

CONTEXTO HISTÓRICO DONDE SURGIÓ LA TERAPIA SISTÉMICA BREVE

Apuntes

Ángela Hernández Córdoba

2000

Los nuevos paradigmas surgen en la ciencia sin una planeación específica, sino por la coyuntura de muchos factores y por el encuentro casual de personas que desde distintas perspectivas abordan problemas y soluciones similares. Así fue el nacimiento de la terapia sistémica breve.

Gregory Bateson (Cambridge -Inglaterra, 1904-1980), zoólogo y antropólogo, se había trasladado a San Francisco a fines de 1948, cuando fue invitado por el psiquiatra suizo Jurgen Ruesch, profesor de la Escuela de Medicina de la Universidad de California, a participar en un estudio sobre comunicación humana en psicoterapia, cuyo producto fue el libro *Communication: The Social Matrix of Psychiatry* (1951). Bateson era además profesor invitado de antropología de la Universidad de Stanford y se mantenía en contacto con los psiquiatras residentes.

En 1952 comenzó las investigaciones sobre el juego, observando las nutrias en un zoológico de San Francisco y a mediados de ese año consiguió de la Fundación Rockefeller el auspicio para un proyecto sobre las "Paradojas de la abstracción en la comunicación", para cuyo desarrollo conformó un equipo. En primer lugar, invitó a John Weakland, ingeniero químico exalumno suyo y residente en Nueva York en ese momento. Luego, Jay Haley (Estados Unidos, 1923-), estudiante de postgrado en comunicaciones en Stanford, acudió a Bateson en busca de asesoría para su proyecto sobre filmes de ficción y éste lo contrató como investigador. Así mismo ocurrió con el psiquiatra William F. Fry, quien en 1953 acababa de abrir su consultorio y fue invitado por Bateson con la intención de tener material para demostrar el papel que desempeñan en psicoterapia las paradojas de Russell.

En 1954, Don Jackson (Estados Unidos, 1920-1968) reconocido como uno de los diez psiquiatras más importantes de su época en Estados Unidos, fue abordado por Bateson al finalizar la disertación Frieda Fromm-Reichmann en el Hospital de Veteranos de Palo Alto, para decirle que sus planteamientos sobre la homeostasis familiar coincidían con el trabajo que estaba realizando con Haley y Weakland. Como Fry había sido reclutado por la armada, en ese mismo año Jackson lo reemplazó como psiquiatra consultor y supervisor de la terapia de los esquizofrénicos.

El proyecto comenzó a avanzar con la ayuda de sus colaboradores, cuando Bateson presentó una lista de contextos donde se podían evidenciar múltiples clases de mensajes. Concedió a sus investigadores completa libertad para estudiar lo que desearan, siempre y cuando se relacionara en alguna forma con las paradojas que provienen del proceso de la comunicación. Fry, quien regresó al proyecto al 1956, comenzó un estudio sobre el humorismo. Bateson, Weakland y Haley observaron la relación de ciegos con sus perros entrenados como guías. Bateson hizo observaciones sobre los mensajes que intercambian un ventrílocuo y su muñeco. Se hizo una película sobre la comunicación entre niños mongólicos y Haley continuó analizando películas de temas de ficción, mientras Bateson estaba en plena observación de las nutrias.

Weakland y Haley estudiaron los procedimientos hipnóticos del psiquiatra Milton H. Erickson (Estados Unidos, 1901-1980), quien desde Michigan y por razones de salud se había trasladado a Phoenix - Arizona en 1949. Haley dice que en un comienzo la hipnosis no era de su interés, pero finalmente su trabajo con Erickson avanzó regularmente hasta 1960.

Además, todo el grupo comenzó a examinar diversas variedades de psicoterapia. Entre otras actividades, entrevistaron a John Rosen y observaron la aplicación de su "psicoanálisis directo" a pacientes psicóticos.

En 1955, por razones de financiación y a pesar suyo, el proyecto de Bateson se centró sobre la esquizofrenia y Jackson comenzó a desempeñar un papel más importante. Impulsó a los participantes en el proyecto a que hicieran apuntes y grabaciones sobre sus trabajos, los transcribieran, los publicaran y defendieran la prioridad que les correspondía por derecho, de modo que aún con el temor de Bateson de hacer publicaciones antes de tiempo, los demás del grupo prosiguieron sus observaciones sobre los esquizofrénicos y sus terapeutas, y prepararon el artículo "*Toward a Theory of Schizophrenia*", el cual apareció en 1956 en el primer número de *Behavioral Science* donde se bosquejaba el papel de la jerarquía de niveles de abstracción dentro de sus conceptos de comunicación y de aprendizaje, las consecuencias de no respetar esa jerarquía en el desarrollo de la esquizofrenia y las posibilidades de utilizarlo dentro de la terapia.

En 1958 Bateson comenzó a sentirse perplejo ante los primeros principios de la organización familiar que iban surgiendo de sus estudios. Si la comunicación esquizofrénica se aprendía en el seno familiar, parecería que el convertirse en esquizofrénico implicara un aprendizaje "sacrificial" por parte de un hijo encerrado en la tiranía de las buenas intenciones de sus padres. La esquizofrenia manifiesta de un hijo aparecía como una versión patente, casi caricaturesca, del oscurantismo parental y de la pérdida de identidad individual. ("The human side of schizophrenia", citado por Lipset, pg. 247).

Para entonces, a Bateson le interesaba cada vez menos experimentar con familias esquizofrénicas o estudiar los tratamientos adecuados para ellas. Sin embargo, precisamente para esas cuestiones habían proporcionado fondos en 1959 dos instituciones muy importantes en el ramo de la psiquiatría. Una daba su apoyo para que prosiguieran las investigaciones sobre terapia familiar y la otra subsidiaba la investigación sistemática de la comunicación dentro del modelo del "doble vínculo", en familias tanto esquizofrénicas como normales.

En noviembre de 1958, Jackson, con vivos deseos de abarcar un campo nuevo de la terapia familia y con la ayuda de algunos amigos influyentes, fundó el Mental Research Institute (MRI) bajo los auspicios de la Palo Alto Medical Research Foundation.

Jackson quiso darle cabida al proyecto de Bateson en el MRI, pero él rechazó la invitación, en apariencia porque temía que siendo Jackson director del instituto, le impusiera restricciones a su trabajo y a sus intereses. No obstante, Haley y Weakland empezaron a trabajar allí como investigadores.

Las investigaciones emprendidas en ese momento insistían en los estudios sobre la familia, con la realización de entrevistas con familias normales y familias de esquizofrénicos, y de experimentos en los cuales observaban a las familias trabajando juntas en tareas sencillas. Entretanto, Bateson, para desconcierto de muchos, solicitó fondos para estudiar la comunicación entre los pulpos, con el objetivo de investigar la clave de los mensajes analógicos, partiendo del supuesto de que su contenido y su estructura eran diferentes a la sintaxis y al contenido del lenguaje digital y era útil para la clarificación de los patrones interaccionales contrastar la comunicación entre los mamíferos y los invertebrados.

Así, las incursiones de Bateson en la psiquiatría casi se dieron por terminadas precisamente cuando iba en aumento el reconocimiento que se le otorgaba. De hecho, en 1961 Bateson y Jackson recibieron de la Academia Norteamericana de Psicoanálisis el galardón Fromm-Reichmann por su labor en el campo de la

esquizofrenia. Otros hospitales ofrecían oportunidades en el campo de la investigación clínica cuando Bateson se dirigió al director de Altos Estudios de la Universidad de Princeton para que se le concediera una beca por tres años en esa institución. Le escribió: "Hoy por hoy paso demasiado tiempo hablando a personas dedicadas a las ciencias aplicadas, en especial a psiquiatras, cuya orientación científica básica o carece de sentido crítico o es demasiado simplista. Necesito boxear amistosamente con colegas de más peso" (Lipset, pg. 257). Desencantado, comenzó a alejarse de las cuestiones clínicas para entrar de lleno al campo del aprendizaje y de la evolución, en el terreno etológico de los animales que interactúan en libertad. En 1962 el proyecto Bateson se disgregó y él aceptó un cargo en el laboratorio de J.C. Lilly en las Islas Vírgenes, dedicado a estudios sobre la comunicación entre delfines.

Se diría que los resultados tangibles del proyecto de Bateson, desarrollado en Palo Alto entre 1952 y 1962 quedó sintetizado en 63 publicaciones, de las cuales las colaboraciones de Bateson, Haley y Jackson representaron el 90% de la producción total. La mayor parte de los artículos se refirió a la terapia (43%), el 27% a la familia y el 24% al enfoque desde el punto de vista de la teoría de la comunicación. A Bateson le correspondió la mayor parte de los estudios teóricos (80%), a Haley el 44% y a Jackson el 35% (Family Process, 2, 1963). En 1964 Bateson se refirió escuetamente al significado de esas cifras, diciendo que "Hay una diferencia fundamental entre mi posición y la de Lidz, la de Wynne e incluso la de Haley y Jackson. Ellos son clínicos y yo soy un teórico. Ellos constantemente buscan ejemplos de una narración generalizada. Yo busco ejemplos de relaciones formales que sirvan para ilustrar una teoría." (Carta dirigida a E.G. Mishler, citada por Lipset, pag. 261).

Desarrollo y aportes del MRI

El 1° de noviembre de 1960, Paul Watzlawick (Austria, 1921-) comenzó a trabajar en el MRI, por invitación de Jackson. Había llegado a Estados Unidos, de paso para Europa y procedente de Centro América, donde había trabajado como profesor en la Universidad de San Salvador desde 1957, después de haberse formado como analista jungiano en Zurich; antes había terminado estudios de filosofía y lenguas modernas.

En 1962, el National Institute of Mental Health concedió al MRI un subsidio importante para la formación en terapia familiar. Fue el primer subsidio de ese género en Estados Unidos y el MRI llegó así a ser un líder del nuevo movimiento de la psiquiatría, como instituto de investigación y centro de formación. En 1967, el MRI empezó a ofrecer el servicio de psicoterapia, con la fundación del Brief Therapy Center (BTC), bajo la dirección de Richard Fisch, Paul Watzlawick, John Weakland y Arthur Bodin, quienes se proponían utilizar racionalmente las técnicas intuitivas de Jackson y de Milton Erickson.

Richard Fisch (Estados Unidos, 1926-), psiquiatra neoyorquino, se había trasladado a California en 1958 con el ánimo de ejercer su profesión. Conoció a Jackson como paciente, a causa de una depresión y de problemas psicósomáticos; Jackson lo remitió a Haley y posteriormente fue alumno de la formación en terapia familiar que ofrecía el MRI. Bodin terminaba su doctorado en psicología y trabajaba como asistente de Watzlawick en la investigación sobre la entrevista estructurada.

En 1968, Don Jackson desapareció trágicamente. Por la misma época, Virginia Satir se convirtió en la primera directora del Instituto Esalen y Jay Haley abandonó el MRI para unirse a Salvador Minuchin en la Child Guidance Clinic de la Universidad de Pennsylvania en Filadelfia, donde permaneció hasta 1975, cuando con Cloé Madanés fundó en Washington su propio instituto.

Watzlawick integró progresivamente las lecciones recibidas de Bateson, Jackson y Erickson, quienes fueron, como él dice, los tres gigantes sobre cuyos hombros inició su trabajo. Como lo presenta Y. Winkin (1981), la obra publicada de Watzlawick comenzó en 1962 con un análisis del libro de Ronald Laing, *Self and Others* y un estudio en el que comparó las diferentes utilizaciones de la hipótesis del doble vínculo (1963), aparecidos ambos en los números 1 y 2 de la revista *Family Process*, fundada por Jackson, Ackerman y Haley.

Gracias a su formación filosófica, Watzlawick comprendió en profundidad la lógica deductiva en la que se basaba el sistema de Bateson, siendo así uno de los pocos investigadores que subrayó la importancia de la teoría de los tipos lógicos en la hipótesis del doble vínculo. A continuación preparó un breve manual pedagógico, titulado *An Anthology of Human Communication Text and Tape*, donde reprodujo extractos de entrevistas psicoterapéuticas realizadas en el MRI, formuló ciertos conceptos basados en ideas de Bateson y mostró cómo se aplicaron a los ejemplos grabados. Esto le sirvió como antecedente a la publicación de *Pragmatics of Human Communication. A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*, en 1967, escrito en colaboración con Jackson y Janet Beavin. Allí sistematizan en forma de axiomas las grandes ideas batesonianas sobre la comunicación y plantean un marco de referencia que esclarece los conceptos previos de homeostasis familiar, doble vínculo, prescripción del síntoma, etc.

Simultáneamente, Watzlawick prosiguió investigaciones para hacer más eficaz la consulta en terapia familiar. En un primer momento, trató de sistematizar la entrevista organizándola alrededor de tareas bien definidas; pedía a los padres que se pusieran de acuerdo entre ellos sobre la significación del proverbio «Piedra movediza nunca moho cobija», para que luego lo explicaran a sus hijos. Pretendía ver aparecer así ciertas estructuras de relaciones entre miembros de la familia: alianzas, rechazos, controles, etc., pero como el procedimiento se reveló demasiado largo y poco fiable, Watzlawick decidió abandonar este marco semiexperimental y emprender el análisis de las técnicas terapéuticas “intuitivas” utilizadas por D. Jackson y M. Erickson, quienes con frecuencia tenían dificultades para explicar por qué y cómo habían tomado determinada dirección dentro del proceso terapéutico, con el fin de que otros terapeutas pudieran aprenderlas y aplicarlas.

Utilizando el marco teórico planteado en *Pragmatics of Human Communication*, Watzlawick, Weakland y Fisch propusieron en 1974 en *Change: Principles of Problem Formation and Problem Resolution* un análisis de los tipos de cambio y del modo de funcionamiento de la paradoja en psicoterapia. La introducción del reencuadre como técnica terapéutica activaba el debate filosófico de la “realidad de la realidad”, problema que Watzlawick analizó en su libro *How Real is Real? Communication, Disinformation, Confusion*, publicado en 1976; allí hace comprender muy claramente la diferencia entre una “realidad de primer orden”, referente a las propiedades físicas de los objetos, y una “realidad de segundo orden”, que remite a la significación de los objetos. Esta segunda realidad sería el objeto de múltiples nuevos encuadres y por lo tanto la materia prima del proceso terapéutico.

En *The Language of Change* (1977), Watzlawick vuelve a la explicitación del lenguaje terapéutico. Mientras que el terapeuta clásico traduce el lenguaje del paciente a su propio lenguaje para remontarse a las “fuentes”, en el modelo del MRI el terapeuta utiliza el lenguaje del paciente para modificar su situación presente. Escucha y observa, pero no calla sino dirige. Su objetivo es el de inducir el cambio en el individuo, no hacerle tomar conciencia de los orígenes profundos de sus problemas. Interviene en el presente, no en el pasado, y se interroga sobre la forma en que el paciente se ha encerrado en un juego interaccional sin salida, tratando de solucionar por sí mismo el que cree que es su problema. Estos planteamientos son aún más detallados en *The tactics of change* (1982) de Fish, Weakland y Segal.

No obstante, Watzlawick subraya que hablar de la escuela de Palo Alto es un hecho ficticio, pues el proyecto Bateson fue una cosa y el trabajo del MRI otra muy independiente, aunque siempre estuvieron en colaboración (Entrevista conducida por Gilbert Pregno, Suiza, 1995).

Otras aproximaciones de la terapia sistémica

Se hace breve referencia a otros modelos de terapia sistémica que han tenido incidencia en el desarrollo del modelo de terapia breve, como son la terapia estructural de Minuchin y las propuestas del grupo de Milán.

El modelo estructural de Minuchin

Salvador Minuchin (San Salvador - Argentina, 1921-), terminó medicina en 1946 en Buenos Aires, hizo residencia en pediatría con una subespecialización en psicología médica y en 1948 zarpó para Israel, donde se desempeñó como médico del ejército hasta 1950. De allí se fue para Nueva York a estudiar psiquiatría en el Bellevue Hospital, donde tuvo como profesora a Lauretta Bender y recibió entrenamiento psicoanalítico. Entre 1954 y 1958 continuó su entrenamiento en el instituto de psicoanálisis donde laboraba Harry S. Sullivan, pues se sentía atraído por sus ideas sobre la terapia interpersonal y por los escritos de los psicoanalistas culturalistas.

En esa época empezó a trabajar con los jóvenes delincuentes del distrito de Wilwyck, viéndolos con sus familias, después de haber conocido el artículo de Jackson sobre la homeóstasis familiar (1957).

En 1965 se trasladó a Filadelfia, donde había sido contratado como director de la Philadelphia Child Guidance Clinic, director de psiquiatría del Children's Hospital of Philadelphia y profesor de psiquiatría infantil de la Escuela de Medicina de la Universidad de Pensilvania. Su práctica como terapeuta familiar se fue expandiendo, dentro de una visión "ecológica", que no sólo se enfocaba sobre la familia sino también sobre su contexto social.

El National Institute for Mental Health le concedió financiación para entrenar como terapeutas familiares a personas sin credenciales académicas, dado que no había en ese momento terapeutas profesionales formados para atender las necesidades en salud mental en la comunidad de South Philadelphia, en su mayoría conformada por minorías de negros de escasos recursos. Dentro del staff estaban Braulio Montalvo, Jay Haley y Richard Auerwald. Con éste último, Minuchin viajó a Palo Alto a observar las sesiones que realizaban Bateson y Satir, así como había ido a observar a otros pioneros del trabajo con familias, sobre todo de esquizofrénicos, en otras ciudades norteamericanas.

Concluyó que la diversidad de escuelas terapéuticas que estaban apareciendo en ese momento se relacionaba tanto con las teorías que tomaban de base como con las poblaciones atendidas, de modo que decidió avanzar en el desarrollo de su propio trabajo con las familias marginadas, sobre las cuales había hasta entonces muy poca experiencia.

Minuchin (1993) reconoce la influencia de Bateson y de Nathan Ackerman, aunque también dice: "nuestro grupo, como muchos otros de la época, trabajó por ensayo y error en el intento de aplicar las ideas sistémicas a la práctica". Veían y estudiaban a las familias completas y en subsistemas; observaban cada sesión, analizaban los efectos de su intervención sobre las familias y sobre sí mismos e intentaban nuevas

aproximaciones. Es decir, un prelude del posterior trabajo en equipo terapéutico sistematizado después por el grupo de Milán.

El grupo de Milán

Desde sus comienzos, el equipo de Milán ha pasado por varias etapas de transformación. Al inicio estaba conformado por Mara Selvini Palazzoli, Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin y Guiliana Prata, pero entre 1979 y 1980, el grupo se disgregó; Boscolo y Cecchin se dedicaron más a la enseñanza y el entrenamiento, mientras que Palazzoli y Prata continuaron con su interés en la investigación y fundaron el New Center for Family Studies.

El equipo original ideó el formato de entrevista distintivo de la terapia de Milán, formalizó la creación del equipo terapéutico y lo convirtió en una parte integral de la terapia, como grupo de colegas observadores detrás del espejo unidireccional. También modificaron el lenguaje de la intervención terapéutica, reemplazando las directrices y los supuestos por el examen y el cuestionamiento circular y establecieron la circularidad y la neutralidad como pautas para la formulación de hipótesis. Así mismo desarrollaron el modelo del juego psicótico y la prescripción invariable como alternativa de intervención breve en casos de anorexia y de psicosis infantiles y de adolescentes. Hoy en día, Mateo Selvini aplica y desarrolla con sus colegas los planteamientos del modelo diferentes contextos de la salud pública en Italia, relevantes en este trabajo por cuanto aportan metodologías aplicables en el terreno de la hospitalización y manejo ambulatorio de pacientes psiquiátricos y de otros trastornos de creciente actualidad como la violencia intrafamiliar y la ayuda terapéutica bajo coerción judicial.

La primacía de la epistemología sobre la praxis que caracterizó los escritos de Bateson fue retomada por el equipo de Milán. Dice Minuchin (1998) que en su práctica, la intervención del terapeuta que sigue los lineamientos del grupo de Milán, está más en relación con su manera de pensar, que con las características o necesidades de la familia y que, paradójicamente, con todo el énfasis puesto en la manera de preguntar del terapeuta, de comunicar prescripciones, de ser neutral, curioso o hipotetizador, el clínico como ser humano completo parece extrañamente vacío. Pareciera como si la creación de un equipo hubiese difuminado los límites del terapeuta individual, cuya identidad llega a ser confusa.

No obstante en entrevista concedida por Mara Selvini a la Revista española Mosaico (1998), ella hace varias afirmaciones que aclaran su postura. Dice que desde sus comienzos como terapeuta, aún durante sus 17 años como psicoanalista, sintió, tal vez no conscientemente, que no podía trabajar si no tomaba en cuenta las emociones y los sentimientos, teniendo además en cuenta que el terapeuta influye directamente con su presencia en la interacción con la familia, puesto que él lleva consigo, no sólo a sí mismo, sino toda su historia.

Piensa que el aporte de la teoría de sistemas a las ciencias humanas ha sido a la comprensión del juego interaccional en las relaciones familiares, pero es necesario introducir la historia, el proceso evolutivo, las diadas, el individuo, etc., pues es un riesgo pretender trasladar automáticamente a la terapia, las teorías sistémicas provenientes de la física, las matemáticas o la biología, como han pretendido hacerlo Maturana y Varela.

Por eso remarca la diferencia entre un modelo ecléctico y un modelo complejo. El modelo ecléctico sería una mezcla inconexa de conceptos, en cambio un modelo complejo toma dos elementos heterogéneos y los hace dialogar y concordar trascendiendo a la epistemología de corte causal lineal e incluyendo al individuo dentro de sus consideraciones.

El modelo centrado en la solución

Este modelo desarrollado por Steve de Shazer nació dentro del enfoque del MRI. Pero mientras que el grupo MRI presta atención a las soluciones poco exitosas intentadas por el cliente, De Shazer se centra lo en lo que el consultante está haciendo o ha hecho en el pasado y que, sin saberlo, ha resultado exitoso para aliviar el problema actual. Así, los terapeutas centrados en la solución no están demasiado interesados en los problemas, sino más bien en los momentos excepcionales en los cuales los consultantes se encuentran a sí mismos más capaces de manejar los problemas. La tarea de una terapia centrada en la solución es entonces ayudar a los consultantes a ampliar su repertorio de soluciones efectivas, de las cuales ya están en posesión.

De Shazer ha propuesto dos técnicas esenciales: “la pregunta de la excepción”, diseñada para lograr que los consultantes busquen episodios en el pasado o en el presente durante los cuales no se encontraban afectados por sus problemas, y “la pregunta del milagro”: “Suponga que una noche, mientras usted duerme, sucede un milagro y su problema se resuelve. Al día siguiente, cómo podría decir que su problema se ha ido? Qué estaría haciendo diferente?”.