La intención es crear una imagen en la que el cliente encuentre una solución, y no un problema.

La primera vez que participé en una constelación familiar me fascinó el hecho de que fuera posible disponer de información que no hubiera sido divulgada sobre la persona a la que se estaba representando, y que no podía ser «conocida» en ningún caso. Me impresionó tanto el método que durante dos años participé en grupos con colegas, y poco después comencé a trabajar con uno de ellos utilizando esta forma de psicoterapia de manera experimental. Por aquel entonces existía muy poca literatura disponible sobre el tema, y sólo podíamos acceder al trabajo de Hellinger a través de cintas de audio y conferencias, dado que él había dejado de dirigir grupos. Sin embargo, el trabajo presentado por Boszormenyi-Nagy cubría el ámbito teórico. El su libro titulado *Invisible Loyalties*

(*Lealtades invisibles*), publicado en 1973, explicó sus descubrimientos de una manera subjetiva orientándose hacia los problemas. Sin embargo, *Between Give and Take*, que apareció en 1986, explicaba una serie de posibilidades (orientadas hacia la solución) que surgen cuando dentro de un sistema se alcanza el equilibrio.

Desde entonces he tenido el privilegio de conocer tanto a Ivan Boszormenyi-Nagy como a Bert Hellinger en seminarios, y me siento profundamente agradecida por la manera en que ambos terapeutas me han enriquecido, tanto desde el punto de vista personal como en relación con mi trabajo terapéutico. Para mí existía una fructífera conexión entre las teorías de Ivan Boszormenyi-Nagy y la aplicación práctica de Bert Hellinger. Escribir este libro me brindó la oportunidad de tratar continuamente y durante varios años tanto con el lado teórico como con el práctico de las constelaciones familiares y todo lo que las sustenta. Eso me ha hecho comprender el tema mucho mejor y, al mismo tiempo, alcanzar una visión más clara sobre la aplicación del método en la terapia grupal e individual.

Este libro se divide en dos partes. La primera, la sección teórica, describe las características básicas de las constelaciones familiares según Bert Hellinger y el papel que desempeñan en el campo de la psicoterapia. Se ocupa así mismo de recordar a los precursores de este trabajo en la historia de la terapia, y de mostrar qué enfoques metodológicos coincidían y cuáles son las características particulares de las constelaciones. Al recopilar material y leer información sobre el tema, me resultó obvio que el enfoque de Hellinger se superpone al psicodrama de Jacob Moreno, la reconstrucción familiar de Virginia Satir y la terapia contextual de Ivan Boszormenyi-Nagy; sin embargo, las diferencias y similitudes entre estos enfoques no están demasiado claras. Presento entonces las bases históricas y teóricas, los objetivos terapéuticos, las intervenciones y las aplicaciones prácticas de estos diferentes enfoques, además de dar a conocer y debatir el método de las constelaciones familiares en la terapia individual. Este sistema da buenos resultados en la terapia individual cuando no existe ningún grupo o en los casos en que ciertos aspectos de las implicaciones sistémicas en la terapia deben ser analizados de forma más minuciosa.

La segunda parte del libro documenta la investigación práctica de este estudio, concretamente la manera en que las constelaciones familiares pueden ser utilizadas en la terapia individual. Analiza además de qué modo se recopilan los datos, y qué resultados producen las constelaciones en los clientes. Al mismo tiempo, estudia la interacción de las diferentes partes de la transferencia de información digital y analógica, que se convierte en un factor adicional en el proceso terapéutico dentro del contexto de las constelaciones familiares. A este análisis le sigue un debate sobre las estructuras sistémicas que han sido reveladas por las constelaciones o que pueden deducirse a partir de las mismas. También se debaten los límites de la terapia individual y las ventajas de las constelaciones en un entorno grupal.

Este estudio es una contribución más al trabajo científico en el campo de la psicoterapia en general y, específicamente, en el área de la utilización de las constelaciones familiares. Con el fin de establecer una base científica para esta técnica y determinar su lugar en la investigación científica, se creó una lista de criterios según los cuales se procedió a examinar y debatir el modelo hipotético y sus suposiciones. En este estudio siempre ha prevalecido el respeto por los clientes y el compromiso ético entre las normas de la investigación y el objetivo de producir resultados científicos.

² Este tipo de trabajo puede así mismo ser aplicado a otros sistemas, como organizaciones.

Tendencias en el desarrollo de la psicoterapia

«Acéptalos en ti, acéptalos como son, incluso aunque tú elijas vivir de otra manera, y estarás bien. Por extraño que parezca, ésa es la única manera de librarse de ellos»³.

DESDE QUE GREGORY BATESON y Don D. Jackson analizaron la posibilidad de conexión entre los procesos familiares y las enfermedades esquizofrénicas en los años cincuenta en Palo Alto, y revelaron el significado del «sistema» para el individuo (Marc y Picard, 1984), los procedimientos terapéuticos reunidos bajo la denominación «terapia familiar» han adquirido cada vez mayor importancia. A pesar de que en numerosas ocasiones se ha intentado definir los conceptos «terapia familiar» y «terapia sistémica,» ninguno de los dos puede ser claramente delineado en la práctica. La terapia familiar está considerada un trabajo con toda la familia que puede abarcar una o varias generaciones. La terapia individual también está incluida en este concepto cuando se toma en consideración la influencia familiar y las relaciones recíprocas (cf. Weiss y Haertel-Weiss, 1991). Todos estos métodos comparten un punto de vista sistémico, descrito como «un nuevo paradigma, una nueva manera de pensar y de analizar y tratar los problemas emocionales» (cf. Massing, Reich y Sperling, 1994, pág. 42, trad.: KL⁴). Por consiguiente, los clientes ya no son considerados individuos, sino componentes en el marco de un contexto. La visión sistémica enfatiza que el paciente se inserta en dicho contexto y está sujeto a sus leyes. En otras palabras, las acciones y el comportamiento del cliente, sus trastornos emocionales y enfermedades psicosomáticas ya no se explican estrictamente en función de su biografía, sino como el resultado de una interacción constante entre el individuo y el sistema⁵.

Para el trabajo terapéutico, esto implica una posible modificación del individuo a partir de un cambio en el sistema, y un cambio en el sistema circundante a través de la modificación del individuo. «No es posible definir la terapia familiar simplemente como un nuevo método de tratamiento; se trata de una nueva manera de conceptualizar la causa y la cura de los problemas psiquiátricos. Los terapeutas familiares se distinguen como grupo porque comparten una idea. Si el individuo tiene que cambiar, el contexto en el que vive también ha de modificarse. La unidad de tratamiento ya no es la persona, aunque se entreviste únicamente a un individuo; se trata en realidad de un grupo de relaciones en las que esa persona está inserta» (Haley, citado en Stierling, 1977, pág. 13).

El punto de vista sistémico y el procedimiento terapéutico en él basado ejercen un profundo

impacto sobre los clientes. Como parte de un sistema global cuyos elementos están siendo transpuestos constantemente, cada uno de estos elementos ejerce a su vez cierto impacto sobre el todo. Para los clientes, ello significa que es posible considerarles personas responsables, impactantes y capaces de dar forma a su entorno. Consiguen verse como el punto de partida del cambio, porque cuando un elemento del sistema es modificado o cambia, da pie a otra alteración en la totalidad del sistema, lo cual produce a su vez un impacto sobre todos sus elementos. La constante interacción, los efectos recíprocos y los vínculos implican que las acusaciones tendenciosas ya no tienen cabida; por el contrario, lo que se produce es un desarrollo mutuo. Esto suele provocar en los clientes una gran sensación de alivio, porque ya no se sienten forzados a asumir la responsabilidad de situaciones ni comportamientos propios que no puedan explicar como individuos aislados. De hecho, es posible que ni las experiencias ni los comportamientos sean comprendidos hasta que se los analice como una interacción de todos los participantes.

En las diversas formas de terapia familiar o terapia sistémica, las nociones básicas son las mismas. El entorno, sin embargo, puede variar. El pensamiento sistémico es aplicable a la terapia individual, grupal y familiar, así como al trabajo sistémico con organizaciones, empresas o escuelas. La resolución de conflictos puede centrarse en la familia actual o en la familia extendida hacia varias generaciones atrás; y las personas reales —padres, hijos y abuelos— pueden participar en la terapia de forma directa, aunque también existe la posibilidad de representar sus intereses y su existencia durante las sesiones sin que su presencia sea imprescindible, ni tan siquiera el hecho de que estén vivos o no.

Las suposiciones básicas del procedimiento implican que las alteraciones y los conflictos que tienen lugar en la generación actual suelen encontrar una explicación en los conflictos inconscientes entre padres y abuelos o entre los miembros de una pareja y sus respectivos padres. Además, los mismos conflictos se repiten una y otra vez en la familia, lo cual puede ser interpretado como una «compulsión interfamiliar por la repetición» (Massing, Reich y Sperling, 1994, pág. 21; trad.: KL). La cuestión entonces puede resolverse trabajando sobre las redundancias disfuncionales de la interacción familiar en el lugar en el que originalmente evolucionaron, es decir, en los acontecimientos o acciones observables dentro del sistema en el pasado. El objetivo no es sólo delegar los problemas a las generaciones anteriores, sino llegar al conflicto básico (cf. Massing, Reich y Sperling, 1994, pág. 22), que suele incluir componentes como el destino, la guerra y accidentes o enfermedades graves que dan lugar al sentimiento de culpa. A medida que crece nuestra información sobre los vínculos sistémicos, resulta más evidente que no es posible culpar a una o más personas. En términos generales, esta situación facilita a los clientes reconciliarse con su propio pasado, que también incluye a otros miembros del sistema. En consecuencia, la reconciliación desempeña un importante papel en la terapia sistémica, si se pretende lograr que «[...] el conocimiento no sea experimentado como una carga de las generaciones contra la cual el individuo carece de recursos, o a la que tiene que aceptar como su destino» (Conen, 1993, pág. 84; trad.: KL). Y resulta particularmente significativo para las personas que estuvieron políticamente vinculadas al Tercer Reich. Sin librar a los individuos de su responsabilidad y vínculos éticos, el punto de vista ya varía. «Más que cualquier otro método terapéutico, la terapia familiar transgeneracional suele mostrar un punto de vista histórico en el que las personas son consideradas víctimas de sus respectivas circunstancias. Sin embargo, con frecuencia muchos de los involucrados

suelen calificarse de verdaderas víctimas de su tiempo en lugar de verse como personas independientes que actuaban de forma autónoma» (Massing, Reich y Sperling, 1994, pág. 23; trad.: KL).

³ Joel en una conversación con Helen en *The Lying Days*, de Nadine Gordimer: «Rehacerlos implicaría deshacerse de ellos tal como son. Y claro, no puedes hacer eso. Tampoco puedes conseguirlo yéndote a vivir a otro sitio. Ni siquiera lo logras evitando volver a verlos en toda tu vida. Hay algo en ti que es ellos, y esa perdurable fibra tuya te hará sufrir y te desestabilizará dondequiera que huyas... a menos que la aceptes. Debes aceptarlos en ti, aceptarlos como son, incluso aunque tú elijas vivir de otra manera, y estará bien. Por extraño que parezca, ésta es la única manera de librarse de ellos» (1953, pág. 126).

⁴ Todas las citas marcadas como «trad.: KL» han sido traducidas por mí [Ursula Franke].

⁵ En psicología, este desarrollo se corresponde con el pensamiento ecológico apreciable en los campos de la ciencia y la tecnología.

Las constelaciones familiares en la práctica

Un hombre nunca es un individuo; sería más adecuado llamarle singular universal.

JEAN-PAUL SARTRE

Áreas de aplicación

Tanto la constelación como la escultura familiar son aplicables a un amplio abanico de situaciones terapéuticas y de asesoramiento, capacitación, educación continua y supervisión. Ninguno de estos métodos posee una forma fija, y ambos pueden variar según el propósito y el entorno de su aplicación. En el contexto de la terapia son utilizados para diagnosticar y encontrar soluciones, mientras que en el entorno empresarial y de los negocios son aplicables a la formación del personal, sin olvidar así mismo que son utilizados en grupos de supervisión o en familias sanas como medida preventiva contra una crisis (Papp, Silverstein y Carter, 1973). Puesto que estas técnicas atraen cada vez más atención, se están llevando a cabo experimentos para aplicarlas en campos relacionados⁶.

Sistema

Los analistas de sistemas (cf. Forrester, 1972, por ejemplo) y los psicólogos cognitivos (cf. Dörner *et al.*, 1983) han descifrado las características del comportamiento de los sistemas complejos. Según sus descubrimientos, las redes de sistemas complejos son no lineales, lo que explica por qué sus comportamientos son «contraintuitivos». Las causas y los efectos no están estrechamente conectados, sino que son variables y están implicados en términos de tiempo y espacio, y tangibilidad y operabilidad. Los sistemas complejos, por consiguiente, son difíciles de modificar, y las intervenciones no suelen provocar ningún efecto porque los sistemas apenas reaccionan a un cambio en varios de sus parámetros. Sin embargo, aunque dichos parámetros pudieran ser determinados y cuantificados con precisión, el efecto producido por el cambio sólo sería sutil. No obstante, existen unos pocos cambios en los parámetros y la estructura que sí producen una respuesta en los sistemas complejos de manera fiable y precisa. Un análisis riguroso de la dinámica de los sistemas permite identificar estos espacios (cf. Willke, 1988). Así, el objetivo de F. Duhl, Kantor y B. Duhl (1973) de presentar la complejidad de un sistema en una forma igualmente compleja, analógica, es decir, no verbal, parece bastante apropiado, dado que los conceptos y los métodos basados en el lenguaje que han sido utilizados hasta ahora han resultado ineficaces. Dentro de las investigaciones de la dinámica de los sistemas, las constelaciones de Hellinger parecen ofrecer la posibilidad de descubrir los parámetros centrales que permiten realizar un cambio en el sistema familiar.

En contraste con las constelaciones antes mencionadas, la escultura familiar funciona en el ámbito de la modificación de la estructura transaccional de los miembros de la familia entre sí. El cambio puede tener lugar cuando los clientes ven el contexto de sus sistemas y entienden cómo funcionan. «Creemos que el individuo sólo puede cambiar si es capaz de trascender el sistema que es su contexto, y no consigue trascenderlo hasta que conoce su funcionamiento» (Papp, 1976, pág. 465 y subsiguientes).

Escultura – reconstrucción – constelación

Las denominaciones «escultura,» «reconstrucción» y «constelación», que suelen ser utilizadas como sinónimos, aluden a un método en el que las personas «se convierten» en representantes de los elementos de un sistema en un espacio. De esta manera, observadores o terapeutas logran obtener información sobre un sistema que, de lo contrario, sería prácticamente imposible recopilar en el mismo nivel de complejidad a través de medios verbales. Dependiendo del modelo teórico empleado por el terapeuta, la información reunida tiene que ver con la calidad de las relaciones entre los miembros o bien con las características estructurales del sistema. Al igual que en el psicodrama, es posible reproducir situaciones en varios períodos —incluidos el presente, el pasado y un posible futuro— a través de las esculturas, que ofrecen la oportunidad de crear una nueva constelación de escenas y patrones de relación relevantes tanto para las familias de origen de los clientes como para sus sistemas de relaciones actuales (cf. Ritscher, 1988, pág. 71). Este método puede aplicarse de muchas maneras. Los clientes explican sus sistemas familiares y sus deseos de desarrollo durante la terapia individual, en un grupo terapéutico o, tal como Moreno presentaba su psicodrama, frente a una gran audiencia. Los distintos papeles pueden ser asumidos por miembros reales de la familia o por representantes, y los participantes pueden reproducir escenas reales o imaginarias y a través de su actuación revelar un potencial futuro y varias posibles resoluciones.

Numerosas fuentes aseguran que la idea de escultura o escultura familiar fue desarrollada por terapeutas de la escuela sistémica de pensamiento en una de las primeras instituciones de terapia familiar, el Instituto Ackermann de Nueva York. Dichos terapeutas, F. Duhl, Kantor y B. Duhl (1973, cf. Simon y Stierlin, 1984) desarrollaron este método con el fin de reproducir, en el contexto de la terapia, un retrato exhaustivo de las complejas relaciones que tienen lugar en el seno de la familia. Se desconoce la identidad del verdadero creador del método. Papp (1976, pág. 465) se refiere a Kantor como el «inventor,» en tanto que Virginia Satir describía la escultura como una herramienta de su propia creación (Varga von Kibéd, comunicación personal). En cualquier caso, fue Virginia Satir (1972) la responsable de popularizar dicho método. Con posterioridad, la técnica también fue utilizada en la representación de otros sistemas. La escultura familiar se basa en el psicodrama y es un método terapéutico y diagnóstico que puede ser utilizado para retratar patrones de relación familiar, en especial la proximidad o la distancia entre los miembros de la familia, las jerarquías familiares y el comportamiento no verbal, de forma tanto espacial como visual (cf. Simon y Stierlin, 1984, pág. 100).

Papp describe la escultura familiar como el resultado del intento de Kantor de «[...] traducir la teoría sistémica en forma física a través de disposiciones espaciales» (Papp, 1976, pág. 465). Ya en los años cincuenta, influido por el psicodrama, Kantor comenzó a investigar el significado del espacio en las relaciones humanas con el fin de interpretarlo como una metáfora dentro de estas relaciones. Según Papp, el término «escultura» es otra manera de describir una condición estática, y por consiguiente no resulta demasiado apropiado. Una palabra más acertada sería «coreografía», dado que la reproducción de relaciones emocionales siempre debe tener lugar en forma de movimiento. El término «postura,» utilizado por Virginia Satir, alude al «posicionamiento» de los

patrones de comunicación que ella posteriormente denominó «escultura familiar» (cf. Duhl, 1992, pág. 125).

Virginia Satir trabajaba con toda la familia siempre que fuera posible y aplicaba las esculturas familiares para mostrar los patrones de relación y comportamiento dentro del núcleo de la familia. Para conseguirlo, pedía a cada miembro que adoptara varias posturas físicas que se correspondían con la estructura de la relación y que eran ilustradas a través de expresiones faciales y gestos. Al repetir los gestos, los patrones de comportamiento quedaban exagerados y, por consiguiente, eran llevados al absurdo. De esta manera Satir allanaba el camino hacia patrones transaccionales alternativos más apropiados para las necesidades de la familia y el individuo.

El término «reconstrucción» suele ser empleado en ocasiones en el sentido de «escultura» o «constelación,» pero tiene un significado propio que va más allá de los dos términos anteriores. El trabajo con la escultura es una parte del proceso de reconstrucción familiar que también incluye un «geno-grama,» es decir, un árbol genealógico, y una investigación intensiva sobre la historia de la familia de origen (véase el capítulo sobre Virginia Satir).

«Constelación familiar» es el nombre estándar adjudicado al trabajo de Hellinger, que él mismo denomina «posicionamiento familiar». Hellinger no utiliza esta técnica para analizar las interacciones entre los miembros de la familia, sino para identificar las estructuras de solidaridad generacional y las implicaciones sistémicas asociadas a ellas. En las «constelaciones», los papeles no son representados por los miembros de la familia, sino por otras personas del grupo. Dentro de las constelaciones familiares, el terapeuta se vale de la comunicación directa que le proporcionan los representantes sobre cómo se sienten en sus papeles y posiciones particulares, para probar las hipótesis y desarrollar una resolución a través del orden que se ha producido en el sistema. Dentro del contexto de una constelación familiar, según Hellinger, medir las distancias o los ángulos no resulta significativo. Por consiguiente, la estructura sobre la que se basa la familia no se revela de forma lineal, sino que sólo puede ser deducida utilizando un modelo hipotético.

Descripción de una constelación familiar

La constelación familiar fue concebida como un procedimiento de terapia grupal. En primer lugar, el terapeuta mantiene una breve entrevista preliminar durante la cual se deducen las identidades de las personas significativas y los hechos más relevantes a partir de la historia familiar del cliente. A continuación, éste elige a algunos miembros del grupo para que representen a los miembros de su familia y a sí mismo⁷. Las personas escogidas como representantes se sitúan en la sala, y el cliente, guiado por su intuición, les dirige para que ocupen las posiciones «precisas».

Después de este primer paso, los representantes describen, de uno en uno, sus sentimientos, percepciones físicas y relaciones dentro de la familia. Con frecuencia, algún representante no se siente a gusto en su posición, así que a partir de los comentarios de los representantes y las ideas del terapeuta sobre el orden, este último cambia la posición de los representantes para que al final cada persona se sitúe en el lugar que le resulte más cómodo o adecuado. Para que esto suceda, suele ser necesario que los representantes efectúen correcciones entre sí y también en relación con el cliente, quien participa activamente al final de la sesión adoptando el papel de su representante. En los capítulos siguientes analizaremos las implicaciones que permiten comprender estas intervenciones, así como las desviaciones de esta forma básica y otros procedimientos.

La experiencia ha demostrado que un grupo debería contar con entre doce y veinte participantes. Lo óptimo sería que estuviese compuesto por igual número de mujeres que de hombres, lo que en la práctica, sin embargo, difícilmente se consigue. Si se cumplen estas condiciones, se dispone de suficientes candidatos para todos los papeles. No obstante, no se trata de un requisito imprescindible, y el mismo Hellinger afirma que «cada persona puede resultar de gran ayuda en cualquier papel» (transcripción no publicada de un vídeo, correspondiente a un seminario que tuvo lugar del 25 al 27 de noviembre de 1994 en Munich)⁸.

La constelación familiar real está precedida por una breve conversación. El terapeuta obtiene información sobre las personas que pertenecen al sistema familiar del cliente, dado que todos ellos han contribuido al surgimiento de la constelación: padres y hermanos, parejas anteriores, personas relacionadas o casadas con los padres del cliente en el pasado y miembros de la familia que han muerto, en especial niños. Se enfatiza particularmente en las personas que han quedado excluidas del sistema, que han sido olvidadas o cuyo nombre resulta «impronunciable,» tabú, o que han cedido su lugar a otras personas. Los datos relevantes para las constelaciones incluyen secretos, enfermedades graves o acontecimientos críticos como una guerra, la vinculación con el nacionalsocialismo en el pasado o una muerte prematura.

El terapeuta decide si se debe reproducir el sistema de origen o el actual. Por lo general, se suele optar por el sistema de origen, porque se supone que las dificultades actuales derivan de las estructuras de la familia de origen. Se ha demostrado que a los clientes les ayuda mucho plantear preguntas directas cuando existe alguna cuestión que desean abordar. Esto puede provocar que el centro de atención se dirija a un área de la consciencia y que facilite el hallazgo de una resolución. También se ha comprobado que el «momento preciso» tiene mucha importancia, una circunstancia en la que el cliente se sienta especialmente preparado para permitir que se produzca un cambio⁹. El

cliente nombra a las personas que pertenecen a su sistema familiar, elige a los representantes y los reúne. Después del posicionamiento inicial, el cliente puede andar alrededor del grupo y realizar ligeros ajustes, tras lo cual toma asiento.

A modo de preparación para facilitar que los participantes asuman sus roles, algunos terapeutas ayudan a los representantes a percibirse a sí mismos y sus cuerpos mediante ejercicios de concentración, relajación o meditación, ya sea antes o durante la constelación. Una técnica eficaz para dirigir la atención y centrar las percepciones deseadas consiste en realizar un viaje guiado por el cuerpo. Durante el mismo, el representante camina por todas las partes y áreas de su anatomía y centra su atención en la posibilidad de experimentar cualidades adicionales. Las instrucciones pueden incluir frases como: «Siente cómo te encuentras situado en el suelo (sentado sobre la silla), siente tus pies sobre el suelo y dirige tu ojo interior desde las plantas de los pies hasta los tobillos, las pantorrillas, los muslos, la pelvis, el estómago, el pecho; sigue subiendo hasta los hombros, los brazos, las manos y luego a la garganta, la cabeza y el rostro. Observa tu respiración, tu ritmo cardíaco, la forma en que percibes tu cuerpo, tus sentimientos, imágenes, pensamientos y fantasías». A continuación se formula una pregunta directa a la primera persona, como: «¿Qué tal te sientes en este sistema, en este papel, papá?».

En contraste con el psicodrama o la escultura familiar, los representantes no llevan a cabo ninguna acción; por el contrario, son observadores que describen sus percepciones. Al hacerlo, asumen la posición que les ha sido asignada y dirigen la atención hacia su interior, a sus percepciones físicas y emociones. Para concentrarse mejor, si lo desean pueden mantener los ojos cerrados. El terapeuta formula preguntas a cada persona, una tras otra, y todas dan a conocer sus percepciones.

En el papel asumido, las percepciones pueden incluir reacciones vehementes, sentimientos intensos y sensaciones físicas; y todas se parecen a las percepciones y sentimientos correspondientes a la persona cuyo papel ha adoptado el representante. Algunos clientes confirman que la elección y la inflexión de las palabras, los gestos y la localización y el alcance de la sensibilidad física como el dolor o el temblor se corresponden de manera exacta con los de la persona representada. Algunos representantes son menos adecuados para adoptar papeles de otras personas, en especial si están preocupados por conflictos o sentimientos, o están acostumbrados a los exabruptos emocionales por su trabajo en otros tipos de terapia. Es entonces conveniente centrarse en las sensaciones físicas, con el fin de evitar las influencias cognitivas intensas que podrían conducir a «especulaciones emocionales» (Eva Madelung, comunicación personal). Esta estrategia es así mismo aplicable a la terapia individual si el cliente continúa de un modo demasiado cognitivo y expresa sus ideas, imágenes deseadas y fantasías de relaciones. Al parecer, las percepciones físicas son más reales y significativas para la reproducción de las estructuras supuestas.

Durante el proceso terapéutico de modificación del sistema en el que se consigue alcanzar una resolución, el terapeuta interviene de diferentes maneras. El objetivo es producir un orden con el fin de revelar las implicaciones sistémicas y, en la medida de lo posible, resolverlas. Hellinger ha desarrollado intervenciones que se corresponden con las diferentes estructuras. En la imagen representada a través de una constelación familiar se crea un orden determinado cambiando las posiciones de los representantes. Las generaciones quedan definidas con claridad, los representantes

se sitúan de tal manera que puedan establecer contacto visual entre sí, y se recuerda el orden cronológico. Otras intervenciones incluyen que los representantes verbalicen este orden representado frente a los otros, pronuncien hechos o sentimientos, u honren a los miembros del sistema que hasta el momento no lo han sido inclinándose ante ellos. Quienes han sido excluidos u olvidados pasan entonces a ser incluidos y valorados como miembros del sistema (cf. Hellinger, 1995 y 2001a; Weber, 1998).

Constelación ideal y constelación de resolución

El término «constelación ideal» se refiere a una reproducción esquemática de la estructura interna de la familia. Durante las intervenciones en el contexto de la constelación familiar, el orden se reproduce de acuerdo con un ideal y las intervenciones se basan en la suposición de que un orden es válido para sistemas similares. Sin embargo, dado que cada familia difiere en estructura de las demás, las reacciones a esta constelación ideal pueden proporcionar información sobre las características especiales de la estructura familiar. Las pautas básicas para el orden de una constelación ideal incluyen una separación de generaciones, un orden de nacimiento dispuesto cronológicamente desde la perspectiva de los padres, y la representación de personas que hasta el momento han estado ausentes en el sistema y que se hacen visibles cuando se les coloca a la vista de todos los demás miembros. «Los padres forman un grupo y los hijos otro, y se les coloca en el orden de la jerarquía de origen, siguiendo el sentido de las agujas del reloj» (Hellinger, 2001a, pág. 96). Esta constelación ideal es un boceto de solución que actúa como sugerencia o primer paso. Por lo general, la mayoría de los clientes solicitan más cambios u otras intervenciones. Si no existen implicaciones sistémicas o movimiento de acercamiento interrumpido hacia la madre o el padre, es posible asumir que el cliente puede aceptar esta sugerencia. Desde otro punto de vista, si el cliente considera que una constelación ideal es una imagen apropiada, puede ser interpretado como un signo de que no existen implicaciones sistémicas.

La terapia con constelaciones familiares ha demostrado la gran importancia que tiene cada una de las personas que ha contribuido a que la familia se convierta en un sistema. Si un individuo queda excluido, acaba situado tras un «agujero» percibido por todos los miembros, o bien permanece en el sistema a través de uno de sus descendientes. En su exhaustivo estudio sobre las constelaciones familiares, Toman explica: «Las pérdidas de miembros de la familia[...] representan cambios significativos en la constelación familiar de una persona. Afectan las experiencias vitales de todos los miembros de la familia, no tanto por la pérdida en sí como por la ausencia permanente de la persona perdida» (1976, pág. 41). Si un miembro que ha sido excluido regresa al sistema, todos sus miembros experimentan una sensación de alivio (cf. Schweitzer y Weber, 1982).

En la constelación misma, el reconocimiento de la persona excluida o ausente cambia el estado anímico de los representantes, quienes aseguran sentirse mejor y aliviados, como si una ola de energía les hubiera cubierto. «Te sientes completo cuando todas las personas que pertenecen a tu sistema tienen un lugar en tu corazón.[...] Sólo cuando has conseguido esa plenitud eres libre de desarrollarte y seguir adelante. No te sientes completo si un miembro de tu familia está ausente» (Hellinger, 2001a, pág. 230).

Una vez que surge la constelación de resolución, el cliente adopta la posición que ocupaba su representante. En el proceso terapéutico resulta fundamental que los clientes pronuncien importantes palabras resolutivas y lleven a cabo acciones relevantes para la resolución. En ciertos casos los clientes adoptan la nueva imagen de su familia desde esta posición sin ninguna intervención posterior. Pero para otros resulta complicado colocarse en su posición dentro del sistema. Es importante respetar entonces sus deseos. En casos como el antes mencionado, el cliente

puede observar la constelación de su familia por encima del hombro de su representante, o bien mirar la nueva constelación desde fuera.

Suele observarse que cuando un representante asume un papel, la temática que se le plantea tiene algo que ver con su propia vida. Para explicar este hecho debería tenerse en cuenta que cada problema humano se relaciona con una experiencia o una potencial experiencia de otra persona. Sin embargo, en ocasiones algunas constelaciones muy especiales coinciden entre sí, y tales coincidencias pueden aparecer en casos en los que se produce un inusual orden de nacimiento o un destino extraordinario. A veces un miembro del grupo es elegido siempre para desempeñar el mismo papel a pesar del hecho de que no parece demasiado apto para ese rol debido a su apariencia o edad.

Los procesos en los que se basa este fenómeno no están muy claros, y es probable que así continúen a pesar del conocimiento y las posibilidades de investigación actuales. En cuanto al efecto terapéutico dentro del contexto de la terapia grupal, resulta significativo que el hecho de observar y desempeñar un papel inicie procesos terapéuticos tanto en los observadores como en los representantes. Moreno se refiere a este fenómeno como «catarsis de observador y grupo» y nota que «las personas que presencian una actuación psicodramática suelen quedar muy perturbadas. En ocasiones, no obstante, abandonan la sala sintiéndose muy aliviadas, casi como si lo que acabaran de ver en el escenario hubieran sido sus propios problemas» (Moreno, 1987, pág. 56).

Las constelaciones familiares en la terapia individual

Desde que en el campo de la terapia comenzó a adoptarse la perspectiva sistémica, tanto los terapeutas como los investigadores han intentado transferir esta forma de pensamiento a la terapia individual. Ya en los años sesenta Murray Bowen comenzó a hacer terapia familiar con una sola persona con el fin de ayudar a esta última a cambiar como individuo en el contexto de su propia familia (cf. Carter, 1976, pág. 193 y subsiguientes). En esos casos era necesario aplicar también tanto las ventajas del pensamiento sistémico como sus consecuencias aunque ningún miembro de la familia asistiera a la sesión, ya fuera porque les resultaba imposible participar o porque no estaban dispuestos a hacerlo. Virginia Satir, por ejemplo, utilizaba sillas u otros objetos como sustitutos de los miembros de la familia que se encontraban ausentes¹⁰. Varios autores, como Weber y Simon (1987) o Weiss y Haertel-Weiss (1991) describen un posible procedimiento sistémico en la terapia individual, y enumeran una serie de indicaciones para la terapia sistémica individual y la terapia familiar sistémica (cf. Weiss y Haertel-Weiss, 1991, pág. 74 y subsiguientes).

La escultura familiar o el trabajo con constelaciones familiares en el marco de la terapia individual están presentes en distintos métodos. Algunas técnicas para llevar a cabo constelaciones familiares utilizan peluches o figuras en miniatura, representan la estructura familiar en un tablero de ajedrez o realizan dibujos sobre un papel. Todos estos procedimientos suelen ser empleados como un componente del proceso de diagnóstico familiar (cf. Arnold, Engelbrecht-Philipp y Joraschky, 1987) cuyo objetivo es determinar el significado de un síntoma en el contexto familiar, revelar conflictos o permitir experimentar la atmósfera familiar. Como en el caso de la escultura, la premisa básica es que es posible obtener una representación más o menos exacta de las relaciones a partir de las distancias y los ángulos, y que la proximidad de las figuras puede actuar como parámetro para percibir la cercanía emocional entre las personas.

La aplicación de las constelaciones familiares en la terapia individual tal como plantea este estudio sigue el diseño propuesto por Hellinger. Al igual que en las constelaciones familiares de la terapia grupal, el objetivo es revelar la estructura básica que desafía las medidas cuantitativas y exige otros criterios de interpretación¹¹.

Para posicionar a las personas en el espacio, el cliente puede utilizar cualquier objeto: folios en blanco o coloreados, almohadas y cojines, trozos de tela de varios colores o incluso zapatos (cf. Hellinger, 2001a). De todas formas, resulta más eficaz recurrir a objetos sobre los que una persona pueda ponerse de pie. De este modo, el cliente puede introducir su presencia física en el juego y recopilar información sobre sus propias percepciones y sentimientos, todo lo cual difiere completamente de la «forma en miniatura» de la constelación, en la que el cliente observa figuras diminutas desde fuera y sólo recurre a su cognición y observación para participar.

Con el fin de centrar la atención en el área deseada, se recomienda practicar una relajación profunda al comienzo de la constelación familiar. Esto ayuda al cliente a concentrarse en lo que está sucediendo en el momento, a dirigir su percepción a su cuerpo, que actúa como el contenedor de información y, a través de la respiración profunda y la relajación, a crear una atmósfera más abierta y relajada entre cliente y terapeuta. A continuación, el cliente asigna un trozo de papel a cada

miembro de su familia marcándolo con un símbolo, un número, un nombre o incluso un dibujo, y esparce los papeles por la sala. Una vez más se le pide que busque la colocación más idónea para cada persona. Un papel en blanco es el signo de la «metaposición,» una posición fija desde la cual el cliente puede echar un vistazo a la cambiante constelación familiar durante el curso de la sesión.

La metaposición representa una localización desde la cual el cliente puede enfrentarse al sistema de su familia en un metanivel. Deriva de la programación neurolingüística (PNL), y es utilizada por terapeutas como Robert Dilts para reflexionar acerca de los distintos puntos de vista posibles dentro del trabajo terapéutico aplicado a la propia biografía. «Crea [la metaposición] distancia en relación con lo que está sucediendo en el momento y por consiguiente facilita alcanzar un mejor panorama general de la situación.[...] En consecuencia, se crea un segundo nivel de percepción de un determinado contexto, y es posible reflexionar directamente sobre el acontecimiento momentáneo a este nivel» (Rückerl, 1994, pág. 61; trad.: KL). En este caso se aleja al cliente de su percepción holística para conducirlo a su propio proceso de pensamiento analítico. Se le pide entonces que describa y evalúe lo que ve y lo que ha experimentado hasta ese punto en el curso de los acontecimientos (véase «Transferencia de información analógica y digital»).

El cliente entonces se traslada a la posición en la que ha colocado un folio para sí mismo y, tal como hace en las demás posiciones, presta atención a sus percepciones físicas y sentimientos emergentes. Con el fin de que elabore frases más precisas y concretas, suele ser conveniente que cierre los ojos, preste atención a su respiración y analice sus percepciones fisiológicas individuales, como su pulso o equilibrio. El terapeuta puede ayudarle dándole instrucciones, y a partir de éstas, el cliente asume las posiciones de las diferentes personas representadas en la constelación. Mientras lo hace, recurre a su percepción para recoger información sobre cada miembro de la familia. En contraste con la constelación grupal, en la que cada persona tiene un representante y el cliente escucha desde fuera las frases que pronuncia el representante, en la constelación individual recopila toda la información por sí solo, recorriendo así el círculo de percepción de varias personas. Esto se convierte en un particular reto para la capacidad del cliente. En el trabajo grupal, la constelación puede ser transformada lentamente a lo largo de varias etapas y ser comentada por los representantes paso a paso. Dependiendo del caso, además, esta técnica debería ser utilizada con moderación para no sobrecargar de información al cliente. Por esta razón, en el presente estudio elijo ir directamente a la «constelación ideal,» en la que se representa un potencial orden del sistema sin hacer paradas a lo largo del camino una vez que el cliente ha determinado la constelación inicial. Es la propuesta para una constelación de resolución inicial que representa un paso en el proceso terapéutico, si bien a partir de esta imagen surgen ideas para pasos subsiguientes.

Estado emocional de los representantes

Un elemento importante para el potencial avance del proceso terapéutico es el conjunto de frases que pronuncian los representantes sobre cómo se sienten en los papeles que representan y qué les parecen sus posiciones. Dentro de una constelación, se ha observado que una particular postura corporal no sólo evoca determinados sentimientos, tal como describe Satir (1991), sino que cada una de las posturas del sistema está conectada a percepciones específicas de naturaleza física, y también a emociones. En la práctica, se ha demostrado que los cambios de posición y de dirección de un representante producen cambios de percepción que le afectan no sólo a él mismo, sino incluso a uno o más de los demás representantes (cf. Sparrer y Varga von Kibéd, 1995). Mientras esto sucede, una serie de cambios diminutos puede desencadenar efectos a gran escala. Los cambios pueden apreciarse en que la persona se siente mejor o peor; es posible, por ejemplo, que mientras los representantes desempeñan su papel sientan repentinamente las manos o los pies fríos, experimenten una marcada sudoración o sufran dolores intensos, náuseas o cualquier otro síntoma. Las diferentes percepciones en distintas posiciones, no obstante, permanecen constantes cuando el sistema circundante no se modifica. Si, por ejemplo, una persona se da la vuelta y percibe que se siente mejor o peor, su condición previa reaparecerá cuando gire o regrese a su posición inicial. La distinción parece ser muy precisa, porque con frecuencia sólo un pequeño paso o un diminuto ajuste en la posición generan la sensación de que se ha dado con la posición «correcta». Se observa que el orden del sistema y la inclusión y la veneración de cada una de las personas que pertenecen a él provocan que los representantes se sientan bien en sus papeles.

La individuación, a la que apunta el trabajo de Boszormenyi-Nagy, deriva en una libertad global que, según el propio Boszormenyi-Nagy, incluye sentirse libre de las influencias perjudiciales, es decir, las enfermedades psicósomáticas y las implicaciones sistémicas. Si este concepto es aplicado a las constelaciones, permite deducir que las personas que se sienten bien en una constelación están libres de implicaciones sistémicas y viceversa: una persona que está libre de implicaciones sistémicas debería sentirse necesariamente bien en su posición dentro de una constelación. La experiencia práctica confirma esta inferencia, si bien no ha sido probada todavía en un contexto científico.

Percepciones «no familiares» por parte de los representantes durante la constelación

Si un participante del grupo, o una persona de la audiencia, ha sido elegido para un papel y ha adoptado la correspondiente posición, es capaz de proporcionar información sobre su situación y estado emocional sin dudar. No resulta fácil de comprender, porque los representantes por lo general no se conocen entre sí ni poseen información alguna sobre la historia familiar o la biografía del cliente. Sin embargo, un representante puede experimentar percepciones, sensaciones físicas y sentimientos que llegan a ser muy detallados y atañen a la persona a la que está representando. Los clientes suelen confirmar que existe incluso correspondencia en la elección de palabras, la entonación, los gestos y la expresión facial.

«Durante la constelación es posible observar que esta retroalimentación contiene a toda la familia en una cáscara de nuez» (Kaufmann, 1990, pág. 104; trad.: KL). Lo que está teniendo lugar es una transferencia de información que no tiene un modelo científico que le corresponda. Sin embargo, en métodos como el psicodrama se observa un fenómeno común y familiar que consiste en que la persona experimenta los sentimientos de los diferentes papeles cuando cambia de uno a otro (cf. Leutz, 1974, págs. 99 y 101). El fenómeno de las percepciones no familiares experimentadas por otros está ampliamente reconocido. Es probable que todo tipo de entendimiento humano se base en la habilidad de ponernos en el lugar de otra persona y compartir sus sentimientos; sin embargo, no fue hasta el surgimiento de la psicoterapia cuando esta aptitud fue aplicada de manera consciente y sistemática.

Un fenómeno similar observado durante mucho tiempo en el psicoanálisis es la interacción entre transferencia y contratransferencia. «La transferencia se produce de manera espontánea en todas las relaciones humanas, lo mismo que en la del enfermo y el médico; es, en general, el genuino portador del influjo terapéutico y su efecto es tanto mayor cuanto menos se sospecha su presencia. Entonces, el psicoanálisis no la crea; meramente la revela a la conciencia [...]» (Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. XI, Amorrortu editores, S.A., 1976).

Según Freud, las transferencias son «una clase especial de estructura mental, en su mayor parte inconscientes [...]. Son reediciones, recreaciones de las mociones y fantasías, que a medida que el análisis avanza no pueden menos que despertarse y hacerse conscientes; pero lo característico de todo género es la sustitución de una persona anterior por la persona del médico» (Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. VII, pág. 101, Amorrortu, 1976).

La contratransferencia es la respuesta del terapeuta a la transferencia del cliente. Cuando esto sucede, el analista experimenta impulsos en sus emociones y en ocasiones incluso percibe las sensaciones físicas del otro. En manos del terapeuta queda juzgar estos impulsos como no familiares o inapropiados a la situación si ya tiene experiencia en esta forma de observación.

Freud informaba acerca de estas «innovaciones en el campo de la técnica» por primera vez en 1910, y destacaba su importancia para el trabajo terapéutico¹². Él escogió la imagen del teléfono para describir el fenómeno. El analista «debe volver hacia el inconsciente emisor del enfermo su propio inconsciente como órgano receptor, acomodarse al analizado como el auricular del teléfono

se acomoda al micrófono. De la misma manera en que el receptor vuelve a mudar en ondas sonoras las oscilaciones eléctricas de la línea incitadas por ondas sonoras, lo inconsciente del médico se habilita para restablecer, desde los retoños a él comunicados de lo inconsciente, este inconsciente mismo que ha determinado las ocurrencias del enfermo.» (Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. XII, pág. 115, Amorrortu, 1976).

Estos términos analíticos no pueden ser aplicados de manera directa a las constelaciones familiares. Y la razón es que en una constelación familiar la detección de sentimientos y percepciones tiene lugar dentro del sistema establecido, en el cual los representantes se convierten en «recipientes,» en tanto que el cliente y el terapeuta quedan situados fuera del sistema.

La voluntad de averiguar de dónde proviene el conocimiento de los representantes ha derivado en diferentes intentos de explicar la adquisición de conocimiento *per se*. En consecuencia, Theodor Lipps, en su ensayo titulado «The Knowledge of Unfamiliar I's,» escrito en 1907, describe tres maneras de saber. «El primer conocimiento [...] es el de la realidad objetiva de lo que ha *sido percibido a través de los sentidos*. El segundo es el conocimiento de nuestras experiencias conscientes del pasado, que podemos *recordar*. Y ambas confluyen en un tercer tipo de conocimiento, que no puede ser explicado ni comprendido: el conocimiento de la comprensión. Es el conocimiento o la certeza de que una vida consciente, que es exactamente como la nuestra, está vinculada en la percepción consciente a ciertos acontecimientos sensoriales generales. Al igual que el primero y el segundo, el tercer tipo de conocimiento existe sin más, y recurrimos al calificativo “instintivo” para describir esta existencia pura y simple. El tipo de conocimiento o de certeza que simplemente está presente representa la base de todo el conocimiento» (Lipps, 1907, pág. 710, cursiva enfática en el original; trad.: KL).

En su artículo sobre las diferentes formas de intuición, y al analizar la experiencia intuitiva y el conocimiento desde Aristóteles, Eric Berne explica: «Desde la pequeña isla del intelecto, muchos están intentando comprender el mar de la vida; pero como mucho podemos entender únicamente los desechos, la flora y la fauna que son arrastrados hacia la costa» (1949, pág. 223). Según el autor, la intuición es una forma de conocimiento que no debe ser considerada inferior a ningún otro tipo de saber. Una vida de experiencia en otras situaciones agudiza tanto la percepción que el individuo adquiere conocimiento a través de una intuición originada en una mínima cantidad de información. El concepto de intuición se basa, por consiguiente, en la noción de que «[...] el individuo puede saber algo sin saber cómo lo sabe» (1949, pág. 205).

Transferencia de información analógica y digital

Lingüistas e investigadores de la comunicación como Watzlawick y Bateson, en cuya obra se basa el presente estudio, describen dos formas de comunicación: una analógica y otra digital. El término «analógico» se refiere principalmente a una presentación visual, y «digital» a una presentación verbal. El lenguaje analógico suele transmitir contenido utilizando imágenes en lugar de recurrir a la expresión verbal. Desde el punto de vista de la historia de la comunicación, el lenguaje analógico es una forma anterior y puede ser observada tanto en el reino animal como entre los humanos. El lenguaje analógico, que Bateson denomina «icónico,» deja más libertad de interpretación personal debido a que emplea gestos, expresiones faciales y entonación. En consecuencia, es menos preciso, lo que significa que una frase y su significado son cognitivamente imprecisos. La forma digital de una declaración de amor se convierte en un buen ejemplo. La persona dice: «Te quiero». Sin embargo, el poder de convicción de este tipo de afirmaciones es mucho mayor en la transferencia analógica, y por consiguiente más creíble. La información se transmite a través de la comunicación no verbal que, sin embargo, no es suficientemente precisa. Por otro lado, el temblor en la voz de la persona, las lágrimas o su forma de mirar profundamente a los ojos de su interlocutor pueden expresar amor, aunque también otros sentimientos (cf. Marc y Picard, 1991, pág. 67).

La comunicación analógica es asignada al hemisferio derecho del cerebro, que procesa la información en metáforas e imágenes de forma holística y a nivel intuitivo. Por el contrario, el hemisferio izquierdo se especializa en el procesamiento lógico y analítico de la realidad (cf. Bateson, 1972).

La forma digital de comunicación es exclusiva de los seres humanos, dado que está vinculada al lenguaje. Es más clara, precisa, analítica y abstracta. Puede expresar el significado de signos y números, pero está menos «equipada» para comunicar los matices sutiles, las sensaciones y los sentimientos. «En la comunicación digital, la relación entre signos y significado se basa en la pura convención, mientras que en la comunicación analógica los signos tienen una relación inmediatamente evidente con su significado, debido a su similitud o simbolismo. Una relación digital sólo es posible entre individuos que previamente han aprendido el significado del código utilizado, mientras que una relación analógica también puede surgir de forma mimética, a través de la percepción visual» (Marc y Picard, 1991, pág. 66; trad.: KL).

En la comunicación normal, cuando las funciones y los procesos mentales de los dos hemisferios cerebrales están conectados, el ser humano dispone de una combinación de dos estilos. Por consiguiente, el contenido de un mensaje encuentra expresión en el ámbito digital, y el aspecto racional en el ámbito analógico. «Al parecer, el discurso de la comunicación no verbal está puntualmente vinculado a las cuestiones propias de las relaciones: amor, odio, respeto, miedo, dependencia, etc. [...]» (Bateson, 1972, pág. 418). «Estas afirmaciones sobre las relaciones no son [...] procesadas del mismo modo que en el área del hemisferio izquierdo. Ya no están controladas, producen un impacto directo, son variables y alcanzan rápidamente el estrato emocional de la psique, donde yacen las profundas imágenes de la experiencia [...]» (Kaufmann, 1990, pág. 102; trad.: KL).

Sin embargo, la representación analógica es sólo una imagen de una realidad, no la realidad en sí misma. Resulta sumamente importante entonces que la imagen de una constelación en el ámbito terapéutico pueda ser modificada, y que esta modificación sea aplicada a la preparación de una solución. Una relación es un acuerdo entre seres humanos, un pacto constantemente actualizado y revisado. En consecuencia, «deberíamos recordar que todos los mensajes analógicos son invocaciones de relaciones y que, por consiguiente, son propuestas sobre las futuras reglas de dicha relación, según otras de las definiciones de Bateson» (Watzlawick, Beavin, y Jackson, 1967, pág. 101)¹³. Si en una constelación se muestra una constelación de resolución, ésta podría ser interpretada como una propuesta para la futura relación del cliente.

«El lenguaje digital [...] tiene una sintaxis lógica y por consiguiente resulta eminentemente adecuado para la comunicación a nivel de contenido. Pero al trasladar lo analógico a material digital debemos introducir funciones de verdad lógicas, que en el modo analógico están ausentes. Esta ausencia se hace más evidente en el caso de la negación, donde equivale a la falta del “no” digital» (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967, pág. 102). Entonces, toda la comunicación analógica es positiva. Para ejemplificarlo, Watzlawick, Beavin y Jackson comentan lo difícil que resulta expresar la negación de las frases «Te atacaré» o «El hombre está plantando un árbol» de forma analógica (1967, pág. 102). La razón es que, para conseguirlo, hacemos uso del lenguaje digital, aunque sigue vigente la pregunta de si la otra persona nos cree o no. La «no actuación» puede ser comunicada haciendo una amenaza o usando alguna otra forma de comunicación inapropiada. Y esta negación puede consistir primero en demostrar o sugerir la acción negadora y luego no llevarla a cabo.

Además, «el material del mensaje analógico [...] resulta sumamente antiético; suele prestarse a interpretaciones digitales muy diferentes y con frecuencia incompatibles» (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967, pág. 100). En el campo de la terapia con técnicas analógicas, esta posibilidad permite comunicar diferentes aspectos de forma simultánea. El impacto de las representaciones analógicas, como por ejemplo las constelaciones de resolución en la constelación familiar, es observado en el hecho de que no pueden ser negadas, sino en realidad representadas como realmente existentes, dado que la negación es imposible.

Al recurrir a la representación en el espacio, la realidad de la relación se representa en forma de metáfora. En la terapia sistémica, las metáforas expresan especialmente ciertos aspectos de las relaciones, dado que sus imágenes hacen posible la representación de aspectos sincrónicos a través de un gran número de asociaciones simultáneas. La terapia familiar se apoya en la suposición de que, así como un relato puede revelar similitudes estructurales con la historia de la familia o el individuo, una escultura familiar puede hacer visibles ciertas relaciones emocionales y la necesidad de intimidad o distancia. Esto se basa en determinadas conexiones entre las experiencias de vida del cliente, que están vinculadas en una lógica que no es apta para el lenguaje (cf. Simon y Stierlin, 1984, pág. 237). Por consiguiente, un retrato visual tiene acceso directo a estas estructuras que el lenguaje es incapaz de reflejar en idéntico grado de precisión y variedad.

Según Stahl, la modificación de los individuos tiene lugar principalmente dentro de esta realidad «metafórica,” que constituye el contexto terapéutico y que es establecido por el terapeuta según el sistema de creencias (cf. Stahl, 1985). El desarrollo de la constelación de resolución, que muestra

una resolución del síntoma o el trastorno en la imagen del problema, proviene de un repertorio multifacético de técnicas hipnoterapéuticas. «La reorganización de las representaciones intrapsíquicas, que surgen en las fases de trance de la participación pero en particular en los encuentros directos con los representantes «padre», «madre», etc. [...] deriva en intensas experiencias de reconciliación del protagonista con sus verdaderas personas de referencia, con quienes ha alucinado en la realidad metafórica» (Stahl, 1985, pág. 10; trad.: KL).

En una constelación, el cliente «comprende la realidad [...] de que llegará a un nuevo grado de conocimiento de la persona en toda su complejidad, y que ese conocimiento puede ser modificado. Ello se consigue confrontando de forma intensiva y extensiva a su familia de origen y las familias de origen de sus padres» (Stahl, 1985, pág. 9; trad.: KL). Este trabajo representa una forma de redefinición y, por consiguiente, de modificación en el contexto del significado de una acción o un síntoma; es utilizada normalmente en la programación neurolingüística (PNL) y también emplea técnicas como la hipnoterapia.

Hipótesis sobre el mecanismo de acción/efecto

En relación con la eficacia terapéutica del psicodrama, la escultura y la constelación familiar se han planteado varias hipótesis, todas las cuales se basan en diferentes modelos explicativos. Los conceptos de la terapia breve y la hipnoterapia, cuyo objetivo es la resolución, parecen eficaces, si bien se utilizan así mismo modelos explicativos de la psicología profunda. El debate sobre el procesamiento analógico y digital permite llegar a la conclusión de que una constelación de resolución que se presenta de modo analógico es eficaz porque no puede ser falsificada *per se*.

La terapia orientada a la resolución da lugar a una imagen del futuro que se corresponde con los deseos y necesidades del cliente. En este contexto, el cliente puede actuar tal como lo haría (ahora) si fuese capaz. Según Erickson, esta técnica posibilita la acción en un nuevo contexto. Como resultado, los antiguos patrones de comportamiento que impiden que el cliente satisfaga sus deseos son reemplazados por otros nuevos. «Esta técnica fue formulada partiendo de la apreciación general de que la práctica conduce a la perfección, que la acción una vez iniciada tiende a continuar y que los hechos son los vástagos de la esperanza y la expectación. Se recurre entonces a estas ideas para crear una situación terapéutica en la que el paciente pueda responder eficazmente desde el punto de vista psicológico a los objetivos terapéuticos deseados como realidades ya conseguidas» (Haley, 1967, pág. 369). En su presentación de la profecía autocumplida, Watzlawick describe un concepto similar. Entre los escritores que cita se encuentra el filósofo y matemático Blaise Pascal, quien, en respuesta a la pregunta de cómo alcanzar la fe, aconseja comportarse como si uno ya fuese creyente (*Pensée*, 233, citado en Watzlawick, 1984).

El especialista en terapia breve De Shazer recomienda: «Resulta conveniente desarrollar una “visión” o descripción de un futuro más satisfactorio, que luego resulte relevante en el presente. Además, una vez que esta «visión realista» se construye como un grupo de futuros posibles y alcanzables, los clientes suelen encontrar formas “espontáneas” de resolver el problema. Por consiguiente, corresponde al terapeuta la tarea de desarrollar con el cliente estas expectativas de cambio y solución» (1985, pág. XVI).

Un objetivo terapéutico adicional consiste en luchar por que el cliente comprenda la posición de los padres y los antecedentes de sus acciones. Resulta sumamente útil que encuentre razones o un entorno a través del cual, o en contraste con el cual, consiga explicar su sufrimiento, ya que de esa manera encontrará algún significado a su dolor. Y ése es precisamente el requisito previo para la curación y el comienzo de un proceso de cambio según Viktor Frankl (cf. Frankl, 1979). En su libro sobre el trabajo de Virginia Satir, Nerin explica «[...] que la madre puede ver, sentir y experimentar realidades de la familia de origen que como niña no pudo experimentar. En ese sentido, la madre consigue percibir a su familia de un modo diferente, como si la estuviese criando una familia distinta. Esta nueva experiencia facilita la explosión de las antiguas dinámicas disfuncionales implantadas, con el fin de que las dinámicas funcionales salgan a la luz [...]. La reconstrucción familiar lo altera todo, por lo que las impresiones y las dinámicas parciales se transforman en una rica mezcla de realidad completa que conduce a una forma de vida más apetecible» (1986, pág. 5 y subsiguiente).

⁶ Entre los ejemplos figura el trabajo de Varga von Kibéd y Sparrer, quienes están experimentando, por un lado, con las constelaciones familiares en entornos tales como los departamentos empresariales (cf. Hellinger, 2001a), y por otro con la constelación corporal con fines diagnósticos en un trabajo que combina a sanadores y acupunturistas, constelaciones de decisión y constelaciones políticas (cf. Moreno, 1959).

⁷ Nota: en muchos pasajes de este libro, por cuestiones de simplicidad, los pronombres referidos a personas inespecíficas son masculinos, pero aluden a ambos géneros.

⁸ Los seminarios de capacitación que Hellinger ha impartido en varias instituciones como el Instituto Heidelberg o la Universidad de Munich en los últimos años han contado con varios cientos de asistentes. Cuando el público toma asiento en la sala, Hellinger lleva a cabo constelaciones con sus clientes sobre el escenario.

⁹ La noción de «momento preciso» aparece en la filosofía asiática.

¹⁰ En el diálogo gestáltico también se trabaja con una persona real que en realidad no está allí y que aparece en una silla como una pareja ficticia. En dicho contexto los clientes imaginan a una persona y le hablan para poder así adoptar su propia posición y hallar una respuesta desde ese papel.

¹¹ La forma aquí presentada se basa en los análisis llevados a cabo por mis colegas Eva Madelung y Eve Kroschel, a quienes estoy sumamente agradecida por sus innumerables ideas y sugerencias.

¹² «Nos hemos dado cuenta de la “contratransferencia” que se instala en el médico por el influjo que el paciente ejerce sobre su sentir inconsciente, y no estamos lejos de exigirle que la discierna dentro de sí y la domine. Desde que un número mayor de personas ejercen el psicoanálisis e intercambian sus experiencias, hemos notado que cada psicoanalista sólo llega hasta donde se lo permiten sus propios complejos y resistencias interiores, y por consiguiente exigimos que inicie su actividad practicando un autoanálisis y lo profundice de manera ininterrumpida a medida que realiza sus experiencias en los enfermos. Quien no consiga nada con ese autoanálisis puede considerar que carece de la aptitud necesaria para analizar enfermos» (Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. XI, pág. 136, Amorrortu, 1976).

¹³ La definición es la siguiente: «Cuando un pulpo o una nación realiza un gesto amenazador, la otra parte podría deducir “es fuerte” o “peleará,” pero esta idea no estaba incluida en el mensaje original. De hecho, el mensaje en sí mismo es no indicativo, y sería mejor considerarlo análogo a una propuesta o una pregunta en el mundo digital (citado en Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967, pág. 101).

Jacob L. Moreno y el psicodrama

Un procedimiento verdaderamente terapéutico no puede apuntar a un objetivo menor que la humanidad en su conjunto.

JACOB MORENO

LAS PRIMERAS IDEAS sobre el trabajo dramático sistémico y sus aplicaciones psicoterapéuticas fueron expuestas por Jacob Moreno, quien se mostraba en desacuerdo con el marco tan claramente definido y estático del psicoanálisis, con su diván y su lenguaje tan concreto. Entonces, y a partir de su experiencia en el teatro, desarrolló una forma de terapia en la que el contenido emocional era transferido a un escenario a través del movimiento y la acción, y que incluía a varios observadores, algunos de los cuales se convertían en participantes de la obra. Con su intervención, estas personas establecían un espacio público para el sufrimiento del individuo afectado, y en dicho marco podían producirse reacciones y respuestas extremadamente variadas. De esta manera, Moreno conseguía aportar a la actuación de sus clientes un marco de referencia mucho más próximo a una realidad social que a la típica relación que por aquel entonces se entablaba entre el psiquiatra y el paciente.

Moreno describía el drama como una de las invenciones más antiguas del espíritu creativo humano. Las obras de teatro ya habían sido utilizadas en la antigua Grecia para el tratamiento de personas enfermas debido a sus efectos sanadores; y en otras culturas antiguas, las obras dramáticas —conocidas como «misterios»— tenían la finalidad de unir a los dioses sanadores. El teatro parte de «[...] la creencia propia del hombre primitivo de que si adopta el aspecto y los gestos de otro ser, [...] puede convertirse en él. No se trata simplemente de una creencia, sino de una experiencia. Los australianos cuyas tribus tenían como animal totémico al canguro, o los tracios que representaban a los sátiros en el cortejo de Dionisio, experimentaban una certeza corporal de identidad con el ser representado. Y no es una certeza “actuada,” aunque se trate de una obra de teatro, puesto que desaparece en cuanto los participantes se arrancan las máscaras y las actitudes» (1987, pág. 64). Moreno desarrolló el psicodrama —que es una forma de psicoterapia basada en la representación de roles— a partir de dichas raíces, con fines terapéuticos. Además creó el sociodrama, un psicodrama para grupos, y la sociometría, que es la doctrina de las relaciones intrapersonales. Moreno enfatiza en la psicoterapia grupal, así como en la aplicación de la representación de roles con fines terapéuticos.

En el contexto de este estudio, el psicodrama resulta sumamente interesante porque es un

precursor de las constelaciones. Con todas las similitudes y también las marcadas diferencias que lo vinculan a la psicoterapia tradicional de aquella época, el psicodrama representaba una idea completamente nueva en el ámbito de la terapia. Se trata de una herramienta con la que el mundo interior del cliente puede ser representado como un mundo exterior accesible a todos y, por consiguiente, susceptible de ser comunicado. Los clientes, como partes extremadamente variadas de sus mundos y de sí mismos —ya sean seres humanos, pensamientos, figuras soñadas, sentimientos, fantasías o lo que ellos consideren importante representar— pueden ser reconocidos como figuras reales sobre el escenario y desarrollar allí su drama interior.

El psicodrama actúa como un espacio libre para experimentar con la acción y con la forma en que se siente el protagonista en situaciones ficticias, es decir, en aquellas que aún no han sido experimentadas. Con la guía del terapeuta, los clientes consiguen representar un procesamiento de sus problemas que puede derivar en una futura resolución o incluso en varias alternativas. En la psicoterapia moderna, esta técnica ha sido adoptada y desarrollada todavía más con la intención de ser aplicada en la terapia breve, y como un trabajo sumamente orientado a la resolución que desafía al cliente a desarrollar una solución desde su ojo interior y a comportarse en el momento como si la resolución ya hubiese tenido lugar¹⁴.

Información biográfica

Jacob L. Moreno nació en Rumanía en 1890¹⁵ pero creció en Viena, donde vivió hasta 1925. Mientras estudiaba medicina y psiquiatría durante la Primera Guerra Mundial, ya había dirigido un tipo de teatro improvisado titulado «Teatro de la espontaneidad» en el que tanto niños como adultos ejercían el papel de actores. Después de completar sus estudios médicos, Moreno se convirtió en director de un hospital infantil y estableció una consulta privada. Siempre trabajó con personas marginales como las prostitutas y los presos, con quienes formaba grupos de debate. Entonces aplicaba su método sociométrico para analizar las relaciones dentro del grupo y llevaba a cabo la terapia recurriendo a las técnicas psicodramáticas.

Tras emigrar a Estados Unidos en 1925, Moreno continuó su investigación sociométrica en escuelas y prisiones. En 1932, finalizado su estudio sobre los prisioneros de Sing Sing, presentó una serie de propuestas al gobierno en las que sugería aplicar psicoterapia grupal a prisioneros, pacientes de instituciones psiquiátricas y jóvenes problemáticos enviados a correccionales. En Estados Unidos, su teatro era conocido como «Teatro de la improvisación». Lo primero que hizo Moreno fue alquilar un estudio en Carnegie Hall, y más tarde, en 1936, instauró el primer teatro de psicodrama en su sanatorio psiquiátrico privado de Beacon, Massachusetts. Puesto que el trabajo de Moreno fue ampliamente reconocido y recibido con gran interés, la divulgación de sus ideas dio lugar a la creación de varios teatros psicodramáticos, incluidos los de la Universidad de Harvard y diversos hospitales psiquiátricos.

Moreno continuó trabajando como autor y editor en Estados Unidos, puesto que ya era muy conocido en Viena como editor de publicaciones en las que participaban autores de tanto renombre como Martin Buber. En Norteamérica editó cientos de publicaciones centradas principalmente en el psicodrama, la sociometría y el sociodrama —todas técnicas creadas por él—, pero también en el teatro de la improvisación y el concepto de rol¹⁶. Pero además de promover estos métodos, Moreno impulsaba la psicoterapia grupal y la investigación de la acción. Una vez establecido el psicodrama en Estados Unidos, decidió centrar su energía en dar a conocer sus métodos a nivel global. Organizó entonces conferencias sobre psicoterapia, psicodrama y sociometría en todo el mundo y viajó incluso a Europa y a la Unión Soviética. Murió en Beacon en 1974, ya convertido en ciudadano norteamericano.

Formación teórica

A finales de 1920 Moreno se centró en tres áreas principales en su práctica profesional: la sociometría, en la cual se analizan las relaciones dentro de un grupo; el sociodrama, que es el nombre asignado por Moreno a la representación de un drama de grupo sobre el escenario, y el trabajo psicodramático, que es la representación del drama interior del individuo. Tal como Moreno señalaba, estos métodos se basaban en una «sofisticada teoría del proceso grupal» (Fox, en Moreno, 1987, pág. XIII) según la cual llevaba a cabo sus análisis y tratamientos, y que presentaba en gran detalle en sus numerosas publicaciones.

Sociometría y sociodrama

La sociometría investiga las relaciones del ser humano con un grupo mediante la observación y el cuestionamiento. Moreno reconocía la importancia de los vínculos sociales para el bienestar de sus pacientes y el significado de las interacciones con los miembros de sus familias y personas de sus respectivos entornos. Las relaciones eran fundamentales para su trabajo terapéutico, razón por la cual intentaba explicar la profundidad de estos vínculos en las áreas étnica y religiosa. «Los principios del amor a la verdad y el amor al vecino, sobre los que se basa la sociometría, se remontan a mucho tiempo atrás. Lo único nuevo son los métodos utilizados. Como si de rayos X se tratara, se abren paso hacia el interior del organismo social y se centran en las tensiones entre grupos étnicos, económicos y religiosos» (Moreno, 1954, pág. XXIII; trad.: KL).

Moreno desarrolló métodos de medición capaces de revelar la estructura y la calidad de las relaciones entre los individuos y el grupo, como afinidades, antipatías o indiferencia. Además de estas estructuras de relación y el modo en que aparecen en cada uno de los miembros del grupo, también es posible identificar estructuras de poder que demuestran a quién le ha sido asignado el papel de líder dentro de un grupo y si esta posición puede ser mantenida o no.

El objetivo de la sociometría es facilitar la convivencia del grupo satisfaciendo las necesidades de las personas que lo componen. La satisfacción grupal y, a su vez, la calidad de su vida común, puede mejorar considerablemente si las personas mantienen un contacto estrecho con aquellos miembros del grupo que más les atraen. «Al aplicar el método sociométrico podemos [...] revelar los sentimientos basados en las acciones de todo el grupo. Y es posible cuantificarlos con precisión matemática, y posteriormente utilizarlos para crear un nuevo orden. Una vez que la geografía sociométrica de una comunidad ha quedado clara, muchas de las tensiones sociales pueden ser resueltas a partir de una reagrupación» (Moreno, 1954, pág. XXIII y subsiguiente; trad.: KL). Los estudios sociométricos resultan de especial utilidad en aquellas instituciones en las que las personas *no tienen más alternativa* que convivir. Por esta razón, Moreno ideó diversas propuestas que apuntaban a mejorar la calidad de vida en instituciones tales como prisiones y centros infantiles de acogida.

El sociodrama trabaja sobre las relaciones grupales y las ideologías colectivas, y puede ser aplicado para la resolución de conflictos entre grupos étnicos o políticos individuales. Esta posibilidad, que lucha por la paz, resultaba sumamente significativa para Moreno, y ello explica por qué su objetivo terapéutico no era el bienestar del individuo, sino el bienestar de todas las personas y la humanidad en su totalidad. «En el sociodrama, los grupos en cuestión se unen para tratar sus problemas juntos, como por ejemplo la inmigración de refugiados desde el Bloque del Este a un pueblo de Alemania occidental, o los problemas políticos que se observan en el mundo clandestino. En lugar de tratar estos problemas desde un punto de vista teórico o simplemente permitirles seguir su curso, los participantes buscan una solución a su propia situación “viviéndolos” en una representación dramática» (Moreno, 1954, pág. XXIV; trad.: KL). Sparrer y Varga von Kibéd parten de estas ideas (ellos utilizan las constelaciones con varios propósitos; cf., Conferencia, 1995) cuando buscan soluciones para los grupos étnicos de áreas en crisis o en guerra utilizando constelaciones de

estructura sistémica.

Psicodrama

Así como el sociodrama se utiliza en el área del trabajo social, el psicodrama se aplica principalmente a la psicoterapia. Durante el período de influencia de Moreno, la forma dominante de psicoterapia era el psicoanálisis. Moreno siempre se mostraba muy crítico con el psicoanálisis e intentaba llenar los vacíos del método aportando avances terapéuticos que iban en dirección contraria. También criticaba el tratamiento que equiparaba la mente a la materia en el campo científico: «La premisa de la medicina científica ha sido desde su origen que el *locus* de la curación física es un organismo individual. [...] Cuando los métodos científicos psiquiátricos en ciernes comenzaron a ser utilizados, los axiomas conseguidos a partir del diagnóstico físico y el tratamiento fueron automáticamente aplicados también a los trastornos mentales» (1987, pág. 32 y subsiguiente). En respuesta a esto, Moreno presentó los métodos que acababa de desarrollar, que planteaban una forma completamente nueva de tratar a los pacientes y sus problemas. Moreno cambió por completo el entorno del tratamiento psicoanalítico y prefirió trabajar con aquellas personas aquejadas de problemas emocionales que otros terapeutas especializados en psicoanálisis no habían tenido en consideración. Así fue como comenzó a utilizar técnicas psicodramáticas para explicar y tratar psicosis y demencias. «Revertimos la técnica psicoanalítica y dejamos al individuo libre en su totalidad; le indujimos a la acción espontánea, le convertimos en actor espontáneo. En lugar de buscar en sus experiencias pasadas, el sujeto debía centrarse en el presente, en la producción inmediata. Y no buscábamos la asociación libre, sino la liberación completa del individuo, su expresión mental y mímica. Cuando otros sujetos tomaban parte en el mismo patrón de acción, también las interacciones entre ellos eran libres» (1987, pág. 9).

En el psicodrama, Moreno vinculó el trabajo terapéutico grupal con el teatro para sustentar al individuo en su desarrollo personal. Dado que los seres humanos por naturaleza viven en grupo y en el marco de una familia, para Moreno resultaba natural incluir este contexto en la terapia. En su publicación de 1945 describió el significado de los vínculos sociales de sus pacientes en la «psicoterapia de grupo,» y dicho texto hasta cierto punto representa el comienzo del enfoque terapéutico sistémico. Para Moreno era muy importante que los miembros del «átomo social», es decir, el entorno social, formaran parte de la terapia.

Desde la perspectiva del tratamiento terapéutico, el cliente como individuo no bastaba. En opinión de Moreno, las raíces de los problemas y las dificultades emocionales no debían buscarse únicamente en la biografía del individuo, dado que también tenían que ver con el entorno en el que el cliente vive y se mueve y las personas que le rodean. El trabajo de Moreno se convirtió en una «revolución dentro de lo que siempre fue considerada una práctica médica apropiada. Marido y mujer, o madre e hijo, son tratados como un conjunto, por lo general uno frente a otro, porque por separado es posible que no sufran ninguna enfermedad mental tangible» (1987, pág. 33). Sólo en la interacción de los elementos semejantes es posible reconocer y experimentar de qué manera interpretar la enfermedad o el problema.

Moreno extendió la psicoterapia —principalmente limitada al individuo hasta que aparecieron nuevas teorías— al ámbito grupal «[...] sin ignorar los valores de los métodos individuales; por el

contrario, buscamos ampliarlos. Y al hacerlo, preparamos el camino para que un gran número de individuos puedan ser tratados simultáneamente y en su contexto natural» (1959, pág. V; trad.: KL). El contexto natural era un entorno verosímil que no sólo «acerca la psicoterapia a la vida real» (1959, pág. V; trad.: KL), sino que también reproduce la vida del cliente del modo más complejo y respetuoso de la realidad posible. El objetivo era «construir un marco terapéutico que toma el modelo de la vida» (1987, pág. 3).

Con este sistema, Moreno intentaba incluir en la terapia a personas del entorno real del cliente, y establecer el espacio en el cual los dramas personales se desarrollaran de una manera nueva y realista. Construyó entonces un escenario que ofrecía a los participantes suficiente espacio para moverse y actuar, y lo completó con muebles rudimentarios como sillas, una mesa y una cama. Los clientes los distribuían en el espacio intentando recrear el entorno de su propia vida. Tal como afirmaba Moreno, «el psicodrama debe basarse en la observación de los detalles mínimos de los procesos en el espacio físico, emocional y social que se está investigando. Su objetivo es aclarar el comportamiento en su totalidad y hacerlo predecible» (1959, pág. 111; trad.: KL).

En contraste con la propuesta de Moreno, el trabajo de Hellinger se reduce a la investigación de las estructuras internas, «invisibles». Para realizar una constelación se puede trabajar en cualquier lugar, sin ningún atrezo, y las personas son lo único que hace falta para revelar el significado de las relaciones: implicación o inclusión en la jerarquía de las generaciones. El objetivo no es un encuentro que forme parte del aquí y el ahora, sino un encuentro ficticio en otro tiempo, que por lo general se remonta a la infancia del cliente. Sin embargo, no importa tanto el abanico real de tiempo como el hecho de alcanzar un tiempo «interno» y una estructura siempre en vigor. Las experiencias y el impacto de las implicaciones pueden ser detectados de forma independiente del tiempo exterior. Hellinger busca una resolución aquí, mientras que Moreno pedía a los actores que representaran el presente e hicieran planes para el futuro.

En opinión de Moreno, la interacción era el centro de la vida humana. Explicaba «[...] que los problemas psicológicos suelen tener una base interactiva» (Fox, en Moreno, 1987, pág. xv). Ésa es la razón por la que resultaba tan importante para él investigar terapéuticamente las relaciones de los pacientes, y al hacerlo, expandir el contexto individual del tratamiento a uno más amplio. Para conseguirlo incluía a personajes reales en las interacciones, es decir, a las personas que formaban parte del entorno de los pacientes, o los representaba mediante actuaciones improvisadas. Los «personajes reales» incluían a miembros de la familia, como padres, cónyuges e hijos, y también a personas del ámbito laboral, como jefes, amigos y conocidos. Según Moreno, este contexto de relaciones íntimas era el lugar en el que los problemas entre las personas «podían surgir: secretos, mentiras, sospecha y engaño» (1987, pág. 70). Y en el caso de su clientela era particularmente importante, puesto que se trataba de personas con trastornos psicóticos. Cuando se habla del problema y los secretos e idealmente se debate sobre ellos frente a todos los involucrados, sacándolos a la luz, son considerados inválidos.

Este proceso es el primer paso hacia el cambio y, a su vez, hacia la curación. «Los métodos psicodramáticos permiten que el investigador observe las relaciones interpersonales *en acción*. Las fuentes de conflicto, pasadas, presentes y futuras, salen a la luz en un ambiente en el que pueden ser diagnosticadas y tratadas, previstas y afrontadas, casi siempre con el resultado de que, si tienen lugar

en una relación, su importancia queda minimizada y es posible analizarlas desde la perspectiva “correcta”» (Moreno, 1987, pág. 99; cursiva enfática en el original).

Procedimiento terapéutico

El psicodrama «aborda las relaciones interpersonales y los mundos privados» (Moreno, 1987, pág. 13). Los clientes tienen la oportunidad y la misión no sólo de informar sobre sus experiencias, problemas, sueños e incluso sus engaños al terapeuta, sino también de representarlos sobre el escenario frente a una audiencia. Se ha sugerido que las emociones reprimidas se hacen conscientes en el proceso, y que es posible desahogarlas de esta manera. Las tareas asignadas a los clientes consisten en «simular adoptar un papel, reproducir o actuar una escena del pasado, vivir un problema actualmente acuciante o ponerse a prueba a uno mismo para el futuro» (1987, pág. 53). Por consiguiente, se examinan «en escena» los diferentes aspectos del conjunto de problemas actuales y se los analiza desde el punto de vista de sus consecuencias. Entre los elementos de este retrato figuran los participantes, los aspectos de la personalidad y los papeles que resultan importantes para el mundo del protagonista, y todos ellos son escenificados por los participantes del grupo.

El escenario, el protagonista, los actores y el terapeuta son elementos fundamentales del psicodrama. Basándose en consideraciones teóricas y experiencias prácticas, Moreno determinó exactamente qué cualidades deberían tener dichos elementos y el curso que debía seguir el psicodrama. Influida por su trabajo teatral y teniendo en mente claros objetivos terapéuticos, Moreno estableció la forma, la construcción y la decoración del escenario, que es el espacio y el marco en el que el cliente despliega su mundo interior y puede experimentar nuevos aspectos. Las palabras de Friedrich Schiller sobre el teatro, que él denomina *Schaubühne* —literalmente: «el escenario»—, se corresponden con los efectos que Moreno observaba y buscaba: «[...] en los sueños de este mundo artificial olvidamos lo real, volvemos a ser nosotros mismos, nuestra sensibilidad se excita, emociones saludables agitan nuestra naturaleza adormilada [...]. Aquí el desafortunado calma su angustia [...]» (1879, pág. 272). Para Moreno, el psicodrama sobre el escenario ofrecía la oportunidad de alcanzar un nivel de existencia que el ser humano no encuentra normalmente en su vida cotidiana. «El objetivo es [...] conseguir que los pacientes [...] sean lo que son en el escenario, sólo que más profunda y claramente de lo que muestran en la vida real» (Moreno, 1959, pág. 78; trad.: KL).

El protagonista, que es el cliente, realiza una descripción de su mundo personal con la ayuda del terapeuta y los participantes del grupo. Nombra a todas las personas importantes y los elementos del retrato que está construyendo, y los coloca en un espacio en el que puedan actuar desde el punto de vista de cada uno de ellos. Mientras camina por el escenario, manteniendo un diálogo con el terapeuta, el individuo puede concretar la escena recurriendo a información adicional relacionada con elementos como el lugar, el decorado, el tiempo y la atmósfera. La actuación sobre el escenario se convierte en «un encuentro con uno mismo» (Moreno, 1959, pág. 111; trad.: KL), por lo que el cliente debería seguir sus asociaciones y «actuar libremente, a medida que surjan cuestiones en su mente; para eso cuenta con libertad de expresión, espontaneidad» (1987, pág. 14)¹⁷. En contraste, una constelación familiar no tiene la finalidad de representar el comportamiento ni las emociones del cliente sino de respaldar las implicaciones que puedan deducirse de la constelación y el estado

emocional de los representantes. Aquí tampoco los representantes son libres; por el contrario, basándose en sus hipótesis, el terapeuta determina el modo en que deberían comportarse, cuándo tienen que hablar y qué deben tener en mente.

Durante el psicodrama, dado que la escena se reconstruye hasta en sus más mínimos detalles, la atmósfera se vuelve muy densa. El cliente se representa a sí mismo, si bien para las partes inconscientes o que él no reconoce se recurre a un «doble». Esta persona suele colocarse en diagonal, detrás del cliente, adoptando una postura similar, y expresa lo que éste podría estar sintiendo o pensando. El protagonista o los egos auxiliares cumplen tres funciones: «ser actor para representar los papeles que requiere el mundo del sujeto, ser asesor para guiarle y ser investigador social» (1987, pág. 15). Durante el curso de la actuación, el cliente entra por completo en la realidad que se está reproduciendo. «El sujeto se encuentra a sí mismo, como si estuviera atrapado, en un mundo casi real. Se ve actuando, se oye hablar, pero sus acciones y pensamientos, sus sentimientos y percepciones, no provienen de él, sino [...] de otras personas, los egos auxiliares, los dobles y espejos de su mente» (1987, pág. 17 y subsiguiente).

Moreno ya estaba familiarizado con el concepto del trance hipnótico, que al parecer conforma la base del efecto provocado por las constelaciones y el psicodrama. Al experimentar con él¹⁸ desarrolló varias ideas, tanto a partir de su eficacia como de su utilización en grupo, siguiendo el trabajo de Anton Mesmer (1743-1815). Mesmer trataba a grupos de personas valiéndose de su descubrimiento del «magnetismo». Moreno escribió que Mesmer «[...] utilizaba la energía del grupo sin tener claro cuál era el carácter de la misma. Tendía a tratar a sus grupos de forma conjunta y solicitaba a cada paciente que cogiera la mano de otro. Mesmer trabajaba de esa forma porque consideraba que las corrientes que circulaban entre los miembros del grupo, que él denominaba “magnetismo animal,” aportarían al individuo una nueva energía» (citado en Buer, 1991, pág. 31; trad.: KL).

Un elemento muy importante en el trabajo de Moreno es la orientación proporcionada por el terapeuta, que debe guiar al cliente mientras éste afronta las cuestiones que van surgiendo. Además de la expresión de las ideas internas, Moreno daba mucha importancia al acto de reflexionar sobre lo que había sido representado. «Existe un malentendido que es preciso evitar. El psicodrama no es una cura a través de “la actuación” que se pueda considerar una alternativa a la cura a través de “la acción de hablar”. La idea no es que los sujetos representen entre ellos todo lo que se les pasa por la cabeza —con la guardia baja, en un exhibicionismo ilimitado— como si dicha actividad, en sí misma, pudiese producir resultados» (1987, pág. 83).

Boszormenyi-Nagy hace hincapié sobre lo mismo: son la apertura y la franqueza, y no la negación y el secretismo, los que proporcionan una nueva forma de encuentro que se hace posible bajo la supervisión del terapeuta y con sus sugerencias. No obstante, esto no implica «la mera catarsis o ventilación de los sentimientos acumulados de cada individuo» (Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973, pág. XV).

Para Moreno, el terapeuta es director, asesor y analista, todo en uno. Valiéndose de su atención y experiencia, es quien ayuda al cliente a crear un espacio que le resulte seguro y libre y le permita llevar a cabo sus representaciones espontáneas.

El terapeuta, además, debe ayudar a determinar la dirección de la evolución dramática y marcar

qué áreas importantes merecen más atención. «De hecho, es aquí donde más importa la experiencia del director en el arte del psicodrama» (Moreno, 1987, pág. 83). El enfoque del psicodrama está concebido de manera tal que los observadores deben expresar sus opiniones ante el protagonista y el cliente. Esto crea un control adicional que asegura que el cliente asuma la responsabilidad de su actuación.

Los objetivos del psicodrama incluyen probar nuevos tipos de comportamiento para el entorno social, estimular la espontaneidad del cliente y los demás miembros del grupo, y poner a prueba las ansiedades, miedos y todo aquello que pudiera no haber sido expresado. El cliente puede practicar situaciones y encuentros con personas reales en diferentes papeles, y al intercambiar roles llega a conocer el punto de vista del otro individuo implicado.

El hecho de ejercer diferentes papeles facilita la modificación práctica del comportamiento. El efecto del psicodrama «[...] se basa en los mismos principios que las herramientas de la terapia del comportamiento; tal como sucede en el aprendizaje operante, el éxito de los actores se encuentra positivamente realzado por la reacción del grupo y el director del psicodrama. Además, la experiencia personal del protagonista queda confirmada cuando se intercambian los papeles» (Leutz, 1974, pág. 89; trad.: KL). Por contraste, el objetivo de una constelación familiar no es tanto la modificación del comportamiento como la modificación del mensaje interno del cliente.

¹⁴ Milton Erickson (1954) describía la «técnica de la bola de cristal», que el cliente puede utilizar para visualizar un momento mejor y diferente. Steve de Shazer, quien limita su exitosa terapia a cinco sesiones, utiliza esta técnica «para proyectar al cliente hacia un futuro de éxito en el cual las quejas ya han desaparecido» (1985, pág. 81).

¹⁵ Existe discrepancia en las fuentes: unas citan 1889 y otras 1892 como fecha de nacimiento de Moreno. Cf. Geisler, 1991, pág. 50.

¹⁶ Véase Leutz, 1974, págs. 191-199, donde aparece una bibliografía completa de las publicaciones de Moreno.

¹⁷ La esposa de Moreno y también terapeuta Zerka Moreno describe la tarea asignada al cliente de la siguiente manera: «Olvídate del papel. Créalo, aquí y ahora. Representate como nunca has sido. Después puedes comenzar a ser como podrías haber sido. ¡Permite que suceda! Sé tu propia inspiración, tu propio poeta, tu propio actor, tu propio terapeuta y, lo mejor, tu propio creador» (citado en Buer y Schmitz, 1991, pág. 136).

¹⁸ El «hipnodrama» desarrollado por Moreno es una combinación de psicodrama e hipnosis. Cf. Moreno, 1959, pág. 90 y subsiguiente.

Virginia Satir, la reconstrucción familiar y la escultura familiar

Siempre hay esperanza y oportunidad para cambiar, porque siempre hay oportunidad para aprender.

VIRGINIA SATIR

UNA DE LAS TÉCNICAS QUE VIRGINIA SATIR aplicaba en su trabajo terapéutico era la escultura familiar, un procedimiento que, al igual que el psicodrama, anima al cliente y su familia a representar escenas de su vida en común en un entorno terapéutico. El cambio más importante introducido por Satir fue la transición desde un entorno similar a un escenario a un marco simbólico. Ella ya no se limitaba a pedir a los clientes que representasen situaciones que habían experimentado, sino que les hacía retratar la estructura de la familia. Este proceso aclaraba los patrones de relación en los que el cliente se encontraba atrapado, y por consiguiente le permitía formarlos de otra manera. Para el presente estudio la escultura familiar resulta sumamente relevante porque, al igual que el psicodrama, comparte varios aspectos de la constelación familiar. Sin embargo, se trata de un método diferente centrado en otros puntos.

Información biográfica

Virginia Satir vivió desde 1916 hasta 1998, y trabajó como psicoterapeuta durante más de cuarenta años, abarcando el trabajo clínico, la terapia, la enseñanza y la investigación. Como una de las fundadoras de la terapia familiar, trabajó primero con familias enteras, enseñó durante muchos años, dirigió talleres en todo el mundo y publicó varios libros, incluido un texto sobre terapia familiar (1967). Su principal objetivo era el desarrollo de los aspectos positivos del ser y el aprovechamiento del potencial humano. Su trabajo se centra en la imagen humanista del hombre, busca sus recursos y habilidades y considera los síntomas como signos de necesidades y cambios imperiosos en el comportamiento y el entorno del cliente. Más allá de eso, se distancia de los métodos abocados a las enfermedades y los problemas para centrarse en la búsqueda de resoluciones y desarrollo.

Satir era docente. En 1936 comenzó a trabajar como maestra de educación infantil; más tarde, ya como trabajadora social de hospitales, atendía a los pacientes que nadie quería, por lo general alcohólicos de clase baja. En 1942 comenzó a incluir a toda la familia en su trabajo terapéutico. En 1959 se unió a Don Jackson en el Instituto de Investigación Mental y formó parte del grupo de psiquiatras, psicólogos y trabajadores sociales de Palo Alto, donde investigó con Jackson y Gregory Bateson. Tras la creación del Instituto Esalen, un centro dedicado a la psicología y la psicoterapia holísticas situado en la costa oeste de Estados Unidos, se convirtió en la primera persona en asumir la dirección de la entidad.

El método de Virginia Satir está muy orientado a la comunicación dentro del sistema. Al trabajar con las familias, Satir ayudaba a sus miembros a alcanzar un intercambio abierto y directo de información, y esta apertura resulta esencial para que el sistema sea flexible y más permeable al cambio, al tiempo que hace posible un equilibrio estable porque fortalece la solidaridad entre los miembros. Según el pensamiento sistémico, todos los elementos de un sistema se influyen mutuamente. Y para alcanzar un equilibrio estable es necesario reconocer a todos los elementos como iguales. El trabajo de Virginia Satir se estructura de tal manera que sustenta la autoestima de cada miembro individual de la familia y cumple con el criterio de igualdad.

Reconstrucción y escultura familiar

Virginia Satir contaba con un amplio repertorio de técnicas terapéuticas (cf. Satir y Baldwin, 1983). La escultura era una de ellas, y Satir la empleaba con parejas, familias y grupos; pero existen diversas posibilidades para trabajar con la escultura en el entorno terapéutico, como por ejemplo la escultura individual, la escultura para un acontecimiento o para un proceso, para síntomas físicos y para el estado real y deseado de una pareja o familia (cf. Müller, 1992). Virginia Satir recurría a la escultura principalmente para las reconstrucciones familiares, un método que ella misma desarrolló en los años sesenta. Se trata de una técnica que ayuda a llenar las «lagunas» en la biografía del cliente y la historia familiar, y amplía el conocimiento sobre los sentimientos y las situaciones de vida de los miembros de la familia. Por consiguiente, construye un contexto más amplio que permite comprender mejor la propia historia del cliente y otras personas.

Reconstrucción familiar

Las reconstrucciones familiares de Satir se llevaban a cabo en el marco de seminarios que se prolongaban durante varios días. Antes de los talleres, Satir pedía a los participantes que recogieran materiales y fotografías de todos los miembros de la familia y crearan un árbol genealógico, que también debía incluir una descripción del tipo de relación emocional que existía entre los individuos, conocida como «genograma». El análisis de la historia y el contexto social de la familia de origen tenía la finalidad de lograr que la vida de las generaciones anteriores resultara más clara y tangible. Satir avanzaba cronológicamente para obtener información lo más completa y exacta posible y así construir la estructura familiar y separarla de la biografía personal del cliente. Para conseguirlo retrocedía tres generaciones. A los clientes les solicitaba que recopilaran información sobre la situación económica de las familias de sus abuelos, la etapa escolar de sus padres, el tipo de escuela a la que habían asistido, las ocupaciones y empleos de los padres, el entorno social de la familia, los traslados y cambios de trabajo, las experiencias en el ámbito laboral, la condición social y las vivencias durante la guerra y el período posterior (cf. Kaufmann, 1990, pág. 33 y subsiguiente).

«La reconstrucción familiar es una poderosa experiencia dramática que nos permite hacer descubrimientos sobre nuestras familias y raíces psicológicas. Tendemos a reproducir en nuestra vida actual los aprendizajes de nuestra infancia, pero con frecuencia éstos ya no encajan con nuestro contexto presente. Así que al revisar las fuentes de esos antiguos aprendizajes podemos verlos con nuevos ojos y descartar aquellos que nos crearon problemas» (Satir y Baldwin, 1983, pág. 237). Las libertades postuladas por Virginia Satir —la libertad de ver y oír, de sentir, de pensar, de preguntar y de arriesgar (cf. Bandler y Grinder, 1987, pág. 12) lo que pudiese ser experimentado en un momento en particular— tenían que ser accesibles a todos los seres humanos a través de su trabajo terapéutico. El ser humano debía contar con la oportunidad de tomar la decisión «[...] de alcanzar una atmósfera que estimule el crecimiento en su propia vida y de crear las condiciones necesarias para que esto suceda» (Kaufmann, 1990, pág. 44 y subsiguiente; trad.: KL). Tal como se aprecia en Moreno y Boszormenyi-Nagy, este trabajo va más allá de las cuestiones biográficas de la persona y plantea la cuestión del significado de la vida y las consecuencias de las relaciones inextricables con varias generaciones. Otros de los objetivos de la reconstrucción eran la individuación del cliente, la solución a su dependencia de la familia y el alejamiento de las tareas negativas (cf. Kaufmann, 1990, pág. 44 y subsiguiente).

Escultura familiar

Virginia Satir también se refería a la escultura familiar como la «técnica de la familia estimulada,» dado que los participantes del taller desempeñaban el papel de miembros de la familia en lugar de ser estos últimos quienes se representaran a sí mismos. Satir había trabajado directamente con familias hasta que en 1962 concibió esta técnica de forma espontánea. Un día se presentó ante ella una familia que debía ser entrevistada, pero faltaban algunos de sus miembros. Entonces Satir, en lugar de cancelar la sesión, utilizó sillas para representar a los ausentes. En sesiones subsiguientes, las personas que pertenecían a la familia se representaban a sí mismas en situaciones típicas y se turnaban para actuar como directores de la escena. Si uno de los miembros de la familia no se presentaba a la sesión, su papel era adoptado por alguien que no perteneciera al sistema, en calidad de asistente. Con esta técnica, Satir observó «[...] que si colocaba a las personas en determinadas posturas físicas, era probable que experimentaran las sensaciones que correspondían a dicha postura» (Satir, 1987, pág. 68).

En el denominado «ballet del estrés», cada miembro de la familia adopta una postura física y repite las correspondientes acciones y gestos una y otra vez, para que el patrón de comunicación dentro de la familia o el grupo resulte evidente y los representantes tomen conciencia del mismo¹⁹. Satir describía cuatro tipos básicos (cf. Bandler y Grinder, 1987) que reproducen patrones rígidos. Según sus observaciones, cada persona tiene preferencia por un determinado comportamiento disfuncional hacia uno o todos los miembros de la familia. Algunas personas apaciguan, otras culpan, racionalizan o distraen. Esto evita un verdadero encuentro y las necesidades propias de la persona quedan ocultas. Las esculturas son un «intento de manifestar comunicación a través de posturas corporales» (Satir, 1987, pág. 67 y subsiguiente). Una vez que las formas de comunicación han quedado claras, el resto del trabajo apunta ya al nivel de la relación.

Satir utilizaba las esculturas familiares con el objetivo terapéutico de arrojar luz físicamente sobre la estructura de la familia. «Físicamente» en este contexto se entiende como la representación espacial de las relaciones familiares. El objetivo es revelar conflictos subyacentes para poder trasladarlos al nivel de la consciencia y, como resultado, crear la base de un «nuevo orden emocional». De este modo se consigue dilucidar el significado de los síntomas de un miembro dentro de la familia, y también la interacción familiar. Al extender la escultura a la familia de origen de los padres, es posible así mismo hacer visible el impacto de los sentimientos y experiencias que cada padre vuelca a la relación. La escultura puede revelar también la manera en que se han asignado los roles —en especial en las relaciones diádicas (por ejemplo, perseguidor/ perseguido)— y la regulación de la intimidad y la distancia (cf. Papp, Silverstein y Carter, 1973).

Cuando se utiliza esta técnica, cada miembro de la familia se turna para dar forma a su propia imagen familiar, que refleja las relaciones emocionales entre los miembros de forma simbólica. Se supone que la postura de las personas y la distancia que mantienen entre sí en el espacio representan sus sentimientos y relaciones. «La esencia de la experiencia individual en la familia se condensa y proyecta en una imagen visual. Esta imagen vale más que mil palabras, literalmente, ya que revela aspectos de la vida interna de la familia que han permanecido ocultos. A través de la expresión

espacial física se da forma a las impresiones poco claras y a los sentimientos confusos localizados en la periferia de la conciencia» (Papp, Silverstein y Carter, 1973, pág. 202).

El terapeuta puede utilizar la escultura tanto para diagnosticar como para realizar una intervención directa. A fin de establecer un diagnóstico sobre el sistema se procede a formular preguntas sobre detalles de la vida y la actuación conjunta de los miembros de la familia, sobre las formas de comunicación que suelen utilizar los miembros individuales o sobre las reglas que sigue la familia (cf. Simon y Sierlin, 1984). Las personas deben ser situadas en la habitación teniendo en cuenta las relaciones jerárquicas que las vinculan. Si un individuo es considerado fuerte y dominante, se le concede una posición superior en términos de espacio, por ejemplo, sobre una silla o una mesa, mientras que la persona que parece más débil puede situarse en el suelo. También se determinan los gestos y expresiones faciales de cada miembro de la familia, y se observa el contacto visual y corporal. Con frecuencia los clientes notan por primera vez cómo les perciben los demás a ellos y a sus familias (cf. Müssig, 1991).

La terapia a través de la constelación familiar, tal como sucede con el psicodrama o la escultura, implica un intensivo trabajo de trance cuya finalidad es encontrar una resolución. El aprendizaje de otros tipos de comportamiento y la incorporación de nuevos conocimientos se produce más rápidamente y de forma más completa a través de la experiencia, es decir, a través de las acciones y el juego, que a través de las palabras únicamente (cf. Duhl, 1992). El trabajo «tridimensional» ofrece a los clientes la oportunidad de obtener información compleja de forma directa y compacta. «Los protagonistas [los clientes] reciben tanta información sobre la realidad que consiguen entender de otra manera sus personas momentáneas en su total complejidad, personas susceptibles de ser modificadas a través de un trato intensivo y extensivo con sus familias de origen y las familias de origen de sus padres» (Stahl, 1992, pág. 186 y subsiguiente; trad.: KL).

En el curso del proceso los clientes aprenden a ver su propio comportamiento y el de las personas con quienes se relacionan, implantado en los compromisos sistémicos de todos los miembros. Las razones que impulsan una acción quedan entonces más claras; los clientes se percatan de las intenciones y objetivos positivos del comportamiento de sus padres y del de otros miembros de la familia, pero no los reconocen como tales cuando se encuentran implantados en acciones (cf. Stahl, 1992, pág. 186). Ellos consideran que lo que hicieron fue lo mejor que se podía hacer en aquel momento. «La nueva organización de las representaciones intrapsíquicas, que emerge en las fases de trance de la actuación mutua y especialmente en los encuentros directos con los representantes “padre,” “madre,” etc. (los representantes mantienen sus roles mientras responden al protagonista cuando éste plantea preguntas dirigidas a la persona original, contribuyendo así a mantener, reinducir o profundizar su trance), deriva en experiencias intensas de reconciliación entre los protagonistas y sus personas reales de referencia, sobre las que experimentan alucinaciones en su realidad metafórica» (Stahl, 1992, pág. 188; trad.: KL).

Para Virginia Satir, el objetivo de la reconstrucción familiar era «iniciar el proceso de una capacidad de resolución o enfrentamiento satisfactorios. Creo intervenciones que elevan la autoestima, desarrollan comunicaciones congruentes y aportan lineamientos útiles basados en la abundancia y la infinidad [...]» (Satir y Baldwin, 1983, pág. 156). Después de todo, si los clientes pueden revelar sus fuentes de aprendizaje inicial, serán capaces de convertirse en adultos y asumir la

responsabilidad de sus propias vidas.

¹⁹ Moreno señala que la repetición «no opera como una renovación del sufrimiento, sino que confirma la regla de que toda verdadera segunda vez es la liberación de la primera [...]. Se gana en relación con la propia vida, con todo lo que uno ha hecho y hace; se gana el punto de vista del creador [...]. La primera vez convierte a la segunda en risa» (Moreno, 1987, pág. 127).

Ivan Boszormenyi-Nagy y la terapia contextual

La acción de dar es la «moneda» más valiosa.

IVAN BOSZORMENYI-NAGY

Los dioses y los demonios, cuenta el brahmán de las Cien Rutas, mantuvieron una vez un conflicto. Los demonios dijeron: «¿A quién podemos presentar nuestras ofrendas?»

Y depositaron sus ofrendas en sus propias bocas.

Pero los dioses depositaron sus ofrendas los unos sobre los labios de los otros.

Entonces Pradshapati, el espíritu prístino, optó por darse a los dioses.

MARTIN BUBER

(Yo y tú, pág. 50, Nueva Visión,
Buenos Aires, 2010)

EN ESTE CAPÍTULO ANALIZARÉ la compleja teoría de las relaciones de Ivan Boszormenyi-Nagy en detalle porque puede resultar de gran ayuda como modelo explicativo tanto de los contextos de las constelaciones como de sus posibles buenos resultados. Su máxima contribución es la investigación científica y la descripción de las implicaciones sistémicas. Hellinger, por el contrario, en sus libros y seminarios explica sus experiencias, se mantiene próximo a la fenomenología y no aporta un modelo teórico que pueda explicar sus métodos.

Hace más de treinta años, Ivan Boszormenyi-Nagy comenzó a describir las estructuras de las relaciones familiares que se aprecian más allá de los enfoques basados en la psicología individual y transaccional. En su consulta estudió a miles de familias desde el punto de vista de la regularidad que les ofrecía una estructura típica, y llegó a la conclusión de que las relaciones están determinadas por una dinámica ética existencial profunda. Puesto que estas conexiones implícitas no pueden ser reconocidas en la superficie, las denominó «lealtades invisibles». En su opinión, el efecto de estas lealtades invisibles es más fuerte que el de las acciones observables y los fenómenos que pueden ser explicados a partir de la historia de la vida de la persona²⁰.

Las nociones básicas en las que se sustenta la teoría sistémica de Boszormenyi-Nagy son la lealtad y el equilibrio, el mérito y el derecho, y describen aspectos que no se refieren únicamente al individuo: en efecto, lo que retrata son aspectos multipersonales dentro de las relaciones. Se trata de valores y normas que pueden expresarse a través de una dimensión ética, moral y social que va más

allá del marco psicológico del comportamiento, el conocimiento técnico y la acción. Aquí el carácter visible de la relación es menos significativo para el éxito de la terapia que el alcance de los compromisos no resueltos y negados que impactan sobre las relaciones entre generaciones y entre los miembros de la familia.

Este enfoque terapéutico, conocido como «terapia contextual,» fue desarrollado a partir de la investigación y la práctica de Boszormenyi-Nagy. El concepto fundamental es un justo equilibrio entre las acciones de dar y recibir. Bajo la fuerte influencia de la filosofía de Martin Buber, Boszormenyi-Nagy asigna una importancia fundamental a la relación entre un «Yo» y un «Tú,» que son los dos polos de dar y recibir. El elemento esencial en un encuentro es la ética en las relaciones, que puede ser apreciada en forma de justicia, imparcialidad y responsabilidad mutua. Esta actitud hacia la otra persona es la que permite que aflore la confianza²¹. La quintaesencia de toda terapia y de toda relación humana es la capacidad de confiar y de establecer vínculos. En efecto, dependemos de la fiabilidad en las relaciones para nuestra propia salud y desarrollo. El modelo psicológico de Boszormenyi-Nagy y su aplicación práctica se basan en esta dinámica, que «puede ser mejor definida en términos éticos más que psicológicos» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 197).

Los patrones de comportamiento descritos como «lealtades invisibles» son transgeneracionales. La injusticia que no ha sido resuelta es distribuida por un «tribunal transgeneracional» entre las futuras generaciones utilizando una especie de contabilización de deudas y méritos. Por esta razón, el objetivo de la terapia es equilibrar estas «cuentas». Boszormenyi-Nagy subraya que no existe «filosofía en esto; es sólo una observación empírica de la vida» (1995)²². A partir de sus observaciones, incluir al individuo en la jerarquía de las generaciones es inevitable. El «yo» está implicado y es incapaz de intervenir de una manera lógica para distanciarse. Este control cuasi inconsciente evade el pensamiento lógico, dado que sus raíces no sólo se sitúan en la propia biografía de la persona, sino con frecuencia en generaciones anteriores, las de los padres y los abuelos. La implicación puede ser identificada en la base de los síntomas que no pueden ser tratados biográficamente y que se resisten a la psicoterapia. Massing, Reich y Sperling se refieren al modelo de Boszormenyi-Nagy como «un tipo especial de determinismo» (1994, pág. 48; trad.: KL).

En sus últimas publicaciones, Boszormenyi-Nagy exige una responsabilidad cada vez más amplia por parte del individuo para el «Tú». Al igual que Moreno, habla de la dimensión ética de la responsabilidad de todos y cada uno de los individuos de la especie humana como una totalidad²³. Boszormenyi-Nagy asegura que no podemos separarnos y actuar libremente como individuos. Aunque creamos que vivimos sin tener en consideración el pasado, haremos mella sobre el futuro. En otras palabras, nuestra forma de actuar en la actualidad modela los cimientos de la calidad de vida de las generaciones futuras.

Información biográfica²⁴

Ivan Boszormenyi-Nagy nació en Hungría. Ya trabajaba en la Universidad de Budapest como psiquiatra cuando se dedicó a estudiar química entre 1944 y 1948, una combinación de disciplinas estrechamente vinculada al tratamiento químico que por aquel entonces recibían los pacientes aquejados de enfermedades mentales. Durante dicho período Boszormenyi-Nagy estudió por primera vez la dinámica existencial y psicológica de la esquizofrenia, y después de emigrar a Estados Unidos se dedicó a estudiar las características celulares de los pacientes psicóticos. En 1955, dado que le atraía más el lado psicológico de la medicina, decidió investigar las conexiones entre las hipótesis de la psicología profunda y las relaciones familiares más estrechas. Sintió particular interés por las publicaciones de Martin Buber, que le impulsaron a tomar una nueva dirección de pensamiento. Durante ese período se familiarizó así mismo con los escritos de Ronald Fairbairn y su concepto psicoanalítico de la relación de objetos. En 1957, el Instituto Psiquiátrico de Pensilvania Oriental, sito en Filadelfia, le ofreció la oportunidad de crear el Departamento de Psiquiatría Familiar, donde comenzó a utilizar estos conceptos en el tratamiento de pacientes esquizofrénicos. Aquél fue uno de los primeros centros dedicados a la terapia familiar que incluía a toda la familia en el tratamiento de los denominados «pacientes índice».

El Departamento de Psiquiatría Familiar fue un centro de investigación y capacitación hasta mediados de 1980, cuando el Departamento de Salud interrumpió su financiación. El asesoramiento y el tratamiento de las familias iban más allá del trabajo en el hospital universitario, y llegaban a iglesias, escuelas, tribunales, trabajadores sociales, clínicas psiquiátricas y muchas otras instituciones, como un centro comunitario para enfermedades mentales y emocionales o una serie de programas especiales para tratar la esquizofrenia y la criminalidad juvenil. A comienzos de los años sesenta, Boszormenyi-Nagy fundó el Instituto de la Familia de Filadelfia, su clínica especializada en terapia familiar.

El modelo de trabajo de Boszormenyi-Nagy, la terapia contextual, surgió como resultado de una investigación de veinticinco años destinada a hallar explicaciones sobre el funcionamiento de la terapia (cf. Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986). El método era constantemente comprobado y desarrollado durante su aplicación en el entorno clínico, y surgió de la investigación y las observaciones de años de terapia individual y, posteriormente, de terapia familiar y de pareja. Los problemas experimentados por sus pacientes, provenientes de todos los estratos sociales, cubrían un amplio espectro de gravedad, aunque él se centraba particularmente en los pacientes aquejados de enfermedades esquizofrénicas. Boszormenyi-Nagy ha escrito numerosos artículos en varios libros sobre terapia familiar y terapia contextual, ha impartido conferencias y ha dirigido seminarios de supervisión en diversos hospitales psiquiátricos²⁵.

Concepto terapéutico

«La estructuración de las relaciones, en especial dentro de la familia, es un “mecanismo” extremadamente complejo y esencialmente desconocido. Desde el punto de vista empírico es posible inferir dicha estructuración a partir de la existencia de una legítima regularidad y previsibilidad de ciertos acontecimientos, repetitivos en las familias» (Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973, pág. 1). Este «mecanismo» ejerce un determinado impacto sobre el individuo sin que él sea consciente de ello. Se trata de una fuerza que se traspa a través de los padres, los abuelos o las generaciones incluso más alejadas en el pasado. La persona no toma conciencia de su impacto hasta que surgen los primeros trastornos, ya sean mentales o somáticos. Tras observar e investigar a familias con «pacientes índice», Boszormenyi-Nagy desarrolló hipótesis en relación con estas estructuras que podían ser probadas desde el punto de vista de las relaciones familiares.

El concepto básico es una dimensión ética: el equilibrio de la justicia dentro de las relaciones. Hasta entonces, esta dimensión rara vez había sido tenida en cuenta en el marco de la psicología. «Al haberlo recibido del pasado y tener que devolverlo a sus sucesores, cada persona se compromete a respetar un contrato ético no verbal con la justicia de la solidaridad transgeneracional» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 197).

¿Qué significa un equilibrio justo en la relación entre dos personas, y en un contexto mayor, dentro de la propia familia o las generaciones? Una premisa básica es que debe existir un equilibrio entre los hechos recibidos y los ofrecidos. Para que una relación funcione bien, debe existir una distribución justa entre lo que se da y lo que se toma a largo plazo. «Si una generación devuelve menos de lo que ha recibido, esta justicia no será respetada» (1986, pág. 197). Puesto que cada acción ejerce un determinado impacto sobre el equilibrio de la justicia, todas estas consecuencias deberían ser tenidas en cuenta mientras se lleva a cabo la acción.

Deberíamos procurar actuar de manera que se provocase un impacto positivo sobre el equilibrio de la justicia. Las consecuencias de una acción no sólo afectan al individuo, sino a sus relaciones actuales y también a las del futuro, varias generaciones incluidas. En la terapia contextual, es importante que no sólo las generaciones anterior y actual sean tenidas en consideración, sino también las personas que aún no han nacido. Ello implica incluir tanto a los descendientes directos como, a mayor escala, a sus respectivos descendientes. «Por consiguiente, propongo que las consecuencias generacionales más cruciales no conformen un mecanismo de retroalimentación. Aunque formen parte de transacciones circulares, esencialmente ejercen una influencia *hacia delante*» (1986, página 197; cursiva enfática en el original).

La relación entre las personas que están conectadas de esta manera es profunda. Cuanto más estrecha, mayor es el vínculo entre ellas. Los lazos más visibles son los que se establecen entre consanguíneos, familiares y parientes próximos. Éstas son las únicas relaciones que no pueden ser elegidas y que nunca llegarán a su fin; de hecho, estas personas continuarán manteniendo una relación entre sí durante toda su vida. Es un hecho indiscutible aunque vivan en el otro extremo del mundo, la relación se haya roto o una o más personas lleguen incluso a negar la existencia de la vinculación.

El punto de vista de Boszormenyi-Nagy y su método terapéutico muestran la importante influencia de la filosofía de Martin Buber. El cuestionamiento y la búsqueda que emprende el individuo sobre su propia existencia y lugar en el mundo forman parte de la filosofía de Buber. Son las relaciones las que hacen surgir conexiones entre el individuo y su entorno. En la relación, el «Yo» encuentra a un «Tú,» y el «Yo» no se hace real hasta que eso ocurre. «La presencia nace cuando el Tú se hace presente» (Buber, 1996, pág. 63). Y: «Toda vida verdadera es encuentro» (1996, pág. 62). Dentro de las relaciones, surge un intercambio con el mundo y con la otra persona en el que ambos lados ejercen influencia sobre el otro. Cuando esto sucede, se transmiten formas de vida que se ajustan a las nuevas necesidades que van surgiendo. Esta teoría coincide con la de Moreno, para quien las relaciones que las personas desarrollan entre sí establecen redes psicológicas que «tienen la función de dar forma a la tradición social y la opinión pública» (1987, pág. 26).

La relación entre dos personas está sujeta a varias fuerzas. Cada individuo lleva la historia de sus ancestros dentro de sí, y comienza una relación con otra persona en ese marco, si bien la forma en que se conforma la relación depende de la habilidad y la disposición de sus miembros para encontrarse. Éste es el significado de encuentro: es posible dar y recibir e intercambiar aquello que uno necesite y le apetezca dar o recibir. Nada de eso es posible sin otra persona. «Nadie debería intentar diluir el significado de la relación: relación es reciprocidad» (Buber, 1996, pág. 58). Por consiguiente, una relación plena sólo puede ser una relación equilibrada. En una familia con sólidos vínculos se produce un intercambio permanente entre sus miembros, y esa historia común fortalece la lealtad entre todos ellos.

Lealtad

Según Boszormenyi-Nagy, la lealtad es la fuerza que mantiene unidas a las familias y las organizaciones. Los miembros se deben lealtad mutua porque han recibido méritos de su familia y su organización, y ésta es su manera de responder adecuadamente. «La lealtad es, desde nuestra perspectiva, un compromiso preferencial con una relación, basado en el endeudamiento nacido del mérito ganado» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 15). Un miembro de la familia puede compensar los méritos que ha recibido mostrando y viviendo su lealtad. «La lealtad ha resultado ser uno de los conceptos básicos referido tanto al nivel sistémico (social) como al individual (psicológico) de la comprensión. La lealtad está compuesta por la unidad social que depende de la lealtad y espera recibirla de sus miembros, y por los pensamientos, sentimientos y motivaciones de cada miembro como persona» (Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973, pág. XIX).

Los conflictos de lealtad se producen cuando los compromisos verticales chocan contra los horizontales²⁶. Esto significa que los intereses de la familia de origen comienzan a competir con los intereses de las relaciones actuales. Las expectativas del vínculo familiar tienen precedencia, y sin embargo el individuo debe respetar tanto sus propios intentos de ganar autonomía como los nuevos compromisos establecidos en relaciones con sus iguales o en aquellas adquiridas a través del matrimonio: su objetivo es mantenerlas. «Los conflictos de lealtad pueden convertirse en un gran elemento disuasorio de la libertad individual y la justicia interpersonal entre iguales» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 15). Una solución a estas fuerzas diferentes que chocan entre sí consiste en tomar conciencia de la lealtad que une a un hijo con su padre/madre y satisfacer los compromisos que forman parte del vínculo con los progenitores. La lealtad no es simplemente la voluntad por parte del individuo, sino una fuerza sistémica que afecta a varias generaciones.

En las sesiones terapéuticas, Boszormenyi-Nagy explica los vínculos de lealtad asumidos e indirectamente perceptibles entre todos los miembros de la familia. Escribe que los vínculos inconscientes sólo pueden ser reconocidos después de un prolongado período de relación. Para poder comprender las funciones de un grupo es importante saber quién está unido a quién a través de la lealtad y qué significa la lealtad para la persona que forma parte de dicho vínculo. En las constelaciones familiares, por el contrario, las conexiones se hacen inmediatamente visibles a través de la constelación de las personas en el espacio establecido.

La lealtad abierta a uno de los padres facilita el camino hacia la propia responsabilidad y la habilidad de actuar. «Liberarse de un conflicto de lealtad a través de contribuciones de lealtad directa en lugar de invisible conduce a la libertad de disfrutar del compromiso con iguales, compañeros y cónyuges» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 16). El modo en que los hijos tratan a sus padres (a través del cual estos últimos se confrontan con sus propios padres en su papel de hijos) puede ser analizado desde el punto de vista de los conflictos de lealtad no resueltos. «Esta dinámica resulta especialmente importante de explorar en situaciones en las que la evitación nubla la ambivalencia de las personas en lo referente a sus padres» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, página 15). Como resultado, muchos clientes tienen grandes dificultades para demostrar lealtad a sus padres o incluso percibir que existe. Ellos prefieren moverse en competencias de gritos, o a

través del rechazo hostil. Estos clientes tienen la sensación de que sus padres les deben algo, que nunca han recibido lo que merecían, o incluso que dieron a sus padres más de lo que recibieron.

Bert Hellinger llama «movimiento de acercamiento interrumpido» a esta ambivalencia entre la lealtad profunda y el comportamiento negativo, que nace de las experiencias de vida de cada uno y no surge del sistema. Boszormenyi-Nagy describe diferentes formas de «explotación» que impiden el equilibrio entre dar y recibir y como resultado ejercen un efecto negativo sobre la lealtad. Este patrón de relación será analizado en profundidad más adelante.

Dar y recibir

El equilibrio entre dar y recibir es el concepto básico de la terapia contextual. Todas y cada una de las relaciones se basan en un intercambio con otra persona. Existe una amplia variedad de formas de dar, y es importante que un individuo resulte accesible a otro a través de su conocimiento, cariño o justicia y esté dispuesto a asumir la responsabilidad de sí mismo y quien le acompaña. «El amor es la responsabilidad de un Yo por un Tú» (Buber, 1996, pág. 66). Cuando ambos miembros de la relación dan tanto como reciben, se alcanza el equilibrio. Y, por el contrario, si uno de ellos da mucho o demasiado poco, ambos percibirán el efecto de este desequilibrio.

La acción de dar comienza en el nacimiento. «La naturaleza innata del deseo de establecer una relación se hace evidente incluso en la etapa más inicial y tenue [...] y en los momentos en que obviamente no existe deseo de apoyo, una serie de tenues proyecciones de las manos alcanzan, al parecer sin ninguna intención, el aire vacío hacia lo indefinido» (Buber, 1996, página 77). El deseo de dar se refleja en la sonrisa de un niño que camina hacia sus padres y les demuestra su cariño. Y una respuesta apropiada por parte de los adultos es aquella que se advierte en una serie de acciones y gestos basados en los principios éticos antes mencionados. Para que las relaciones sean fructíferas a largo plazo, deben estar guiadas por la justicia²⁷.

Dar, en el sentido de Boszormenyi-Nagy, significa dar apropiadamente, lo que quiere decir ni mucho ni poco, e implica así mismo no dar cosas inadecuadas o no deseadas. Significa garantizar que los intereses de la otra persona serán tenidos en cuenta. Y ello supone que el dador permita a la otra persona dar algo a cambio y que, por consiguiente, el intercambio resulte justo. Un individuo que da demasiado roba al otro la oportunidad de dar algo a cambio. Todo el mundo tiene derecho a dar; es un derecho natural. Una persona que da tiene derecho a que lo que ha dado sea recibido de manera adecuada. Si una persona no cuenta con la oportunidad de dar, tampoco tiene la posibilidad de participar en el reclamo de justicia.

Boszormenyi-Nagy (1995) ejemplifica las diferentes formas en que los niños principalmente — aunque también los adultos— pueden ser incitados a no dar: cuando se les niega reconocimiento en una situación en la que lo merecían, cuando se les da demasiado o cuando quedan atrapados en la lealtad dividida. En este último caso, el niño no puede demostrar cariño por uno de sus padres sin que el otro lo considere un insulto personal o un ataque. Al niño se le asigna entonces la tarea de equilibrar la profunda desconfianza entre los padres y acaba entre dos frentes, dado que su deseo es mantenerse leal a ambos. «Todo ello socava la futura confianza del niño en la gente» (1995). Boszormenyi-Nagy utiliza el término «devolver» para referirse a una acción apropiada que pueda ser expresada a través de la gratitud, el reconocimiento o un «reintegro». «El reconocimiento de lo que se ha dado suele ser el primer paso de una compensación por disponibilidad» (Emlein, 1995, pág. 4; trad.: KL).

«La persona que ha dado tiene derecho a recibir algo. La confianza surge cuando se reconoce el derecho a dar y las compensaciones adquiridas» (Emlein, 1995, pág. 5; trad.: KL). En este intercambio, crecen la honradez y la confianza en el compañero. Sin embargo, la confianza va más allá de una persona: «Al dar, las personas conforman y reconocen su pertenencia existencial y sus

raíces» (Emlein, 1995, pág. 5; trad.: KL). Una persona que da tiene derecho a la reciprocidad. Una persona que recibe o toma asume la deuda de necesitar dar algo a cambio. Lo que un niño recibe lo convierte en deudor de su familia y, en un contexto más amplio, del mundo.

El psicoanalista Erik Erikson explica los orígenes de la confianza básica: «Las madres crean una sensación de confianza en sus hijos por esa clase de administración que combina el cuidado sensible de las necesidades individuales del bebé y una firme sensación de honradez personal dentro del contexto fiable del estilo de vida de su comunidad» (citado en Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973, pág. 44 y subsiguiente). La fiabilidad se corresponde con la durabilidad de la relación que se ofrece al niño. Incluso la idea de «confianza» contiene la noción del mérito probado. Si el entorno paterno «se gana» la confianza del niño, éste se convertirá en deudor de sus padres y de todo aquel que le haya inspirado confianza, y honrará sus intenciones y acciones. Cuanto más confiable sea el entorno, más se le deberá. Cuanto más incapaz sea una persona de pagar las acciones recibidas, más alta será la deuda que acumule (cf. Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973). Esta falta de equilibrio resulta particularmente evidente en ciertos trastornos. Por ejemplo, las personas que sufren depresión se niegan a ofrecer a otros la oportunidad de darles algo, y como resultado son incapaces de compensar su deuda como especuladores.

Autovalidación

Dentro de una relación, la acción de dar ejerce dos efectos importantes: por un lado, la persona adquiere el derecho a recibir una compensación o poder, y por otro «[...] fortalece su propio valor social, su autoestima en el contexto de la relación» (Emlein, 1995, pág. 4; trad.: KL). Boszormenyi-Nagy utiliza el término «autovalidación» para referirse a la creación o acumulación de autoestima ética en una relación. Para elevar la autoestima es fundamental contar con otra persona, con un «Tú». Como resultado de su existencia y encuentro, los dos componentes de la relación se ofrecen mutuamente la oportunidad de fortalecer su respectivo valor social.

En este contexto es posible comprender la línea de pensamiento de Martín Buber, en la que un «Yo» no puede estar completo sin un «Tú». En otras palabras, el «Yo» no queda definido hasta que reconoce al «Tú». «Según este principio dialógico, la consideración mutua mejora la existencia de ambos miembros de la relación. Y no sólo se observa en los beneficios de cada parte, sino, fundamentalmente, en la definición mutua que cada miembro hace sobre la persona autónoma y diferenciada del otro. En este sentido éticamente capaz de definirse y validarse a sí mismo, la acción de dar se vuelve inseparable de la de recibir» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 201).

Toda relación supone una responsabilidad por la otra persona y sus necesidades, y el hecho de asumir dicha responsabilidad mejora la propia autoestima. Si la relación es equilibrada, ambos miembros se responsabilizan del otro y al hacerlo se ofrecen la oportunidad de fortalecer sus respectivas autoestimas. «Una preocupación apropiada establece la integridad y el valor ético de la persona. La perspectiva de una autovalidación mutua representa una importante oportunidad, tanto para el que da como para el que recibe, de beneficiarse de los recursos de la relación» (1986, pág. 196).

La razón es que «sin el recurso de la autovalidación ética, la persona no es libre de desplegar su potencial psicológico» (1986, pág. 207). La autoestima y la posibilidad de mejorarla significan libertad a gran escala. Se trata de libertad, autonomía y seguridad, todo en uno. La libertad incluye la libertad de tomar decisiones. La autonomía alude a librarse de las influencias negativas que evitan el desarrollo de la personalidad. La seguridad significa sentirse a salvo en un entorno digno de confianza y fiable. Estrechamente conectadas a esto están las ideas sobre la motivación para la acción. Una teoría de la motivación de base psicológica asegura que una persona repite aquellas cosas que le producen satisfacción y deseo. Una teoría de la motivación basada en la ética explica que cuanto más da una persona, más libre es. Esto significa que cuando los factores inoportunos, ya sean de naturaleza psicológica o ética, son eliminados, el individuo consigue dar forma a su vida con mayor libertad y con un elevado grado de responsabilidad sobre sí mismo (Boszormenyi-Nagy, 1995).

Derecho

«Dentro de una teoría ética de las relaciones, la acción de “dar” es la moneda más valiosa» (Boszormenyi-Nagy, 1995). Cuando alguien da algo, él o ella tiene derecho a recibir algo a cambio. Esto une a los miembros de la relación entre sí, porque con cada acto de dar se establece una nueva deuda que ha de ser saldada. «Cuando una persona da algo en una relación, establece su derecho a exigir» (Emlein, 1995, pág. 5; trad.: KL). Según Boszormenyi-Nagy, el curso del equilibrio es una «espiral positiva de automotivación compuesta por acciones de dar y recibir» (1995). Esta espiral se mueve hacia delante y hacia atrás entre los polos de la autovalidación y el endeudamiento.

La forma más simple es la «devolución directa». Si, no obstante, en una relación que ha dado lugar a un derecho justificado resulta imposible devolver nada —es decir, cuando no es posible esperar compensación alguna—, se genera un «derecho ético,» un derecho de nivel superior que produce el fortalecimiento de la autoestima del individuo si éste elige dar a pesar de que probablemente su derecho no sea respetado. Si, por el contrario, la persona insiste en que tiene derecho a una compensación y en que a estas alturas no debería asumir el papel de dador sino el de receptor, él o ella no experimentará el proceso de autovalidación ni tendrá derecho a nada. Esto implica que, en términos del modelo, se moverá en una espiral descendente.

Derecho destructivo

Aunque no se consiga un derecho satisfactorio, de todas maneras sigue siendo un derecho. La diferencia es que acaba convertido en un «derecho excesivo» o un «derecho destructivo». Esta destructividad se dirige hacia los demás o hacia la propia persona, si bien resulta imposible mantener ambos lados separados entre sí. «Como un siniestro excedente moral, el derecho destructivo siempre conduce a su dueño a un dilema ético relacional de naturaleza trágica. En lo referente a sus relaciones formativas, la víctima se ha ganado y ha merecido ese derecho excesivo. Sin embargo el destino, es decir, su contexto humano, nunca admitirá la responsabilidad de las vicisitudes del pasado [...]» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 203).

¿Cómo acaba una persona en este dilema? Las raíces se retrotraen a la infancia del individuo, en la que las relaciones del niño se basan en que él es el receptor —el punto de vista desde el exterior— y las personas que le rodean son los dadores. El niño depende del cuidado de sus padres, que están obligados a criarle y proporcionarle todo lo que necesite. Cuando se ve forzado a asumir responsabilidades que corresponden a los padres antes de estar debidamente preparado, deberá echar mano de sus propios recursos. Y esto da lugar al derecho de compensación, que reclama sin éxito. «Trágicamente, el derecho excesivo internamente contradictorio se origina en el derecho inherente al niño de recibir cuidados o morir. Este derecho intrínseco se convierte en un derecho excesivo que resulta directamente proporcional al grado de gravedad de los siguientes factores: — el niño no recibe un cuidado adecuado; — el niño recibe desconfianza, engaño y mistificación a cambio de su confianza y devoción; — el niño es culpado por los fracasos en las relaciones de los adultos» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 415).

Boszormenyi-Nagy se refería a la explotación del niño por parte de los padres como «parentalización» (1975)²⁸. Al niño se le trata como si fuese uno de los padres (o su propio padre), o como un adulto, y, por consiguiente, se aprecia un significativo desequilibrio en la relación reinante. En su relación con sus padres, el papel del niño consiste en dar mucho más de lo que recibe a cambio; el hijo asume el rol de padre en lugar del que sería más apropiado para él. Incluso en el caso de que los niños sean muy pequeños, captan con increíble agudeza la necesidad de sus padres. Lo que les motiva a asumir la responsabilidad cuando sus progenitores se sienten abrumados es una lealtad profunda, la misma que les lleva a intentar satisfacer las necesidades de uno o ambos en lo referente a protección, cariño o incluso sexualidad, necesidades que resultan por demás inapropiadas para el niño. Por consiguiente, los padres acaban explotando la necesidad de confianza, devoción y amor que siente el pequeño. «Las observaciones clínicas de familias ofrecen suficientes indicios sobre lo enormemente cariñosos y generosos que quieren ser los hijos pequeños frente a las abrumadoras necesidades de sus padres» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 15). Aquí yace el origen de una posterior lealtad dividida en la que los niños no se atreven a ser felices porque sus padres están sufriendo.

Los hijos adquieren un derecho destructivo cuando la compensación por sus acciones o su entrega no vale lo mismo. Esto puede suceder cuando los niños reciben desconfianza por parte de sus padres a cambio de la confianza que ellos han depositado en los adultos, o cuando se les culpa

por fallos en la relación, o cuando son demasiado pequeños para mantener una relación «adulta». También es posible que el derecho destructivo aparezca cuando los padres responsabilizan a los niños de su malestar: «Por tu culpa me siento fatal». Pero perturbar el desarrollo de la relación ejerce un efecto negativo sobre el niño.

De hecho, como resultado de la lealtad indestructible, la destructividad no se manifiesta contra los padres ni las relaciones reales (lealtad invisible), sino contra las personas con las que los hijos se relacionan o incluso contra sí mismos, lo cual se demuestra en la automutilación o en trastornos emocionales como enfermedades psicosomáticas, psicosis, tendencias suicidas, adicción, depresión o la negación a desarrollar su propia vida o a mantener relaciones equilibradas (cf. Emlein, 1995). En este sentido, Boszormenyi-Nagy describe a un cliente: «Parece que el resentimiento y la decepción han bloqueado cualquier movimiento hacia sus padres. [...] El tema del “aislamiento” de sus padres funcionaba como una herida supurante» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 10 y subsiguiente).

El cliente se encuentra en un punto de contacto de tres áreas que determinan la coherencia del sistema y se revelan en su bienestar o enfermedad: «(1) la naturaleza de las leyes relacionales multipersonales, (2) las características psicológicas [...] de los miembros individuales y (3) la interrelación entre estos dos ámbitos de la organización sistémica» (Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973, pág. 2). Aquí confluyen los derechos de las diferentes relaciones y generaciones. Los derechos o las deudas de la propia historia familiar se unen a los de otras generaciones. Si una generación se ha convertido en deudora significa que ha dado menos de lo que ha recibido, y como resultado sus descendientes conservan la deuda. Boszormenyi-Nagy habla de cuentas intergeneracionales que cada persona hereda de sus padres y familia y con las que se ve obligada a cargar, porque no es posible que una tercera parte las absorba. Sin embargo, con frecuencia la pareja de la persona o sus hijos experimentan el deseo inconsciente de corregir la injusticia y satisfacer los derechos, con lo cual lo único que se consigue es prolongar la injusticia. La víctima se convierte en perpetrador, porque es incapaz de ver lo que en realidad se necesita en una relación. Así, en lugar de afrontar sus necesidades cara a cara, la persona ve la posibilidad de satisfacer viejos derechos valiéndose de su pareja. Por consiguiente, no consigue asumir la responsabilidad de la otra persona, quien a su vez tampoco logra recibir una adecuada compensación por lo mucho que ha dado. Cuando los padres se comportan de esta manera reflejan su entorno biográfico, puesto que ellos también provienen de un sistema en el que fueron niños. Así mismo es necesario tener en cuenta factores tales como acontecimientos trágicos, enfermedades graves, accidentes, guerras u otras catástrofes, dado que son hechos de suma importancia que podrían evitar que el individuo actuara debidamente. Un segundo aspecto es el efecto del destino de la persona y el impacto que ha causado sobre la vida del individuo sin que él tuviera la oportunidad de hacer nada al respecto.

Cuando surge un desequilibrio en la biografía de un cliente en el marco de sus relaciones más significativas, él (o ella) debe resolverlo a su manera. Si se encuentra en la «espiral negativa» del endeudamiento y el deseo de recibir, tiene la posibilidad de encontrar el camino hacia una «espiral positiva» en la que disponga de derechos y pueda recibir a partir de dar nuevamente, sin cancelar las deudas anteriores. También podría «restablecer el orden del ser, que ha dañado al mantener una relación de entrega activa al mundo [...]» (Buber, 1957, pág. 122). Entonces, si consigue ver el

panorama general y colocarse a sí mismo y a sus deudores en el marco de la gran serie de dadores y receptores (sus propios ancestros incluidos), le resultará más sencillo dejar de lado aquellos derechos que no puedan ser satisfechos y llevar su propia vida dentro de sus relaciones actuales. «Reconocer el derecho a ser destructivo conduce a la persona afectada a intentar encontrar un nuevo camino interior hacia las relaciones y compensar los derechos de forma constructiva. Los afectados eligen no vengarse cuando perciben las consecuencias: un punto de vista *unilateral* es reemplazado por otro *multilateral*» (Emlein, 1995, pág. 7; cursiva enfática en el original; trad.: KL).

Terapia contextual

Además del aporte de observaciones y contribuciones a un contexto terapéutico teórico, surgió una forma de terapia muy específica que probó las hipótesis en la práctica. Boszormenyi-Nagy se refería a este método como «terapia contextual,” porque su aspecto básico son los contextos internos y externos. Para él, la idea de «contexto» incluye «un determinado “orden del ser”. Implica el carácter ineludible de las consecuencias intergeneracionales. Implica que nadie está exento de las buenas o malas consecuencias de una relación» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 9). La característica específica de la terapia contextual es el concepto de dar y recibir y la necesidad de equilibrio. Esta dimensión determina la forma en que se observa y evalúa el conjunto de síntomas, y también establece la dirección de la acción terapéutica. Toda la información adicional proveniente de las sesiones, como hechos relacionados con golpes del destino, elementos biográficos de la psicología individual y patrones de relaciones, es clasificada en el marco de este concepto.

Las leyes de la psicología se refieren al individuo, a los criterios éticos postulados que comprenden las consecuencias para los demás y están dirigidos a los intereses de todas las partes afectadas, incluidas aquellas que no están presentes y la descendencia aún no nacida. Esto significa que los límites son extremadamente amplios, dado que todas las personas afectadas están incluidas y no pueden ser excluidas. Éste es el requisito básico de la terapia sistémica. Cada elemento del sistema debe tener y ocupar su lugar en el mismo, y las necesidades de cada miembro han de ser consideradas tan importantes como las de todos los demás, lo cual resulta beneficioso para todos.

Con el objetivo de ilustrar esta estructura, el método contextual utiliza un modelo de cuatro dimensiones que hace justicia a los diferentes aspectos del ser del cliente (Boszormenyi-Nagy, 1995). Cada dimensión individual es un subsistema del sistema contextual. Los hechos, las acciones o los procesos que se encuentran en una dimensión dan lugar a consecuencias que afectan tanto a ella misma como a las demás.

1. El contexto existencial alude a hechos como condiciones genéticas y sociales, salud, enfermedad o discapacidad. La terapia posee un potencial limitado de impacto a ese nivel. Se trata de factores que deben ser aceptados como tales, aunque puedan parecer injustos.
2. La dimensión individual afecta a la psicodinámica del individuo, incluidas sus necesidades, cogniciones, sentimientos, actitudes y sus objetivos y sueños personales. Este nivel, en el que tiene lugar la terapia individual, no supera a la persona individual. Es posible efectuar cambios, en especial si son aplicables a las actitudes frente a la vida y sus acontecimientos, a las relaciones y al cliente mismo.
3. La dimensión sistémica y cibernética incluye patrones de interacción o relaciones. Tiene que ver con el comportamiento del individuo hacia el mundo y las demás personas, y sus relaciones recíprocas. Aquí es donde se sitúan la comunicación y la transacción, y el poder y la competición que dan forma a la relación. Sin embargo, la conexión *per se* tiene consecuencias de largo alcance y va más allá de ese nivel, hacia la cuarta dimensión. No obstante, es en la tercera dimensión donde comienza la terapia familiar.

4. La dinámica de la ética de la relación fue introducida por Boszormenyi-Nagy como la cuarta dimensión y tiene en cuenta el contexto de las ganancias indirectas y el equilibrio entre dar y recibir. Los temas de esta dimensión incluyen la justicia, la lealtad, la confianza y la honradez, el derecho y el mérito. Éste es el nivel de la terapia contextual. El tema de investigación es la posición del individuo en el sistema y sus implicaciones, que pueden ser transgeneracionales, y las consecuencias adicionales provocadas por la acción del individuo. El contexto de las consecuencias queda definido como multilateral, lo que alude a un contexto plural de interés existencial justificado. Éste es también el nivel en el que tiene lugar la constelación familiar.

Aplicación práctica de la terapia contextual

En su terapia familiar, Boszormenyi-Nagy solicita la reunión de toda la familia para entablar una serie de debates. Este encuentro de los miembros individuales tiene su propia dinámica, dado que cada persona está obligada a confrontar a las demás con sus propios intereses, necesidades y deseos. Ésta suele ser una situación nueva y desconocida que ayuda a todos a resolver aquellos patrones de relación que se han vuelto rígidos. La idea de que «la curación a través de la reunión» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 20) puede ser factible es la base del trabajo terapéutico de Moreno (cf. Buer, 1991, pág. 29). Algo similar se observa en las constelaciones familiares cuando personas que han sido excluidas y negadas aparecen en el contexto y adoptan sus respectivas posiciones. Este retrato tangible de todos los miembros suele ser recibido con sorpresa debido a sus dimensiones, y con frecuencia cambia drásticamente la posición del cliente dentro de la familia.

En contraste con el entorno de la terapia contextual, la constelación familiar se produce dentro del contexto de un grupo en el que los individuos se unen. Si bien los clientes suelen estar acompañados por miembros de su propia familia, sus parejas y/o sus hijos, en la mayoría de los casos lo que tiene lugar es una terapia individual dentro de un grupo. Además, el centro de atención de la constelación familiar es la familia de origen, en tanto que en la terapia contextual son las relaciones actuales en el marco de la historia familiar del individuo.

Los terapeutas que utilizan el método contextual son conscientes de que emplean una posición «multidireccional» con la que apoyan a cada miembro en sus intereses respectivos, lo cual contrasta con la actitud de neutralidad que prevalece en otras escuelas de terapia familiar. La terapia contextual intenta ampliar la perspectiva del cliente o la familia hasta el punto no sólo de hacerle reconocer su propia posición, sino también de ver y reconocer la del otro. El objetivo del trabajo terapéutico es «ayudar a las personas a descubrir y construir soluciones multilateralmente responsables en todas las situaciones en las que sus impulsos les conduzcan en direcciones opuestas. Al igual que en el drama clásico griego, una victoria basada en el descuido de personas significativas en la vida de un individuo genera consecuencias trágicas en el tejido del futuro. Por el contrario, la ayuda terapéutica que considera las consecuencias de la realidad de una persona sobre otra persona [...], así como la legitimidad de la preocupación y la consideración [...], suele beneficiar a todos» (Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, pág. 19).

Los miembros de la familia en su totalidad deben tener la oportunidad de contar a los otros cuáles son sus expectativas, a fin de que puedan analizarlas juntos. «El método [de la terapia contextual] puede ser descrito como la detección y el reconocimiento de derechos, y su aprovechamiento» (Emlein, 1995, pág. 79; trad.: KL). Queda claro entonces que cada miembro tiene sus derechos y deudas, y que cada uno de ellos pertenece a una gran red familiar y, como resultado, perpetúa los compromisos de las generaciones anteriores.

El descubrimiento y la presentación de esta conexión tienen lugar en presencia de los demás miembros de la familia, lo cual exige que todos sean abiertos y directos. Éste suele ser el primer paso hacia un encuentro real, si bien puede resultar bastante complicado, porque cuando a las familias les resulta difícil aceptar determinados sentimientos o hechos, se decantan por métodos como evitar,

negar y ocultar tabúes y secretos personales o familiares

Según describe Boszormenyi-Nagy, ambas partes —la generación de los padres y los abuelos por un lado, y la de los hijos por otro— están de acuerdo en cuanto a las posibilidades que existen dentro de una relación. Si al hijo se le prohíbe abierta o implícitamente abordar ciertos temas, la lealtad hará que respete la tradición familiar, pero eso evitará que ambos lados resuelvan la cuestión. Sin embargo, prohibir a alguien que acceda a un tema impide el encuentro directo entre «Yo» y «Tú». Por esta razón la terapia contextual intenta romper el patrón relacional restrictivo con la intención de permitir un encuentro y el intercambio de información esencial que pueda fortalecer los vínculos. «El falso respeto filial puede ocultar los tabúes y las órdenes que impiden la genuina exploración de la relación que existe entre la persona y sus padres. Sin embargo, el hecho de conocer las verdaderas luchas de la generación anterior podría derivar en un respeto más genuino por ellos. El diálogo abierto conformado por una serie de preguntas y respuestas abiertas y valientes entre hijo y padre acrecienta la cualidad paternal de este último» (Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973, pág. 35).

El modelo de la espiral entre la autovalidación y el endeudamiento, que puede ser dirigido tanto de forma negativa como positiva, sirve para arrojar luz sobre las consecuencias del comportamiento ético y la justicia dentro de las relaciones. Se trata de un modelo de desarrollo que ilustra el concepto de derecho. El objetivo de la terapia es trabajar con el cliente para permitirle formar parte del movimiento ascendente, es decir, la dirección positiva de la espiral.

Con frecuencia el cliente no es capaz de reconocer esta posibilidad, porque su atención se centra en el derecho destructivo y él está inmerso en la ira, la decepción y las acusaciones. No obstante, si esos sentimientos continúan vigentes dentro de una relación no conducen a ninguna solución ni a un desarrollo posterior. Por esta razón el método contextual no se centra en la patología, sino en la «[...] existencia de recursos en las relaciones significativas que, una vez hechos realidad, puedan volver a canalizar la ira en cercanía, la injusticia percibida en un equilibrio de la justicia y la desconfianza en confianza» (Boszormenyi-Nagy *et al.*, 1986, pág. 99)²⁹.

Cuando cada uno de los miembros de la familia reconoce sus propias implicaciones, deja atrás los viejos derechos que no han sido ni serán satisfechos jamás, y una vez más hace el esfuerzo de formar parte de una relación dando el primer paso, «alcanza una nueva espontaneidad en la motivación que se perpetúa a sí misma» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 211). Este enfoque surge de la teoría de la motivación, que se basa en la ética y la justicia. «El descubrimiento de formas específicas en las que cada miembro consiga dar validez a su mérito ético a través de la debida preocupación por el otro no sólo disminuye el coste de su consideración recíproca, sino que se convierte en un factor motivacional contundente para su madurez personal. Libera al donante para que viva una vida más plena, divertida y creativa» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 202).

La experimentación de esta libertad actúa como un refuerzo positivo y por consiguiente sirve como motivación para repetir el mismo comportamiento. Cuando el cliente toma conciencia de los contextos y los ha experimentado de primera mano, él (o ella) continuará intentando adquirir derechos de esta manera con la finalidad de cosechar las consecuencias positivas. «De esta manera, ganar un derecho a través de un justo dar y recibir se convierte en una dinámica de relación determinante y autosuficiente» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 202). Como se ha descrito

anteriormente, al dar y recibir de forma apropiada se crea un vínculo entre los participantes. Un intercambio justo estimula la confianza en esta relación específicamente y también en esta forma de establecer y mantener una relación en general, mejorando por consiguiente la salud física y emocional de los participantes. «Una de nuestras tesis básicas es el aprendizaje de décadas de esfuerzos dirigidos al desarrollo de una terapia eficaz: el recurso sanador de las relaciones humanas fidedignas y fiables» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 202). El objetivo de la terapia es conseguir que el cliente acceda a esta dinámica relacional.

Requisitos para el terapeuta

Las actitudes, conocimiento y comportamiento del terapeuta resultan fundamentales para poder conseguir una terapia acertada. Boszormenyi-Nagy y Spark (1973) señalan explícitamente que el crecimiento personal del terapeuta es su instrumento más importante, puesto que sólo podrá ayudar a sus clientes a dejar atrás sus implicaciones si él mismo demuestra apertura y disposición en el comportamiento ético que exhibe en el marco de las relaciones. Por esta razón el pensamiento del médico determina sus objetivos terapéuticos y marca los límites de sus posibilidades (cf. Freud, 1910b, pág. 39).

Martin Buber describe lo que sucede cuando en una relación terapéutica quienes asumen distintos roles se enfrentan entre sí, y contrasta este hecho con el encuentro de dos personas que viven un «Yo» y un «Tú». «Otro [...] ejemplo de los límites normativos de la mutualidad puede observarse en la relación que existe entre un psicoterapeuta genuino y su paciente. Si el primero se siente satisfecho de “analizar” a su cliente, es decir, de sacar a la luz factores inconscientes de su microcosmos y aplicar a un proyecto consciente las energías que han sido transformadas por este surgimiento, es posible que consiga hacer algunos arreglos. En el mejor de los casos, puede que ayude a un alma difusa y pobre en estructura a alcanzar al menos algo de concentración y orden. Pero no puede eximirse de su verdadera tarea, que es la regeneración de un centro personal atrofiado. Eso sólo puede conseguirlo un hombre que capta, con la profunda mirada de un médico, la unidad latente y enterrada del alma sufriente, y que únicamente se consigue al establecer una relación de persona a persona, pero nunca a través de la observación e investigación de un objeto» (1996, pág. 178 y subsiguiente).

Como en el caso de Boszormenyi-Nagy, para quien el aspecto básico de la terapia es «volver a cruzar,» volver a establecer un vínculo (con los padres y las generaciones previas), Buber también enfatiza en que la curación se produce a través de la conexión. Una persona no se convierte en parte del todo, que es su sistema, con sus derechos y obligaciones, hasta que su pertenencia y el reconocimiento de esa pertenencia se concretan (cf. Hellinger, 2001a). Los clientes no son seres individuales y ya no son capaces de percibirse de esa manera. Tienen su contexto y su entorno, en el que experimentan un permanente intercambio. El terapeuta tiene que tener todos estos factores en cuenta y debe ser consciente de la «responsabilidad objetiva del impacto terapéutico que causará sobre las vidas de las personas vinculadas a su(s) paciente(s). En contraste con la medicina física, no es posible confinar a la persona del paciente los efectos y consecuencias de cualquier intervención psicoterapéutica» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 199).

El hecho de que los intereses personales del terapeuta y el cliente se encuentren en armonía con los intereses ecológicos y universales esclarece de una forma completamente nueva el potencial de la psicoterapia. «[...] la perspectiva de que alguien se gane el derecho a mejorar su salud teniendo en consideración las necesidades de otras personas representará una reserva de orden y esperanza en nuestro mundo [...]» (Boszormenyi-Nagy, 1986, pág. 202). La esperanza de que su trabajo pueda apoyar el desarrollo del individuo y la sociedad resulta extremadamente importante para Boszormenyi-Nagy (cf. 1986). Sólo a partir de la investigación continuada será posible demostrar

hasta qué punto la terapia contextual podría hacer un aporte significativo. En el contexto de la terapia, es posible evaluar la eficacia del concepto a través del bienestar de los clientes, de su salud emocional y física y de su calidad de vida.

²⁰ Cf. Ensayo de Reiter-Theill (1988) titulado «Therapie und Ethik in systemischer Perspektive» («Terapia y ética desde una perspectiva sistémica»), un debate sobre los conceptos del desarrollo moral y la conciencia moral por parte de filósofos como Kohlberg y Habermas.

²¹ Maturana asegura que el amor es la base de la formación ética de la relación: «Cuando aceptamos a la otra persona, podemos justificar su [...] ausencia si se aportan razones que den crédito a su [...] ausencia: el amor o la falta de amor comprometen a un individuo con algo o alguien, y ése es exactamente el punto en el que se inicia la ética social» (1985, pág. 131; trad.: KL).

²² Hellinger realiza una afirmación semejante cuando habla de «psicoterapia fenomenológica».

²³ Cf. Boszormenyi-Nagy (1986). La ética y la responsabilidad humana también son áreas significativas fuera del campo de la psicología y están sujetas a investigación por parte de eruditos en todas las disciplinas. Por ejemplo, Humberto Maturana afirma lo siguiente en una entrevista con Marianne Krüll: «[...] cuando tomamos conciencia de la inevitable participación de nuestras emociones en todas nuestras acciones, [podemos desarrollar] una mayor conciencia de nuestra responsabilidad como entidades sociales. [...] Por lo general afirmamos que no somos responsables de las consecuencias de nuestras acciones porque sólo seguimos (obedecemos) los términos de alguna verdad objetiva: decimos que el conocimiento objetivo nos determina. Sin embargo, si reconocemos que nuestras emociones también participan, no podremos negar que es la preferencia (emoción) la que nos ha determinado a nosotros. Al mismo tiempo podemos reconocer que los fenómenos sociales se basan en el amor y que es el amor como emoción fundamental en el reconocimiento de la coexistencia el que genera relaciones interpersonales e interacciones dotadas de estabilidad, orden, coherencia y armonía, y no de razón, interés ni poder» (Krüll, Luhmann y Maturana, 1987, pág. 19; trad.: KL). Heisenberg señala que para mantener y desarrollar la sociedad humana es necesario recurrir a la ética. Después de todo, donde «no queden ideales que nos guíen y señalen el camino, la escala de valores desaparecerá y con ella el significado de nuestras proezas y sufrimientos, y al final sólo nos quedará recurrir a la negación y la desesperación. Por consiguiente, la religión es la base de la ética, y la ética es la presunción de la vida» (1990, pág. 219).

²⁴ Cf. Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986; Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973; Leutz 1974.

²⁵ Boszormenyi-Nagy y Krasner, 1986, incluye información bibliográfica detallada.

²⁶ Esta idea se basa en una imagen que, al igual que un árbol genealógico que sitúa las generaciones una sobre la otra, emplea el término «vertical» para indicar la dirección de una generación a otra, y «horizontal» para hacer referencia a la misma generación.

²⁷ En su libro titulado *Anton Reiser: A Psychological Novel*, Carl Philipp Moritz describía el anhelo de un niño que había sido criado siguiendo duras medidas disciplinarias y era incapaz de expresar su derecho al cariño: «[...] por lo que ahora se sentía rechazado casi completamente, y cuando se le hablaba del tema era en un tono de menosprecio y desdén que destrozaba su corazón. ¿Cómo era posible que en él surgiera el ardiente deseo de un trato cariñoso al que no estaba acostumbrado y que, por consiguiente, apenas podía concebir?» (1926, pág. 8).

²⁸ Haley presentó un modelo similar utilizando la expresión «triángulo perverso», que incluía tres criterios esenciales: «Las personas que responden ante las demás en el triángulo no son iguales» y por consiguiente asumen diferentes posiciones en la jerarquía de poder; «la persona de una generación forma una coalición con la persona de otra generación en contra de sus iguales», y «la coalición entre las dos personas es negada. [...] En esencia, el triángulo perverso es aquel en el que la separación entre generaciones es infringida de forma encubierta. Cuando esto conforma un patrón repetitivo, el sistema resulta patológico» (1977, pág. 37). Este modelo es observable en otros sistemas y a otro nivel, por ejemplo, en organizaciones, cuando el jefe hace un trato con un subordinado mostrando parcialidad hacia él o ella. Aquí se exceden los límites de las «generaciones» (cf. Haley, en Marc y Picard,

1991, pág. 49 y subsiguiente).

²⁹ Según Hellinger, la paternidad, que es un hecho innegable, es uno de los recursos más importantes. Hellinger pide al cliente que lo reconozca y lo honre.

Bert Hellinger y la constelación familiar

Lo más importante para cualquier persona es el honor.

BERT HELLINGER

BERT HELLINGER HA DESARROLLADO un trabajo psicoterapéutico único: se trata de las constelaciones —particularmente las constelaciones familiares—, en las que los clientes reproducen la imagen que han desarrollado en su interior acerca de su propia familia con la ayuda de los miembros de un grupo. Este método se basa en la premisa de que los trastornos emocionales y las enfermedades psicosomáticas pueden deberse a una alteración en el orden del sistema familiar, que, como resultado, produce una implicación sistémica. Una persona del sistema se conecta con el destino de otra persona; si esta implicación relevante es reconocida —lo cual suele suceder cuando se lleva a cabo una constelación familiar— y se recupera el orden del sistema, la razón del síntoma queda invalidada y es posible efectuar un cambio.

Hellinger parte de la premisa de que existe un orden «correcto» para cada sistema y que este orden se adapta a cada uno de sus miembros. El orden «correcto» aporta paz y estabilidad al sistema, y por consiguiente permite que todos sus componentes se sientan satisfechos. En el contexto de una constelación, ya tenga lugar en una familia, en un departamento comercial o una empresa, se analizan las relaciones perturbadas o que están causando la perturbación y se intenta restablecer el orden o incluso crearlo por primera vez en esa generación.

Hellinger descubrió, durante sus años de práctica, que el orden puede quedar determinado por una serie de reglas. Sin embargo, estas reglas son susceptibles de ser infringidas por fuerzas externas como las guerras y los golpes del destino, o factores como la exclusión o condena de los miembros del sistema. Se trata de una perturbación del equilibrio que puede perpetuarse durante varias generaciones. En Alemania, por ejemplo, incluso en la actualidad, el período del nacionalsocialismo, marcado por acontecimientos tan dramáticos, continúa dejando víctimas emocionales en las generaciones de los hijos y los nietos de ambas partes³⁰.

Dentro de las constelaciones familiares surgen los «órdenes del amor,» traducción literal del libro de Hellinger titulado *Ordnungen der Liebe*, que apareció primero en Alemania en 1994 y posteriormente fue publicado en inglés como *Love's Own Truths* (2001a). Estos «órdenes» son descritos como tipos de relaciones prácticamente arcaicas, como aquellas que aparecen en la Biblia o las culturas tradicionales. Quizá estas estructuras están tan sumamente arraigadas y, por esa razón,

nos afectan tan profundamente como las imágenes de los arquetipos que describía Carl Gustav Jung.

En contraste con el psicodrama, en la constelación familiar no se representa ninguna situación particular ni comportamiento potencial. El objetivo de una constelación familiar es revelar las implicaciones inconscientes del sistema de origen y, al hacerlo, conseguir que puedan ser tratadas. Por consiguiente, Hellinger se ocupa de señalar las estructuras básicas del sistema que, en su opinión, son las responsables de haber enfermado al individuo, o que se han convertido en el elemento que entorpece el desarrollo emocional de la persona, y recurre a varias intervenciones que tienen la finalidad de permitir el surgimiento de un nuevo vínculo emocional con la generación anterior, un equilibrio o la resolución de la implicación sistémica. La terapia está dirigida a la reconciliación con los padres del individuo y las generaciones anteriores, y también apunta a la justicia, es decir, a mantener vigente el derecho de cada miembro a pertenecer al sistema.

Hellinger recurre al término «fenomenológico» para describir su método, que no se basa en un modelo teórico, sino que sigue los fenómenos que surgen durante la creación de una constelación familiar³¹. Estos fenómenos son los mensajes no verbales de los clientes que el terapeuta observa en la entrevista y, en particular, todo lo que expresan los representantes de los miembros de la familia mientras comentan cómo se sienten, cuáles son sus sensaciones físicas y cuáles sus fantasías sobre su relación. Durante un largo período de experimentación se procedió a observar cuáles eran los patrones que se repetían constantemente en la relación y en qué posición se encontraban los representantes. Y en la actualidad, puesto que dichos patrones ya han quedado claramente definidos, es posible analizarlos a través de una serie de intervenciones destinadas a sopesar su validez y precisión.

Información biográfica

Bert Hellinger nació en 1925, y después de estudiar filosofía, teología y educación se convirtió en sacerdote. Viajó a Sudáfrica y trabajó allí durante dieciséis años como miembro de una orden misionera católica, con el pueblo zulú. Hellinger dirigió varias escuelas, entre ellas una para africanos negros en Natal. Sus experiencias en el trato con personas de aquella zona quedan reflejadas en su forma de trabajar. «A un zulú jamás se le ocurriría poner a nadie en una situación embarazosa, porque hace gala de una profunda cortesía que asegura que nadie pierda jamás el prestigio, que todo el mundo conserve la dignidad. También me impresionó sobremanera la autoridad absolutamente natural que los padres zulúes ejercen sobre sus hijos, y el respeto incuestionable que estos últimos sienten por sus progenitores. Por ejemplo, nunca oí a nadie hablar de forma irrespetuosa sobre sus padres. Eso sería inconcebible» (Hellinger, 2001a, pág. 443). En el contexto de su trabajo, Hellinger analizó la forma en que trabajaban los terapeutas especializados en dinámica grupal, que ofrecían grupos interconfesionales sin ninguna barrera racial. «Me impresionó mucho la forma en que demostraban que era posible lograr que personas opuestas se reconciliaran a través del respeto mutuo [...]» (2001a, pág. 435).

Al regresar a Alemania en 1969, Hellinger se valió de su experiencia en el campo de la dinámica grupal y la aplicó a su trabajo terapéutico. A comienzos de los años setenta abandonó la orden y se volcó en la psicoterapia, para lo cual se capacitó como psicoanalista en Viena. Sin embargo, tras dar una conferencia en la Asociación Psicoanalítica, en la que habló maravillas del analista y psicólogo Arthur Janov y su obra —considerada poco convencional y revolucionaria para su época—, Hellinger fue desacreditado por la asociación. A partir de entonces pasó algún tiempo estudiando en Estados Unidos, incluidos los nueve meses que dedicó a estudiar terapia primal con Janov en Los Ángeles. El camino hacia su propia forma de psicoterapia le hizo descubrir una gran variedad de acciones terapéuticas, como la terapia Gestalt, el análisis transaccional y de guiones de Eric Berne y, posteriormente, la terapia familiar, la terapia provocativa de Frank Farelly y la hipnoterapia de Milton Erickson.

El descubrimiento de la obra del psicoanalista y terapeuta grupal Eric Berne causó un profundo impacto en el desarrollo del método de Hellinger. Berne concibió el análisis transaccional, que analiza la comunicación entre personas y sus patrones psicodinámicos básicos subyacentes. El análisis transaccional tiene en consideración tres necesidades humanas básicas: cariño, tiempo estructurado y activación. Un individuo adaptará su vida y exigencias a la forma en que estas necesidades básicas hayan sido satisfechas en sus primeros años de vida. Durante la primera infancia, el niño prepara un guión de la vida que podría seguir y que dará forma a su existencia. La elección de su cuento favorito, por ejemplo —que contiene elementos que para el niño resultan relevantes—, expresa en parte sus ideas como individuo. Los cuentos de hadas, los mitos o las leyendas contienen experiencias que resultan familiares a todo el mundo en mayor o menor medida y, para el análisis transaccional, la elección de temas se arraiga en la biografía del individuo y en los mensajes que el niño ha recibido de sus padres y su entorno.

Sin embargo, mientras trabajaba con sus grupos, Hellinger observó que esta explicación no

siempre resultaba válida. En el guión se aprecian temas que en ocasiones van más allá de la propia experiencia biográfica y que están arraigados en otras generaciones y relaciones. «Los analistas transaccionales atribuían los guiones a mensajes que habían sido transmitidos al individuo. Yo observé que [la transmisión] tenía lugar independientemente de los mensajes directos y, en ocasiones, a través de acontecimientos que ocurrían dentro del sistema. En términos generales no se trataba de sucesos que el individuo hubiese experimentado, sino que podrían haberse ocasionado en otro espacio geográfico y otro momento para luego manifestarse en el guión. Repentinamente aparecía un aspecto multigeneracional sistémico» (Hellinger, citado en Weber, 1993, pág. 321; agregados y trad.: KL).

Esta observación impulsó a Hellinger a trasladar el análisis de guiones a una dimensión sistémica. En efecto, fue él quien descubrió que muchas de las historias no tenían conexión con el individuo en cuestión, sino con otras personas, particularmente miembros de la familia. Sabemos que es posible llegar a conseguir la resolución de un guión que conlleva una gran cuota de sufrimiento identificando al individuo con una persona de su propio entorno. Y ello es factible en una constelación donde esta otra persona consiga encontrar su posición correcta y el honor que merece como miembro del sistema.

El libro *Lealtades invisibles*, de Ivan Boszormenyi-Nagy, inspiró a Hellinger a reconocer la necesidad y el significado del equilibrio entre generaciones. Sin embargo, Hellinger recalca que lo que Boszormenyi-Nagy consideraba un factor fundamental en la dinámica de las relaciones, es decir, la dimensión ética del equilibrio, no era significativo para él. «Sólo puedo ver disparidad, y la disparidad de ganar y perder da lugar a una dinámica que busca la compensación» (Hellinger, citado en Weber, 1993, pág. 322; trad.: KL).

A partir del método de la hipnoterapia desarrollado por Milton Erickson y varios procedimientos hipnoterapéuticos, Hellinger extrajo el método de la narración de historias y la observación detallada de mínimas «pistas» no verbales que suelen no corresponderse con los mensajes verbales. Según él, es importante que el terapeuta siga el método de Erickson, quien «reconocía y aceptaba a cada individuo tal como era e intentaba dirigirse a la persona en su propio idioma y sistema de referencias» (Hellinger, 2001a, pág. 441). Por consiguiente, los mensajes significativos se distinguen de aquellos que derivan de niveles inferiores de la psique y se corresponden con la estructura invisible de la implicación familiar que elude el pensamiento racional.

Hellinger ha mejorado su método de las constelaciones familiares al punto de que consigue guiar a los clientes hacia las constelaciones de resolución en un período muy breve, que por lo general no supera los diez o veinte minutos. Consigue reconocer las estructuras subyacentes y, a su vez, basar sus intervenciones en ellas. Los principios fundamentales de Hellinger incluyen esta exactitud y la preferencia de mantener el trabajo terapéutico a niveles mínimos³².

Bert Hellinger vive actualmente en el sur de Alemania. Ha dejado ya su consulta privada y no trabaja con grupos, lo cual le permite dedicarse a impartir seminarios de capacitación a mayor escala por todo el mundo. El objetivo de su trabajo son las enfermedades psicosomáticas y psiquiátricas, así como los efectos de la implicación sistémica en las relaciones interpersonales y las relaciones interculturales a nivel político. Hellinger se dedica actualmente a producir y sustentar documentación sobre esta clase de terapia, además de estudios a largo plazo sobre su eficacia frente a

distintos tipos de trastornos. Sus publicaciones sobre este método terapéutico incluyen cartas terapéuticas (1993) y presentaciones del método en forma de transcripciones de los seminarios (Hellinger, 1994, 1995, 2001a; Weber, 1993 y 1998).

Presentación del modelo de trabajo hipotético y sus implicaciones

Vínculos y relaciones

Cuando un niño nace en el seno de una familia, forma parte de la red de relaciones desde el principio. El pequeño recibe lo que necesita para sobrevivir y aprende a vivir con el resto de las personas que componen la familia, por lo general padres y hermanos. El niño aprende así mismo a identificar las reglas familiares como propias, y sin embargo detrás de esto existe un profundo vínculo con el sistema que resulta mucho más dominante. Hellinger investigó las dimensiones de esta sensación de pertenencia en el contexto de su consulta y utilizó el término «orden» para describirla. Este orden existe, seamos conscientes de él o no. «Las relaciones nos permiten sobrevivir y desarrollarnos. Al mismo tiempo, nos comprometen a establecer unos objetivos que chocan con nuestros deseos personales» (Hellinger, citado en Weber, 1993, pág. 17; trad.: KL).

Dentro de las relaciones existen condiciones básicas que aplican ciertas restricciones sobre los involucrados. Hellinger menciona tres restricciones que resultan necesarias para que una relación entre padres e hijos resulte satisfactoria: «vínculo, equilibrio entre dar y recibir, y orden» (citado en Weber, 1993; pág. 21; trad. KL; cf. Weber, 1998, pág. 5). Como resultado de la fuerte lealtad existente en el sistema, los descendientes pretenden retener a aquellos miembros que desean alejarse, o intentan seguirles. «También es apreciable en aquellas personas que, al tener que compartir el destino de otras menos aventajadas, asumen la responsabilidad de la salud, la felicidad, la inocencia y la vida de esos miembros menos afortunados de su familia [...]»³³. Por consiguiente, los aventajados suelen poner en riesgo [...] su salud y su vida [...] es pos de la esperanza mágica de que la renuncia a su propia felicidad y existencia conseguirá salvaguardar la vida y la felicidad de los demás» (Hellinger, 2001a, pág. 312).

Orden

Un factor importante que no formaba parte de los conceptos descritos hasta el momento y que fue introducido por Hellinger es el orden en el sistema, que se basa en una disposición cronológica. En otras palabras, las personas que fueron «primeras» tienen prioridad sobre quienes llegaron más tarde. En los sistemas, la situación es diferente. El sistema actual, esto es, la familia o la relación, tiene prioridad sobre el sistema anterior, lo cual implica que las importantes relaciones que los padres pudieran haber mantenido, como matrimonios o noviazgos anteriores, deben ser reconocidas como tales. El orden también significa el respeto a la separación entre generaciones. Los padres se mantienen uno junto al otro, y los niños juntos, pero en una hilera diferente a la de sus progenitores, preservando así mismo el orden de nacimiento de los hermanos. Nadie puede ser excluido, lo cual implica que a ningún miembro se le puede negar la posición que ocupa en el sistema. Si el orden resulta alterado, las generaciones subsiguientes asumirán la tarea de conseguir una compensación.

La jerarquía se corresponde con la pertenencia a un sistema en un momento determinado. «Quienes llegaron primero a la familia tienen prioridad sobre los que se incorporaron más tarde» (Hellinger, 2001a, pág. 29). Lo mismo es aplicable a las organizaciones. Por otro lado, el sistema actual tiene prioridad sobre el original, lo que significa, por ejemplo, que cuando una mujer se divorcia y vuelve a casarse, pertenece a su segundo sistema. «Las organizaciones siguen una jerarquía de grupos según su función y logros» (Hellinger, 2001a, pág. 33).

Resulta entonces imprescindible mantener este orden, así como respetar la separación entre generaciones. Según Hellinger, el hecho de no respetar el orden, lo que con toda probabilidad es también el resultado de una constelación sistémica, puede tener consecuencias nefastas. «Por ejemplo, cuando un niño presume de saber y juzgar cuestiones privadas entre sus padres, se coloca por encima de ellos. Las violaciones del orden de precedencia suelen provocar tragedias familiares, accidentes graves y suicidios. Cuando un miembro de la familia que se encuentra en un puesto bajo de la jerarquía se coloca en el lugar de alguien situado en un lugar superior, inconscientemente reacciona con el impulso de fracasar, de ser infeliz y de tener mala fortuna» (Hellinger 2001a, pág. 207).

Las constelaciones ayudan a identificar rápidamente las estructuras de la relación sistémica y a encontrar una resolución. En el proceso, el comportamiento y las palabras que emite el cliente representan una serie de «lealtades invisibles» muy profundamente arraigadas. Los cambios en esta estructura provocan alteraciones en el comportamiento, el pensamiento y, a su vez, en los sentimientos. Según los principios sistémicos, un cambio en el cliente traerá aparejado también un cambio en su entorno. En los conceptos básicos de este trabajo terapéutico, Hellinger establece una distinción entre la implicación sistémica, cuyo origen suele aparecer en la generación previa (si no es una cuestión de implicación entre hermanos, algo que ocurre con mucha menos frecuencia), y el movimiento de acercamiento interrumpido, que se basa en la biografía del individuo. En el caso de una implicación sistémica en una constelación, Hellinger se vale de la constelación familiar con objeto de llegar a una resolución. Y en el caso del movimiento de acercamiento interrumpido,

recomienda utilizar la terapia de contención de Irina Prekop (cf. 1991). En otros casos Hellinger se decanta por el método de la constelación familiar, pero permite que en constelaciones realizadas con el padre o la madre, representados por sustitutos, surja una nueva relación.

Implicación sistémica

«El término “sistema” se utiliza aquí en el sentido de una repetición del destino que abarca varias generaciones. Eso significa que sus miembros son susceptibles de quedar implicados en los destinos de otros miembros sin tener conciencia de ello» (Hellinger, 2001a, pág. 88). «Todos los miembros de esta repetición del destino están inexorablemente unidos por una lealtad profunda. Los efectos fatídicos de su lealtad son más fuertes cuando ésta surge del amor de un hijo por sus padres, o cuando se trata de lealtad entre hermanos o entre marido y mujer, aunque también se percibe una lealtad especial en quienes se encuentran en una posición de ventaja con respecto a otros, que tuvieron que marcharse» (Hellinger, 2001a, pág. 311). Estas afirmaciones proporcionan las claves sobre dónde encontrar implicaciones tras examinar un sistema familiar.

El concepto de implicación sistémica significa que los clientes han asumido una serie de deudas pertenecientes a su sistema familiar —y, por consiguiente, a generaciones anteriores—, como por ejemplo culpabilidad o deudas éticas, que según la definición de Boszormenyi-Nagy son deudas no originadas en la biografía personal de dichos individuos. En consecuencia, es seguro que lucharán por alcanzar un equilibrio en el sistema e invertirán toda su energía e incluso su vida con ese fin. Boszormenyi-Nagy se refiere a esta constelación como un «libro de cuentas intergeneracional» que los clientes están deseando cuadrar debido a su compromiso de lealtad hacia su familia. Esta intención de conseguir un equilibrio se mantiene durante varias generaciones. Boszormenyi-Nagy y Spark (1973) hacen referencia a la Biblia, en la que los hijos y los nietos cargan con la culpa de sus padres hasta la tercera y cuarta generación. En la mayoría de los casos, las constelaciones familiares también incluyen este mismo número de generaciones.

Según Hellinger, las constelaciones revelan las estructuras básicas inconscientes de las relaciones entre miembros de una familia. «A través de las constelaciones familiares los participantes ven claramente que en las familias y los clanes la necesidad de lealtad y equilibrio compartida por todos los miembros no tolera la exclusión de ninguno de ellos, ya que, de lo contrario, el destino de la persona será inadvertidamente asumido y continuado por un miembro posterior de la familia» (Hellinger, 1994, pág. 19; trad.: KL; cf. Hellinger, 2001a, pág. XVII). Hellinger explica que, mediante el uso de las constelaciones familiares, es posible descubrir estas implicaciones, definir las claramente y proponer resoluciones. Añade así mismo que la resolución de la implicación puede producirse a través de la compensación. «[...] cuando al miembro excluido se le honra y respeta como merece, se restablece la integridad del sistema familiar y el amor obvia la necesidad de que el destino de esa persona sea repetido por un miembro posterior de la familia» (Hellinger 2001a, pág. XVIII).

En una constelación familiar, los miembros que han sido excluidos pueden recuperar su posición en el sistema durante la representación visual del mismo. Para conseguirlo, se procede a reconocer la existencia de estas personas a través de frases y gestos destinados a honrarles, y se da por sentado que esa imagen continuará ejerciendo influencia sobre el cliente, favoreciendo, por consiguiente, su curación. Este proceso es también válido para la «reanudación y finalización de un movimiento previamente interrumpido de un niño pequeño hacia su madre o padre» (Hellinger 2001a, pág.

XVIII). «[Con estas intervenciones terapéuticas] es posible curar o al menos reducir la ansiedad inicial y las heridas causadas por la pérdida y la separación» (Hellinger, 1994, pág. 20; trad.: KL). La «devoción activa por el mundo,» que Martin Buber considera una solución (Buber 1957, pág. 122) para entrar en una «espiral positiva» de encuentro e intercambio con el mundo (Boszormenyi-Nagy la considera una posibilidad), se corresponde con el movimiento hacia los padres o el hecho de honrarlos, que puede demostrarse haciendo una profunda reverencia frente ellos y sus respectivos destinos.

La implicación sistémica significa que *una* persona asume el destino de otra (una sola) o se pasa la vida atrapada en el recuerdo de la antedicha. Por ejemplo, un hijo puede contribuir a continuar el destino de la madre, quien a su vez está siguiendo el de su propio hermano³⁴. En muchas familias, esta línea se remonta a varias generaciones anteriores; sin embargo, Hellinger no tiene en cuenta más de tres o cuatro, puesto que, en su opinión, debe existir un punto en el que el pasado sea dejado a un lado. En una constelación familiar suele quedar claro qué personas están implicadas con cuáles y, a su vez, qué persona resulta más significativa para el cliente. Hellinger observa tres tipos básicos de dinámica en una implicación sistémica: identificación, seguimiento y arrogación.

Identificación

En la literatura sobre psicoanálisis, la identificación se define como «un proceso psicológico mediante el cual el sujeto asimila un aspecto, propiedad o atributo de otro y resulta transformado, total o parcialmente, según el modelo que esa otra persona le proporciona» (Laplanche y Pontalis, 1973, pág. 205). También se lo describe como un «acto a través del cual un individuo resulta idéntico a otro, o dos seres se vuelven idénticos entre sí (ya sea en pensamiento o en realidad, completamente o *secundum quid*), (Lalande, citado en Laplanche y Pontalis, 1973, pág. 205). A través de la identificación con una persona anterior a él, el hijo parece preservar con su propio sufrimiento el recuerdo del individuo excluido, representando su presencia o energía en el sistema.

Es posible observar que «el individuo afectado ya no es completamente él mismo, sino que se identifica con alguien más. Identificarse significa experimentar los sentimientos de otra persona pero sentirse y actuar como si esos sentimientos fueran propios. No se los considera una entidad aislada [...]» (Hellinger, 2001a, pág. 118). También se aprecia que «en ocasiones los sueños tampoco tienen que ver con quien los sueña, y que un sueño puede en realidad pertenecer a algún miembro de la familia de la persona que sueña» (Hellinger, 2001a, pág. 435). Las posibles razones para una identificación son que esta persona haya sido excluida del sistema o que el hijo, que es ahora el cliente, esté expiando una violación del sistema o una injusticia, como representante de la generación más joven, y actúe en nombre de la persona perteneciente a una generación anterior. Con frecuencia el cliente no conoce a este individuo, o éste existe en la familia como un tabú o un secreto familiar. «No es necesario que el individuo conozca a la persona con la que se identifica. La compulsión hacia la identificación se origina en el sistema, y entra en funcionamiento sin que él conozca a las personas a las que está representando» (Hellinger, 2001a, pág. 97). Pero no son sólo los hijos —los posteriores clientes— quienes se reconocen en sus percepciones o a través del sufrimiento que les ocasiona sentir que «algo va mal». Estas identificaciones, a pesar de que no sean formuladas como tales, pueden ser percibidas también por otras personas. Los clientes aseguran que

el hecho de ser comparados con alguien que ha sido excluido les resulta despreciativo: «Es como si fueras tu tía». Si esta suposición es correcta, se entiende por qué determinados sentimientos no responden a la terapia: puesto que pertenecen a otra persona, no pueden ser modificados en el cliente, sino que han de ser tratados en el marco del sistema.

El impacto de una identificación, como la de cualquier otra implicación sistémica, incluye acontecimientos o emociones que impiden que los clientes vivan sus propias vidas. Puede manifestarse como una enfermedad psicosomática, un trastorno emocional o incluso una psicosis (cf. Hellinger, 1994, pág. 430), o bien revelarse en estados que los individuos describen como fuera de sintonía con el «yo» que están habituados a percibir. Por eso describen esa sensación con palabras como: «Es como si estuviera de pie junto a mí mismo,» o «Simplemente no entiendo lo que acabo de hacer». Una consecuencia añadida de la identificación es la alteración de una relación, dado que una implicación sistémica y un movimiento de acercamiento interrumpido afectan la voluntad y/o habilidad de la persona para crear y mantener un vínculo permanente con otra. «Todos los esfuerzos por descubrir lo que va mal fracasarán a menos que la identificación sea reconocida y resuelta. Sólo entonces será posible iniciar una nueva relación, de naturaleza positiva. Las personas que se identifican con otras viven en un mundo ajeno y ya no consiguen responder en su propio nombre. Se consideran extraños a sí mismos y no ven a las personas que les rodean como lo que son en realidad, sino como desconocidos» (Hellinger, 2001a, pág. 119).

A través de esta forma de constelar, Hellinger ofrece al cliente la oportunidad de que reconozca a la persona con la que se identifica y resuelva dicha identificación. Como en los casos en que se observa que un individuo sigue a otro, se pide al cliente que pronuncie una de las frases de resolución que claramente definen la implicación con la persona en cuestión. Se recomienda «repetir las frases varias veces, hasta que el cliente reconozca al ser querido como una persona individual e, independientemente de lo profundo que sea el amor, como un ser separado y aparte. Si no se consigue, la simbiosis y la identificación perdurarán [...]» (Hellinger, 2001a, pág. 317).

Seguimiento

Si los miembros de la familia inmediata, como un hermano o uno de los progenitores, ha muerto de manera prematura, ya sea en una guerra, como resultado de un accidente o a causa de una enfermedad, sus hermanos o hijos tienden a seguirles en la desgracia o la muerte. Este hecho se manifiesta como una verdadera tendencia a la muerte en forma de accidentes o intentos de suicidio, o de manera simbólica, cuando la persona enferma y al hacerlo da la espalda a la vida o no aprovecha las posibilidades de las que dispone en su propia existencia.

El concepto de instinto de muerte de Freud suena como una versión previa de esta descripción, como si se tratara de una «pulsión» que apunta a la persona misma. «Las peligrosas pulsiones de muerte son tratadas de diversa manera en el individuo: en parte se las interpreta como inofensivas por mezcla con componentes eróticos, en parte se desvían hacia fuera como agresión, pero en buena parte prosiguen su trabajo interior sin ser obstaculizadas»³⁵ (Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. XIX, pág. 54, Amorrortu, 1976).

Arrogación

Cuando los padres siguen a otras personas, la lealtad provoca que sus hijos emprendan la búsqueda del equilibrio, así como que se adjudiquen el destino de sus progenitores y obedezcan la frase generalmente inconsciente y no pronunciada: «Es preferible que vaya yo, y no tú». Al actuar de esta manera, el hijo contribuye a que su padre o madre sobrelleven su destino. Un comportamiento similar, guiado por la lealtad del hijo hacia el sistema, se observa en aquellas familias en las que los padres se están alejando. El hijo enferma, comienza a robar o empeora notablemente en el aspecto académico, lo cual provoca que sus padres centren su atención en ese «paciente índice» que está demostrando un problema en la superficie. Sin embargo, a nivel más profundo el hijo está deseando asegurarse la solidaridad de la familia, incluso a un precio tan elevado como su propio bienestar.

Movimiento de acercamiento interrumpido

Un movimiento de acercamiento interrumpido es el retraimiento emocional del niño, causado por su repetida y profunda decepción ante la inaccesibilidad emocional de su madre o padre. Puede derivar de la pérdida real del progenitor, de su separación o de su ausencia emocional. Si en los padres se observa una implicación sistémica y emplean su energía vital en la búsqueda de un equilibrio en su sistema de origen, no estarán disponibles para el niño en calidad de padres. La interrupción puede ocurrir de forma completamente involuntaria y en contra del deseo de los padres. Por ejemplo, si el hijo tiene que pasar un tiempo en el hospital y esto deriva en una suspensión del contacto entre él y sus padres porque éstos no pueden visitarle o, como sucedía en el pasado, se les prohíbe visitarle, la situación puede originar un movimiento de acercamiento interrumpido por parte del hijo. Lo mismo es aplicable cuando es la madre quien ha caído enferma.

Por otro lado, si uno de los padres se encuentra ausente, al parecer es posible evitar un movimiento de acercamiento interrumpido si uno de los progenitores representa al otro con respeto y honor y habla de él frente al hijo de manera cariñosa. A partir de un amor profundo, que Hellinger llama amor original o amor primario, el hijo desea hacer cualquier cosa por sus padres. Si éstos rechazan sus esfuerzos o su cariño, no los respetan o la ausencia emocional del padre o la madre les impide demostrar reciprocidad, «[...] el amor por el progenitor se convierte en dolor. Se trata de una observación fundamentalmente importante: que el dolor emocional es amor interrumpido, y que este dolor es en realidad otra faceta del amor. Si bien el dolor es realmente una forma de amor, es tanta su intensidad que el hijo se niega a experimentarlo» (Hellinger, 2001a, pág. 436). El hijo deja entonces de intentar acercarse a sus padres, y no está dispuesto a volver a hacerlo. Al final, rechaza por completo cualquier tentativa, porque lo único que quiere es protegerse a sí mismo del dolor. Los clientes, a partir de ese punto, no quieren tener nada que ver con sus padres, que son las personas que les han hecho daño. No tienen nada bueno que decir sobre ellos, interrumpen el contacto o no experimentan ningún sentimiento, ni positivo ni negativo, acerca de ellos, lo cual podría ser interpretado como una «represión». Sin embargo, ésta no es una resolución estable, sino un estancamiento, dado que según Hellinger el amor entre el padre o madre y el hijo ha dejado de fluir³⁶. A través de la terapia es posible restaurar este movimiento y, por consiguiente, crear un vínculo con la generación anterior, lo que significa que el cliente quedará libre de sentimientos negativos hacia sus padres, cuyos vínculos son más fuertes cuanto mayor la acusación, la ira o la decepción.

Boszormenyi-Nagy menciona el derecho a dar, y explica que la violación de este derecho o su interrupción tiene graves consecuencias para el hijo. Él emplea el término «derecho destructivo» para referirse a la estructura básica que se corresponde con el movimiento de acercamiento interrumpido, aludiendo con la expresión «destructivo» a un derecho al equilibrio o la compensación que el individuo ha adquirido pero no consigue satisfacer, y que por ende tiene consecuencias destructivas para otras personas y lógicamente para él, el hijo, quien ya se ha convertido en el cliente.

Ansiedad

En el contexto de este estudio, el análisis de la ansiedad resulta particularmente interesante. Hellinger ha observado que la ansiedad se origina sobre todo en la biografía de la persona, independientemente de que el suceso en cuestión sea un trauma de nacimiento o un movimiento de acercamiento interrumpido. Cuando un niño pierde a su padre o a su madre no experimenta angustia, puesto que aún no ha llegado a una etapa de desarrollo que le permita lidiar con una emoción tan profunda. En lugar de eso, siente ira. Sin embargo, dado que está vinculado a sus dos padres por una cuestión de lealtad profunda, la ira se convierte en ansiedad. El niño teme tanto la ira como sus consecuencias inexpresadas, y lo que él percibe en la superficie continúa siendo ansiedad. A través de ella, el niño, y posteriormente el adulto, se protege de rozarse con los profundos y dolorosos sentimientos de su pena. Una resolución para este cliente podría suponer que se enfrentara de nuevo a sus padres y experimentara en el presente las emociones que no vivió en el pasado, resolviendo de esta manera la obstrucción³⁷.

Si lo que el niño da no es respetado, es decir, si la madre o el padre no se percatan de la relación actual, puede deberse al hecho de que ambos están implicados en su propio sistema. Es posible, por ejemplo, que estén siguiendo a una persona de su familia de origen.

Es como si estuvieran atados al pasado, lo que provoca que su energía no consiga fluir en el presente ni hacia la próxima generación. En otras palabras, no están disponibles como miembros de la relación perteneciente al sistema actual. Así es como los trastornos del sistema pueden pasar de una generación a otra.

Sin embargo, en algunos casos se observa que la ansiedad surge del sistema mismo. Si el padre, por ejemplo, o el abuelo del cliente, ha luchado en una guerra, es posible que sea él quien sufra ataques de pánico o ansiedad.

La patología de la ansiedad puede manifestarse como resultado de un movimiento de acercamiento interrumpido. Freud ya había descrito esta conexión como ansiedad neurótica en una conferencia que impartió en 1932. En otras palabras, cuando el impulso hacia la madre o el padre ha sido interrumpido resulta, por consiguiente, imposible alcanzar el objetivo. «La causa más común de las neurosis de angustia es la excitación frustrada. Se provoca una excitación libidinosa, pero no se satisface, no se aplica; entonces, como reemplazo de esta libido desviada de su aplicación emerge el estado de angustia. Hasta me creí autorizado a decir que de esta libido desviada de su aplicación emerge el estado de angustia» (Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. XXII, pág. 76, Amorrortu, 1976).

No existe ningún estado o persona que sea capaz de sustituir el sentimiento del amor primario que se origina en la relación con el padre o la madre. De hecho, se observa precisamente lo contrario. «La soledad, así como el rostro ajeno, despiertan la añoranza de la madre familiar; al niño no le es posible gobernar esta excitación libidinosa, no puede mantenerla en suspenso, sino que la muda en angustia» (XXII, pág. 76). Y «Aquello a lo cual se tiene miedo es, evidentemente, la propia libido. La diferencia con la situación de la angustia realista la hallamos en dos puntos: que el

peligro es interno en vez de externo y que no se discierne conscientemente» (XXII, pág. 78).

Freud trabajó sobre un segundo mecanismo de la generación de ansiedad, que es el proceso de represión. Entonces observó que es la ansiedad la que produce represión en lugar de ser la represión la que deriva en ansiedad³⁸. «Creemos poder describirlo de manera más completa que antes si mantenemos separado el destino de la representación por reprimir del destino del monto de libido adherido a ella. Es la representación la que experimenta la represión y, llegado el caso, es desfigurada hasta que se vuelve irreconocible; pero su monto de afecto es mudado comúnmente en angustia y, por cierto, sin que importe su naturaleza ni que se trate de agresión o de amor» (XXII, pág. 77).

Esta observación de que el «contenido» del sentimiento no desempeña un papel en las dimensiones de la forma es comparable a la observación de Hellinger, que explica que la agresión puede indicar un movimiento no completado hacia el progenitor.

Sentimientos

Con anterioridad, Freud ya había establecido que la terapia debía evocar, repetir y trabajar con lo que había sido reprimido (cf. Freud, 1914), un proceso mediante el cual es posible corregir las experiencias emocionales previas de la persona y, como resultado, adaptar las acciones a lo que requiere el presente. En el contexto de las constelaciones se observa que los sentimientos que han sido reprimidos o ignorados reaparecen y son experimentados de nuevo.

En lo referente a la arrogación sistémica, es posible que surjan sentimientos pertenecientes a otra persona, incluso a alguien de otra generación. Resulta particularmente importante entonces lamentar las pérdidas, al margen de su naturaleza, si se pretende alcanzar la maduración emocional y la separación psicológica (cf. Freud, 1910b). Una constelación suele ofrecer la oportunidad de revivir dichas experiencias con la ayuda de representantes y, a su vez, de permitir la experimentación del dolor. Sin embargo, existen otros sistemas que facilitan que el cliente resuelva una implicación. Una vez revelada la realidad familiar, el terapeuta puede «ayudar a la persona a aceptar las circunstancias de su familia para que no tenga que tolerarlas pasivamente, sino que pueda modificar el grado de influencia que éstas ejercen en el presente. En consecuencia, el objetivo es revisar el ayer como parte del hoy» (Massing, Reich, y Sperling, 1994, pág. 27; trad.: KL).

Bert Hellinger distingue entre tres tipos de sentimientos: primarios, secundarios y asumidos, y los utiliza como criterios para su procedimiento terapéutico. El amor que el niño siente por sus padres es la base de todo. Este amor primario actúa como los cimientos entre el padre y el hijo, y no resulta afectado por las relaciones, las acciones ni los acontecimientos. Es inevitable y ejerce un efecto determinado, independientemente de que lo reconozcamos o lo deseemos. La terapia primal se centra en los sentimientos y su expresión intensiva. Si bien Hellinger trabajaba en esa línea, se «daba cuenta de que los intensos sentimientos que salen a la superficie [...] son casi utilizados siempre para encubrir otro sentimiento, a saber, el amor primario del hijo por su madre y su padre. Los sentimientos de ira, furia, tristeza y desesperación suelen servir únicamente para rechazar el dolor causado por el movimiento interrumpido del niño pequeño hacia la madre o el padre» (Hellinger 2001a, pág. 436).

Los sentimientos secundarios surgen en lugar de un sentimiento primario. Resultan inapropiados para la situación, y en el cliente dejan una sensación de debilidad, como ira estéril o desesperación y depresión abismales y sin remedio. Se trata de sentimientos que aparecen en el contexto del movimiento de acercamiento interrumpido del amor. En efecto, en lugar de moverse hacia las personas que el niño ama, «éste prefiere mantener las distancias, y siente ira, desesperación y tristeza en lugar de amor» (Hellinger, 2001a, pág. 436 y subsiguiente).

Respetando los requerimientos de la terapia breve, Hellinger no profundiza en dichos sentimientos, dado que a partir de sus observaciones ha descubierto que no constituyen la esencia del problema y obstaculizan la resolución: «Si comprendemos que estos sentimientos son amor interrumpido, no nos atascamos en el sentir superficial, sino que trabajamos en pos de restablecer el movimiento original de amor» (Hellinger, 2001a, pág. 437).

Hellinger expone la teoría de que los trastornos neuróticos pueden ser atribuidos a la dinámica del amor interrumpido, por lo que los sentimientos reales no son representados o pueden incluso resultar inaccesibles al cliente. Como en la teoría de la terapia Gestalt, debe producirse un cierre para que sea factible llegar a una resolución y al final de la alteración. «El terapeuta puede ayudar al cliente a encontrar el punto en el que el movimiento hacia su padre o madre fue interrumpido y a completarlo mediante métodos utilizados en la terapia primal, la hipnoterapia o en relación con las constelaciones familiares. Esta acción permite que el movimiento interrumpido de amor sea por fin concluido, y con él llegan la paz y la satisfacción. Entonces gran parte de lo provocado por esa herida temprana —ansiedad, comportamiento compulsivo, fobias, hipersensibilidad y otros síntomas neuróticos— simplemente desaparece» (Hellinger, 2001a, pág. 437).

La descripción que hace Hellinger acerca de los sentimientos de tercera clase, denominados asumidos, esclarece las implicaciones sistémicas. En una identificación, «los sentimientos [...] son asumidos por otra persona de forma inconsciente y ésta los dirige hacia alguien que no tiene nada que ver con la situación» (Hellinger, 2001a, pág. 435). De esta manera, un desequilibrio sistémico provoca que las relaciones no resueltas de generaciones anteriores sean asumidas por las relaciones actuales. La finalidad de este mecanismo es salvar al sistema. Sin embargo, no se alcanza el equilibrio, y la situación acaba pasando de ésta u otra forma a la siguiente generación.

Aplicación práctica de la constelación familiar³⁹

El método terapéutico básico consiste en curar a través del amor.

BERT HELLINGER

Así como Boszormenyi-Nagy se centra en la comprensión de todos y cada uno de los miembros de la familia y la posición que ocupan en el sistema, además de sus necesidades, compromisos y derechos, el trabajo práctico de Hellinger apunta a reproducir visualmente el orden en el sistema y conseguir que el cliente tenga acceso a esta imagen. En sus sesiones terapéuticas, Boszormenyi-Nagy trabaja con todos los miembros de la familia para identificar los vínculos de lealtad entre ellos. Al describir este procedimiento, explica que las lealtades invisibles sólo pueden ser identificadas tras un «largo período de conocimiento»⁴⁰ y, a su vez, creando una historia familiar y llevando a cabo una compleja investigación de las relaciones. En su opinión, resulta importante saber quién está unido a quién a través de la lealtad y qué significado tiene esta última para las personas que se han unido de esa manera.

Hellinger utiliza los términos «arrogación e identificación» para aludir a los compromisos basados en la lealtad en el contexto de su modelo. Con el fin de aplicar sus hipótesis e intervenciones en la práctica, desarrolló entonces la técnica de las constelaciones familiares, que representan una forma sencilla pero significativa de definir los límites de tiempo con claridad. En una constelación familiar, las implicaciones pueden ser identificadas rápidamente de un modo tangible recurriendo a la presentación física. Partiendo de la hipótesis de que la posición de los representantes refleja la imagen interna que se ha hecho el cliente sobre la estructura de las relaciones en su sistema familiar, es posible identificar e interpretar los aspectos más importantes de las relaciones a través la constelación. Y a partir de ahí es posible determinar los pasos subsiguientes, es decir, las intervenciones.

Intervenciones y resolución

Las intervenciones derivan del modelo que describen las reglas de estructuración y las implicaciones derivadas de ellas. Las reglas consisten en mantener los órdenes, es decir, el orden cronológico y la jerarquía, honrar y reconocer a los miembros del sistema, expresar los tabúes y los secretos abiertamente, alcanzar el equilibrio y honrar las acciones que se han llevado a cabo. Dentro de una constelación familiar, estas reglas son aplicadas reorganizando a los representantes en una jerarquía susceptible de ser reconocida desde fuera del sistema, pronunciando frases resolutivas o realizando acciones o gestos que tengan en cuenta estas reglas. Por ejemplo, una cliente podría afirmar frente a su padre: «Tú eres mi padre y yo soy tu hija». O un hijo podría decir a su madre: «Lo hice porque te quiero». Las acciones y los gestos, por otra parte, pueden adoptar la forma de una profunda reverencia ante un miembro de la familia que no fue apreciado en el pasado, con la intención de «mostrarle respeto». De esta manera se consigue saldar las deudas asumidas y resolver la identificación con otra persona de una generación anterior.

A fin de mantener el orden, todas las personas que pertenecen al sistema deben ser reconocidas y nombradas. De hecho, en la práctica se tiene en cuenta la información relativa a todos los miembros excluidos que han muerto jóvenes y por consiguiente no son considerados importantes o han sido olvidados. El cliente elige sustitutos para ellos y cada uno adopta su posición. Por ejemplo, el terapeuta puede disponer el orden de nacimiento colocando a los hermanos en hilera, o situar a las parejas anteriores de los padres dentro del campo visual de todos. Estos cambios suelen provocar un enorme alivio entre los representantes, quienes expresan lo que sienten a través de frases como: «Ahora es como debería ser».

El objetivo es producir una constelación en la que todos los representantes se sientan «bien» en sus respectivos papeles pero, si no es posible, se considera que existe un indicio de implicación aún no identificada. A continuación se procura al menos mejorar la posición de todos los miembros del sistema. La descripción que hacen los representantes sobre cómo se sienten físicamente aporta al terapeuta una herramienta concreta para obtener información sobre el efecto de la intervención que él o ella ha sugerido. Se trata de un fenómeno sorprendente que ha sido observado como constante y fiable durante todas las constelaciones. Para Hellinger es «un ejemplo de conocimiento y sentimiento directo e inmediato más allá del que conocemos o sentimos en el curso normal de los acontecimientos» (Hellinger, 2001a, pág. 439).

El tamaño del sistema y las personas que pertenecen al mismo son definidos con precisión a través de sus relaciones y el significado que tienen los unos para los otros. En casi todos los casos, los miembros del sistema de origen establecido incluyen al cliente, es decir, al hijo, sus hermanos y hermanastros, incluso aquellos nacidos muertos o ya fallecidos; sus padres y abuelos y los hermanos o hermanas de los padres o abuelos si resultan especialmente significativos, por ejemplo por haber muerto jóvenes, haber sido excluidos, etc.; y en casos muy poco frecuentes, una persona de la generación de los bisabuelos y cualquier miembro que haya dejado su posición libre para que la ocupara otra persona (cf. Hellinger, 1994, pág. 103 y subsiguiente y pág. 367).

Sin embargo, no todo el mundo está incluido. Hellinger recomienda «no trabajar nunca con

más personas de las necesarias para la solución. No podemos trabajar con todos los miembros del sistema porque sólo produciríamos confusión» (Hellinger, 2001a, pág. 393). Para que el tamaño de la constelación sea manejable en todo momento, Hellinger restringe el número de personas a la familia más inmediata, es decir, los hijos, incluidos también aquellos nacidos muertos o ya fallecidos, y los dos padres. Es posible incorporar así mismo a otras personas que desempeñen algún papel en el sistema, personas que no necesariamente puedan identificarse a primera vista, pero para quienes se pueda predecir una implicación, como la identificación o el seguimiento. «Entre las personas mencionadas hasta ahora, aquellas cuyos destinos fueron especialmente duros o que recibieron un trato injusto por parte de otros miembros del sistema —por ejemplo, por causa de una herencia, o que fueron excluidos o traicionados— ocupan un lugar particularmente importante» (Hellinger, 2001a, pág. 89).

En general, las personas fundamentales en el contexto de la constelación familiar son todas aquellas que han dejado sitio para incorporar a otra en el sistema. Puede tratarse de una pareja anterior —novio/a o marido/mujer— de uno de los padres o abuelos. También el otro progenitor de un hermanastro pertenece al sistema. No importa que la persona continúe viva o no. «Cuentan así mismo todos aquellos cuya desventaja o pérdida haya sido aprovechada por algún miembro del sistema, como cuando alguien recibe una herencia porque otra persona murió joven o fue desheredada. También están incluidas todas aquellas personas que contribuyeron en cierto modo al bienestar de algún miembro del sistema y que posteriormente recibieron un trato injusto [...]» (Hellinger, 2001a, pág. 89). Y «cuya partida o mala suerte hizo imposible que otra ocupara su lugar en la familia» (Hellinger, 2001a, pág. 311).

Al final de una constelación el cliente se encuentra con una constelación de resolución en lugar de la constelación de su problema, y el trabajo terapéutico consigue equilibrar satisfactoriamente la responsabilidad que se traspa de una generación a la siguiente. Los clientes encuentran una posición adecuada para ellos en el sistema y logran reconciliarse tanto con sus padres como, simultáneamente y en un contexto más amplio, con su propio destino. Cuando consiguen ver la posición que ocupaban sus padres en sus respectivos sistemas de origen, así como sus implicaciones y sus destinos, cambia su forma de ver sus propios problemas y su actitud hacia ellos.

³⁰ En una reseña literaria, Tilmann Moser critica el campo de la psicoterapia por permitir que su pensamiento se vuelva atemporal, alejado de la historia, aludiendo al trabajo terapéutico cuyo objetivo es que los clientes se identifiquen con los ancestros de las víctimas y los perpetradores del Holocausto. Según Moser, esta identificación deriva en biografías y comportamientos que sólo pueden ser comprendidos a través de sentimientos «asumidos» o «apropiados». Moser asegura que el trabajo de Hellinger es fascinante porque «intenta emprender la búsqueda de ancestros cuyos destinos están condenados a dar forma a las biografías de sus hijos y los descendientes de esos hijos» (Moser, 1995; trad.: KL).

³¹ «No puedo explicarlo. Veo que así es, que eso es lo que sucede, y que en efecto es posible probar si los participantes de una constelación familiar realmente sienten lo que está sucediendo en la familia. Eso es lo único que necesito para trabajar» (Hellinger, 2001a, pág. 357).

³² «Uno de los principios importantes de este trabajo es el hecho de no hacer por el paciente más de lo necesario» (Hellinger, 2001a, pág. 337).

³³ Surgen observaciones similares entre los supervivientes de catástrofes o del terror nazi.

³⁴ En casos extremos, por ejemplo en un caso de psicosis, se puede producir una doble implicación.

³⁵ Además, «Hay personas que durante su vida repiten sin enmienda las mismas reacciones en su perjuicio o que parecen perseguidas por un destino implacable, cuando una indagación más atenta enseña que en verdad son ellas mismas quienes sin saberlo se deparan ese destino. En tales casos adscribimos a la compulsión de repetición el carácter de lo demoníaco. [...] Si ahora pasamos a discernir en esa pulsión la autodestrucción que habíamos supuesto, estamos autorizados a concebir esta última como expresión de una pulsión de muerte [...]», Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. XII, pág. 99 Amorrortu, 1976).

³⁶ En su *Reden über Erziehung* [Conferencias sobre la crianza de los hijos], Buber habla sobre lo que significa la confianza del hijo en la presencia del adulto: «He hablado del hijo que [...] se sienta a esperar que su madre le dirija la palabra. Pero muchos otros hijos no tienen que esperar. Saben que constantemente les están hablando, en un diálogo incesante. Frente a la noche solitaria que amenaza cernirse sobre ellos, se quedan allí protegidos e invulnerables, arropados en el manto plateado de la confianza. Confianza, confianza en el mundo, porque esa persona existe: se trata del hecho más íntimo de la relación entre padre o maestro e hijo. Porque la persona está ahí, se tiene la certeza de que en la oscuridad se esconde una luz, de que la sanación se oculta en el horror y de que el gran amor mora en la apatía de las personas que viven con nosotros» (Buber, 1953b, pág. 39; trad.: KL).

³⁷ La terapia Gestalt se refiere a este proceso como «cierre de la Gestalt».

³⁸ ¿Cómo nos representamos ahora el proceso de una represión bajo el influjo de la angustia? Opino que así: el yo nota que la satisfacción de una exigencia pulsional emergente convocaría una de las bien recordadas situaciones de peligro. Por tanto, esa investidura pulsional debe ser sofocada de algún modo, cancelada, vuelta impotente. Sabemos que el yo desempeña esa tarea cuando es fuerte e incluye en su organización la respectiva moción pulsional. Ahora bien, el caso de la represión es aquel en que la moción pulsional sigue siendo nativa del ello y el yo se siente endeble. Entonces el yo recurre a una técnica que en el fondo es idéntica a la del pensar normal. El pensar es un obrar tentativo con pequeños volúmenes de investidura [...]. El yo anticipa así la satisfacción de la moción pulsional dudosa y le permite reproducir las sensaciones de displacer que corresponden al inicio de la situación de peligro temida.

Así se pone en juego el automatismo del principio de placer-displacer, que ahora lleva a cabo la represión de la moción pulsional peligrosa» (Sigmund Freud, *Obras completas*, vol. XXII, pág. 82, Amorrortu, 1976).

³⁹ Esta sección se basa en las publicaciones de Weber (1998) y Hellinger (1994, 1995 y 2001a), y en la transcripción no publicada de un taller (1994).

⁴⁰ Cf. Boszormenyi-Nagy y Spark (1973).

SECCIÓN PRÁCTICA

Introducción

Es la teoría la que determina lo que podemos observar.

EINSTEIN,
en una conversación con Heisenberg

EN UNA CONSTELACIÓN FAMILIAR, durante el curso de la sesión se obtiene información a nivel digital y analógico. En la entrevista exploratoria, los clientes aportan información a nivel cognitivo que resulta accesible a su pensamiento consciente. Esta información es transmitida de forma verbal, es decir, digital, e incluye referencias a hechos y acontecimientos sucedidos en su sistema, pero no tiene en cuenta interpretaciones, sentimientos o descripciones de personas y sus características particulares (cf. Hellinger, 2001a). Al recopilar la información se intenta mantener al cliente en el nivel cognitivo, digital, que es lo opuesto al nivel visual y analógico de la constelación. Los clientes suelen indicar posibles implicaciones sistémicas que al principio son consideradas igualmente significativas. Por consiguiente, las hipótesis iniciales del terapeuta sobre la constelación sistémica pueden cubrir un amplio espectro. Posteriormente, al obtener información adicional, las diferentes posibilidades se van estrechando hasta llegar a un único tema claro.

La segunda forma de transmitir información —la forma visual, analógica— tiene lugar a través de los retratos que hacen los clientes sobre sus sistemas familiares. Esta información proviene de un nivel inconsciente y revela conexiones estructurales. En la práctica se ha demostrado que, en el curso de una constelación, puede salir a la superficie cierta información que aporta pistas exactas sobre la estructura de la implicación sistémica. Por consiguiente, no es raro que durante la constelación surja información adicional que confirme las hipótesis de trabajo o que subraye cualquier otra dinámica.

La forma en que se ha constituido la constelación ofrece al terapeuta las primeras revelaciones visuales sobre la estructura del sistema. A partir de entonces es posible identificar la estructura de las implicaciones sistémicas: en el marco de la terapia individual, se consigue a partir de las afirmaciones que hacen los clientes sobre cómo se sentían en los distintos roles; y en la terapia grupal, en función de las expresiones de los representantes de cada miembro de la familia. Estas pautas guían al terapeuta, quien se vale de todas ellas para planificar el siguiente paso del proceso terapéutico.

Cuando los clientes establecen la constelación de sus sistemas familiares, ignoran qué

información están proporcionando. Si confían en sus sentimientos cuando sitúan a los representantes sobre folios en la sala, ninguna autoridad consciente de control estará seleccionando la información. Sin embargo, en una conversación, los clientes tienen la posibilidad de elegir conscientemente si proporcionan ciertos datos o no. En consecuencia, la imagen de una posible implicación y su información relevante es menos susceptible de distorsión si procede de una comunicación a nivel analógico.

De esta manera, la aplicación de las constelaciones familiares puede servir como un medio para tomar decisiones certeras y más rápidas sobre los pasos a seguir. En efecto, en estas circunstancias es posible comprobar las intervenciones de inmediato y determinar si resultan apropiadas o no, algo imposible de conseguir con semejante grado de exactitud en una conversación y a nivel racional.

El método psicoterapéutico de las constelaciones familiares no ha sido aún ampliamente investigado de forma científica, si bien las observaciones empíricas de Boszormenyi-Nagy y Hellinger han dado origen a un modelo que ha resultado efectivo en la práctica. A fin de proporcionar una base científica tanto a esta forma de terapia como al concepto teórico en el que se origina, es necesario investigar las hipótesis de forma científica. Y, por supuesto, sería más que deseable obtener resultados que confirmen el estado actual de la experiencia práctica y permitan un mayor desarrollo del concepto. Un importante punto de partida radica en confirmar las hipótesis básicas en un entorno experimental, seguidas de otras acciones como investigaciones a largo plazo que analicen la transferencia de los logros del cliente durante la terapia a su vida cotidiana y observen sus potenciales cambios. Las investigaciones confirmarán ciertos procedimientos metodológicos o exigirán cambios en el diseño de la investigación⁴¹.

⁴¹ Un factor interesante es el desarrollo de un inventario de preguntas que sistemáticamente hagan surgir aspectos relevantes desde el punto de vista sistémico.

Preguntas básicas

*Lo que no tocáis lo consideráis muy lejos,
lo que no poseéis parece como si os faltase,
lo que no calculáis resulta falso,
lo que no pesáis carece de peso
y lo que no acuñasteis carece de valor.*

GOETHE, *Fausto*, parte 2, acto 1*

TODAS LAS CONSTELACIONES creadas en la terapia individual fueron investigadas y evaluadas a partir de las siguientes preguntas:

¿Qué indicios de implicación sistémica y movimiento de acercamiento interrumpido surgen en la entrevista exploratoria?

¿Qué indicios de implicación sistémica y movimiento de acercamiento interrumpido surgen en la constelación inicial?

¿Cómo utilizar estos indicios en la terapia?

¿Qué resultados aportan estas intervenciones para el cliente?

* Johann W. Goethe, *Fausto*, Edaf, 1985. Prólogo de José Luis Moreno-Ruiz y traducción de Felipe Ruiz Noriega. (*N. de la T.*)

Diseño de la investigación

Perspectiva general

Llevé a cabo mi investigación en el marco de la terapia individual con clientes que participaban en el proyecto titulado «Terapia Gestalt en pacientes afectados de trastornos de ansiedad,» para la cátedra de Psicología clínica y Psicoterapia y bajo la dirección del profesor Willi Butollo de la Universidad de Munich. La participación en el proyecto incluía tanto terapia grupal como sesiones individuales con confrontaciones in vivo precedidas por clases de relajación.

Después de concertar una cita telefónica, me encontré con los clientes para llevar a cabo una única sesión de 45-90 minutos de duración. Cada sesión incluyó:

- **una breve explicación del procedimiento;**
- **una entrevista exploratoria** relacionada con la familia, en la que se formularon preguntas sobre los miembros de la familia y sobre la información más relevante para la investigación;
- una fase de **relajación** física,
- y una **constelación familiar** en el marco de la terapia individual.

Las sesiones fueron documentadas utilizando cintas de vídeo o de audio y fotografías. Se procedió así mismo a transcribir los datos obtenidos a partir de las frases pronunciadas por los clientes durante la entrevista exploratoria y la constelación, así como las grabaciones de vídeo y audio. Por último, y a fin de llevar a cabo una evaluación, se examinaron las transcripciones y las fotografías en busca de indicios, y la información obtenida en las sesiones fue transferida a las categorías correspondientes.

Métodos

Para hacer justicia al proceso terapéutico, este estudio emplea los métodos de la investigación cualitativa. Los casos individuales aquí presentados contienen varios aspectos de las biografías de los clientes y las historias de sus familias, y por consiguiente muestran constelaciones familiares sumamente variadas. Estos aspectos son difíciles de recoger en un contexto cuantitativo. Por el contrario, la investigación cualitativa sí puede tenerlos en cuenta.

Investigación cualitativa

En la investigación psicoterapéutica se han establecido dos escuelas diferentes. La primera es la casuística —o método basado en casos, desarrollado a partir de la tradición del análisis—, que consiste en presentar detalladamente un caso según el procedimiento de análisis de casos empleado por Sigmund Freud. En el presente estudio he añadido una historia médica para explicar cada conclusión teórica, ya que el análisis teórico ayuda a sustentar y seguir la historia de vida individual del cliente.

El segundo método se basa en la tradición de investigación empírica y cuantitativa, considerada parte de la terapia de comportamiento. Su objetivo es analizar los contextos de la textura causal. La disciplina de la psicología, en un intento de establecerse como doctrina académica, también ha asumido los requisitos de la investigación científica en el área de las ciencias sociales (cf. Faller, 1994; Chalmers, 1994).

Cada uno de estos métodos presenta ventajas y desventajas. Tanto el método basado en casos como el cuantitativo son limitados en cuanto a la cantidad de datos que pueden proporcionar. Además, la información recogida depende del observador, que guiado por su teoría particular, selecciona las frases que encajan con la observación realizada (cf. Chalmers, 1994). El requisito básico del enfoque científico es que los criterios sean definidos de un modo que permita probar su falsedad⁴². Sin embargo, en la presentación de un caso no se tiene en cuenta esta premisa, y por consiguiente no está permitido aplicar esta forma de investigación para probar hipótesis teóricas. Por otro lado, el método basado en casos aporta una cornucopia de datos importantes que —por razones metodológicas— no pueden ser obtenidos de otra manera. Por este motivo, Faller (1994) propone que las historias de cada caso sean utilizadas para generar hipótesis y no para probarlas, ya que tienen que ser asignadas a diferentes fases de la investigación.

Con el fin de alcanzar resultados aceptables, la investigación empírica de base cuantitativa debe crear categorías individuales claramente definidas en las que sea posible clasificar una compleja cadena de acontecimientos o una afirmación compleja. Siempre que este procedimiento incluya objetos de investigación mecánicamente estructurados, como en el caso de las ciencias naturales, resultará eficaz y tendrá sentido⁴³. En las ciencias sociales, donde el objeto de investigación son las estructuras sociales o la psique humana, existe el peligro de que se deje de hacer justicia a dicho objeto de investigación. Por ello es necesario diseñar la investigación de tal manera que consiga hacer justicia a las exigencias de ambas tradiciones y, por consiguiente, posibilite probar empíricamente su falsedad sin reducir el contenido de forma exagerada⁴⁴.

La investigación cualitativa intenta tener en cuenta estas exigencias, por lo que se acerca al proceso psicoterapéutico y se propone llevar a cabo una descripción y una estructuración del material. El clásico modelo de estímulo-respuesta ya no es utilizado como modelo de investigación. Dentro del contexto de la investigación cualitativa, se intenta desarrollar categorías complejas que destaquen el objeto de investigación y su estructura interna, y no se limiten a clasificarlos formalmente (cf. Friczewski, 1985). La investigación de casos de estudio individuales describe, interpreta y explica lo que está sucediendo en una psicoterapia en el momento actual (cf. Kroschel,

1992). Por consiguiente, la investigación cualitativa puede ser interpretada como una investigación básica (cf. Grawe, 1988).

Existen diferencias básicas entre la investigación cualitativa y la cuantitativa. La de carácter cuantitativo utiliza términos métricos para la obtención y evaluación de datos, pero no así la investigación cualitativa (cf. Stegmüller, 1970). Si bien el primer método incorpora los datos obtenidos en escalas ordinales, intervalos o proporciones, el último utiliza sólo escalas nominales para clasificar el material (cf. Mayring, 1985). La tercera diferencia se aprecia en la interpretación que hace la ciencia de cada método. Para llegar a afirmaciones científicas, la investigación cuantitativa recurre a variables individuales establecidas con precisión a través de muestras aleatorias representativas. La investigación cualitativa, por el contrario, investiga e interpreta mientras explora la complejidad del caso (cf. Köckeis-Stangl 1980).

Sin embargo, estos métodos no son mutuamente exclusivos, sino que representan dos momentos diferentes que se complementan dentro de un método que es básicamente el mismo (cf. Friczewski, 1985; Kleining, 1982). Juntos cubren todo el espectro de las investigaciones científicas. Ya a comienzos del siglo XIX Hegel se refería a la parcialidad de la búsqueda científica de conocimiento: «Además, [...] debemos clasificar el popular esfuerzo de buscar la distinción y la determinación dentro del mundo de los objetos meramente en el ámbito cuantitativo como uno de los prejuicios más obstructivos que interrumpen cualquier cognición exacta y completa» (1991, pág. 160). Y en 1912, en un ensayo titulado «Mantenimiento, identidad y cambio en la física y la psicología», Kurt Lewin señaló que el pretendido contraste entre los dos métodos de investigación no era más que una ilusión: «Al determinar la cualidad de un objeto, siempre se debe especificar el *quale* cuya cuantía se pretende determinar en dicho objeto. Porque la cantidad de un objeto también difiere según el parámetro que se esté empleando para realizar la comparación cuantitativa» (1981, pág. 97; trad.: KL). En consecuencia, «sin la descripción explícita o implícita de un *quale*, hablar de la cantidad de un objeto tiene tan poco sentido como no hacer referencia al objeto de comparación» (1981, pág. 97; trad.: KL). El primer paso de una investigación es cualitativo, e incluye redactar tanto el tema de investigación como los términos y categorías y el instrumento para el análisis. A continuación tiene lugar una aplicación de orientación cuantitativa o cualitativa del instrumento, y aquí es posible utilizar procedimientos cuantitativos. La decisión de hacerlo depende del objeto y la finalidad de la investigación. Vincular los resultados con el sujeto de investigación e interpretarlos es siempre un procedimiento cualitativo (cf. Mayring, 1983, 1985).

Alberti (1994) también describe la diferencia entre metodología cualitativa y cuantitativa como gradual y no absoluta. El investigador que está trabajando cualitativamente establece categorías para la codificación de los datos sobre la base de su forma de operar, que es una información derivada de sus nociones teóricas. Por contraste, la investigación cuantitativa comienza estableciendo categorías cuyos resultados faciliten la interpretación. En la investigación cuantitativa, el trabajo hermenéutico —es decir, la interpretación y explicación— tiene lugar en un momento posterior, mientras que el investigador cualitativo emprende el trabajo interpretativo incluso mientras se están estableciendo las categorías.

La sesión

Descripción del procedimiento al cliente

Al inicio de la sesión tuvo lugar una conversación entre el terapeuta y el cliente, cuya primera parte sirvió para establecer una comunicación entre ambos. Así mismo se explicó al cliente de qué manera transcurriría la sesión y se le ofreció la oportunidad de hacer preguntas sobre el método empleado. A continuación fue informado sobre una serie de sucesos observados en constelaciones efectuadas en el pasado, en las que los clientes adoptaban diferentes papeles; estas incidencias incluían reacciones físicas, en ocasiones sumamente intensas, y sentimientos y fantasías que podían ser atribuidas a la persona que se estaba retratando. Todos los clientes fueron informados de que podían abandonar el papel en cualquier momento si sentían que se trataba de una tarea excesiva para ellos o si comenzaban a percibir síntomas de ansiedad. Sin embargo, ninguno de los participantes optó por interrumpir su aportación de esa manera.

Entrevista exploratoria

En la entrevista exploratoria que tuvo lugar antes de la constelación, se preguntó a los clientes sobre la estructura de sus familias. Dentro del contexto del experimento, se les plantearon las siguientes preguntas:

¿Quiénes formaban parte de su familia de origen? ¿Sus padres tuvieron una pareja diferente, un novio/a o esposo/a antes? ¿Algún hermano nació muerto o falleció después de nacido? ¿Existen antecedentes de enfermedades graves en la familia? ¿Se produjo alguna muerte prematura? ¿Algún miembro de la familia fue excluido? ¿Existen tabúes, secretos o leyendas en la familia? ¿Alguna desdicha o pérdida trágica? ¿Algún otro acontecimiento importante?

A partir de la experiencia anterior y los conceptos del procedimiento, se pasó a elegir a las personas que formarían la constelación entre aquellas mencionadas en la entrevista exploratoria. Por lo general se recomienda trabajar sólo con parte de la información que han proporcionado los clientes, sencillamente porque éstos suelen ser capaces de manejar sólo una porción limitada. Por consiguiente, al comienzo, el número de personas se reduce a los padres y hermanos, y la información sobre los otros miembros mencionados no es tenida en cuenta. Si la información sobre la familia más inmediata resulta insuficiente para el procedimiento, el terapeuta puede ampliar el número de personas que va a incluir (cf. Hellinger, 1994, pág. 41 y subsiguiente).

Relajación física y determinación de las personas que pertenecen al sistema

Para el siguiente paso se solicitó al cliente que encontrara una posición cómoda en la que pudiera seguir las instrucciones del terapeuta en la fase de relajación física. Los clientes estaban familiarizados con estos ejercicios hasta cierto punto, porque habían aprendido técnicas de relajación dentro del proyecto. En este contexto, las prácticas de relajación fueron introducidas con la intención de aportar un elemento familiar a un entorno terapéutico en el que los clientes todavía no conocían al terapeuta. Las técnicas utilizadas fueron adaptadas de las de Jacobson, y suponían que los participantes imaginaran que estaban realizando un viaje por su cuerpo. Se trata de un método que puede ayudar a centrar la atención del cliente en lo que está sucediendo en el momento y estimula la intuición (cf. Cohn, 1988, pág. 134-144, «Training Intuition») y la concentración en el procesamiento holístico, es decir, el correspondiente al hemisferio izquierdo. Dado que una constelación familiar es un trabajo basado en estados de trance, la relajación física se convierte en una preparación adecuada.

Clasificación de los folios

Mientras todavía se encontraban en la fase de relajación, se pidió a los clientes que hicieran aparecer frente a su «ojo interior» a las personas que pertenecían a su sistema, junto con algo que les identificara. Podía tratarse de un dibujo, un color, una forma, un símbolo, o también de una palabra o una frase. Al final de la fase de relajación, se les entregaron folios blancos de tamaño A4 y ceras de diferentes colores, con las que tenían que crear una «imagen» de cada miembro de la familia. Estos dibujos cumplen la función de representar a las personas pertenecientes al sistema que forma parte de la constelación.

Las constelaciones familiares en la terapia individual

El método de las constelaciones familiares en la terapia individual contiene tres fases. La primera es la «constelación» misma, lo que significa la disposición de los folios en el espacio con el fin de reproducir la imagen interna que el cliente tiene de su familia. La segunda es la «constelación ideal,» que es sugerida por el terapeuta, y la tercera incluye las intervenciones que conducen a una constelación de resolución. Al final de cada una de estas fases, el cliente se sitúa en la metaposición con el fin de comentar la imagen y lo que ha experimentado.

Constelación

Los clientes distribuyeron los folios en el suelo de la sala para poder colocarse de pie sobre ellos. Un folio blanco representaba la metaposición, un punto desde el cual podían ver todo el sistema familiar desde fuera, dejando por consiguiente de asumir la posición de representantes para convertirse en observadores. Se les indicó que se situaran sobre cada folio respetando el orden del sistema y tomando conciencia de percepciones físicas, pensamientos, imágenes y, si correspondía, de las fantasías que surgieran sobre las relaciones de cada persona con el resto. Si un cliente comenzaba a ir demasiado lejos en una dirección cognitiva o especulativa, se le pedía que describiera con precisión su sensación física en una posición particular. Para finalizar, los clientes se colocaron en la metaposición, desde la cual pudieron observar y comentar la reproducción de la «constelación ideal».

La constelación ideal

En mi condición de terapeuta, presenté una «constelación ideal» hipotética, lo cual implica separar las generaciones y ordenar a las personas de cada una según la cantidad de tiempo que pertenecieron al sistema; un ejemplo es ordenar a los hermanos por edad. A las personas previamente excluidas del sistema se les asignó un lugar circunscrito en el campo de visión de todas las demás personas del sistema. En la fase preparatoria, la orientación de los folios fue modificada lo menos posible, o la familia fue reagrupada alrededor del padre como punto fijo. Los clientes una vez más rodearon el círculo, adoptando el papel de las personas involucradas y aportando información sobre sus percepciones. Aquí pudieron identificar qué mejoras se habían producido y en qué otros puntos era necesario realizar más intervenciones.

Intervenciones

Al igual que en una constelación familiar grupal, las posibles intervenciones incluyen el cambio de posición del cliente u otra persona —que por consiguiente se aleja o acerca—, o bien un ajuste en el ángulo. Es posible añadir a la constelación a más personas que hayan sido mencionadas previamente, o cambiar las relaciones entre ellas pronunciando frases de resolución. Estas frases expresan el orden, la forma de la relación o los hechos, u honran a otra persona⁴⁵.

Constelación de resolución o constelación final

Estas intervenciones tienen la finalidad de producir una constelación de resolución en la que todos los miembros del sistema se sientan bien o mejor. Si esto aún no se ha producido, la constelación revelará las implicaciones y/o la tendencia del cliente a continuar su desarrollo. A partir de entonces, la persona tendrá la posibilidad de llevar esta imagen consigo para poder acceder a ella siempre que la necesite.

Evaluación

[...] en cuanto dices que tienes que saber lo que es bueno, te has expresado mal. Debes sentir lo que es bueno. La diferencia siempre radica en los propios sentimientos. Ninguna teoría puede protegerte de ello ni evitarte la decisión.

ERNST VON GLASERFELD

Para llevar a cabo la evaluación analicé las transcripciones según las siguientes categorías y el contenido asignado a cada una de ellas. Al hacerlo, mi proceso cognitivo, como terapeuta encargada de la entrevista exploratoria y el procedimiento de la constelación, resultó evidente.

Estructura de la evaluación

Indicios de una implicación sistémica en una entrevista exploratoria

Partiendo de las frases proporcionadas por el cliente, se seleccionaron los indicios que según el catálogo de criterios podían apuntar a una implicación sistémica. Estas pautas actúan como base de las hipótesis de trabajo relativas a la estructura del sistema y sus implicaciones. Si bien gran parte de la información supera el alcance de los criterios antedichos, éstos continúan resultando significativos para la estructura sistémica. Serán analizados caso por caso.

Hipótesis de trabajo

Partiendo de esos indicios, se formularon hipótesis de trabajo sobre cuáles de las implicaciones sistémicas podían resultar válidas para el cliente y qué personas en el sistema tenían más relevancia. En los casos en que la decisión no derivó de forma evidente de las explicaciones del catálogo de criterios, se le añadió una breve aclaración. Puesto que el cliente mencionaba varios criterios, seleccioné uno o dos para centrarme en ellos durante el curso de la constelación. Las indicaciones posteriores sirvieron para confirmar las hipótesis de trabajo o bien fueron reemplazadas por otros indicios más significativos.

Constelación familiar

Se procedió a describir las estructuras que resultaban visibles en la constelación familiar, y también aquellas expresiones del cliente que hubieran sido grabadas mientras éste asumía los diferentes papeles y contuvieran información significativa para el curso del proceso terapéutico y la decisión del terapeuta. Con el fin de facilitar el control de la información, y con la intención de lograr que el proceso de tomar decisiones resultara más sencillo de seguir, se procedió a seleccionar la información relevante.

Indicios adicionales en la constelación inicial

La constelación inicial fue analizada en busca de indicios que pudieran confirmar las hipótesis de trabajo. A partir de ello se observó que la primera constelación ofrecía información adicional que no había resultado evidente en la entrevista exploratoria pero sí era significativa para el proceso terapéutico.

Hipótesis adicionales

Los indicios surgidos de la constelación condujeron a nuevas hipótesis sobre las implicaciones sistémicas.

Objetivo

En calidad de terapeuta utilicé la información recopilada hasta entonces y dirigí el proceso hacia un complejo principal central sobre el cual pudiera concentrar mi atención terapéutica. En esta parte del proceso puede resultar de gran ayuda que el cliente formule alguna pregunta específica sobre el proceso, dado que a partir de entonces dirigirá su atención hacia la resolución.

Pasos hacia la resolución

La primera propuesta de resolución consistió en la llamada constelación ideal, que reproduce el orden en el sistema. Los clientes ocuparon la metaposición para comentar dicha imagen alterada, y a continuación observaron su percepción y cómo se sentían en los papeles individuales. A este proceso le siguieron varias intervenciones terapéuticas, cada una de las cuales fue analizada observando el estado físico y psicológico de los clientes en sus propias posiciones o en el papel de algún otro miembro del sistema.

Debate

Los resultados y los aspectos más importantes de cada constelación familiar fueron debatidos a continuación, sugiriendo propuestas y posibles intervenciones terapéuticas.

Datos comparativos recogidos de otras fuentes de obtención de datos dentro del proyecto

Estos datos, obtenidos a través de cuestionarios, frases de los clientes y observaciones de otros investigadores del proyecto, fueron añadidos al final de este estudio con el fin de que el proceso terapéutico dentro de la sesión se mantuviera libre de la influencia de cualquier información externa⁴⁶.

Definición de criterios

Implicación sistémica

El siguiente paso consistió en recopilar las posibles causas de una implicación sistémica tanto en la generación actual como en las anteriores —causas susceptibles de ser confirmadas mediante indicios objetivos—, y también datos relativos a las consecuencias de la implicación, que en la consulta del terapeuta son identificadas como síntomas. Después de todo, son los síntomas los que empujan a los clientes a buscar un terapeuta. La sintomatología puede estar relacionada con indicios físicos, como una enfermedad somática o psicósomática, o con trastornos emocionales, como depresión, problemas en las relaciones, la sensación de que el cliente se encuentra «junto a sí mismo» en lugar de «dentro de sí», adicción, psicosis o una tendencia suicida abierta o latente que suele manifestarse en forma de accidentes frecuentes (cf. Emlein, 1995). Por lo general, ni los clientes ni los miembros de sus familias reconocen las supuestas razones como elementos de una estructura básica, y por eso son incapaces de identificar la implicación que tan relevante es para ellos.

Indicios de implicación sistémica en la entrevista exploratoria

Las afirmaciones de los clientes fueron analizadas según los siguientes criterios:

- Personas excluidas, es decir, aquellas que han vivido o aún viven en el sistema pero cuya pertenencia al mismo no es reconocida por los demás miembros. Se trata de individuos que pueden haber sido olvidados o bien apartados de forma intencional. En ocasiones los miembros de la familia no saben quién pertenece al sistema y a quién es preciso incorporar. Estas categorías incluyen a las personas que al abandonar el sistema han dejado sitio a otras; como ejemplo podríamos citar a parejas o cónyuges anteriores que han dejado el sistema como resultado de una separación, el divorcio o la muerte. También comprende a quienes se excluyen a sí mismos abandonando el sistema y dejando atrás las circunstancias de sus vidas para comenzar de nuevo en otro sitio.
- Personas que no son respetadas, es decir, aquellas de las que se habla dentro del seno familiar sin respeto ni cariño.
- Personas que han muerto de manera prematura, en particular uno de los padres o un hermano del cliente. Si el padre o la madre murieron cuando el hijo era todavía pequeño, es posible que la situación apunte a un movimiento de acercamiento interrumpido por parte del hijo. Y si uno de los padres o un hermano ha muerto en un accidente, a causa de una enfermedad o en una guerra, hablamos de una potencial implicación sistémica.
- Niños nacidos muertos (porque tienen la misma condición que las personas que han muerto jóvenes).
- Abortos espontáneos o planificados si tienen un significado particular en el sistema, dado que la culpa de la pérdida de este hijo recae en los padres u otras personas.
- Destinos trágicos, como la muerte de la madre durante el parto o el impacto de un sistema

- político en la familia. En el pasado alemán, el régimen nazi desempeña un papel importante.
- Culpabilidad real derivada de la violación del propio sistema, como el abuso sexual, o del de otras personas, como un ataque en forma de asesinato o de actos culposos en el contexto de una actividad o militancia política.
 - Secretos o tabúes, es decir, hechos importantes de los que no se habla o no se puede hablar, o que son negados. En las constelaciones familiares suelen surgir secretos, y con frecuencia resulta imposible determinar si éstos tienen que ver con hechos o con personas; resulta evidente cuando todo el mundo mira en una dirección o una o más personas describen la sensación de que en el sistema falta algo o alguien. En ocasiones, durante el curso de la constelación el cliente deduce de qué puede tratarse el secreto, pero la cuestión continúa siendo un misterio.
 - Pérdidas, como la del país natal, derivadas de una huida forzosa durante la guerra; privación de las posesiones materiales de la persona a causa de la especulación, o pérdida de la herencia a la que se tiene derecho a causa de las leyes que rigen estos procedimientos o de peleas.
 - Enfermedades físicas o emocionales graves, o accidentes frecuentes por parte del cliente o un miembro de la familia.
 - Conversión a otra religión, que se traduce como el abandono del sistema de origen. Desestimación del orden sistémico, manifestada como una falta de respeto por el orden de nacimiento a través de la ocultación de la existencia de hermanos (hijos ilegítimos incluidos), o favoritismo o discriminación hacia un hijo dentro del orden de nacimiento. En esta situación, uno o más hermanos tienen que asumir una posición equivocada.

Indicios de una implicación sistémica en la constelación

- Una persona abandona el sistema o desea hacerlo. Si los miembros se colocan de espaldas al sistema o los representantes expresan claramente su necesidad de marcharse, reflejan una tendencia a abandonar el sistema. Están siguiendo a otra persona o se marchan por su propia sensación de culpa.
- Todos los miembros de la constelación miran en la misma dirección, dando a entender que en el sistema falta algo o alguien.
- Los clientes no se encuentran a gusto en sus respectivas posiciones, lo cual implica que no están ocupando el lugar que les corresponde en el sistema.

Movimiento de acercamiento interrumpido

Tanto Boszormenyi-Nagy como Hellinger parten de la premisa de que todo hijo desea acercarse a sus padres y está preparado para hacerlo. Si este «amor» no llega a destino, el hijo se retraerá y, al hacerlo, interrumpirá su movimiento hacia el progenitor. Las posibles razones para este rechazo incluyen una repetida ausencia física o emocional del padre o la madre. La expresión «ausencia emocional» alude a la incapacidad del hijo para acceder a él o a ella como persona, a pesar de su presencia física. Cuando los padres no están abiertos al hijo, también es posible deducir que están implicados sistémicamente en su propia familia.

Si bien los impulsos de cariño del hijo perduran, acaban convertidos en sentimientos opuestos, negativos y despreciativos, que suelen dirigirse a los padres o a sí mismo. Otra forma en que un hijo puede protegerse del impulso de efectuar un movimiento hacia uno de sus padres y evitar así el dolor resultante consiste en impedir que surja ninguna emoción. Como adulto, ha cerrado todos sus sentimientos hacia sus padres, manifestándolo en una clara frialdad emocional.

Indicios de un movimiento de acercamiento interrumpido en la entrevista exploratoria

Indicios objetivos:

- Pérdida de uno de los padres a causa de la muerte.
- Ausencia genuina de uno de los padres como resultado de la guerra o el trabajo, o separación del niño de su madre o padre debido a una enfermedad.

Emociones y comportamiento que exhiben los clientes a partir de estas emociones:

- Relación inestable con la madre o el padre y/o preocupación desproporcionadamente alta por la relación, o bien negación de que la relación les preocupe.
- Bloqueo del cariño que sienten por su madre o padre y rechazo, condena o desprecio profundo por alguno de los progenitores u otra persona.

Indicios de un potencial movimiento de acercamiento interrumpido en la constelación

Los clientes:

- no desean acercarse a sus progenitores, lo cual implica que se colocan lejos de su madre o su padre;
- en su posición describen sentimientos negativos hacia su madre o padre, en particular ira, condena o resentimiento, o les acusan de cosas que ellos no consiguen superar como hijos;
- en la representación de papeles, no pueden o les cuesta mucho expresar cariño o respeto. No consiguen inclinarse ante sus padres (acción) para demostrarles respeto (actitud).

⁴² Warren McCulloch, uno de los primeros cibernéticos, escribió en una ocasión: «Demostrar que una hipótesis es falsa implica alcanzar el conocimiento máximo» (1965, pág. 154).

⁴³ Las limitaciones de este procedimiento también pueden ser observadas en las ciencias naturales. Todo elemento está incluido en un sistema mayor que causa un impacto sobre los demás elementos.

⁴⁴ Según Husserl, «[...] la psicología experimental es un método que determina hechos y normas psicofísicas que, si bien pueden resultar valiosos, carecen de toda posibilidad de ser comprendidos más profundamente o utilizados de un modo científico válido sin una ciencia sistemática de la consciencia que explore el aspecto psíquico y lo inherente a él» (1965, pág. 93).

⁴⁵ Hellinger, 1993, 1995, 2001a, incluye detalladas exposiciones de intervenciones.

⁴⁶ Una cuestión de interés adicional para la investigación incluirá una comparación entre los datos recogidos «convencionalmente» a través de instrumentos como cuestionarios, entrevistas y tests, y la información obtenida de las constelaciones.

Resultados de las constelaciones familiares individuales

Cliente 1

Hombre; grupo de edad: 40-50 años; número de hermanos: 2; hermanastros: —; posición en el orden de nacimiento: 2.^a; estado civil: casado; número de hijos: 2.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

- El hermano del cliente nació nueve años antes que él y murió de leucemia a los diez años de edad, cuando el cliente tenía uno. Al preguntarle quién forma parte de su familia de origen, el cliente olvida mencionarle. Sólo recuerda hablar de su hermano cuando se le pregunta específicamente sobre el tema.
- Los padres deseaban que el hermano se hiciera pastor. «Era un buen chico.»

Hipótesis de trabajo

- El hermano mayor está excluido y necesita asumir su posición en el orden de nacimiento.
- Este hermano está siguiendo a otro. Su muerte prematura y el deseo de sus padres de que fuera pastor conducen a esta hipótesis.

Constelación

- Todos los miembros de la familia se colocan en fila. El hermano que ha sido olvidado se sitúan detrás de ellos.
- Todos los miembros del sistema miran en la misma dirección.

El padre siente tensión en el cuello. El hijo que ha muerto se encuentra de pie exactamente detrás de él. Al representar el papel de la madre, el cliente tartamudea. La incomodidad presente al inicio desaparece. La madre se coloca en la primera posición de la hilera. Cuando habla de su marido, dice que es el miembro dominante de la pareja pero no se siente cómoda al respecto. «Sería mejor que los dos fuésemos iguales.» En alusión al hijo muerto, explica: «Fue terrible». Cuando el cliente representa el papel de su hermana, no muestra signos de emoción.

Indicios adicionales en la constelación inicial

Ninguno.

Hipótesis adicionales

Ninguna.

Objetivo

Conseguir que el hermano asuma su posición, que es la de hijo mayor.

Resolución

Como posible resolución, los hijos aparecen en su orden de nacimiento frente a sus padres.

La tensión experimentada por el padre no vuelve a aparecer. La madre se siente «satisfecha» con su posición a un lado de su esposo. El cliente se siente bien en el papel de hermano mayor y mira a su hermano menor con una expresión amistosa. «Éste es mi lugar.» Cuando se le pide que exprese cómo se siente allí con su hermano menor, responde: «Me habría gustado vivir con él un poco más».

En su propia posición, el cliente se confiesa nervioso y en realidad no se atreve a mirar a su hermano. Al pedírsele que lo haga, se siente emocionado y aliviado. «Ahora es mejor.» Se le pide a continuación que imagine a su hermano mayor expresando el orden de nacimiento de ambos diciéndole: «Tú eres mi hermano mayor y yo tu hermano menor». El cliente llora. Dice que le apena «que mi hermano muriera tan pequeño». Después agrega: «Ya está bien». Al mismo tiempo se siente «feliz» de contar con su hermano mayor.

Análisis

El indicio observado en la entrevista exploratoria sobre el hermano olvidado acabó confirmándose en la constelación. Dado que todos los miembros miraban en la misma dirección, fue posible deducir que faltaba una persona en el sistema y que podía tratarse del hermano muerto. Sin embargo, resultaba fundamental volver a dejar espacio libre para ese hermano y conseguir así que el cliente se reconociera como el segundo hermano.

Se sabe que cuando un hijo se coloca en la posición equivocada, todo el sistema se resiente. En particular, un hermano menor que es tratado como si fuera el mayor se considera incapaz de asumir dicha posición y se siente abrumado e inseguro de sí mismo en ese sitio. Teniendo en cuenta esa situación, resulta más sencillo comprender la sintomatología del cliente.

Esta constelación proporcionó una resolución en una única sesión, gracias a la cual el hombre consiguió percibir y expresar sentimientos de angustia y dolor.

Observaciones adicionales

Mientras el cliente clasificaba los folios, dibujó un rostro para cada persona. El único folio en blanco fue el de su hermano. Una vez que los dos hermanos se colocaron en hilera y él expresó el

orden de nacimiento ante su hermano, consiguió adjudicarle un rostro también, lo cual le hizo sentir muy satisfecho.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: arquitecto.

Diagnóstico: ansiedad (miedo a tartamudear) desde los tres años de edad en adelante.

Grado de estrés: variado, periódicamente muy elevado.

Resultados de los tests diagnósticos iniciales: miedo a hablar en público, tartamudeo, trastorno de personalidad por ansiedad [evitación].

Sintomatología: trastorno del habla (tartamudeo), miedo a hablar por teléfono, miedo a hablar en público.

Traumas/tabúes en la familia: el cliente perdió a su hermano mayor; muerte del padre más de veinte años atrás, inmediatamente antes de que el cliente contrajera matrimonio; la infancia de la madre con una abuela insensible y dura era considerada tabú.

Nivel y medios de integración familiar: la madre obligó a la familia a estar unida; el cliente se sentía prisionero, no libre, mal; no experimentaba seguridad y continuaba sintiéndose inseguro de sí mismo.

Miedos durante la infancia: el cliente, que había sido un niño muy hablador, experimentó un miedo crónico a que su madre le golpeará y oprimiera.

Relación de pareja: el cliente informó que su relación con su esposa era buena y de verdadero compañerismo. En los conflictos que suponían tomar decisiones, solía ser él quien cedía; con su esposa puede hablar de todo.

Patrones de comportamiento compulsivo: intensa inhibición oral y deseo de ser más «mordaz;»xs ninguna autolesión extrema reconocible.

Afectividad: se describe a sí mismo como animado, ocasionalmente agresivo; es capaz de percibir sus sentimientos/ emociones, en especial cuando los mantiene inhibidos.

Relaciones interpersonales: relaciones familiares estables con esposa e hijos; miedo a establecer contactos más allá del entorno profesional.

Cliente 2

Mujer; grupo de edad: 40-50 años; número de hermanos: 3; hermanastros: —; posición en el orden de nacimiento: 4.^a; estado civil: casada; número de hijos: 2.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

- En la familia han aparecido varios casos de enfermedades graves.
- La madre sufre depresión.
- El hermano inmediatamente mayor que ella sufre esclerosis múltiple desde hace veinte años.
- La hermana del padre tiene asma.
- El padre del padre era muy fumador y murió de cáncer de pulmón.

Información adicional recogida durante la entrevista exploratoria

En la descripción que la cliente hace sobre su familia, el tema de la religión ocupa un papel preponderante. Ella se describe a sí misma como «fanáticamente» contraria a la Iglesia. La hermana se casó con una persona de familia religiosa. El padre de su padre había sido un ateo absoluto, en tanto que la madre del padre había sido una católica practicante que se quejaba del hecho de que la cliente no creyera en Dios.

Hipótesis de trabajo

Resulta difícil determinar qué dirección apuntaría una potencial implicación por parte de la cliente. Posiblemente se dirigiera a la madre. Esta suposición está respaldada por el hecho de que la madre es la persona enferma más próxima a la cliente.

La sintomatología adictiva observada en el entorno del padre, que es la forma en que se evalúa el elevado grado de tabaquismo del abuelo, puede afectar a la cliente a través del padre.

Constelación

- El padre se coloca en el extremo de la constelación, girado, deseando marcharse y moverse.
- La cliente no se encuentra a gusto en el papel de la madre. Se siente «extraña,» experimenta una sensación de constricción y tiene dificultades para respirar. Sin embargo, se nota físicamente más ligera en este papel que en el del padre.
- La cliente se encuentra a disgusto en su propio papel. «Tengo la cara colorada, brillante, y no me gusta nada estar aquí.»

Indicios adicionales en la constelación inicial

La hermana de más edad y el hermano inmediatamente mayor que la cliente también se colocan dándose la espalda.

Hipótesis adicionales

- En estas tres personas, el padre, la hermana y el hermano, se aprecia una implicación, dado que se colocan de espaldas al sistema.
- El padre está siguiendo a alguien anterior a él, posiblemente a su propio padre.
- La cliente está siguiendo a su padre.

Objetivo

Intentar aclarar la cuestión relacionada con el padre, dado que es él quien peor se sitúa en la constelación desde el punto de vista físico y se ha colocado de espaldas.

Resolución

Cuando se le pide que encuentre un orden dentro de la primera constelación de resolución, la cliente hace un comentario utilizando las siguientes palabras: «Cuando pienso en todo esto, me siento pesada». Luego añade: «Yo ya tengo este orden en mi cabeza. De forma consciente inyecté desorden en este orden».

Análisis

La cliente abandona el nivel visual, analógico, y se mueve hacia el cognitivo, digital, confiando en su voluntad. La constelación no puede continuar porque el requisito previo de este trabajo es la comunicación analógica, que se vale de imágenes y metáforas. Lo contrario es el lenguaje y los procesos lógicos y analíticos —por consiguiente, los actos intencionados— que son considerados parte de la comunicación digital.

Con el fin de que esta variedad terapéutica resulte más accesible para la cliente, se podría recurrir a debates relacionados con el pensamiento y el trabajo sistémico, o bien realizar una introducción al trabajo terapéutico mediante imágenes o terapia de trance.

El hecho de abandonar el nivel de la comunicación analógica podría mantener una conexión con la sintomatología de ansiedad de la cliente. El regreso a un estado «normal,» cognitivamente controlado, actuaría como un medio para protegerla de aquellos sentimientos que no desea afrontar en este momento. Sin embargo, esta decisión no parece ser un proceso consciente.

En el trabajo sistémico existen diferentes hipótesis sobre las familias en las que la religión o Dios desempeñan un papel muy importante (cf. Hellinger, 2001a):

- Dios representa a una persona que ha sido excluida, con frecuencia una mujer⁴⁷.
- Cuando un hijo ingresa en un monasterio puede significar que está abandonando su sistema, por ejemplo, como un intento de expiación al seguir a otra persona.

— Al concentrarse en la religión, el individuo no centra toda su atención en su propio sistema y, por consiguiente, puede dejar de enfrentarse a otras dinámicas, como los sentimientos no manifestados en la familia.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: profesión artística.

Diagnóstico: fobia social desde los nueve años en adelante, grafofobia.

Grado de estrés: varía de ligeramente grave a intolerable.

Resultados de los tests diagnósticos iniciales: fobias, trastorno de personalidad por ansiedad [evitación].

Sintomatología: miedo a volverse loca y perder el control; temor a hacer el ridículo. Ninguna información sobre enfermedades previas.

Traumas/tabúes en la familia: muertes en la familia; la madre guardó un secreto sobre una relación sexual con un hombre que había conocido antes que a su marido.

Nivel y medios de integración familiar: la cliente se sentía muy insegura de sí misma porque sus padres habían mantenido un nivel de compromiso con la familia extremadamente bajo o habían interactuado de manera muy rutinaria.

Miedos durante la infancia: ninguno, o quizá miedo a los muertos; por lo demás, la cliente se mostró vivaz, explosiva, activa, testaruda. Físicamente torpe.

Relación de pareja: la cliente se consideraba una especie de chivo expiatorio y la sirvienta de la familia. Reclamaba que su marido la considerara una líder. Según ella, él la quería, pero ella no a él, y despreciaba todo aquello que el hombre sentía y opinaba.

Afectividad: rara vez permite que las emociones salgan a la superficie; percibe agresión a su alrededor; desprecia a otras personas a nivel cognitivo.

Relaciones interpersonales: a la cliente le resulta sencillo que la gente se ponga de su lado y es muy simpática. Por otro lado, siente que las relaciones no (siempre) son genuinas. Tiene un grupo de amigos.

Cliente 3

Mujer; grupo de edad: 50-60 años; número de hermanos: 1; hermanastros: 4; posición en el orden de nacimiento: 5.^a; estado civil: divorciada; número de hijos: —.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

- El padre murió cuando la cliente tenía once años. Ella le culpa de haberse casado tan tarde y «haberse permitido el lujo de tener hijos a una edad tan avanzada». Su padre tenía más de cincuenta, y la madre era veinte años más joven. Él debería haber sabido que no viviría demasiado.
- La cliente asegura que, frente a la tumba de su padre, su madre había lamentado que el hombre le dejara una hija tan terrible.
- Afirma que en su familia varias personas murieron jóvenes.
- El hermanastro inmediatamente mayor que ella (el cuarto hijo de su padre) murió de niño.
- El primer embarazo de los padres de la cliente terminó en aborto. «Mi madre se sentía terriblemente triste por ser tan mayor para concebir. Le costó mucho tener hijos».
- La cliente es la quinta hija viva de su padre.
- Su hermana inmediatamente menor sufrió neurodermatitis y murió a los siete años a consecuencia de un caso grave de sarampión.
- El hermano de su padre se suicidó.
- Los hermanos del padre no eran respetados. Eran diecisiete en total. A todos «les faltaba un tornillo. Yo siempre me burlaba de ellos cuando no estaban presentes». Uno de ellos saltó de una ventana y se suicidó. Había «cosas poco claras» sobre los demás hermanos, posiblemente otros suicidios.
- La familia había perdido su casa de campo durante la guerra. Habían tenido que huir de los rusos escapando a Alemania occidental. «La verdad es que echo de menos mi hogar.»
- El padre había luchado en la resistencia durante el régimen nazi.
- La cliente nunca ha conocido al hermanastro veintiséis años mayor que ella. Los hijos de su padre en su primer matrimonio se quejan de que él prefiere a los de su segunda pareja. La mujer asegura que «existe una clara competencia entre los otros hijos y yo».

Hipótesis de trabajo

Los temas principales son:

- La cliente está siguiendo a su hermana menor. Esta suposición se basa en la cantidad de

tiempo que la cliente dedica a hablar de ella, así como la forma en que se refiere a dicha hermana, cargada de melancolía y emoción.

- Se aprecia un movimiento de acercamiento interrumpido hacia el padre. Se llega a esta conclusión a partir del modo en que ella le acusa.

Constelación

La cliente se coloca entre su hermana menor, que murió de niña, y el primer hijo de sus padres, al que tanto tiempo habían deseado (aborto). Esta persona mira hacia fuera del sistema. La cliente se sitúa directamente detrás de ella y mira en la misma dirección.

En su propia posición la cliente se siente «mal». Si bien no experimenta ansiedad, desea huir y asegura que toda la situación es terrible.

Indicios adicionales en la constelación inicial

- La primera esposa del padre se coloca junto a su hijo menor, el hermanastro de la cliente que murió de niño. Si bien este hecho no resulta fundamental para la constelación de la cliente, puede demostrar el seguimiento de la madre hacia el hijo.

La cliente hace alusión a otros incidentes en la familia:

- El hermano de su madre murió a los dieciséis años.
- La cliente cumplió una condena en prisión por culpa de su hermanastro mayor, que la había delatado.
- La hermana de la primera esposa había deseado que el padre se casara con ella al quedar viudo. Esta tía tiene muchos celos de la madre de la cliente.

Hipótesis adicionales

- La madre está siguiendo a su hijo. La cliente está siguiendo a su madre.
- El hermanastro violó las leyes de lealtad del sistema delatando a su hermanastra. Estas leyes exigen que cada miembro del sistema respete a los demás.
- La primera esposa del padre no es respetada. Su hermana mantiene vivo su recuerdo a través de los celos.

Objetivo

Reconocer el orden de nacimiento.

Resolución

Para esta cliente, el orden de nacimiento de los hermanos resulta inaceptable. Ella no desea ver a su hermanastro mayor en la fila. «No me importa no volver a verle.» La mujer se mantiene en su

metaposición y deja de adoptar los diferentes roles.

Desde esta posición comenta la constelación ideal que el terapeuta le ha propuesto. «Las personas importantes son los padres.» Asegura que la familia ahora «está mejor conformada en mi cabeza». Se queja de su padre una vez más y comienza a acusarle: «Tener hijos fue muy egoísta por su parte. Fue una locura. Pensó que viviría hasta los cien años».

La cliente asegura que nunca había sentido que su vida había sido positiva y se odiaba a sí misma principalmente por esta cuestión.

Análisis

La entrevista exploratoria ya había aportado numerosos indicios de posibles implicaciones sistémicas con miembros de la familia tanto del lado materno como paterno, y una tras otra resultaron cada vez más evidentes. Sin embargo, no queda claro qué indicio es más importante. Esta complejidad puede ser representada y analizada más adecuadamente y de manera diferenciada en un grupo en el que distintos representantes hablen en nombre de personas individuales, describiendo sus percepciones en cada papel. En un grupo, las implicaciones dentro del sistema se hacen más claras. Además, en un entorno grupal es posible tratar varios temas, ya sea de forma simultánea o sucesiva.

Los abortos no suelen ser considerados parte del orden de nacimiento; sin embargo, algunos parecen tener un significado particular. En un grupo sería posible aclarar si el aborto que había tenido lugar antes del nacimiento de la cliente tiene algún significado.

Resulta interesante notar que esta mujer no experimenta ansiedad en su propia posición. Es posible que se deba al hecho de que la sintomatología de ansiedad que demuestra es una percepción superficial que la protege de experimentar más de cerca lo que ella describe con la palabra «terrible».

Las afirmaciones de esta mujer en relación con el odio hacia sí misma se corresponden con lo que Boszormenyi-Nagy llamaba «derechos destructivos».

El proceso terapéutico podría consistir en trabajar en varios temas paso a paso. A fin de motivar a la cliente a cooperar de manera estable, sería importante crear una experiencia positiva que la hiciera sentir más fuerte. Desde un punto de vista sistémico, al parecer existen algunas relaciones sustentadoras para ella. Los pasos iniciales en la terapia suelen apuntar a un nuevo vínculo con los padres o hermanos. Puesto que la cliente no está abierta a ninguna de estas dos opciones de momento, cabe la posibilidad de que las abuelas valgan como recursos, una alternativa que debería ser debidamente estudiada. En la práctica se ha demostrado que las mujeres pertenecientes a la tercera e incluso la cuarta generación, es decir, las abuelas y las bisabuelas de la imagen de la constelación, son recursos del linaje femenino. Lo mismo se ha observado en cuanto a los hombres.

Los temas a tratar en terapias sucesivas incluyen la muerte de la hermana menor y la del padre. También se debería analizar si la cliente está siguiendo a su hermana o incluso a su padre. Habría que valorar así mismo si la madre está siguiendo a su hermano y cuál es el impacto de esta situación sobre la cliente. Por otra parte, sería conveniente investigar si la cliente está dirigiendo a su padre una serie de sentimientos en representación de su madre —es decir, el dolor de perderle y la angustia derivada de su muerte—, ocultos tras el desprecio.

Observaciones adicionales

La cliente expresa que su madre se sintió muy triste tras sufrir el aborto, porque le había costado mucho quedar embarazada a su edad. Un poco más tarde comenta: «En realidad no sé qué pensar. La verdad es que ni siquiera sé si así fueron las cosas».

La representación de dos «realidades» diferentes es un fenómeno que surge permanentemente en las constelaciones. Los clientes hablan de una persona o un acontecimiento con gran detalle y luego niegan haberse referido a ellos minutos más tarde. Es posible también que ocurra lo contrario. Durante el curso de la constelación, los clientes repentinamente recuerdan a personas o ciertos acontecimientos que no vinieron a su memoria durante la entrevista exploratoria y que llevaban mucho tiempo fuera de su mente. Esto puede tener que ver con el procesamiento de la información, en el que los datos son almacenados de forma digital o analógica y reaparecen en la entrevista exploratoria o durante la representación mediante el uso de imágenes.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: idiomas y trabajo administrativo, empleo de alto nivel.

Diagnóstico: trastorno límite de personalidad; ansiedad que continúa creciendo desde la infancia.

Grado de estrés: la ansiedad se ha elevado tanto que resulta intolerable.

Resultados de los tests diagnósticos iniciales: miedo a las tormentas eléctricas y miedo existencial, dudas existenciales.

Enfermedades: alergias cutáneas, trastornos del sueño.

Traumata/tabúes en la familia: la madre perdió a su hermano de dieciséis años a una edad temprana y tuvo que trabajar muy duro; la cliente no había afrontado las muertes de su hermana, padre o abuela, ni tampoco el hecho de haber tenido que huir de lo que se había convertido en un país del Bloque del Este. La familia se aisló durante el régimen nazi.

Nivel y medios de integración familiar: tras la muerte de su hermana, padre y abuela, el resto de la familia se desintegró; la madre de la cliente exigía mucho sin establecer objetivos; esto supuso el fin de la seguridad emocional y la solidaridad.

Miedos durante la infancia: miedo a las tormentas, no tan agudo como en la actualidad; en general, bastante temor durante la infancia, oculto tras una superficie de laboriosidad y conformismo.

Relación de pareja: la cliente asegura necesitar pero no respetar a su novio. La familia de él ofrece a la cliente seguridad emocional, pero ella pasa del dominio a la impotencia y de dirigir a ser dirigida.

Patrones de comportamiento compulsivo: tras su divorcio, en varias ocasiones anunció a su familia que iba a suicidarse; autodestrucción; uso constante de medicamentos.

Afectividad: cavila permanentemente; tiene un «volcán» interior; la vida es una pesadilla: «No encuentro la puerta»; es incapaz de percibir o permitir su propia agresión y comportarse

adecuadamente en situaciones sociales.

Relaciones interpersonales: extremadamente aislada, resignada a estar sola; continúa formando parte de una pareja estable, pero cada vez tiene más dudas al respecto; la relación con sus colegas en el trabajo es informal e inconstante.

Cliente 4

Hombre; grupo de edad: 50-60 años; número de hermanos: —; hermanastros: 2; posición en el orden de nacimiento: 2.^a; estado civil: casado; número de hijos: —.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

El cliente, de cincuenta años, tiene un hermanastro, por parte de su padre, prácticamente de su misma edad. Nunca le ha conocido. La madre del cliente sabía de la existencia de ese otro hijo, pero desconocía su edad exacta; pensaba que era dos o tres años mayor que su hijo.

El cliente, hijo ilegítimo, no conoció a su padre hasta que cumplió trece años, puesto que el hombre vivía con su familia. El contacto con esas personas era limitado y continuó siéndolo años después. El cliente se mantuvo alejado de ellos mientras su padre estuvo vivo, porque «pensaba que formaban una familia armoniosa y no quería forzar mi entrada en ella».

— Su padre era miembro de la Gestapo.

Hipótesis de trabajo

- El movimiento de acercamiento hacia el padre está interrumpido. El hijo se mantiene a distancia.
- La esposa del padre no es respetada.
- El padre del cliente pertenecía a la Gestapo, un verdadero crimen o «deuda» que el cliente ha asumido.
- El padre tiende a abandonar el sistema como resultado de su deuda.

Constelación

El cliente coloca al padre con la familia de éste.

Agrupar luego a su propia familia, es decir, su madre, él mismo y su otro hermanastro y padrastro muy juntos. Se siente «resignado» en su posición y se aleja del padre.

El cliente informa que en el papel de la madre del hermanastro mayor tiene miedo de que el pasado pueda volverse en su contra, dado que la otra mujer, la madre del cliente, podría «obligarla a entrar».

Indicios adicionales en la constelación inicial

El cliente dice que falta su propia esposa.

Hipótesis adicionales

La esposa del padre no es reconocida por la madre del cliente. El hecho de que se sienta amenazada en su posición sustenta esta idea.

Objetivo

Reconocer al hermano desconocido como hermano mayor.

Resolución

El cliente sólo está preparado para aceptar parte de la propuesta inicial de resolución. Se mantiene en la metaposición.

Su comentario durante la constelación inicial —respecto a que faltaba su esposa— es un indicio de que se está produciendo un cambio hacia la comunicación digital, señal de que está regresando a sus relaciones actuales y que, al hacerlo, está abandonando el nivel analógico.

Sin embargo, el hombre expresa el hecho de que se ha producido un cambio durante el curso de una constelación: «Mi hermano de alguna manera se ha acercado a mí en mi interior. Se está aproximando».

Análisis

El cliente informa de que se siente bien en su papel, tal como se ha sentido siempre. No obstante, echa de menos a su esposa junto a él. Éste es un paso que le aleja de la familia de origen, y se interpreta como una manera de proteger sus sentimientos, que podrían salir a la superficie en esta posición. En la práctica se ha observado que estos sentimientos principalmente se remiten al dolor y la angustia. El hecho de que el cliente hablara bastante durante la constelación sin permitirse hacer declaraciones concretas también puede interpretarse como una estrategia de protección. Como su terapeuta, intenté guiarle hacia las percepciones a nivel analógico formulándole en repetidas ocasiones una serie de preguntas sobre cómo se sentía desde el punto de vista físico, aunque él eligió utilizar la forma de comunicación cognitiva y digital, es decir, el lenguaje.

Un paso recomendable en la terapia es el restablecimiento del movimiento de acercamiento interrumpido hacia el padre. La constelación grupal permite examinar si existía algún comportamiento de culpabilidad en el padre por haber pertenecido a la Gestapo y si, como resultado, el hombre había violado las leyes del sistema y, al hacerlo, había salido del mismo.

Según el orden propuesto por Hellinger, el padre necesitaría hacerse cargo de su relación más reciente, fruto de la cual había nacido un niño. Se trataría del vínculo con la madre del cliente, quien tuvo a su bebé unos días después de que la esposa del hombre también diera a luz. Sin embargo, en este punto no queda claro cómo deberían ser clasificadas y tratadas las relaciones múltiples en las que una persona tiene hijos con una o más parejas simultáneamente.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: soldado.

Diagnóstico: cardiofobia durante tres años. *Grado de estrés:* muy elevado.

Resultados de los tests diagnósticos iniciales: ansiedades físicas, depresión, problemas de identidad.

Sintomatología: problemas cardíacos psicosomáticos, consultas médicas infructuosas, depresión, jubilación anticipada, desesperanza, crisis existencial.

Enfermedades: en el pasado, sobrepeso, operación de pulmón, depresión, pruebas cardíacas sin resultados concluyentes; en la actualidad, hipertensión y jaquecas.

Traumas/tabúes en la familia: la madre perdió su país de nacimiento durante la guerra; el cliente y su hermanastro sufrieron inanición severa; el cliente no ha superado la pérdida de su padre y su padrastro; no tuvo infancia.

Nivel y medios de integración familiar: gran solidaridad entre el cliente, su hermanastro y su madre; ningún distanciamiento interior; el cliente asumió la responsabilidad a una edad muy temprana; solía sentirse abandonado, inseguro, insatisfecho y temeroso de sufrir más pérdidas.

Miedos durante la infancia: constante ansiedad en relación con su madre, que sufría problemas cardíacos, y miedo a que se produjeran rupturas; en lo demás, valiente, espontáneo y en ocasiones pletórico de energía.

Relación de pareja: casado; el cliente toma las decisiones importantes y domina la relación; su esposa acata y le proporciona apoyo emocional; ella tampoco tuvo padre.

Patrones de comportamiento compulsivo: toma medicamentos constantemente; en la actualidad, sin autoagresión evidente.

Afectividad: cavila, se encuentra deprimido, llora espontáneamente, busca cariño; considera que ni él ni su vida tienen ningún sentido.

Relaciones interpersonales: el cliente continúa manteniendo un afectuoso y cercano contacto con su hermanastro menor y sus hijos adultos. No tiene amigos.

Cliente 5

Mujer; grupo de edad: 50-60 años; número de hermanos: —; hermanastros: —; posición en el orden de nacimiento: 1.^a; estado civil: viuda; número de hijos: 2.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

- El padre fue soldado en la guerra cuando la cliente era una niña.
- La mujer, que tiene más de cincuenta años, lamenta que su madre nunca le permitiera hacer lo que deseaba. Asegura que incluso en la actualidad tiene que cuidar de su madre.
- La madre de la cliente y la madre de la madre fueron muy diferentes entre sí, tal como sucede con ella y su madre.

Hipótesis de trabajo

- Se observa un movimiento de acercamiento interrumpido hacia el padre, dado que éste estuvo ausente durante la infancia de la cliente.
- Se aprecia así mismo un movimiento de acercamiento interrumpido hacia la madre. Esta suposición se sustenta en el hecho de que la cliente habla de su madre: se queja y se siente oprimida.

Constelación

- La cliente coloca los folios en los extremos de la habitación. Si hubiese dispuesto de más lugar, los habría separado todavía más.
- Se siente culpable en relación con su madre, se encuentra abrumada y no puede establecer ningún límite. Ha alcanzado el punto en que se ha resignado a la situación.
- En el papel de la madre dice sentir «cosquillas en el estómago».

Indicios adicionales en la constelación inicial

- Todo el mundo mira en la misma dirección, signo de que falta un elemento en el sistema. La cliente es incapaz de explicar qué o quién es. Es posible que tenga que ver con un secreto familiar que ella desconoce.

Hipótesis adicionales

Ninguna.

Objetivo

Resolver un movimiento de acercamiento interrumpido hacia la madre.

Resolución

Cuando la cliente se sitúa en la metaposición y mira la constelación propuesta, que muestra a los padres uno junto al otro y a la hija frente a ambos, comenta que la línea de demarcación [entre las generaciones] es buena, y que en realidad ella se encuentra alejada.

En el papel de la madre, nota que el cosquilleo en el estómago ya no aparece. El padre continúa sintiéndose bien.

En su propia posición explica que, a su entender, sería «bueno, si así fuera realmente», y se expresa de modo desafiante y con resignación.

A fin de mostrar a la madre en el contexto de sus relaciones, se coloca un folio en blanco junto a ésta para representar a su propia madre [es decir, a la abuela de la cliente]. En el papel de madre, la cliente no nota ningún cambio y asegura que es incapaz de imaginarse esa imagen. Tampoco percibe diferencia alguna en la relación con su madre mientras adopta su propio papel, si bien afirma: «Mi abuela me transmite fuerza».

Estas palabras son interpretadas como un indicio de que la abuela es un recurso para la cliente. En la siguiente intervención, la madre de la madre se coloca detrás de la cliente, a quien se le pide que imagine que su abuela está apoyando la mano entre sus hombros para que pueda reclinarsse un poco hacia atrás. Esta idea ejerce un efecto claramente positivo sobre ella. Entonces afirma: «La abuela me da paz». A continuación, la abuela asume nuevamente su posición detrás de la madre.

La cliente realiza una afirmación que simultáneamente especifica el orden y sugiere un vínculo positivo: «Tú eres mi madre, yo soy tu hija, y así debe ser». Sin embargo, no pronuncia estas palabras con demasiada convicción. Como resultado, la terapeuta pregunta: «¿Necesitarás repetirlo mucho hasta que se haga realidad?» y la cliente responde: «Con bastante frecuencia».

Se le sugiere entonces que «deje espacio» a este pensamiento.

Como siguiente paso en el proceso, se pide a la cliente que se gire de manera que dé la espalda a sus padres. La posición simboliza que sale para introducirse en su propia vida. La mujer comenta: «Estoy feliz de haberme marchado,» lo cual indica que es capaz de seguir adelante y cumplir con sus propios objetivos sin sentirse culpable. La terapeuta indica que la cliente tiene la obligación ética de cuidar de su madre, si bien puede alejarse de ésta de todas formas y seguir su propio camino en la vida. La cliente responde: «Eso era algo que antes no podía hacer».

Análisis

La suposición de que existía un movimiento de acercamiento interrumpido hacia la madre fue confirmada por el elevado grado de distancia espacial con respecto a la madre y la actitud infantil y desafiante que mostraba hacia ella.

Ésa era la dinámica predominante. No se apreció ningún indicio concreto sobre cómo interpretar la gran distancia observable entre la cliente y su padre.

Cuando se aprecia en el hijo un movimiento de acercamiento interrumpido hacia la madre o el

padre, es probable que se trate de un indicio de la implicación de la madre o el padre. La suposición se basa en la idea de que la implicación de ambos les convertía en personas emocionalmente ausentes, dada su vinculación con la persona que podían estar siguiendo.

La distancia espacial entre los padres y la hija no representa una reanudación del movimiento de acercamiento interrumpido ni una resolución. Por el contrario, es un primer paso para salir de la confusión de sentimientos o necesidades que se contradicen entre sí. En este caso nos referimos a sentimientos de culpa, el deseo de independencia y el lamento por el conflicto surgido.

El confort y la fuerza que ofrece la madre de la madre pueden ser interpretados como un recurso que se convierte en requisito previo para una posible solución, pero que no representa una resolución de la implicación sistémica.

Falta información sobre el elemento hacia el cual miran todos los miembros, lo que implica que no es posible avanzar en esa dirección.

Después de la constelación familiar, los «deberes» de la cliente consisten en repetir imaginariamente la frase que le proporciona alivio, dirigiéndola a la persona en cuestión, o bien continuar evocando la constelación de resolución. La finalidad de esta acción es asegurar la resolución sanadora en la psique de la cliente.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: ama de casa.

Diagnóstico: agorafobia y claustrofobia desde los doce años en adelante.

Grado de estrés: ligeramente elevado.

Resultados de los tests diagnósticos iniciales: claustrofobia, trastorno de personalidad por ansiedad [evitación].

Sintomatología: estados de ansiedad claustrofóbicos, miedo a la ansiedad.

Enfermedades: en el pasado, amigdalitis, frecuentemente con fiebre hasta tonsilectomía a los ocho años de edad; en la actualidad, diarrea, imposibilidad de conciliar el sueño, palpitaciones y latido cardíaco irregular.

Traumas/tabúes en la familia: muerte del padre; muerte del marido de la cliente unos veinte años antes; experiencias de guerra por parte del padre que «no son imágenes precisamente bonitas».

Nivel y medios de integración familiar: la solidaridad familiar se dificultó a causa la guerra, y no se materializó lo suficiente durante dicho período; después de la guerra, seguridad; poco después, cambio de entorno debido a traslado.

Miedos durante la infancia: muy reticente, tranquila, de buen carácter. No recuerda ningún miedo.

Relación de pareja: la cliente es viuda; rara vez sale o recibe visitas.

Patrones de comportamiento compulsivo: toma medicación constantemente. Desearía que la vida tuviera algún sentido.

Afectividad: cavila, se siente tensa, irritada; controla su temperamento porque teme perder el control.

Relaciones interpersonales: los hijos se han hecho mayores; la madre de la cliente es anciana y no vivirá mucho más; esta cuestión preocupa particularmente a la cliente.

Cliente 6

Hombre; grupo de edad: 50-60 años; número de hermanos: —; hermanastros: 1; posición en el orden de nacimiento: 1.^a; estado civil: viudo; número de hijos: 2.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

— El padre murió en la guerra cuando el cliente tenía un año de edad. Éste comenta: «Sin lugar a dudas, estaba orgulloso de mí».

Hipótesis de trabajo

— El orgullo del padre, representado en el hijo, muestra que el padre está incluido en el sistema. Por esta razón, su muerte prematura no es considerada un indicio de movimiento de acercamiento interrumpido.

— Ninguna otra hipótesis.

Constelación

El cliente se sitúa entre su padre y su madre. La hermanastra se coloca entre la madre y el padrastro, que son los padres de ella; los hijos del padrastro se colocan junto a éste. Todos ellos se disponen en forma de herradura.

Cuando el cliente se encuentra en su propia posición, describe de la siguiente manera sus sensaciones físicas:

«No sé si estoy apoyando los pies en el suelo.» Lo único que sabe sobre su padre son las cosas positivas que su madre le ha contado siempre sobre él. El cliente «siempre mantuvo una relación ambivalente» con su madre. «Ella no quería dejarme libre. Cada vez que yo deseaba cortar el cordón, ella ponía obstáculos en mi camino.»

Cuando el cliente se encuentra en la posición del padre, informa: «es lo mismo que acabo de experimentar»; es decir, que no está seguro de estar plantando los pies en el suelo. También siente «un balanceo hacia delante y atrás».

En la posición de la madre, no se encuentra «particularmente bien» y también siente «tensión en los muslos mientras intento contrarrestar el balanceo». La mujer está «vigilando» a su hijo.

Indicios adicionales en la constelación inicial

— La madre se encuentra de espaldas.

— Cuando el cliente se sitúa en su propia posición, explica que se siente ligeramente inestable desde el punto de vista físico.

Hipótesis adicionales

La madre está siguiendo a alguien, posiblemente a su primer marido.

La «vigilancia» de la madre conduce a la suposición de que teme que el hijo siga al padre.

Objetivo

Provocar el encuentro con el padre.

Resolución

En la metaposición, el cliente expresa su deseo de «colocarse más en medio, dado que allí sería más agradable». Sin embargo, afirma que no funcionará porque no cuenta con suficiente energía.

En la primera constelación de resolución, el cliente se coloca frente a sus padres. Situado en la metaposición comenta: «El núcleo lo formamos mi madre, mi padre y yo». En el orden ocupa una «posición central» y eso es lo que siempre había querido.

En su propio papel, el balanceo deja de ser tan pronunciado, pero detecta claramente una ligera tensión en su muslo izquierdo. «Estoy feliz de tener a mi padre enfrente, si bien esto sólo es simbólico».

Con respecto a su madre, asegura que «al menos no es algo negativo». Ahora mantiene un «contacto visual directo» con ella. «La posición es correcta».

Cuando asume el papel del padre afirma: «Me siento bien aquí». Gira a la madre más en su dirección, con el fin de poder mirarla de forma más directa.

En el papel de la madre, asegura que ahora le resulta más agradable. Su padre debería girarse hacia ella y su hijo.

Esta afirmación conduce a la suposición de que la madre del cliente ha elegido esta imagen para representar su realidad, lo cual significa que el vínculo con su primer marido no estaría roto y, a su vez, su muerte no habría sido reconocida. Ella no menciona a su segundo esposo. Cuando se presenta al cliente esta imagen, no se le obliga a afrontar la muerte del padre y los sentimientos relacionados, es decir, la pérdida y la angustia. El cliente no menciona su dolor ni el de su madre.

Se solicita al cliente que imagine que su padre le llama diciendo: «Soy tu padre y tú eres mi único hijo».

El cliente comenta: «Si mi padre y mi madre dicen eso, entonces está bien. Y todo irá mejor con mi padrastro».

Análisis

El hecho de que el padre muriera de forma prematura indica una posible implicación sistémica o movimiento de acercamiento interrumpido hacia el padre. Sin embargo, todo eso se contradice con lo que el cliente ha dicho. El padre está incluido y es respetado.

Al reconocer al padre, el cliente se fortalece en su posición. Por consiguiente, entendemos que

sus sentimientos hacia su padrastro se han vuelto más positivos. Ahora queda claro a qué sistema pertenece y se entiende que, desde un punto de vista sistémico, no tiene nada que ver con su padrastro.

El próximo paso en el proceso terapéutico podría consistir en que la madre y el hijo reconocieran la muerte del padre.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: ingeniero.

Diagnóstico: agorafobia y fobia social durante los últimos cinco años.

Grado de estrés: ligeramente elevado.

Resultados de los tests diagnósticos iniciales: ansiedad, depresión, trastorno de personalidad por ansiedad [evitación].

Sintomatología: estados de ansiedad y depresión, problemas con hija adoptada, falta de respeto en su lugar de trabajo.

Enfermedades: psoriasis grave.

Traumas/tabúes en la familia: la muerte del padre; el segundo matrimonio de la madre fue un misterio para el cliente; la sexualidad y otros sentimientos e intenciones son un tabú para la familia.

Nivel y medios de integración familiar: bajo nivel de solidaridad; el cliente recordaba tendencia a formar facciones, que consistían en la madre y el cliente en contra del padrastro y las hermanastras.

Miedos durante la infancia: miedo a la guardería; cuando cursaba primaria, una tormenta destruyó un bosque cercano; elevado nivel de miedo a la anestesia a los 6-7 años. El cliente se describe como una persona de buen carácter, tranquila y que tiende a mantenerse a un lado y observar.

Relación de pareja: después de veinte años de matrimonio siente comprensión mutua, tolerancia y aceptación. El cliente intenta dominar pero con frecuencia acaba haciendo concesiones.

Patrones de comportamiento compulsivo: ningún comportamiento autodestructivo conocido. Rara vez toma medicación, y cuando lo hace es con renuencia. Puede reaccionar de una manera descontrolada y agresiva.

Afectividad: inhibido al punto de ser compulsivo; incapaz de hacer uso de sus experiencias y habilidades con otras personas.

Relaciones interpersonales: en relación permanente con su pareja; se lleva bien con sus colegas de trabajo y está integrado en el esquema social; tiene grandes dificultades con su hija adoptada y sus superiores.

Cliente 7

Mujer; grupo de edad: 30-40 años; número de hermanos: 3; hermanastros: —; posición en el orden de nacimiento: 1.^a; estado civil: soltera; número de hijos: —.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Cuando el padre de la cliente tenía seis años, su padre fue asesinado en la guerra.

La familia tiene un secreto que todos conocen pero que nadie menciona: la hija menor es lesbiana, al igual que una de las tías de la madre, que ocupa un lugar poco claro en el árbol genealógico. «Una persona extraña.» La madre de la madre también tenía «ciertas tendencias». «Mi madre siempre abandona la sala cuando alguien comienza a hablar sobre el tema. Es algo que ignora abiertamente.» La tía «realmente no pertenece a la familia. No existe».

Todos, además de la madre, sufren ansiedad.

Al inicio de la entrevista exploratoria, la cliente no indica claramente si tiene dos o tres hermanos.

Hipótesis de trabajo

La tía está excluida y no se la respeta. Sin embargo, parece ser importante. Cada vez que la entrevista exploratoria trata el tema del lesbianismo o de su tía, la cliente se entusiasma y alegra.

La cliente sigue a su padre, quien a su vez sigue a su propio padre.

Constelación

Resulta muy difícil encontrar un lugar para la tía de la cliente. Ella definitivamente pertenece al ámbito de la madre, dado que la cliente dice: «Mi tía no es parte de nosotros. No existe».

Hipótesis: la «tía» puede no representar en realidad a una persona real, sino a los sentimientos experimentados por la madre de la madre, que en su momento no fueron manifestados.

En el papel del padre, la cliente detecta la presión de la responsabilidad, que «recae sobre mis hombros» y que «puedo percibir en las rodillas» a través de una sensación de pesadez. Afirma que «muchas cosas me resultan irritantes». La cliente tiene dificultades para respirar mientras asume este papel.

En el rol de la madre, asegura: «Me encantaría ser parte de ellos, pero no tengo idea de cómo me iría». Respira con alivio cuando abandona este papel.

La cliente describe su propio estado físico en su papel: «No es tan fácil. Puedo mantenerme en pie, pero me supone un gran esfuerzo».

El hermano se siente bien.

En el papel de la hermana lesbiana, dice que no se siente amada. Cuando se le pide que describa

su estado físico, responde: «No puedo estar en este cuerpo. Soy torpe y siempre hago todo mal. No sé dónde quiero estar». La cliente explica que esta posición le resulta agotadora.

En el papel de la hermana menor no se encuentra a gusto. «Creo que esto no está bien.» Aparte de la madre, el resto de ellos son «personas ruidosas, chillonas».

En el papel de la tía siente «deleite». Dice a su padre: «Deseáis que todo estuviera bien, pero os he demostrado que no lo está». Asegura que le está enseñando algo que él no quiere asumir.

Indicios adicionales en la constelación inicial

Ninguna.

Hipótesis adicionales

Ninguna.

Objetivo

Integrar a la «tía».

Resolución

En la metaposición, la cliente responde de la siguiente manera cuando se le enseña el orden propuesto: «¡Así no es!».

En el papel de la madre, su opinión con respecto al padre es: «Sinceramente, preferiría que se hubiera marchado. Me asusta». Cuando se le pide que mire hacia él, explica: «Está mejorando poco a poco. El hombre ha encogido un poco». La cliente ríe.

El padre quiere que todo el mundo se aleje más.

El hermano se siente «apretado entre mis hermanas» en el orden de nacimiento.

Para la hermana lesbiana el orden ahora está «bien».

La hermana menor siente que repentinamente es «una igual».

Respetando el deseo del padre, todos se alejan un poco entre sí, manteniendo las posiciones de la constelación ideal.

Para el padre está «bien». La madre quisiera cambiar algo. Cuando se le pide que gire más en dirección al padre y le mire de vez en cuando, responde que así estaría «bien».

En su propia posición, la cliente explica que cuenta con

«suficiente espacio, pero es una forma de mirar las cosas a la que aún no me he acostumbrado». Ella lo cambiaría todo. Por otro lado, es «una imagen que se corresponde con la realidad».

El hermano puede aceptar la constelación.

La hermana lesbiana se siente bien.

En el papel de la hermana menor, la cliente dice que «resulta un poco raro», porque ahora ha

sido elevada «a una posición de igualdad,» mientras que antes había sido «dominada por todo el mundo».

En el papel de la tía, «ahora todo está en orden». El padre ha recibido ayuda y ella ya no resulta tan peligrosa.

En la metaposición, la cliente asiente cuando mira la constelación de resolución e imagina a las personas individuales: «Es la imagen de una familia».

Análisis

La afirmación por parte de la tía de que el padre ha recibido ayuda no puede entenderse en el contexto de las estructuras que nos ocupan. Por consiguiente, podría ser interpretada como un indicio de que no se trata de una persona real sino de una tendencia por parte de una persona del sistema. Tal vez se trate de la tendencia a excluir a los hombres del sistema, que es lo que hacen las mujeres lesbianas. Por otro lado, el tema mismo es anulado del sistema.

Dado que todas las personas deben ser respetadas, este comportamiento tiene consecuencias para la familia. Cuando una persona que ha sido excluida vuelve a ser incorporada, se producen cambios en el sistema. La hermana lesbiana, que es quien mantiene vivo en todos ellos el recuerdo de la tía —o lo que la imagen de «la tía» represente—, se siente «bien» cuando recibe una posición en el sistema.

En la práctica se observa que en un sistema, un secreto, sentimiento o comportamiento que se mantiene oculto a los demás puede ser tratado como si fuera un miembro más de la familia. Los demás perciben esa grieta, que pertenece al sistema y debe asumir su posición.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: estudiante.

Diagnóstico: fobia social durante once años.

Grado de estrés: elevado.

Resultados de los tests diagnósticos iniciales: miedo a hablar, estados de pánico, indicios de personalidad fronteriza (límite).

Sintomatología: ataques de pánico, miedo a hablar, pérdida de control, dificultades para marcar límites.

Enfermedades: frecuentes dolores de cabeza desde los nueve años de edad.

Traumas/tabúes en la familia: los padres de la madre no reconocían al padre; la madre de la madre era alcohólica; los padres de la madre se habían casado por su primera hija (la madre de la cliente); habían tenido un mal matrimonio, peleas.

Nivel y medios de integración familiar: a partir de los seis años de edad, la cliente se sintió abrumada por la responsabilidad de tener que cuidar de hermanos menores; el padre regañaba a la cliente; integración familiar fronteriza; hermana bulímica.

Miedos durante la infancia: «miedos normales;» tranquila.

Relación de pareja: la cliente era la «racional» de la casa; suele dominar a sus parejas y es líder en situaciones sociales.

Patrones de comportamiento compulsivo: nada obvio, pocos indicios.

Afectividad: discusión vehemente con su padre un año y medio atrás; temperamento que, en general tiende a la depresión; inestabilidad.

Relaciones interpersonales: los hermanos quedan fuera del primer cuestionario. Ningún contacto con el hermano; no queda claro si la cliente mantiene relaciones importantes con alguien más allá de su pareja estable.

Cliente 8

Hombre; grupo de edad: 30-40 años; número de hermanos: 3; hermanastros: —; posición en el orden de nacimiento: 3.^a; estado civil: soltero; número de hijos: —.

Indicios de implicación sistémica derivados de la entrevista exploratoria

Cuando tenía tres años, el hermano inmediatamente mayor que él fue entregado a uno de los hermanos del padre, quien no tenía hijos, y creció como hijo de su tío. El cliente explica que fue la madre del padre quien organizó esa situación. En la actualidad este hermano continúa acudiendo al cliente cuando tiene problemas.

El padre sufre de asma.

En los últimos años, la madre ha sufrido depresión.

Hipótesis de trabajo

El orden de nacimiento está alterado porque el hermano mayor no ha asumido su posición.

Constelación

En la constelación, los folios que representan a los miembros de la familia son dispuestos en hilera.

El padre les da la espalda pero luego corrige su posición. En el papel del padre, el cliente siente que «estoy perdiendo el equilibrio, me balanceo de atrás hacia delante y siento que debo tensar el cuerpo para mantenerme en pie». Afirma que suele sentirse solo, dado que «no existe ninguna comprensión mutua» entre él y su esposa. «No hago nada bien y me estoy apartando.» Cuando se encuentra con su hijo —el cliente— se siente bien cuidado.

En el papel del hijo mayor, el cliente explica que tiene que «luchar para mantener el equilibrio». Sin embargo, se encuentra a gusto con sus hermanos.

En el papel del hermano que ha sido entregado al tío, se siente «con los pies en la tierra, en una posición realista». Explica que percibe «un temblor en los muslos». Sin embargo, preferiría «situarse en medio, pero no todo el mundo puede estar en medio. Yo soy el que en realidad no produce ningún impacto en la familia, a pesar de ser el mayor».

En su propio papel, afirma que tiene que «ver si puedo mantener el equilibrio». Dice experimentar «tensión en los muslos» y sentir «mucho responsabilidad y culpa hacia mis padres».

Indicios adicionales en la constelación inicial

Ninguno.

Hipótesis adicionales

Ninguna.

Objetivo

Restablecer el orden de nacimiento consiguiendo que el hermano que le precede asuma su posición.

Resolución

El cliente comenta el orden propuesto desde la metaposición. Afirma que el hecho de mantener la misma distancia entre todos los hijos «es lo más acertado».

En el papel del padre se siente «mejor; el vínculo con mi esposa e hijos es más armonioso». Explica que desde la perspectiva física, aún se nota «un poco tenso, aunque no tanto como para tener que balancearme hacia delante y atrás». Cuando se gira hacia su esposa, como le fue recomendado, confirma que la situación «mejora un poco; es algo más equitativa».

En el papel de la madre, el cliente se reconoce «mucho menos tenso y bastante estable». Comenta al esposo, que se encuentra a su lado: «Ahora tengo un compañero y eso significa que no estaré tan sola en las diferentes situaciones».

En el papel de la hermana, dice que tiene que hacer un esfuerzo para mantener el equilibrio. «Resulta más positivo que mi contacto con todos sea igual, y eso es aplicable a mis dos hermanos y a mis padres».

En relación con el segundo hijo (el hermano que fue entregado) comenta: «es positivo que mi hermano tenga el mismo contacto que todos los demás».

Cuando asume el papel del hermano mayor, se solicita al cliente que describa el orden de nacimiento: «Yo soy el mayor, tú eres el segundo...» etc.

A continuación, explica: «No está mal tener un poco de responsabilidad; sería incluso positivo». Su sensación de equilibrio ha mejorado.

En su propia posición, la «tensión no es tan intensa como antes». Ahora se encuentra «estable». Resulta positivo «tener a alguien a quien recurrir». Y en relación con sus padres, considera esta situación más positiva, «ya que los dos se encuentran en el mismo nivel». La imagen resulta «reconfortante».

En el papel del hijo menor, opina que es «mejor ser el último de la fila».

Análisis

La responsabilidad era un tema recurrente. Dado que su hermano inmediatamente mayor no vivía con la familia, el cliente fue tratado como si fuera el mayor de todos, e incluso en la actualidad es quien aconseja a los demás. En el momento en que el orden de nacimiento fue expresado verbalmente, el peso cambió y la hermana mayor sintió que su responsabilidad era «positiva». La tensión física disminuyó en todos los miembros de la familia, lo cual es un signo de que el orden es ahora más acertado.

En la escuela sistémica de pensamiento, la responsabilidad entre hermanos supone una continua progresión ascendente. El mayor asume la responsabilidad del siguiente, y así sucesivamente. Si este orden no es respetado, algunos hermanos se sienten abrumados y los demás, incómodos.

Datos comparativos obtenidos de otras fuentes de recopilación de datos dentro del proyecto

Ocupación: empleado de una empresa.

Diagnóstico: trastorno por pánico.

No se aportan datos para las restantes categorías.

⁴⁷ «Cuando Dios aparece en un sistema, en realidad siempre se trata de alguien que forma parte del mismo» (Hellinger 2001a, pág. 247).

Análisis

TAL COMO SE ESPERABA, en el contexto de la entrevista exploratoria y la constelación familiar fue posible identificar indicios de implicación sistémica y/o de movimiento de acercamiento interrumpido en cada uno de los clientes que participaron en el estudio. Todo ello fue descrito en los casos clínicos. Estos indicios condujeron a diversas hipótesis sobre lo que podría esperarse de una constelación familiar, favorecieron la obtención de información adicional y permitieron el desarrollo de intervenciones específicas, que acabaron en una constelación final creada para la constelación familiar individual. Durante las sesiones, los clientes consiguieron proyectarse en la imagen inicial de la constelación con bastante éxito. Demostraron además percepciones y sentimientos que se diferenciaban a medida que asumían distintos papeles, y que podían identificar, distinguir y describir con precisión.

La constelación inicial representa la imagen interior que el cliente tiene de su propia familia, y que resulta afectada cuando la primera sugerencia de resolución propone cambiarla. Por consiguiente, el estado que el cliente había percibido como estable deja de serlo y, dependiendo de la relación que exista entre el cliente y el terapeuta y el estado emocional del primero, él o ella permitirá que su imagen sea desestabilizada o modificada. Todo este proceso sólo puede tener lugar a nivel

visual y analógico. Si el cliente es capaz de mantenerse en dicho nivel, el terapeuta podrá conducirlo a una constelación de resolución. Si no, deberán tomarse otras medidas antes de llegar a una constelación de resolución.

Resultados para el cliente

Como resultado, las imágenes finales de la constelación familiar varían ampliamente de un cliente a otro, lo cual se observa tanto en las constelaciones individuales como grupales. Concluir el proceso terapéutico puede significar encontrar la resolución para la implicación sistémica o bien lograr una posición más fuerte y estable para el cliente. Por otro lado, también es posible revelar la dinámica del sistema sin producir una resolución para el cliente, tal como explica el siguiente criterio: se considera resolución a la resolución de una implicación o la reanudación de un movimiento de acercamiento interrumpido. En el último caso, el cliente tiene que revivir emociones profundas, y eso requiere a su vez una relación estable con el terapeuta y el contexto terapéutico, para lo cual puede resultar muy conveniente trabajar en grupo.

La imagen de un orden en un sistema significa el reconocimiento de todos los miembros. Si la implicación sistémica dentro del sistema tiene que ver con un elemento que ha sido excluido, como en los casos de los clientes 1 y 7, el orden en el sistema y el resultante reconocimiento del elemento o miembro excluido como miembro del sistema pueden conducir fácilmente a una resolución.

Los clientes suelen reanimarse cuando notan que su sistema o al menos partes de su sistema son verdaderas fuentes de fortaleza para ellos. Este reconocimiento supone un primer paso en el proceso terapéutico, en cuyo contexto es necesario abordar cuestiones de diferentes grados de magnitud, y cuya dirección puede ser determinada a través de la constelación, como en los casos de los clientes 4, 5 y 6.

Sin embargo, para proseguir con el proceso terapéutico, el terapeuta necesita tener claro cuáles son los objetivos que el cliente ha marcado para su terapia, y si es necesario añadir pasos adicionales, cuándo y si son factibles. Un factor importante es determinar durante cuánto tiempo debe continuar la terapia, y evaluar si es preferible realizar un mayor número de sesiones a intervalos regulares o menos sesiones en intervalos más prolongados.

En algunos casos es imposible alcanzar una resolución, y como resultado el terapeuta da por concluido el proceso terapéutico. Ocurre, por ejemplo, cuando no se dispone de información suficiente para que el proceso continúe, cuando el terapeuta no logra establecer la relación necesaria con el cliente o en los casos en que el cliente no está dispuesto o no es capaz de establecer una comunicación terapéutica a nivel analógico.

Las razones pueden ser muy complejas. Si entre el cliente y el terapeuta ha surgido una relación de confianza, resulta más sencillo que el primero confíe en el consejo del segundo y el cliente está más dispuesto a evocar aquellos sentimientos que no ha experimentado porque le resultan dolorosos. Él o ella ha hecho varios intentos infructuosos de encontrar una solución, pero se niega a intentarlo una vez más. Así que la confianza en un terapeuta puede conferir al cliente el valor que necesita para intentar encontrar una resolución. Por otro lado, algunos clientes no tienen ninguna experiencia con este procedimiento terapéutico. En esos casos resulta conveniente ofrecer información sobre el método, así como hacer una demostración práctica y utilizar imágenes y dibujos con el fin de que el cliente se sienta más seguro en relación con el procedimiento.

Comunicación analógica y digital

Durante el curso de la sesión, quedó claro hasta qué punto era importante el tema de la comunicación analógica y digital para el proceso terapéutico en las constelaciones. El cambio frecuente entre los niveles de comunicación por parte de los clientes 2, 3 y 4 resultó sorprendente. Sin embargo, no existe conexión evidente con sus respectivos diagnósticos (fobia social en cliente 2, trastorno de personalidad en cliente 3, y cardiofobia en cliente 4) a nivel diagnóstico (véase «Transferencia de información analógica y digital»).

Estos clientes abandonaron el nivel analógico de forma repentina al referirse al presente o a personas de su sistema actual, o bien al anunciar que estaban haciéndose cargo del curso de la constelación. Cuando asumían un papel en particular hablaban como si se encontraran en la metaposición, lo cual es también un indicio de que no se estaban comunicando de forma visual, analógica, sino de forma cognitiva y digital.

Cuando los clientes cambian de un nivel de comunicación a otro, y al hacerlo se interrumpe la comunicación analógica, la situación puede interpretarse como un indicio de que precisamente en ese punto se han topado con un tema importante. Sin embargo, se supone que tratar dicho tema en ese momento les llevará a experimentar sentimientos intensos, así que no les permiten salir a la superficie.

El cambio de pensamiento analógico a digital puede tener lugar rápidamente, y por ende en el transcurso de la sesión el terapeuta siempre puede guiar a los clientes para que cambien del nivel digital al analógico. Una forma particularmente eficaz de lograrlo consiste en pedir a los clientes que se concentren en sus sensaciones físicas. Resultaría interesante llevar a cabo un estudio en el que los procesos aquí descritos fuesen analizados en el contexto de la terapia de trance, haciendo particular hincapié en las posibilidades de la inducción al trance. De sumo interés resultaría así mismo efectuar una investigación sobre una posible conexión con el inventario completo de métodos basados en las publicaciones de Milton Erickson sobre hipnoterapia (cf. Revenstorf, 1990).

Selección del tema relevante

El terapeuta selecciona los aspectos más importantes que tratará en la terapia a partir de las indicaciones que el cliente le ha proporcionado y que apuntan a una implicación sistémica o a un movimiento de acercamiento interrumpido. A continuación, basa en estas afirmaciones las hipótesis de trabajo sobre la dinámica estructural del sistema, con el fin de verificarlas o demostrar su falsedad en la constelación. Ello comporta que lo que ha quedado establecido como el tema más relevante puede cambiar durante la sesión, en especial durante las fases iniciales. Además, el curso del proceso puede ser redireccionado en un momento determinado de la constelación como resultado de la información significativa que pudiera surgir. El tema fundamental no parece ser un objetivo característico del sistema, sino que depende del curso de la constelación. Por este motivo resulta esencial que el cliente formule una pregunta concreta al inicio de la constelación para la cual desee encontrar resolución mediante una constelación. A partir de entonces, tanto el cliente como el terapeuta dirigirán su atención hacia un tema principal. Debería discutirse hasta qué punto esta concentración resulta también significativa para los representantes que actúan como cada uno de los miembros de la familia en la constelación grupal.

Este procedimiento paso a paso por parte del terapeuta —que se ocupa de desarrollar sus hipótesis a partir del modelo teórico basándose en la necesidad de equilibrio en el sistema, que analiza dichas hipótesis sobre la base de las afirmaciones y las constelaciones de la sesión, y que desarrolla otras nuevas a partir de los resultados— es lo que Hellinger definía como «fenomenológico».

En la estructuración del proceso terapéutico el terapeuta busca una implicación sistémica tal como la definen los criterios antes mencionados, y se centra especialmente en las personas más estrechamente vinculadas al cliente. En esos casos suele ser apropiado centrarse, sobre todo, en una implicación sistémica o algún desequilibrio entre lo que se da y lo que se recibe que tengan lugar en la familia inmediata, dado que los vínculos de lealtad a estos miembros son más estrechos que los establecidos con los parientes más lejanos. Sin embargo, el grado de relación *per se* no necesariamente provoca un impacto directo sobre la calidad de la implicación o la gravedad de los síntomas. Un factor adicional que debe ser tenido en consideración es el nivel de injusticia o mala suerte, que puede llegar a convertir a una persona menos relacionada con el cliente en un elemento relevante dentro del sistema de este último.

Implicación sistémica y desarrollos posteriores a la constelación

Por lo general, en una constelación familiar se aborda *un único* grupo de temas, incluso aunque parezca que en el sistema han estado produciéndose varias implicaciones al mismo tiempo. Algunos sistemas acaban sometidos a una enorme presión por causa de numerosos acontecimientos que repercuten sobre la calidad de las relaciones y el bienestar de todos los miembros del sistema (cf. cliente 3), así que una constelación puede significar el primer paso hacia una resolución. Si durante una constelación familiar se aborda un tema y se llega a una resolución, con frecuencia comienza a emerger otro aspecto. Es como si el significado del aspecto recién incorporado se hiciera evidente una vez aclarados o resueltos los demás asuntos.

Conforme a la teoría sistémica, según la cual todos los elementos de un sistema están interconectados, un acontecimiento puede repercutir sobre varias personas y sus relaciones respectivas. La historia familiar de un cliente suele mostrar que una implicación básica puede dar lugar a más implicaciones en las generaciones subsiguientes. En muchos casos se aprecian indicios de que un cliente ha traspasado una implicación a sus hijos. Desgraciadamente, la realización de un debate exhaustivo sobre este tema va más allá del objetivo de este estudio.

Como resultado de los cambios de perspectiva, y a su vez, de la actitud interna del cliente, dentro de la familia también se producen cambios en las relaciones entre sus miembros y con otras personas que no se encuentran en el centro de atención del proceso terapéutico (cf. cliente 7).

En la mayoría de los casos, es necesario dar varios pasos para encontrar una resolución estable, pasos que marcan el camino que han seguido las implicaciones. Se observa, por ejemplo, que las personas eligen parejas con destinos similares a los suyos. Por consiguiente, en algunas familias se producen implicaciones sistémicas tanto en el lado materno como en el paterno. En una constelación familiar, no obstante, se elige una línea y se centra toda la atención en ella, dejando el otro lado temporalmente pospuesto.

Los pasos individuales hacia una resolución estable pueden consistir en una serie de constelaciones familiares a intervalos más prolongados que aborden los diferentes temas o intervenciones surgidas durante una constelación y que afecten a varias personas del sistema. Aquí puede resultar sumamente beneficioso contar con un grupo en el que los participantes, como reemplazantes de los miembros de la familia, identifiquen aspectos no aclarados de sus relaciones o estructuras sistémicas que no hayan sido expresadas abiertamente.

Las constelaciones familiares en la terapia grupal e individual

Como ha podido apreciarse en los casos de estudio, la creación de constelaciones familiares en la terapia individual ha resultado eficaz a la hora de explicar la estructura de las familias de los clientes. También quedó claro que era posible establecer recursos representando el orden en el sistema y creando una conexión con los padres, hermanos e incluso abuelos de los clientes, quienes de este modo consiguen verse de una manera diferente y más clara en el contexto del sistema familiar en el que en realidad viven.

A través de las constelaciones familiares los clientes rápidamente encuentran temas y sentimientos significativos. Si la terapia a la que se someten es individual, tienen la posibilidad de no enfrentarse a esas cuestiones cambiando del nivel analógico de comunicación al digital, o incluso pueden interrumpir el proceso abandonando el lugar físico en el que se está llevando a cabo la terapia. Corresponde entonces a los terapeutas la tarea de intentar reconducir a los clientes al nivel analógico, pidiéndoles que se concentren en sus sensaciones físicas cada vez que representan un papel particular. Si bien esta táctica suele dar buenos resultados, en ocasiones los clientes permanecen en el nivel de la reflexión cognitiva sobre lo que está sucediendo, y cuando eso sucede, los terapeutas tienen que responder en consecuencia y respetar la decisión de los clientes, a fin de que la relación terapéutica se mantenga intacta. En la terapia grupal es diferente: el proceso continúa. En el contexto de un grupo, los clientes disponen de otros métodos para protegerse de los intensos sentimientos que suelen surgir al abordar temas que antes habían evitado.

Los clientes que forman parte de un grupo se encuentran más distanciados de lo que está sucediendo y pueden por ello aceptar todas las experiencias, expresiones de sentimientos y cambios que su estado emocional les permita controlar. Cuando se enfrentan a algo que no están dispuestos a tratar, o que son incapaces de abordar, suelen interpretarlo como incorrecto y lo descartan por ser un comentario pronunciado por un extraño.

Ciertas constelaciones resultan imposibles de resolver en una constelación familiar, porque requieren del apoyo y la participación de los miembros del grupo. En el caso del cliente 3, existen numerosos indicios de una implicación sistémica. En las familias en las que éste es el caso, se aprecia una enorme presión en el sistema. La terapia individual sólo trabaja con dos personas, que no son suficientes para abordar un grupo de problemas tan complejos. Además, ciertos factores como la culpabilidad de un miembro de la familia por cometer un crimen grave, determinados factores políticos, los sentimientos de culpa e implicación, la pertenencia a la Gestapo o una muerte violenta en un contexto político —por ejemplo, un campo de concentración— tienen un peso enorme en la terapia individual, y pueden ser mejor abordados en un contexto grupal. Puesto que éste es un tema de interés público, debería ser trabajado en un contexto también público.

Ventajas de recurrir a las constelaciones familiares durante los talleres de terapia grupal

Las constelaciones familiares que tienen lugar en un marco grupal presentan varias ventajas en relación con aquellas desarrolladas en la terapia individual. En un entorno individual los clientes asumen los papeles de los miembros de su familia una vez establecida la constelación con el fin de analizar sus percepciones y sensaciones, en especial las de naturaleza física. Por contraste, en la terapia grupal los clientes son observadores, al igual que los miembros del grupo que no están participando en la constelación familiar. Aquí son otras personas las encargadas de representar los papeles de los familiares de los clientes, y a ellas corresponde expresar sus percepciones y actuar dentro del contexto del sistema con el objetivo de alcanzar una constelación de resolución. Los clientes tienen la posibilidad de seguir el curso de la sesión desde una posición externa a la constelación y decidir cuáles de las acciones, encuentros y sentimientos pueden aceptar en cada momento, o bien de rechazar lo que no les parece aceptable.

En grupo es posible evitar lo que se conoce como resistencia por parte del cliente. Puesto que éste asume el papel de observador, no está obligado a adoptar una postura sobre la información presentada en la constelación. Y aunque rechace cognitivamente el desarrollo de la constelación de resolución o la constelación final misma, al parecer la imagen continúa ejerciendo un gran impacto sobre él. En la práctica se ha observado que después de uno o dos años la información acaba siendo integrada, incluso en el caso de que el cliente se haya negado a aceptarla al inicio de la terapia. Esta situación parece concordar con la idea de que la negación no es posible, tal como aseguraban Watzlawick y Bateson, y en este contexto, eso significa que la constelación de resolución no puede ser negada o rechazada. Entonces, si bien es posible que se produzca un rechazo a nivel cognitivo, resulta inviable a nivel analógico. El efecto de la constelación puede explicarse a través de la interacción de los dos niveles, y el efecto de la constelación de resolución tiene lugar a nivel analógico.

En este caso es necesario tener en cuenta los parámetros éticos de los terapeutas, quienes han de realizar su trabajo únicamente para el beneficio del cliente y deben proporcionarle una imagen éticamente aceptable a todos los niveles de comunicación, aunque la rechace y no la acepte a nivel consciente.

Por otra parte, los representantes experimentan sentimientos que pueden controlar mejor que los clientes mismos, puesto que resultan menos afectados que estos últimos (si continúan con la interpretación). En el entorno terapéutico, su papel consiste en luchar por encontrar una solución, en tanto que los clientes suelen aferrarse al problema. Estas dos perspectivas diferentes, la orientada al problema y la centrada en la resolución, pueden dar lugar a una disonancia cognitiva dentro de los clientes que podría estimularles a intentar encontrar una solución por sí mismos.

Debería prestarse especial atención al modo en el que los participantes de una constelación se ofrecen apoyo mutuo. Las personas que se unen en un taller suelen no conocerse al principio de la terapia, pero se encuentran a disposición unos de otros para crear una imagen de aquello que está afectando a la familia del cliente. Asumen el papel de personas que para ellos son desconocidas y se permiten experimentar sentimientos ajenos a su propia persona. Todos y cada uno de los

participantes contribuyen a encontrar una resolución a través de su presencia, concentración y compromiso.

Movimiento de acercamiento interrumpido

Una persona suele estar afectada por más de una implicación sistémica. De hecho, en la entrevista exploratoria y en las constelaciones no es inusual que aparezcan indicios de una implicación sistémica y de un movimiento de acercamiento interrumpido al mismo tiempo.

El movimiento de acercamiento interrumpido puede tener lugar sin la implicación sistémica de uno de los progenitores. Sucede, por ejemplo, si la madre o el padre no estuvieron físicamente a disposición del hijo, ya sea por haber fallecido o por encontrarse ausentes. Experiencias aparentemente menores, como que un padre o el hijo tengan que permanecer ingresados en un hospital y por consiguiente no puedan mantener el contacto, pueden ser la base de dicho movimiento de acercamiento interrumpido.

Por otro lado, este cuadro suele derivar de una implicación sistémica, aunque en realidad ésta no exista en el presente. O bien es posible que el movimiento de acercamiento interrumpido sea un indicio de una implicación sistémica en la generación de los padres. Esta hipótesis es susceptible de ser probada mediante una constelación.

Valoración y sugerencias para futuras investigaciones

LAS PRINCIPALES VENTAJAS de la terapia basada en las constelaciones familiares son la capacidad de obtener, en un período breve, una imagen clara sobre las conexiones estructurales del sistema en el que vive el cliente, y el gran impacto que produce el trabajo analógico. Por consiguiente, sería deseable que la aplicación práctica de este método contara con una sólida base de investigación científica.

Con el fin de probar el concepto, sería conveniente comparar los datos que surgen en la constelación con los obtenidos por los investigadores desde fuera del proyecto a través de cuestionarios y entrevistas exploratorias —como se hizo con el proyecto que nos ocupa—. Realizar un estudio que comparara los diagnósticos estándar con el concepto de la implicación sistémica también aportaría resultados sumamente útiles. Otra alternativa que ofrecería revelaciones interesantes sería analizar las conexiones con los métodos hipnoterapéuticos, en particular el surgimiento y el uso de los fenómenos de trance y la comunicación digital y analógica, así como la transferencia de información durante el curso de la terapia.

Una serie de temas adicionales de investigación podrían revelar hasta qué punto ciertos síntomas son vinculables a determinados sistemas en el contexto de una constelación, y también aclararían si existe un lenguaje de símbolos que pudiera ser utilizado para determinar si una información analógica apunta a una determinada implicación y hasta qué punto es posible generalizar más allá de ciertos terapeutas o clientes. En la práctica constantemente se observan ejemplos que dan lugar a este tipo de hipótesis.

En otros proyectos de investigación podrían incluirse estudios catamnésicos sobre la eficacia del método, centrados en los cambios producidos en el estado mental de los clientes y la calidad de sus relaciones. De momento, aún debe investigarse el modo en que los clientes transfieren los resultados de la terapia a sus vidas cotidianas y la cantidad de tiempo que necesitan para hacerlo.

BIBLIOGRAFÍA

- Alberti, L. (1994): Von quantitativer zur qualitativen Forschung. En: H. Faller y J. Frommer (eds.): *Qualitative Psychotherapieforschung. Grundlagen und Methoden*. Heidelberg (Asanger), págs.. 53-56.
- Andrea, C. y S. Andreas (1985): Einführung. En: R. Bandler y J. Grinder: *Reframing. Ein ökologischer Ansatz in der Psychotherapie (NLP)*. Paderborn (Junfermann), págs. 13-17.
- Arnold, S., G. Engelbrecht-Philipp y P. Joraschky (1987): Die Skulpturverfahren. En: M. Cierpka (ed.): *Familien-diagnostik*. Berlín (Springer), págs. 190-212.
- Bandler, R. y J. Grinder (1982): *Reframing. Neuro-linguistic Programming and the Transformation of Meaning*. Moab, Utah (Real People Press).
- Bandler, R., J. Grinder y V. Satir (1976): *Changing with Families*. Palo Alto (Science and Behaviour Books).
- Bateson, G. (1972): *Steps to an Ecology of Mind. Collected Papers in Anthropology, Psychiatry, Evolution and Epistemology*. San Francisco (Chandler).
- Beaumont, H. y B. Hellinger, (1999): *Touching Love. Vol. 2. A Teaching Seminar with Bert Hellinger and Hunter Beaumont 1999*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme) / Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker and Theisen Inc.).
- Berne, E. (1949): The Nature of Intuition. *Psychiatric Quarterly* 23: 203-226.
- Berne, E. (1964): *Games People Play*. Nueva York (Grove Press).
- Berne, E. (1972): *What Do You Say After You Say Hello?* Nueva York (Grove Press).
- Bonin, W. F. (1983): *Die großen Psychologen. Von der Seelenkunde zur Verhaltenswissenschaft*. Düsseldorf (Econ-Taschenbuch).
- Bosch, M. y W. Ullrich (eds.) (1989): *Die entwicklungsorientierte Familientherapie nach Virginia Satir*. Paderborn (Junfermann).
- Böse, R. y G. Schiepek (1989): *Systemische Theorie und Therapie. Ein Handwörterbuch*. Heidelberg (Asanger).
- Boszormenyi-Nagy, I. (1995): Seminario sobre supervisión impartido en la Klinik St. Irmingard de Prien, Alemania (Notas no publicadas).
- Boszormenyi-Nagy, I. (1988): Conferencia ofrecida en el Tercer Seminario Internacional de Verano de Terapia Contextual en Chexbres, Suiza.

- Boszormenyi-Nagy, I. (1986): Transgenerational Solidarity. *The American Journal of Family Therapy* 14 (3): 195-213.
- Boszormenyi-Nagy, I. (1975): Intensive Familientherapie als Prozeß. En: I. Boszormenyi-Nagy y J. Framo (eds.): *Familientherapie. Theorie und Praxis*. Vol. 1. Reinbek (Rowohlt), págs. 110-168.
- Boszormenyi-Nagy, I. (1966): From Family Therapy to Psychology of Relationships. Fictions of the Individual and Fictions of the Family. *Comprehensive Psychiatry* 7: 408-423.
- Boszormenyi-Nagy, I. y B. Krasner (1986): *Between Give and Take. A Clinical Guide to Contextual Therapy*. Nueva York (Brunner/Mazel).
- Boszormenyi-Nagy, I. y G. M. Spark (1973): *Invisible Loyalties*. Nueva York (Harper & Row).
- Boszormenyi-Nagy, I. y D. Ulrich (1981): Contextual Family Therapy. En: A. Gurman y D. Kniskern (eds.): *Handbook of Family Therapy*. Nueva York (Brunner/Mazel), páginas 159-186.
- Bowen, M. (1966): The Use of Family Theory in Clinical Practice. *Comprehensive Psychiatry* 7: 345-374.
- Bowen, M. (1974): Toward the Differentiation of a Self in One's Family of Origin. En: F. Andres y J. Lorio (eds.): *Georgetown Family Symposia: A Collection of Selected Papers*. Washington D. C. (Sección Familiar del Departamento de Psiquiatría, Centro Médico de la Universidad de Georgetown), págs. 70-86.
- Brunner, E. J. (1988): Pioniere systemischen Denkens. En: L. Reiter, J. Brunner, y S. Reiter-Theil (eds.): *Von der Familientherapie zur systemischen Perspektive*. Berlín et al. (Springer), págs. 273-284.
- Buber, M. (1913): Das Raumproblem der Bühnen. En: M. Buber (1953): *Hinweise. Gesammelte Essays*. Zurich (Manesse), págs. 201-210.
- Buber, M. (1925): Drama und Theater. Ein Fragment. En: M. Buber (1953): *Hinweise. Gesarnmelte Essays*. Zurich (Manesse), págs. 197-201.
- Buber, M. (1990): Drama and Theater. En: M. S. Friedman (ed.): *Pointing the way. Collected essays*. Atlantic Highlands, NY (Humanities Press International), páginas 63-66.
- Buber, M. (1953): *Hinweise. Gesarnmelte Essays*. Zurich (Manesse).
- Buber, M. (1953) : *Reden über Erziehung*. Heidelberg (Lambert Schneider).
- Buber, M. (1957): Guilt and guilt feelings. (Schuld und Schuldgefühle). *Psychiatry* 20: 114-129.
- Buber, M. (1984): *Das dialogische Prinzip*. Heidelberg (Schneider).
- Buer, F. (ed.) (1991): *Morenos therapeutische Philosophie. Die Grundlagen von Psychodrama und Soziometrie*. Opladen (Leske und Budrich).

- Buer, F. (1991): Morenos therapeutische Philosophie. Eine Einführung in ihre kultur- und ideengeschichtlichen Kontexte. En: F. Buer (ed.): Morenos therapeutische Philosophie. Die Grundlagen von Psychodrama und Soziometrie. Opladen (Leske und Budrich), págs. 9-42.
- Buer, F. y U. Schmitz (1991): Psychodrama und Psychoanalyse. En: F. Buer (ed.): Morenos therapeutische Philosophie. Die Grundlagen von Psychodrama und Soziometrie. Opladen (Leske und Budrich), págs. 111-157.
- Carter, E. A. y M. McGoldrick Orfanidis (1976): Family Therapy with One Person and the Family Therapist's Own Family. En: P. J. Guerin (ed.): Family Therapy. Theory and Practice. Nueva York (Gardner Press), págs. 193-219.
- Chalmers, A. F. (1994): Wege der Wissenschaft. Einführung in die Wissenschaftstheorie. Berlín et al. (Springer).
- Cierpka, M. (ed.) (1987): Familiendiagnostik. Berlín et al. (Springer).
- Cohn, R. C. (1988): Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion. Von der Behandlung einzelner zur Padagogik für alle. Stuttgart (Klett-Cotta).
- Conen, M.-L. (1993): Systemische Familienrekonstruktion. *Zeitschrift für systemische Therapie* 11 (2): 84-95.
- de Shazer, S. (1983): Über nützliche Metaphern. *Zeitschrift für systemische Therapie* 1 (1) 21-30.
- de Shazer, S. (1985): Keys to Solution in Brief Therapy. Nueva York (Norton).
- de Shazer, S. (1988): Therapie als System. Entwurf einer Theorie. En: L. Reiter, J. Brunner, y S. Reiter-Theil (eds.): Von der Familientherapie zur systemischen Perspektive. Berlín et al. (Springer), págs. 215-229.
- Dodson, L. S. (1992): Der Prozeß der Veränderung. En: G. Moskau y G. F. Mililer (eds.): Virginia Satir. Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Paderborn (Junferrmann), págs. 13-38.
- Dörner, D., H. W. Kreuzig, F. Reither, y T. Staudel (eds.) (1983): Lohhausen. Vom Umgang mit Unbestimmtheit und Komplexität. Berna (Huber).
- Duhl, B. (1992): Skulptur - Äquivalenz in Aktion. En: G. Moskau y G. F. Müller (eds.): Virginia Satir. Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Paderborn (Junfermann), págs. 121-138.
- Duhl, B. y F. Duhl (1981): Integrative Family Therapy. En: A. Gurman y D. Kniskern (eds.): Handbook of Family Therapy. Nueva York (Brunner/Mazel), págs. 483-513.
- Duhl, F., D. Kantor y B. Duhl (1973): Learning, Space, and Action in Family Therapy: A Primer of Sculpture. En: D. Bloch (ed.): Techniques of Family Psychotherapy. Nueva York (Grune & Stratton).
- Emlein, G. (1995): Die Balance von Geben und Nehmen. Zur Theorie und Praxis

- «kontextueller» Therapie. *Familiendynamik* 12: 3-14.
- Erickson, M. H. (1954): Pseudo-Orientation in Time as a Hypnotherapeutic Procedure. *Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2: 109-129.
- Faller, H. y J. Frommer (eds.) (1994): *Qualitative Psychotherapieforschung. Grundlagen und Methoden*. Heidelberg (Asanger).
- Faller, H. (1994): Das Forschungsprogramm «Qualitative Psychotherapieforschung». Versuch einer Standortbestimmung. En: H. Faller y J. Frommer (eds.): *Qualitative Psychotherapieforschung. Grundlagen und Methoden*. Heidelberg (Asanger), págs. 15-37.
- Forrester, J. (1972): Understanding the Counterintuitive Behaviour of Social Systems. En: J. Beishon y G. Peters (eds.): *System Behaviour*. Londres, Nueva York (Harper y Row), págs. 200-217.
- Fox, J. (ed.) (1987): Introduction. En: J. Moreno: *The Essential Moreno*. Nueva York (Springer), págs. XIII-XXI.
- Franke, U. (2003): *Family Constellation in Individual Setting*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme). [Orig. (2002): *Wenn ich die Augen schlieÙe, kann ich dich sehen. Familien-Stellen in der Einzeltherapie und -beratung*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).] Frankl, V. E. (1979): *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk*. Munich/Zurich (Piper).
- Frankl, V. E. (1981): *Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute*. Friburgo de Brisgovia (Herder).
- Franzke, E. (1977): *Der Mensch und sein Gestaltungserleben. Psychotherapeutische Nutzung kreativer Arbeitsweisen*. Berna (Huber).
- Freeman, K. (tr.) (1977): *Ancilla to the Pre-Socratic Philosophers*. Cambridge, MA: Harvard University Press. [Orig. alemán. Diels, H. (1957): *Die Fragmente der Vorsokratiker*. Hamburgo (Rowohlt)].
- Freud, Sigmund (1976): *Obras Completas*. Buenos Aires (Amorrortu).
- Friczewski, F. (1985): Ganzheitlich-qualitative Methoden in der StreÙforschung. En: G. Jüttemann (ed.): *Qualitative Forschung in der Psychologie. Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder*. Weinheim (Beltz).
- Geisler, F. (1991): Judentum und Psychodrama. En: F. Buer (ed.): *Morenos therapeutische Philosophie. Die Grundlagen von Psychodrama und Soziometrie*. Opladen (Leske und Budrich), págs. 45-68.
- Glaserfeld, E. von (1982): Über Theorien, ihre Kornpatibilität und ihre Falsifizierbarkeit. Siegener Cesprache über den Radikalen Konstruktivismus. En: S. J. Schmidt (ed.) (1987): *Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus*. Fráncfort del Meno (Suhrkamp), págs. 401-440.

- Goethe, J. (1988): Dr. Henry Faust. The tragedy's First and Second Parts. Trad. del alemán: John A. Roth. Lanham, MD: University Press of America [Or. (1984): Faust. Der Tragödie zweiter Teil. Múnich (Carl Hanser).]
- Goolishian, H. A. y H. Anderson (1988): Menschliche Systeme. Vor welche Probleme sie uns stellen und wie wir mit ihnen arbeiten. En: L. Raiter, J. Brunner y S. Reiter-Theil (eds): Von der Familientherapie zur systemischen Perspektive. Berlín et al. (Springer), págs. 189-216.
- Gordimer, N. (1983): The Lying Days. Londres (Virago).
- Grawe, K. (1988): Zurück zur psychotherapeutischen Einzelfallforschung. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 17 (1): 1-7.
- Guerin, P. J. (ed.) (1976): Family Therapy - Theory and Practice. Nueva York (Gardner Press).
- Haley, J. (1977): Toward a Theory of Pathological Systems. En: P. Watzlawick y J. Weakland (eds.): The Interactional View. Nueva York (Norton), págs. 31-48.
- Haley, J. (ed.) (1967): Advanced Techniques of Hypnosis and Therapy: Selected Papers of Milton H. Erickson. Nueva York (Grune & Stratton).
- Hegel, G. W. F. (1991): The Encyclopaedia Logic, with the Zusätze: Part 1 of the Encyclopaedia of philosophical sciences with the Zusätze. A new translation with introduction and notes by T. F. Geraets, W. A. Suchting y H. S. Harris. Indianápolis (Hackett). [Orig. alemán (2000): Enzyklopädie der philosophischen Wissenschaften im Grundrisse. 1830. Erster Teil. Fráncfort del Meno (Suhrkamp).]
- Heisenberg, W. (1990): Scientific and Religious Truth. Discurso en la Academia Católica de Bavaria, en agradecimiento por el Premio Guardini, marzo 24, 1973. [Orig. alemán (1984): Naturwissenschaftliche und religiöse Wahrheit. En: Schritte über Grenzen. Gesammelte Reden und Aufsätze. Múnich (Piper), páginas 299-315.]
- Hellinger, B. (1993a): Finden, was wirkt. Múnich (Kósel). Hellinger, B. (1993b): Was in der Schicksalsgemeinschaft von Familie und Sippe zu Krankheiten führt und zu Selbstmord und Tod und was vielleicht das Schicksal wendet. *Jahrbuch für Psychoonkologie*: 109-120.
- Hellinger, B. (1994): Ordnungen der Liebe. Ein Kurs-Buch. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).
- Hellinger, B. (1995): Familien-Stellen mit Kranken. Manual que acompaña el video de diez horas de duración de un curso dirigido a pacientes y sus psicoterapeutas y médicos. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).
- Hellinger, B. (1998): Touching Love. Bert Hellinger at Work with Family Systems. Documentación sobre un curso de tres días de duración para clientes psicoterapeutas, 1997. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).
- Hellinger, B. (2001a): Love's Own Truths. Bonding and Balancing in Close Relationships. Phoenix, AZ (Zeig, Tucker & Theisen).

- Hellinger, B. (2001b): *Movements of the Soul. Family Constellations in Israel 2001*. [3 cintas de vídeo] Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)/Phoenix - Arizona (Zeig, Tucker y Theisen Inc.).
- Hellinger, B. (2002a): *Aphorisms*. Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker y Theisen Inc.). [Orig. (1995): *Verdichtetes. Sinnsprüche - Kleine Geschichten - Sätze der Kraft*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).]
- Hellinger, B. (2002b): *Farewell: Family Constellations with the Descendants of Victims of Perpetrators*. Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker y Theisen Inc.). [Orig. (1998): *Der Abschied. Nachkommen von Tatern und Opfern stellen ihre Familien*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).]
- Hellinger, B. (2002c): *The Heart of the Matter: Brief Therapies*. Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker and Theisen Inc.). [Orig. (1999): *Mitte und Maß Kurz-therapien*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).]
- Hellinger, B., Schützenberger A. A. y Sheldrake R. (2000): *Re-Viewing Assumptions. A Dialog about Phenomena that challenge our world-view*. [casete VHS con folleto en versión alemana]. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).
- Hellinger, B. y ten Hovel, G. (1999): *Acknowledging What Is. Conversations with Bert Hellinger 1*. Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker and Theisen Inc.). [Orig. (1996): *Anerkennen, was ist*. München (Kosel).]
- Hellinger, B., G. Weber y H. Beaumont (1998a): *Love's hidden symmetry. What makes love work in relationships*. Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker y Theisen Inc.). [Orig. (1993): *Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).]
- Hellinger, B., G. Weber y H. Beaumont (1998b): *Love's own Truths. Bonding and Balancing in Close Relationships*. Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker y Theisen Inc.). [Orig. (1994): *Ordnungen der Liebe*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).]
- Husserl, E. (1965): *Phenomenology and the Crisis of Philosophy*. Traducción de Quentin Lauer. Nueva York: (Harper & Row). [Ger. orig. (1910/1911): *Philosophie als strenge Wissenschaft*. En: *Logos*. Fráncfort del Meno.]
- Jefferson, C. (1978): *Some Notes on the Use of Family Sculpture in Therapy*. *Fam. Proc.* 17: 69-76.
- Joraschky, P. y M. Cierpka (1987): *Zur Diagnostik der Grenzenstörungen*. En: M. Cierpka (ed.): *Familiendiagnostik*. Berlín et al. (Springer), págs. 112-130.
- Jüttemann, G. (ed.) (1985): *Qualitative Forschung in der Psychologie. Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder*. Weinheim (Beltz).
- van Kampenhout, D. (2001): *Images of the Soul. The Workings of the Soul in Shamanic Rituals and Family Constellations*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme). [Orig. (2001): *Die Heilung kommt von außerhalb, Schamanismus und Familien-Stellen*. Heidelberg (Carl-

- Auer-Systeme).]
- Kaufmann, R. A. (1990): Die Familienrekonstruktion. Verfahren, Materialien, Modelle. Heidelberg (Asanger)
- Kleining, G. (1982): Umriß zu einer Methodologie qualitativer Sozialforschung. *Kiilner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 2: 224 y subsiguientes.
- Köckeis-Stangl, E. (1980): Methoden der Sozialisationsforschung. En: K. Hurrelmann, D. Ulrich (ed.): Handbuch der Sozialisationsforschung. Weinheim (Beltz), páginas 321-370.
- Kroschel, E. (1992): Was passiert in einer Psychotherapie? Prozeßanalyse von zwei Sitzungen aus einer erfolgreich abgeschlossenen Gestalttherapie. Fráncfort del Meno (Lang).
- Krüll, M., N. Luhmann y H. Maturana (1987): Grundkonzepte der Theorie autopoietischer Systeme. Neun Fragen an Niklas Luhmann und Humberto Maturana. *Zeitschrift für systemische Therapie* 5 (1): 4-25.
- Lalande, A. (1951): Vocabulaire technique et critique de la philosophie. París (Presses Universitaires de France).
- Laplanche, J. y J.-B. Pontalis (1973): The Language of Psycho Analysis. Londres (Hogarth).
- Leutz, G. y K. Oberborbeck (eds.) (1980): Psychodrama. Göttingen (Vandenhoeck und Ruprecht).
- Leutz, G. (1974): Psychodrama. Theorie und Praxis. Das klassische Psychodrama nach J. 1. Moreno. Berlín (Springer).
- Lewin, K. (1912): Wissenschaftstheorie. En: C. F. Graumann (ed.) (1981): Kurt-Lewin-Werkausgabe. Vol. I. Wissenschaftstheorie I. Berne (Huber); Stuttgart (Klett-Cotta).
- Linz, N. (1994): Nach-Fragen an einen Freund. Interview mit Bert Hellinger. En: B. Hellinger: Ordnungen der Liebe. Ein Kurs-Buch. Heidelberg (Carl-Auer- Systeme), págs. 498-523.
- Lipps, T. (1907): Das Wissen von fremden Ichen. En: T. Lipps (ed.): Psychologische Untersuchungen 1 (4). Leipzig (Engelmann), págs. 694-722.
- Ludewig, K. (1992): Systemische Therapie. Grundlagen klinischer Theorie und Praxis. Stuttgart (Klett-Cotta).
- Madelung, E. (1996): Kurztherapien. Neue Wege zur Lebensgestaltung. Munich (Kösel).
- Marc, E. y D. Picard (1991): Bateson, Watzlawick und die Schule von Palo Alto. Fráncfort del Meno (Hain). [Original francés (1984): L'école de Palo Alto. París (Editions Retz).]
- Massing, A., G. Reich y E. Sperling (1994): Die Mehrgenerationen-Familien-therapie. Cöttingerr/Zurich (Vandenhoeck und Ruprecht).
- Maturana, H. (1985): Reflexionen über die Liebe. *Zeitschrift für systemische Therapie* 3 (3): 129-131.
- Mayring, P. (1983): Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. Weinheim (Beltz).

- Mayring, P. (1985): Qualitative Inhaltsanalyse. En: G. Jüttemann (ed.): Qualitative Forschung in der Psychologie. Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder. Weinheim (Beltz).
- McCulloch, W. S. (1965): Embodiments of Mind. Cambridge, MA (M.I.T.).
- Moreno, J. L. (1987): The essential Moreno. Nueva York (Springer).
- Moritz, C. P. (1926): Anton Reiser. A Psychological Novel. Oxford (OUP). [Orig. alemán (1979): Anton Reiser. Ein psychologischer Roman. 1785-1790. Fráncfort del Meno (Insel).]
- Moser, T. (1995): Psychoanalyse und Holocaust. Die Kinder der Opfer und Tater. *Süddeutsche Zeitung*, 11 de julio de 1995.
- Moskau, G. y G. F. Müller (eds.) (1992): Virginia Satir. Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Paderborn (Junfermann).
- Müller, G. F. (1992): Thema mit Variationen: Struktur und Prozeß der Skulpturtechnik. En: G. Moskau y G. F. Müller (eds.): Virginia Satir. Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Paderborn (Junfermann), págs. 139-162.
- Müssig, R. (1991): Familien-Selbst-Bilder. Gestaltende Verfahren in der Paar- und Familientherapie. Múnich/Basel (E. Reinhardt).
- Nerin, W. F. (1986): Family Reconstruction. Long Day's Journey into Light. Nueva York (Norton).
- Neuhauser, J. (ed.) (2001): Supporting Love. How love works in Couple Relationships. Bert Hellingers Work with Couples. Phoenix-Arizona (Zeig, Tucker y Theisen Inc.). [Orig. (2000): Wie Liebe gelingt. Die Paartherapie Bert Hellingers. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).]
- Ornstein, R. E. (1972): The Psychology of Consciousness. San Francisco (W. H. Freeman).
- Papp, P. (1976): Family Choreography. En: P. Guerin (ed.): Family Therapy - Theory and Practice. Nueva York (Gardner Press), págs. 465-479.
- Papp, P., O. Silverstein y E. Carter (1973): Family Sculpting in Preventive Work with «Well Families». *Fam. Proc.* 12: 197-212.
- Prekop, J. (1991): Hättest du mich festgehalten ... Grundlagen und Anwendung der Festhalte-Therapie. Múnich (Kösel).
- Reiter, L., J. Brunner y S. Reiter-Theil (eds.) (1988): Von der Familientherapie zur systemischen Perspektive. Berlín et al. (Springer).
- Reiter-Theil, S. (1988): Autonomie und Gerechtigkeit. Das Beispiel der Familientherapie für eine therapeutische Ethik. Berlín et al. (Springer).
- Reiter-Theil, S. (1988): Therapie und Ethik in systemischer Perspektive. Zur Entwicklung eines allgemeinen Orientierungsrahmens. En: 1. Reiter, J. Brunner. S. Reiter-Theil (eds.): Von der

- Familietherapie zur systemischen Perspektive. Berlín et al. (Springer), págs. 21-40.
- Revenstorff, D. (ed.) (1990): Klinische Hypnose. Berlín et al. (Springer).
- Ritscher, W. (1988): Familienrekonstruktion in Ausbildungs- und Supervisionsgruppen. *Kantext* 15: 71-92.
- Ritsert, J. (1972): Inhaltsanalyse und Ideologiekritik. Ein Versuch über kritische Sozialforschung. Fráncfort del Meno (Athenäum).
- Rückerl, T. (1994): NLP in Stichworten. Ein Überblick für Einsteiger und Fortgeschrittene. Paderborn (Junfermann).
- Sartre, J.-P. (1981): The Family Idiot. Gustave Flaubert, 1821-1847. Traducción de C. Cosman. Chicago (University of Chicago Press) [Orig. francés (1971-72): L'idiot de la famille. Gustave Flaubert de 1821 a 1857. 3 vol. París (Gallimard).]
- Satir, V. (1967): Conjoint Family Therapy. Palo Alto (Science and Behavior Books).
- Satir, V. (1972): Peoplemaking. Palo Alto (Science and Behavior Books).
- Satir, V. (1987): Going Behind the Obvious: The Psychotherapeutic Journey. En: J. Zeig (ed.): Evolution of Psychotherapy. Nueva York: (Brunner /Mazel), págs. 58- 68.
- Satir, V. y M. Baldwin (1983): Step by Step. A Guide to Creating Change in Families. Palo Alto (Science and Behavior Books).
- Satir, V., J. Bammen, J. Gerber y M. Gomori (1995): Das Satir-Modell. Familientherapie und ihre Erweiterung. Paderborn (Junfermann).
- Schiller, F. (1870): «The Stage as a Moral Institution.» En: C. Hempel (ed.): Schiller's Complete Works. Philadelphia (n.p.) [Orig. alemán (1784): Die Schaubühne als eine moralische Anstalt betrachtet. En: Chr. Christiansen (ed.): Schillers Werke. Reinbek, cerca de Hamburgo (Rowohlt). págs. 7-19.]
- Schlippe, A. von (1984): Familientherapie im Überblick. Basiskonzepte, Formen, Anwendungsmöglichkeiten. Paderborn (Junfermann)
- Schlippe, A. von y J. Schweitzer (1996): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. Göttingen (Vandenhoeck und Ruprecht).
- Schweitzer, J. y G. Weber (1982): Beziehung als Metapher: Die Familienskulptur als diagnostische, therapeutische und Ausbildungstechnik. *Familiendynamik* 2:113-128.
- Simon, F. B. (1993): Unterschiede, die Unterschiede machen. Klinische Epistemologie: Grundlage einer systemischen Psychiatrie und Psychosomatik. Fráncfort del Meno (Suhrkamp).
- Simon, F. B. y A. Retzer (1995): Das Hellinger-Phänomen, *Psychologie heute* 6: 28- 31.
- Simon, F. B. y Stierlin H. (1984): Die Sprache der Familientherapie. Ein Vokabular. Überblick, Kritik und Integration systemtherapeutischer Begriffe, Konzepte und Methoden.

Stuttgart (Klett-Cotta).

Simon, R. (1972): Sculpting the Family. *Fam. Prac.* 11: 49-57.

Sparrer, I. (1995): Modifikationen der Grundprinzipien der systemischen Familienaufstellungen beim Übergang zu systemischen Strukturaufstellungen. Conferencia impartida en el Segundo Congreso Europeo de Hipnosis y Psicoterapia según Milton H. Erickson, que tuvo lugar en Munich entre el 3 y el 7 de octubre de 1995. *Hypnose und Kognition* 14 (1/2).

Sparrer, I. y M. Varga von Kibéd (en prep.): Körperliche Selbstwahrnehmung bei systemischer Strukturaufstellung. En: H. Milz y M. Varga von Kibéd (eds.): *Körper, Kontexte, Konstruktionen*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).

Stahl, T. (1992): Reframing. En: G. Moskau y G. F. Müller (eds.): *Virginia Satir. Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen*. Paderborn (Junfermann), págs. 183-190.

Stahl, T. (1985): Vorwort. En: R. Bandler y J. Crinder, John: *Reframing. Ein ökologischer Ansatz in der Psychotherapie (NPL)*. Paderborn (Junfermann), págs. 7-12.

Stcherbatsky, T. (1962): *Buddhist Logic*. Nueva York (Dover Publ.).

Steffens, W. (1987): Der psychodynamische Befund. En: M. Cierpka (ed.): *Familiendiagnostik*. Berlín et al. (Springer), págs. 68-86.

Stegmüller, W. (1970): *Probleme und Resultate der Wissenschaftstheorie und Analytischen Philosophie. Vol. II: Theorie und Erfahrung*. Berlín et al. (Springer).

Steiner, C. (1974): *Scripts People Live*. Nueva York (Grove Weidenfeld).

Stierl, H. (1977): *Psychoanalysis and Family Therapy*. Nueva York (Jason Aronson).

Toman, W. (1976): *Family Constellation*. Nueva York (Springer).

Tress, W. (1994/1988): Forschung zu psychogenen Erkrankungen zwischen klinischer-mentalistischer und gesetzeswissenschaftlicher Empirie: Sozial-empirische Marker als Vermittler. En: H. Faller y J. Frommer (eds.): *Qualitative Psychotherapieforschung. Grundlagen und Methoden*. Heidelberg (Asanger), págs. 38-52.

Ulsamer, B. (2002): *The Art and Practice of Family Constellations. Leading family constellations as developed by Bert Hellinger*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme) [Original (2001): *Das Handwerk des Familienstellens*. Múnich (Goldmann).]

Ulsamer, B. (en prep.): *Without roots, no Wings. The Systemic Therapy of Bert Hellinger*. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme). [Orig. (1999): *Ohne Wurzeln keine Flügel. Die systemische Therapie von Bert Hellinger*. Múnich (Goldmann).]

Van Heusden, A. y E. van den Eerenbeemt (1987): *Balance in Motion. Ivan Boszormenyi-Nagy and His Vision of Individual and Family Therapy*. Nueva York (Brunner /Mazel).

Varga von Kibéd, M: (1995): *Die Rolle von Konstruktion und Entdeckung in der*

- systemischen Aufstellungsarbeit und der implizite Wandel in den anthropologischen Grundannahmen. Conferencia impartida en el Segundo Congreso Europeo de Hipnosis y Psicoterapia según Milton H. Erickson, que tuvo lugar en Munich entre el 3 y el 7 de octubre de 1995.
- Was in Familien krank macht und heilt. Unpublished video transcript. Seminario con Bert Hellinger que tuvo lugar entre el 25 y el 27 de noviembre de 1994 en Múnich.
- Watzlawick, P. (1977): Die Möglichkeit des Andersseins. Zur Technik der therapeutischen Kommunikation. Berna/Stuttgart/Viena (Huber).
- Watzlawick, P. (ed.) (1984): The Invented Reality. How Do We Know What We Believe We Know? Contributions to Constructivism. Nueva York (Norton).
- Watzlawick, P., J. H. Beavin y D. D. Jackson (1967): Pragmatics of Human Communication. Nueva York (Norton).
- Watzlawick, P. y J. H. Weakland (eds.) (1977): The Interactional View. Studies at the Mental Research Institute, Palo Alto, 1965-1974. Nueva York (Norton).
- Watzlawick, P., J. H. Weakland y R. Fisch (1974): Change. Principles of Problem Formation and Problem Resolution. Nueva York (Norton).
- Weber, G. (ed.) (1993): Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).
- Weber, G. (ed.) (1998): Love's Hidden Symmetry. What makes Love Work in Relationships. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).
- Weber, G. y Simon, F. B. (1987): Systemische Einzeltherapie. *Zeitschrift für systemische Therapie* 5 (3): 192-206.
- Weiss, T. y G. Haertel-Weiss (1988): Familientherapie ohne Familie. Kurztherapie mit Einzelpatienten. Múnich (Kösel),
- «Wenn man den Eltern Ehre erweist, kommt etwas tief in der Seele in Ordnung.» Ein Gespräch (von Marianne Krüll und Ursula Nuber) mit Bert Hellinger über den Einfluß der Familie auf die Gesundheit und Werte und Ziele seiner umstrittenen Therapie. *Psychologie heute* 6/1995: 22-26.
- Whitaker, C. A. y D. V. Keith (1981): Symbolic-Experimental Family Therapy. En: A. Gurman y D. Kniskern (eds.): Handbook of Family Therapy. Nueva York (Brunner/Mazel), págs. 187-225.
- Willke, H. (1988): Systemtheoretische Grundlagen des therapeutischen Eingriffs in autonome Systeme. En: L. Reiter, J. Brunner y S. Reiter-Theil (eds.): Von der Familientherapie zur systemischen Perspektive. Berlín et al. (Springer), págs. 41-50.

ACERCA DE LA AUTORA

URSULA FRANKE ES DOCTORA EN PSICOLOGÍA clínica (sobre constelaciones familiares), psicoterapeuta licenciada en terapia de comportamiento, y lleva veinte años trabajando de forma privada en Munich, Alemania. Fue profesora del Departamento de Psicología Clínica en la Ludwig-Maximilians-Universität de Múnich.

Formación psicoterapéutica: terapia corporal y de comportamiento, hipnoterapia, terapia Gestalt y breve, métodos de curación humanísticos y alternativos, experiencia laboral como psicóloga en una clínica psiquiátrica.

Es autora de varias publicaciones que incluyen DVD, así como del libro *In my Mind's Eye*, publicado en cinco idiomas. Es miembro del ISCA, y cuenta con una sólida y reconocida experiencia como instructora de constelaciones, avalada por la sociedad alemana de consteladores DGfS; además es miembro del comité editorial de *Praxis der Systemaufstellung*, revista alemana sobre constelaciones sistémicas.

En colaboración de su marido, Thomas Bryson Franke, la autora se dedica a supervisar, impartir talleres y capacitar a terapeutas en todo el mundo. Sus especialidades incluyen las constelaciones en un entorno individual, la curación del movimiento de acercamiento interrumpido y la integración terapéutica de la terapia sistémica, corporal y presencial.

Contacto:

www.ursula-franke.de

Instituto de Psicoterapia Sistémica,
Constelación y Asesoramiento psicológico

www.ispab.de



*Para más información
sobre otros títulos de*

GULAAB

visita

[*www.alfaomega.es*](http://www.alfaomega.es)

