

MANUAL DE TERAPIA SISTÉMICA. PRINCIPIOS Y HERRAMIENTAS DE INTERVENCIÓN

Alicia Moreno, editora.

Desclée de Brouwer, Bilbao, 2014

Si hay una herramienta que he considerado central en mi trabajo en el contexto oncológico en los últimos 18 años ha sido la mirada sistémica. Esta mirada me ha ayudado a poder dar sentido a lo que le pasaba a la persona dentro de su cuerpo, fuera de él, en la relación con la familia, en relación con el equipo de cuidados y médico, dentro de su contexto cultural y social, etc. Para poder integrar todos estos elementos en una intervención psicológica el Modelo Sistémico de terapia que se recorre en el presente manual siempre me ha sido de gran ayuda, por eso me parece una gran noticia que se publique en nuestro país algo nuevo en este campo. Creo que todavía nos queda mucho por hacer para que los médicos incluyan la mirada al paciente como ser íntegro que vive dentro de una familia, dentro de su sistema de trabajo, pero para ello será de gran utilidad que los profesionales sanitarios que intervenimos y cuidamos lo emocional (esto lo debería hacer todo el personal sanitario) estemos bien entrenados en el manejo del otro como ser humano en relación dentro de un sistema de relaciones y en un contexto.

En el Manual de Terapia Sistémica editado por Alicia Moreno tenemos la oportunidad de leer y releer muchos de los temas y enfoques centrales en la Terapia Sistémica. Es un manual sumamente útil tanto para quienes em-

piezan a familiarizarse con la visión sistémica, como una genial guía de consulta y repaso para los terapeutas sistémicos que busquen una lectura actualizada de algún modelo.

El presente enfoque sistémico ha supuesto una nueva forma concebir los problemas y el cambio terapéutico. Este modelo nos ha ayudado a poder ampliar la forma en que entendemos las situaciones y la definición de los problemas. Este modelo empezó a gestarse en los años 60 con el trabajo colaborativo entre diferentes disciplinas como la cibernética, la física, la antropología y la psiquiatría. Entre todas iniciaron una aproximación diferente a los problemas de salud mental y a las relaciones humanas. Se cuestionaba la clasificación diagnóstica tradicional y se planteaba el poder hacer intervenciones en las que se ampliara la mirada a otros elementos que podían estar influyendo en el origen y mantenimiento de los problemas psiquiátricos y emocionales. La inclusión de las personas más próximas al paciente en las sesiones de terapia supuso un cambio grande; ahí surgió la terapia familiar. Fue también muy novedoso considerar al propio observador como co-constructores de la realidad y participante en el sistema, y así se incluyó todo lo que tiene que ver con el terapeuta como parte del sistema en tratamiento y la cámara gesell o espejo unidireccional

como lugar preferente de intervención. Se empezó identificando diferentes patrones de funcionamiento familiar que favorecían la aparición de comportamientos adaptativos o desadaptativos, y así se abrió la posibilidad a trabajar con el sistema en su conjunto. Para ello se empezó a analizar quién componía el sistema familiar (genograma), cuál era la historia de la familia, qué secretos podía haber ocultos que estuvieran afectando a lo largo de las generaciones, cuáles eran las pautas de funcionamiento familiar y cómo estas se construían. Con estas diferentes opciones fueron surgiendo una variedad de escuelas según se fueron definiendo las intervenciones y el punto de mira. Unas se enfocaron en trabajar con la estructura, los límites, las jerarquías, las alianzas (Escuela Estructural), otras pusieron el acento en trabajar con la comunicación y las pautas de interacción familiar (Estratégica), otras en la historia de la familia a lo largo de las generaciones (Intergeneracional), o en buscar las soluciones que ya poseía la familia (Terapia Centrada en Soluciones) y las más recientes (Terapia Narrativa) han puesto el énfasis en la co-construcción de nuevas narrativas que cuestionen los discursos dominantes limitantes y abran nuevas posibilidades basadas en los valores y preferencias de las personas.

El enfoque sistémico amplió el foco desde el individuo al sistema de relaciones significativo y fue decisivo para guiar la intervención con parejas y familias. Posteriormente su uso se ha extendido a cualquier intervención que tenga en cuenta los distintos sistemas o contextos relacionales. Esto es aplicable tanto a la terapia individual

como a la intervención con diferentes grupos humanos, equipos u organizaciones (hospitales, colegios, centros asistenciales, etc.) ya que en todos estos casos el enfoque sistémico nos permite entender el funcionamiento e interrelación entre los sistemas, y desde ahí, potenciar el cambio.

La lectura rigurosa y fácil se consigue gracias al recorrido que los diferentes autores, la mayoría españoles, y con práctica en nuestro ámbito, nos hacen por los temas centrales de la Terapia Sistémica. La estructura está compuesta por tres grandes apartados en los que se repasan los conceptos y herramientas básicas del enfoque, para pasar a recorrer los modelos de la terapia sistémica y terminar con dos capítulos que hablan del terapeuta.

El iniciar la lectura con el maravilloso prólogo de Carlos Sluzki ya supone toda una lección de maestría sistémica por el recorrido y la visión que desde lo histórico hasta lo contextual nos brinda. Todos los capítulos tienen una estructura equivalente y se puede apreciar como han sido revisados para guardar una coherencia entre ellos, tanto en contenido como en longitud. Siempre cuentan con una bibliografía actualizada y otra comentada y están ilustrados con ejemplos prácticos. Cada capítulo añade algo interesante al tema tratado. Especial interés me ha despertado el capítulo de métodos e instrumentos de evaluación familiar, ya que este tema suele ser difícil de encontrar tan bien estructurado y definido. En cada uno de los modelos (estructural, estratégico, Milán, intergeneracional, breve del MRI, centrado en soluciones y narrativo) se recorren sus orígenes y principales aportacio-

nes, así como la vigencia y actualidad de las mismas y aplicaciones prácticas. Podemos encontrar otros capítulos en los que se recorre el ciclo vital familiar, también ahondar en la perspectiva de género abordada desde la terapia familiar y reflexionar sobre los contextos de intervención o las destrezas sistémicas.

La sensación al terminar de profundizar en el Manual es que tenemos un gran libro de referencia que mucho recuerda a los clásicos manuales americanos que tanto echamos de menos cuando citamos bibliografía en nuestro idioma. Así que deseo una amplia difusión a este documento como referencia en el terreno de la terapia sistémica del que se pueden beneficiar psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales, educadores y terapeutas diversos, en todo tipo de contextos; centros de salud, consultas privadas, hospitales,

centros de servicios sociales, tanto para trabajar en contexto individual como familiar o comunitario.

No quiero terminar sin hacer referencia a otro detalle a agradecer y es el tipo de formato del mismo. El haber elegido las tapas blandas creo que es un acierto, ya que facilita mucho su manejo, y el tipo de letra es muy claro. Todo ello hace que no dé la sensación de tener un manual de 600 páginas en las manos. Igualmente hay que valorar el precio que dada la calidad y extensión de la obra, es bastante adecuado.

Nos quedamos a la espera de la publicación de una segunda obra, ya anunciada, en la que se podrán recorrer los principales campos de aplicación de la Terapia Sistémica.

Fabiola Cortés-Funes Urquijo
Psicoterapeuta de Familia y Pareja