

TAREAS Y RITUALES EN TERAPIA SISTÉMICA

Dr. Guillem Feixas

Octubre de 2012

Tanto con las tareas como en los rituales se trata de que varios miembros de la familia hagan cosas conjuntamente. En algunas ocasiones, estas tareas se ponen al servicio de la promoción de alianzas alternativas a las existentes, en lo que se denomina reestructuración de límites. A veces también permiten manifestar simbólicamente significados familiares no explícitos. Podemos distinguir varias modalidades.

Tareas dentro de la sesión

Muchas veces implican alguna **dramatización** (*enactment*). El terapeuta pide que alguien de la familia realice alguna acción, en el aquí y ahora de la sesión, cuyo significado es alterar alguna función o estructura.

Ejemplo Una madre que se queja de que su hijo (de cinco años) no se puede controlar y de que ella es incapaz de hacerlo. En un momento en el que el chico no para de ir de un lado para otro, el terapeuta le puede pedir a la madre que se siente encima de él. De esta forma queda claro analógicamente que la madre ostenta más poder (y fuerza física) que su hijo pequeño, de modo que si no lo controla es, en última instancia, porque no quiere. Serompe, así, la regla de la incontrolabilidad del niño, aunque sólo sea una vez.

En ciertas ocasiones las tareas pueden tratar de formar alianzas entre miembros en conflicto o alterar su patrón comunicacional.

Ejemplo En una familia en la que la hija y el padre siempre discuten y la madre siempre intermedia entre ambos, el terapeuta puede pedir que padre e hija hablen sin que la madre pueda intervenir. Para ello, se pueden girar las sillas de forma que tengan que mirarse a los ojos. Eso les permite una oportunidad para interactuar "fuera" del patrón

habitual. Por un lado están siendo observados por el terapeuta y su equipo; por otro lado, la madre no puede intervenir.

Tareas para casa

Estas tareas consisten en actividades o cambios específicos que se deben realizar fuera de la sala de terapia después de la sesión. En la siguiente sesión se revisará su cumplimiento, no tanto para asegurarse de que las han hecho, sino para valorar su grado de compromiso con la terapia, saber quién las ha hecho, etc. Interesa el resultado y también cómo se ha realizado la tarea. Todos estos elementos también son útiles para entender la dinámica del sistema, con lo cual se podrán proponer nuevas tareas o variar de técnica si éstas no funcionan.

En general, estas tareas tienen la función de alterar, aunque sea ligeramente, la pauta de interacción familiar que forma parte del problema, con lo que se espera que éste también cambie. Pueden ser tareas puntuales o para realizar periódicamente por uno o varios miembros de la familia.

Ejemplos. En un caso de problemas en el rendimiento escolar, se le puede pedir al padre que se encargue de supervisar los deberes del niño (antes lo hacía la madre). En un caso de mala relación padre-hijo, pueden acordar en la sesión una actividad placentera fuera de la sesión en que se pacta no hablar del tema conflictivo. A unos padres que describen a su hijo como "infantil", se les puede pedir que anoten por separado las conductas de su hijo en un registro con dos columnas: una columna con las conductas que les parecen más adultas (columna de la derecha) y otra con las más infantiles (columna de la izquierda).

La prescripción invariable y los juegos familiares

Este tipo de tarea para casa ejemplifica lo dicho hasta ahora con respecto a su propósito de cambio de patrones relacionales y también al interés que tiene analizar en las sesiones consiguientes las reacciones de los miembros a la prescripción. La prescripción invariable fue formulada por Selvini Palazzoli, Cirillo, Selvini, y Sorrentino, (1988) a partir del análisis profundo de algunos de sus fracasos.

Se aplicó como programa de tratamiento estandarizado para todos los casos de transacción rígida. Los resultados de aplicar la prescripción invariable (de ahí su nombre) de forma homogénea les permitió un análisis pormenorizado de la reacción característica que provoca en cada uno de los miembros de la familia, y en las distintas familias, conocimientos que permitieron su formulación de la teoría de los juegos psicóticos.

Se trata de una serie de prescripciones secuenciales que se plantean al final de una serie de sesiones:

1. (Sesión con padres e hijo/a/s). Se convoca a la sesión siguiente sólo a los padres diciendo que hay asunto que conviene tratar con ellos y solo con ellos puesto que son cuestiones concernientes a los padres.
2. (Sesión solo con la pareja de padres, las consecutivas también). Se prescribe secreto de lo conversado en la sesión y se les convoca a una nueva sesión.
3. Se prescribe un salida de entre 1 y 2 h. de los padres sin explicar a su/s hijo/a/s dónde van. Si preguntan contestar únicamente "hemos ido a hacer cosas nuestras".
4. Se prescribe una salida más larga, en las mismas condiciones.
5. (Opcional, según la marcha del caso). Se prescribe una salida de fin de semana (hijos mayores de edad) en las mismas condiciones.

La noción de **juego familiar** describe una secuencia interaccional compleja que se desarrolla en el tiempo a través de la historia de la familia. Supone, por tanto, una aportación mucho más compleja que la de pauta o patrón interaccional, entre otras cosas porque toma en cuenta la historia familiar. Esto representa un cambio sustancial con respecto a los modelos sistémicos más comunes que se centran en las pautas actuales. De hecho, el trabajo con la historia se había visto en los inicios del modelo sistémico como algo más propio de los modelos psicodinámicos, y el concepto sistémico de equifinalidad servía el propósito conceptual de justificar el foco en el presente.

Los rituales familiares

El uso de rituales en la terapia familiar fue introducido también por el equipo de Milán. Consiste en la prescripción de tareas complejas dotadas de significado simbólico implícito que suponen la ejecución secuencial de múltiples pasos por parte de toda la familia, a menudo con cierto tono ceremonial.

Referencias bibliográficas:

Imber-Black, E., Roberts, J. y Whiting, R. (1988). *Rituales terapéuticos y ritos de familia*. Barcelona: Gedisa, 1991.

Selvini Palazzoli, M., Cirillo, S., Selvini, M., y Sorrentino, A. M. (1988). *Los juegos psicóticos en la familia*. Barcelona: Paidós, 1990.