



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE: JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES Y
POLÍTICAS
CARRERA: ORIENTACIÓN Y CONSULTORÍA FAMILIAR**

TÍTULO:

**Análisis Comparativo entre las Tendencias Teóricas,
Sistémica y Cognitiva, utilizadas en Intervención de Parejas**

AUTOR (A):

Forero Madero, Mónica Isabel

ORIENTACIÓN Y CONSULTORÍA FAMILIAR

TUTORA:

Quevedo Terán, Ana

**Guayaquil, Ecuador
2014**



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**CARRERA DE TRABAJO SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO
CARRERA DE ORIENTACIÓN Y CONSULTORÍA FAMILIAR**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE LICENCIADO/A EN ORIENTACIÓN Y CONSULTORÍA
FAMILIAR**

En la ciudad de Guayaquil, a los dieciséis días del mes de mayo de dos mil catorce, en la Sala de Audiencias Vicente Rocafuerte de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, a las 11h00, se presenta la graduanda **MÓNICA ISABEL FORERO MADERO**, con el fin de sustentar el Trabajo de Titulación denominado: "Análisis Comparativo entre las Tendencias Teóricas, Sistemática y Cognitiva, utilizadas en Intervención de Parejas", requisito previo a la obtención del título de Licenciada en Orientación y Consultoría Familiar.

El Tribunal presente está integrado por:

- Lcda. Sandra Mendoza Vera, Directora de la Carrera de Trabajo Social y Desarrollo Humano.
- Mg. Cecilia Condo, Docente de la Carrera de Trabajo Social
- Mg. Lida Espinoza, Docente de la Carrera de Trabajo Social
- Mg. Ana Quevedo Terán, Tutora

Una vez finalizada la sustentación del tema, el Tribunal procede a la calificación de **NUEVE PUNTO TREINTA Y TRES**, declarándola ***apta para su investidura correspondiente a Licenciada en Orientación y Consultoría Familiar.***

Para constancia de lo actuado, suscriben la presente acta, los miembros del Tribunal y el/la graduando/a.

Sandra Mendoza Vera, Lcda.
Directora de Carrera

Cecilia Condo Tamayo, Mg.
Docente Proyectos IDIS

Ana Quevedo Terán, Mg.
Docente de Trabajo Social

Lida Espinoza, Mg.
Docente de Trabajo Social

Mónica Isabel Forero Madero
Graduanda



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
CARRERA: ORIENTACIÓN Y CONSULTORÍA FAMILIAR

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Mónica Isabel Forero Madero**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación **Análisis comparativo entre las Tendencias Teóricas, Sistémica y Cognitiva, utilizadas en Intervención de Parejas** previa a la obtención del Título **de Licenciatura en Orientación y Consultoría Familiar**, ha sido desarrollado en base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance científico del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 5 días del mes de mayo del año 2014

EL AUTOR (A)

Mónica Isabel, Forero Madero



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
CARRERA: ORIENTACIÓN Y CONSULTORÍA FAMILIAR

AUTORIZACIÓN

Yo, **Mónica Isabel Forero Madero**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, la **publicación** en la biblioteca de la Institución del Trabajo de Titulación: **Análisis comparativo entre las Tendencias Teóricas, Sistémica y Cognitiva, utilizadas en Intervención de Parejas**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 5 días del mes de mayo del año 2014

EL (LA) AUTOR (A):

Mónica Isabel, Forero Madero

AGRADECIMIENTO

Al Padre Celestial, por su infinita gracia me dio la oportunidad de seguir adelante y culminar con éxito mi carrera profesional.

A la Universidad Católica, Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y Políticas, que me abrió sus puertas del saber.

A la Lic. Sandra Jamina Mendoza, Directora de la Carrera, por su valioso trabajo que contribuyó al cumplimiento de mis estudios universitarios.

A mis maestros que me orientaron con sus conocimientos para desarrollar mis capacidades.

En especial agradezco a mi tutora, Mg. Ana Quevedo Terán, por guiarme en la realización de la presente tesis, por su paciencia y esmero, lo cual me permitió cumplir con los objetivos propuestos.

A todas las personas que contribuyeron a la realización de mi sueño de graduarme y convertirme en una profesional.

Mónica Forero

DEDICATORIA

Al Padre Celestial, mi mayor fortaleza espiritual, por acompañarme siempre y levantarme para seguir luchando aunque se difícil el camino.

A mi esposo Olmedo, por darme su amor y apoyo a lo largo del proceso.

A mis padres por su paciencia, y motivación constante para que persevere y alcance la meta propuesta.

A mi hermana Paola por estar pendiente de mi desempeño en la realización de todos mis estudios.

Mónica Forero



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**
FACULTAD DE: JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES Y
POLÍTICAS
CARRERA: ORIENTACIÓN Y CONSULTORÍA FAMILIAR

CALIFICACIÓN

Mg. Ana Quevedo Terán
PROFESOR GUÍA Ó TUTORA

ÍNDICE GENERAL

CARÁTULA.....	i
ACTA DE SUSTENTACIÓN	ii
DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD	iii
AUTORIZACIÓN.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA	vi
CALIFICACIÓN.....	vii
ÍNDICE GENERAL.....	viii
RESUMEN	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.1 Tema	3
1.2 Razones que motivaron el estudio.....	3
1.3 Justificación del tema	4
1.4 Planteamiento del tema o problema de la investigación.....	9
1.5 Antecedentes.....	14
1.6 Contextualización en tiempo y espacio, establecimiento de los marcos en los que el trabajo se desarrollará.....	16
1.7 Objetivos.....	18
1.7.1 Objetivo General.....	18
1.7.2 Objetivos Específicos	18
1.8 Preguntas de investigación.....	18
1.9 Enfoques metodológicos, razones para su elección.....	19

CAPÍTULO II	20
MARCO TEÓRICO	20
2.1 TEORÍA SISTÉMICA	20
2.1.1 Concepciones sobre la teoría sistémica	20
2.1.2 Principios de la teoría sistémica	22
2.1.3 Concepciones de la familia desde la teoría sistémica	24
2.2. TEORÍA COGNITIVA.....	27
2.2.1 Concepciones sobre la Teoría Cognitiva	27
2.2.2 Principios de la Teoría Cognitiva	31
2.2.3 Concepciones de la familia desde la Teoría Cognitiva	32
2.3. FAMILIA Y PAREJA	36
2.3.1 Definiciones de Familia.....	36
2.3.2 Estadios, ciclo vital de la familia	38
2.3.3 Vínculo Familiar	40
2.3.4 La pareja subsistema conyugal	41
2.4. LA COMUNICACIÓN EN LA PAREJA.....	42
2.4.1 Comunicación	42
2.4.2 Axiomas de la comunicación	44
2.4.3 Comunicación en las parejas.....	46
CAPÍTULO III	50
METODOLOGÍA	50
3.2 Modalidad de investigación	51
3.3 Tipo de investigación	51
3.4 La Población y Muestra	52
3.5 Métodos.....	54
3.6 Técnicas utilizadas	55
3.6.1 Documental - Investigativa	55

3.6.2 Lectura Analítica	55
3.6.3 Comparativa	55
3.7 Matriz de variables.....	56
3.8 Recopilación de la información.....	57
CAPÍTULO IV.....	58
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	58
4.1 Semejanzas y diferencias entre la teoría sistémica y la teoría cognitiva desde los aportes de Juan Luis Linares y Christine Padesky.....	58
4.1.1 Semejanzas entre la teoría sistémica y la teoría cognitiva desde los aportes de Juan Luis Linares y Christine Padesky	58
4.1.2 Diferencias entre la teoría sistémica y la teoría cognitiva desde los aportes de Juan Luis Linares y Christine Padesky	72
4.2 Procedimientos y Técnicas utilizadas en la intervención de parejas, por los autores estudiados.....	77
4.2.1 Procedimientos utilizados en la intervención de parejas, por los autores estudiados	77
4.2.1.1 Procedimientos sistémicos utilizados en la intervención de parejas	77
4.2.1.2 Procedimientos cognitivos utilizados en la intervención de parejas	79
4.2.2 Técnicas utilizadas en la intervención de parejas por los autores estudiados	82
4.2.2.1 Técnicas sistémicas utilizadas en la intervención de parejas	82
4.2.2.2 Técnicas cognitivas utilizadas en la Intervención de parejas.....	87
4.3 Metodologías para la intervención de la comunicación en parejas desde los abordajes de Juan Luis Linares y Christine Padesky	91
4.4 Rol del Orientador Familiar en la Intervención de Pareja	101
CONCLUSIONES	116
BIBLIOGRAFÍA.....	120
GLOSARIO	132

ANEXOS

ANEXO # 1	134
PRESCRIPCIÓN DE RITUALES	135
ANEXO # 2	136
CUESTIONAMIENTO CIRCULAR.....	136
ANEXO # 3	137
ACOMODACIÓN	137
ANEXO # 4	138
GENOGRAMA	138
ANEXO # 5	139
RESPIRACIÓN CONTROLADA	139
ANEXO # 6	140
IMAGINACIÓN.....	140
ANEXO # 7	141
ESTRUCTURACIÓN NEGATIVA	141
ANEXO # 8	142
DESCUBRIR EL SISTEMA DE CREENCIAS BÁSICAS	142

RESUMEN

El propósito del presente Trabajo de Titulación es realizar análisis comparativo de las tendencias teórica sistémica y teórica cognitiva en la intervención de pareja, para establecer diferencias, que sirven de aporte a los profesionales en el ejercicio de la orientación familiar; para ello se presentó información detallada de procedimientos y técnicas de ambas teorías, se identificaron metodologías adecuadas para intervención de la comunicación en parejas, finalmente se indicó el rol del Orientador en la Intervención de pareja; los métodos utilizados fueron: fenomenológico, concordancia, analítico y sintético, con las técnicas documental-investigativa, lectura analítica y comparativa; en un diseño cualitativo desde lo narrativo a una muestra de un autor sistémico, Juan Luis Linares y una autora cognitiva: Christine A. Padesky. Los procedimientos son el planteamiento del problema, marco teórico, metodología, análisis de resultados y conclusiones. Los resultados arrojaron que los problemas de pareja son solucionables y ante dificultades en la relación, es aconsejable recurrir a profesionales como el Orientador Familiar quien servirá de apoyo con técnicas y procedimientos adecuados. Se concluye que el modelo cognitivo utilizado en las intervenciones de pareja, enfoca cogniciones y conductas individuales, mientras que el modelo sistémico observa el funcionamiento de los grupos familiares, sociales en lo interrelacional.

Palabras Claves:

Orientador Familiar, Intervención, Sistémica, Cognitiva, Pareja

ABSTRACT

The main aim of this dissertation is to carry out a comparative analysis of systemic theory and cognitive theory trends for counseling to couple. This work has been made in order to establish a comparative conclusion between these two theories, which would contribute to the professional counselors in the execution of Family Orientation. For attaining that purpose it has been presented detailed information of proceedings and techniques of both theories, it has been identified appropriate methodology for the couple's communication, and finally it has been identified the role of the counselor in this field; the methods used were: phenomenology, concordance, analytic and synthetic methods, with documentary and investigative techniques, analytic and comparative readings, in a quality design from a narrative of a systemic author, as Juan Luis Linares, and also a cognitive author, as Christine A. Padesky. The dissertation has been organized as follows: problem statement, theoretical framework, methodology, result analysis and conclusions. Through the results the following conclusion was obtained: the cognitive model used in the counseling to couples, focused in cognition and individual behaviors, however, the systemic model refers to the motion of the members of a family and a society in the approach of the interrelational.

Key Words:

Family Orientation, Counseling, Systemic, Cognitive, Couple

INTRODUCCIÓN

Hoy en día la sociedad ecuatoriana al igual que la colectividad de todo el mundo, se encuentra ante el desafío de los cambios que afectan directamente a los grupos sociales; sumando a ello la dura realidad de que las familias y parejas han de afrontar problemas de desigualdad, corrupción, pobreza, discriminación, desempleo, migraciones, homicidios, enfermedades físicas y mentales, discapacidades entre otros; de ahí surgen situaciones conflictivas que en lo individual distorsionan los pensamientos, alteran las emociones y liberan el actuar inhumano que afecta al otro sin poder dimensionar la crueldad de los actos y ocasionando rupturas en las relaciones sin importar el dolor del resentimiento y la angustia de sí mismo y de los demás. De no buscar permanentemente soluciones a las consecuencias devastadoras de estos males destructores de la humanidad, sufrirían indeciblemente las poblaciones de generación en generación.

Los fenómenos sociales expresados en líneas anteriores, han sido motivo de múltiples investigaciones, las mismas que pretenden entregar aportes científicos, éticos y humanos para la resolución de los problemas a los que se ven enfrentadas las familias y las parejas en el contexto en que se desenvuelven. El presente estudio pretende en primer lugar, dar una respuesta a estos cambios del mundo contemporáneo y en segundo lugar, responder a las exigencias académicas que demanda la Universidad a los estudiantes de presentar trabajos con profundidad metodológica y aportes científicos, humanos y éticos para fortalecer la integración y unidad de familias y parejas que presentan disfuncionalidades.

El Análisis Comparativo entre las Tendencias Teórica Sistémica y Teórica Cognitiva utilizadas en la Intervención de Pareja tiene como propósito analizar ambas teorías para establecer las diferencias, a fin de que sirvan de aporte a los profesionales que se involucren con uno o con ambos enfoques terapéuticos en el ejercicio de la orientación familiar.

El Trabajo de Titulación se encuentra dividido en cuatro capítulos que son:

El capítulo I, describe el planteamiento del problema, las razones que motivaron el estudio, la justificación del tema, señala la situación problemática, el objetivo de estudio, sus características, entorno en que se insertan, los antecedentes, elabora la contextualización en tiempo y espacio, establecimiento de los marcos en los que se desarrolla el trabajo; lo que se desea lograr, esto es, los objetivos general y específicos, plantea preguntas de investigación y finalmente realiza enfoques metodológicos que se emplearán y su razones para su elección.

El capítulo II, Marco Teórico donde se exponen los conceptos medulares relacionados a los principios y procedimientos de las teorías: sistémica y cognitiva aplicado a Intervención de parejas.

En el capítulo III, Metodología, se detalla el enfoque metodológico elegido, tipo de investigación y su diseño; es un trabajo eminentemente bibliográfico y documental.

El capítulo IV presenta el Análisis e interpretación de Resultados, analiza comparativamente ambas teorías y los aportes de autores Juan Luis Linares y Christine Padesky.

La novedad de esta investigación radica en la aplicación de varios modelos en la intervención de parejas; los terapeutas han de utilizarlos según sea el caso, como por ejemplo: los beneficios de la teoría sistémica y cognitiva son mostrados por el saber inteligente del Orientador Familiar, quien investiga el cómo, cuándo, y dónde ha de aprovechar los conocimientos teóricos sistémicos y cognitivos para intervenir en la resolución de problemas de pareja.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Tema

Análisis Comparativo entre las Tendencias Teóricas, Sistémica y Cognitiva, utilizadas en Intervención de parejas.

1.2 Razones que motivaron el estudio

La motivación inicial del estudio en mención es realizar el trabajo, previo a la obtención del título de licenciada en Orientación y Consultoría Familiar. Hoy en día se ha ampliado el concepto de pareja y los retos para mantener la estabilidad que generen satisfacción y bienestar son cada vez más numerosos y complicados, lo cual trae consecuencias (positivas o negativas) a la sociedad, es por ello que la autora considera importante observar detenidamente y comparar las tendencias sistémica y cognitiva para aportar con un estudio analítico comparativo al mejoramiento de esta relación diádica a través de la Intervención.

Desde la teoría sistémica se plantea que la pareja es: “Un sistema con mecanismos reguladores propios, con patrones de interacción repetitivos, con comportamientos que dependen uno de otro en forma circular y que como todo sistema tiende hacia la homeostasis” (Jara, 2005, pág. 44)

Este concepto relevante describe el significado de pareja, constituido por mecanismos reguladores, término que cataloga el mantenimiento estructural y funcional; los patrones de interacción repetitivos, que ayudan a definir la naturaleza de las relaciones; son procesos que deben ser tomados en cuenta en el momento de realizar una intervención terapéutica.

Es primordial el papel de la familia en la formación de los niños, como lo expresa Robert Roche (2006): “La buena autoestima de cada uno de los miembros es fundamental para construir una pareja sana” (pág. 24); que podrá asumir una paternidad que trabaje por la armonía para que sus hijos crezcan en un ambiente fortalecido, lo que permitirá que la familia sea más unida, gocen de seguridad y afecto, transmitido por sus padres, y así se establecerán vínculos para las buenas relaciones y fortalecimiento de los lazos de pareja, que en muchas ocasiones depende de la participación activa de Intervenciones que prevengan situaciones difíciles o que busquen solucionar problemas.

Por otro lado, la selección de este análisis comparativo entre estas dos tendencias, la sistémica y la cognitiva, se debe a la observación de la complejidad de los problemas que aborda el Asesor Familiar, lo que incide en la utilización con varios modelos. Miguel Garrido (1995) opina: “Es un imposible atender a una pareja con las lentes de un modelo único”, (pág. 307), por ello, cuando se trata de intervención de pareja, según sea el caso, ha de utilizarse el enfoque sistémico o cognitivo; más allá de decir cuál de estos es mejor, se busca identificar puntos fuertes y positivos en ambas, a fin de exponer cómo las dos tendencias se asemejan o difieren, para utilizar la forma más adecuada de mejorar la relación de parejas.

1.3 Justificación del tema

El valor del tema de tesis desde lo científico-académico, radica en que esta investigación teórica analiza dos tendencias utilizadas para la preparación de profesionales que brinda o brindarán Intervención a parejas; y ya sea que su formación profesional se haya basada en el enfoque sistémico, en el enfoque cognitivo o en cualquier otro enfoque teórico pertinente, dichos profesionales podrán encontrar útil ciertas técnicas y procedimientos que indiferentemente pertenecen o bien a la teoría sistémica o a la teoría

cognitiva, al momento de ayudar a sus pacientes o clientes en la Intervención.

De acuerdo a lo que plantea la Dra. Christine Padesky, desde el año 1980 ha habido un gran crecimiento en cuanto a la Intervención con el enfoque basado en la teoría cognitiva de la cual se dice, a breves rasgos, que destaca la relevancia de los pensamientos de cada persona, miembro de la pareja, ya que sostiene que dichos pensamientos o creencias producen cambios en los afectos (el sentir de la persona) y las conductas y por ende la enseñanza y el aprendizaje, que modifican dichas creencias o formas de pensar, pueden ser bastante influyentes en el nivel y la calidad de comunicación entre los miembros de la pareja. (Dattilio & Padesky, 2000).

Si no se aprende a trabajar el afrontamiento de los pensamientos distorsionados, las creencias negativas, estas van a formar estados de ánimo inadecuados expresados en comportamientos que afectan su perspectiva de la realidad y por ende producir daños en las relaciones de pareja. (Dattilio & Padesky, 2000)

Según lo indicado en la obra de Campo & Linares (2002): “Problemas y dificultades existen inevitablemente, sin que pueda cifrarse la bondad de las parejas en una idílica de universal armonía” (pág. 7). El desafío es grande, ya que los problemas de la pareja evolucionan; si no se abordan antes de que se compliquen, pueden atascarse y acabar minando y arruinando uno de los espacios más trascendentales para la estabilidad y el equilibrio emocional de los adultos y, en última instancia de los niños que de ellos dependen. (Campo & Linares, 2002)

Los problemas encuentran solución siempre y cuando se los trate a tiempo, no dejar que se complique, sino saber abordar estas diferencias, enfrentarlos, reconocer las equivocaciones de cada miembro de la pareja, dialogar; muchas veces este proceso debe realizarse con ayuda de un

tercero; es decir, un terapeuta que les pueda ayudar; primero a identificar el problema, sus causas y luego el conocimiento de técnicas y estrategias para actuar sobre ellos, salvando la relación conyugal y familiar.

El Dr. Juan Luis Linares (2005), indica que en teoría sistémica, el terapeuta “armado de modestia ecológica y de orgullo psicoterapéutico, sistémico, evitará embestir contra la identidad individual de sus pacientes, soslayando cambios en la estructura de la personalidad, para implicarse en el trabajo de las organizaciones y las mitologías familiares, así como en las narrativas individuales”. (pág. 17)

Según Juan Luis Linares, los principios sistémicos preparan al terapeuta con técnicas y procedimientos que no permiten arremeter contra el sí mismo de quienes lo consultan; más bien producen cambios estructurales en la organización familiar y en lo que él denomina narrativas individuales.

En la Intervención familiar se produce la orientación sistémica, cuando se destaca la importancia en la familia de origen combinados con elementos teóricos y técnicos tomados de la teoría general de sistemas, con el psicoanálisis, gestáltico, racional-emotivo y la teoría de los grupos; mediante el enfoque bio-psico-social, se abordan los problemas humanos, en el contexto de las relaciones familiares y sociales en el intercambio entre sistemas (Quintero, 2003).

Para la intervención familiar la Orientadora necesita conocer los aportes psicológicos científicos de especialistas en Asesoría y Consultoría; además de teorías como la sistémica y la cognitiva tratadas en la presente investigación.

Juan Luis Linares expone que la intervención del profesional dependerá del estilo que desarrolle; tanto la teoría sistémica como la intervención dirigida a las familias son componentes necesarios en la formación del profesional;

además pesa mucho su capacidad relacional que conforma su propio estilo. (Ceberio & Linares, 2005)

Por tanto existen a priori ciertas diferencias fundamentales entre ambas tendencias teóricas al utilizarlas en terapia de parejas, sin embargo, podrían existir algunas o varias técnicas y procedimientos complementarios que se exponen en cada uno de estos enfoques, el sistémico y el cognitivo, lo cual aporta valor científico a este tema de investigación. Por otra parte el nivel académico-científico de esta investigación teórica, proporcionará un recurso importante para poder considerar y evaluar, a criterio del lector (profesionales, terapeutas, investigadores), qué tipo de enfoque debe ser más conveniente en determinados casos al utilizarlo particularmente en la terapia de pareja, cuya necesidad desde el punto de vista social se hace evidente a continuación.

La importancia social de este tema, centrándose en el Estado ecuatoriano, radica en que las autoridades del Estado, se encuentran actualmente realizando esfuerzos acorde a los principios enmarcados dentro de la Constitución de la República como lo son las siguientes declaraciones de dicha Carta Magna:

De acuerdo a lo interpretado en el Art. 44, para el desarrollo integral, o sea el desarrollo del potencial de los niños y adolescentes, el Estado debe asistir a la comunidad, dotándola de personal docente calificado, amplia información; métodos y técnicas, recursos didácticos adecuados a las asignaturas; programas educacionales que tengan dentro de sus propósitos en el aprendizaje, de acuerdo a la necesidad de la comunidad y en beneficio de los niños y niñas que luego serán los hombres y mujeres del futuro (Constitución, 2008).

Porque, por lo expresado en el Art. 45, los niños y adolescentes tienen derechos humanos y propios de su edad; a su integridad física y psicológica,

a su identidad, a un nombre y a un puesto en la sociedad; a la salud, a estar nutrido; poder educarse, ser parte de la cultura, practicar el deporte y la recreación; a estar seguros; tener una familia y gozar de la convivencia familiar y comunitaria. (Constitución, 2008).

Art. 67 El Estado garantiza su protección a los diferentes tipos de familia, y crea condiciones para favorecer su integridad y el cumplimiento de sus fines en la sociedad porque es su núcleo. (Constitución, 2008)

Tales prioridades de la nación se encuentran también reflejados por ejemplo en los principios de universalidad, integralidad y corresponsabilidad que expresa la Política Social del Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) en los cuales señala, la provisión directa a las personas que están en situación de desventaja situacional, exclusión, discriminación o violencia (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2012), la protección y promoción desde la familia y la comunidad (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2012) y la responsabilidad compartida entre los individuos, las familias y el Estado en el cuidado familiar (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2012)

En resumen, el tema de investigación seleccionado busca aclarar conceptos, procedimientos en el hacer sistémico y cognitivo buscando la fundamentación científica y académica, y colaborar a la sociedad desde lo teórico para ayudar a reflexionar sobre las situaciones de pareja, teniendo en cuenta que algunos son también padres de familia (que generalmente son de quienes dependen los niños del Ecuador) y otros son potenciales padres en el futuro. Por lo que el tema pretende llegar a ser un recurso importante basado en metodologías efectivas para la terapia de parejas, a fin de lograr una sociedad más fortalecida.

1.4 Planteamiento del tema o problema de la investigación

El análisis comparativo entre las Tendencias Teórica Sistémica y Teórica cognitiva utilizadas en la intervención de pareja de la presente propuesta de trabajo, no pretende dictaminar cuál tendencia es mejor, busca resolver la inquietud personal de cuál tendencia utilizar en la intervención de pareja acorde a cada caso y en qué momento.

Algunos profesionales son radicales en el uso de las diferentes teorías: sistémica y cognitiva, sin embargo, lo importante es el resultado de la intervención de pareja, por lo tanto, es necesario investigar qué técnicas sistémicas y/o cognitivas son las más adecuadas.

El tema abordado en esta investigación documental, reúne importante material científico con información proveniente de autores reconocidos cuyas ideas han sido plasmadas en libros, revistas, informes, páginas web; con las cuales se pretende extraer una producción que recopile datos suficientes para un saber instrumental en intervención de pareja, mediante un minucioso estudio de dos enfoques teóricos, analizados y profundizados a lo largo del trabajo.

El método comparativo utilizado, se lo hará entre la teoría sistémica y cognitiva, fundamentados en los autores o pensadores de dichas teorías; los conceptos obtenidos se los reforzará con otros teóricos de aprendizaje y de la salud mental, ejecutando continuamente una labor de análisis, síntesis, reflexión y crítica de los documentos adquiridos. (Moreno, 1987)

Para realizar el estudio de las tendencias teóricas (sistémica y cognitiva) en la intervención de pareja se van a investigar libros de un autor de la teoría sistémica: el Dr. Juan Luis Linares, y un autor de la teoría cognitiva: Dra. Christine A. Padesky.

Los dos autores fueron escogidos por ser terapeutas modernos que presentan de manera científica el trabajo con parejas y aplican la intervención de un modo eficiente, didáctico y en un ambiente de confianza.

El autor sistémico Juan Luis Linares se caracteriza por realizar sus intervenciones de forma interactiva, pedagógica, introduce conceptos como la nutrición relacional, el amor y sus componentes: cognitivo, emocional y pragmático (Del Carpio & Álvaro, 2008).

En lo que se refiere a su producción científica y literaria, el **Dr. Juan Luis Linares**, nacido en Málaga y catalán por adopción, de origen español; especializado en psiquiatría y psicología; ha profundizado en la teoría familiar sistémica; por su desempeño como profesor de Psiquiatría en la Universidad de Barcelona y psicoterapeuta familiar, es también investigador; de Escuelas Sistémicas. (Paulo, 2014).

De este autor sistémico, Juan Luis Linares, se han escogido para el presente trabajo de titulación las siguientes obras:

Identidad y Narrativa, editorial Paidós. Terapia Familiar, Barcelona, 1996; Este libro plantea la labor de la psicoterapia a finales del siglo XX; pretende aportar algunas respuestas desde la incertidumbre y la complejidad, eligiendo recursos necesarios para su intervención.

Sobrevivir a la pareja, problemas y soluciones, editorial Planeta, Barcelona 2002; esta obra enfoca a la pareja de manera calmada y sin prejuicios, poniendo claves para entender sus dificultades y, eventualmente resolverlas; aporta ideas para mejorar la comunicación afrontando conflictos.

Ser y Hacer en Terapia Sistémica. La construcción del estilo terapéutico, editorial Paidós, Barcelona, 2005; el libro muestra sobre el estilo terapéutico que se construye con elementos cognitivos, emocionales y

pragmáticos; aporta claves para conocer mejor el propio estilo terapéutico, completarlo y enriquecerlo.

La Intervención Sistémica en los Servicios Sociales ante la familia multiproblemática, editorial Paidós, Barcelona, 1997. El libro expone tres elementos: la familia multiproblemática, los servicios personales y la intervención sistémica en sociedades donde antes imperaba el bienestar surge ahora la delincuencia, marginalidad y pobreza; de ahí la intervención oportuna de profesionales en trabajo social y psicoterapéutico.

Otros libros que dieron su aporte relevante para reforzar el marco teórico son:

De Juan Luis Linares y Carmen Campo, ***Tras la honorable fachada***. (2008), Editorial Paidós Ibérica; es un libro que ayuda a salir de la acción negativa de los conflictos y superar la desesperanza, los sentimientos de culpa y agresividad que sufren generalmente los depresivos.

De Juan Luis Linares, ***Del abuso y otros Desmanes***. El Maltrato Familiar entre la Terapia y el Control, ed. Paidós, Barcelona, 2002; trabajo científico que trata sobre los aspectos de la agresividad familiar como una realidad que se da con mucha regularidad en el seno de cada hogar; el cual está enmarcado en los diferentes prejuicios culturales existentes manera individual y colectiva en cada pareja.

Sus últimos libros publicados son:

De Juan Luis Linares, Ma. José Pubill y Ricardo Ramos Gutiérrez. ***Las Cartas Terapéuticas***. Una Técnica Narrativa en Terapia Familiar. Ed. Herder. Barcelona, 2005; esta obra científica trata sobre la implementación de la técnica narrativa como herramienta importante en los procesos de terapia familiar.

De Juan Luis Linares (2006). **Las formas del abuso**: La violencia física y psíquica en la familia. Ed. Paidós Ibérica. Barcelona. 2006. El autor de esta obra aplica un lenguaje de fácil entendimiento al lector pero sin perder los aspectos de la rigurosidad metodológica que debe estar implícito en su exposición sobre las diferentes situaciones de agresividad y de violencia que se da al interior de cada grupo familiar.

Por su parte, la autora cognitiva Christine A. Padesky, utiliza una metodología práctica, sencilla; muy organizada y enseña técnicas y procedimientos atractivos que pueden ser visualizados por el paciente permitiéndole manejar sus estados emocionales a corto tiempo y de manera eficaz.

La **Dra. Christine A. Padesky**, es la representante cognitiva escogida para el presente estudio, tuvo una gran trayectoria académica científica, la cual le permitió obtener un doctorado en psicología clínica en UCLA, a su vez es fundadora y directora del Centro de Terapia Cognitiva de Newport Beach, California; también psicóloga colegiada figurando en el registro nacional de Proveedores de Servicios de Salud en Psicología; es profesora adjunta en el departamento de Psiquiatría y de Conducta Humana en la Universidad de California en Irvine; la doctora Padesky es considerada como una de las principales instructoras de terapia cognitiva en Estados Unidos y el Extranjero (A.Padesky, 2000).

Además de ser editora del International Cognitive Therapy Newsletter, ha escrito artículos y capítulos en libros sobre la depresión, trastornos de ansiedad, trastornos de personalidad y terapia cognitiva con mujeres; la Dra. Padesky es una de los coautores, junto con el Dr. Aaron T, Beck, de Cognitive Therapy of Personality Disorders (Guilford, 1990) citado por (Dattilio & Padesky, 2000)

Estar en contacto con estos autores cognitivos le permitió comprender los principios de la teoría cognitivo conductual como el hecho de que los pensamientos y creencias no son la causa de los problemas sino que son caminos efectivos de intervención para la comprensión de la estructuras cognitivo emocionales. (Giusti, 2007)

Las obras de esta destacada autora cognitiva seleccionadas para este trabajo investigativo son:

Terapia Cognitiva con Parejas. Editorial Desclée de Brouwer. Filadelfia-Pensilvania 2000. Es un recurso para los profesionales de salud mental que trabajan con parejas, una obra con estilo claro y conciso, accesible a quienes están interesados en aplicar el modelo cognitivo.

El control de tu estado de ánimo. Editorial Paidós. España 2010. Manual de tratamiento que contiene cuestionarios para identificar, valorar y cambiar los sentimientos; ofrece la posibilidad de aprender a cambiar los pensamientos y mejorar las relaciones con los demás.

Applied Cognitive and Behavioral Approaches to the Treatment of Addiction. A Practical Treatment Guide (Cognitiva Aplicada y del comportamiento métodos para el Tratamiento de las Adicciones. Una Guía Práctica de Tratamiento), de Christine A. Padesky, Luke Mitcheson, Jenny Maslin y Tim Meynen. Editorial Wiley-Blackwell (13 abril 2010). Este libro ofrece una guía práctica para el tratamiento psicológico de todo el abuso de sustancias; se centra en las intervenciones TCC que tienen la base más fuerte para el tratamiento de los trastornos adictivos.

Penso, dunque mi sento meglio. Esercizi cognitivi per problema di ansia, depressione, colpa, vergogna e rabbia. Capire con il cuore. (Creo, por lo tanto, me siento mejor. Ejercicios cognitivos para el problema de la ansiedad, la depresión, la culpa, la vergüenza y la ira. Comprender con el

corazón), de Dennis Greenberger, Christine A. Padesky, M. Riletta (traductor), 2007. Los autores utilizan la psicoterapia cognitiva para responder de manera significativa mediante la identificación en el pensamiento, herramienta para cambiar el estado de ánimo con excelentes resultados. Es una ayuda a la autoayuda.

1.5 Antecedentes

Los antecedentes que han precedido a la realización de esta investigación documental de análisis comparativo entre la tendencia sistémica y la tendencia cognitiva utilizadas en la intervención de pareja son de carácter histórico, humanístico y vivencial.

En la mitad del siglo XX la teoría sistémica nace como elemento transformador del pensamiento científico; surge entonces un cambio significativo en el objeto de muchas ciencias, específicamente en la Psicología, se observa por ejemplo el llamado mundo interno, el cual se ha de proteger y favorecer el desarrollo del potencial de cada individuo.

El modelo sistémico se arma de un enfoque ecológico para trabajar con este tipo de problemas sociales, familiares y de pareja como lo explica el Dr. Juan Luis Linares en sus investigaciones sobre las familias multiproblemáticas y destaca la importancia de obtener en cada caso una valoración oportuna de los contextos y meta-contextos de intervención. (Coletti & Linares, 1999).

En cambio el método cognitivo de la terapia de parejas nace directamente de la aplicación de la teoría conductista a la terapia marital; su eficacia ha apoyado investigaciones sobre su aplicabilidad; desde sus inicios de la terapia conductual marital ha habido gran cantidad de innovadores cambios; la terapia cognitiva muestra que lo que las personas piensan y aprecian sobre ellos, el mundo y el futuro, es de vital importancia y tiene un impacto

inmediato relacionado de la manera como sienten y se comportan; la visión del yo, el mundo y el futuro se conocen como depresión del doctor Beck en 1976 (Dattilio & Padesky, 2000)

Así mismo, los primeros modelos de tratamiento conductista enfatizaban la teoría del intercambio social y los contratos de contingencia entre las parejas. La teoría de Stuart citada por Padesky, es una de las más completas y populares entre los modelos conductistas. Stuart asevera que el cambio más efectivo para iniciar el cambio en la relación es incrementar la tasa de intercambios de conductas positivas entre la pareja. (Dattilio & Padesky, 2000)

Cabe agregar que el componente cognitivo a la terapia conductual de parejas fue resultado de estudios tales como el que realizaron Margolis y Weis en 1978 que compararon la terapia marital conductista con un procedimiento que añadía técnicas de reestructuración cognitiva. (Dattilio & Padesky, 2000)

Como lo expresa la Dra. Padesky, cuando agrega que Ellis en 1977 fue uno de los primeros que planteó un modelo predominante cognitivo para parejas, basándose en su trabajo sobre la terapia Racional Emotiva de los años sesenta, Ellis citado por Padesky, propuso que la disfunción matrimonial sucede cuando los esposos conservan expectativas irreales sobre el matrimonio y hacen evaluaciones negativas extremas cuando no están satisfechos. (Dattilio & Padesky, 2000)

De allí que ambas teorías, sistémica y cognitiva se han conformado del pensar de diversas disciplinas como la filosofía, psicología, sociología, para observar al ser humano sufriente desde distintas perspectivas, para ofrecer la intervención de estos profesionales en su afán por encontrar una solución a sus problemas y mejorar su relaciones.

1.6 Contextualización en tiempo y espacio, establecimiento de los marcos en los que el trabajo se desarrollará

Las publicaciones del autor Juan Luis Linares oscilan desde el año 1996 hasta el año 2002 y de la autora Christine Padesky desde el año 2000 – hasta el año 2010; las mismas que serán expuestas en los párrafos siguientes:

En el mundo actual la pareja humana debe hacer frente a múltiples cambios sociales y tecnológicos y ha de buscar sobrevivir; esto es, permitir que las nuevas experiencias sean utilizadas para el crecimiento de ambos y la madurez en la relación.

El conflicto en la relación puede aparecer, sin embargo no será el motivo de la separación de las parejas sino por la incidencia de los patrones relacionales que producen verdaderas rupturas. (Tapia, Poulsen, Armijo, Pereira, & Sotomayor, 2009)

El trabajo se desarrollará en un contexto actual, ya que los libros que se investigan son especialmente las últimas obras de los autores seleccionados, los cuales están vigentes y son modelos a seguir en cada tendencia teórica (sistémica y cognitiva).

Hoy en día el tema es de relevancia en la sociedad, ya que las terapias sistémicas y/o cognitivas permitirán ayudar al conocimiento de la estructura de la relación y al mejoramiento de esta.

La pareja como entidad social, está determinada por el desarrollo y cambio de la sociedad y es diferente acorde a la cultura, creencias, nivel socio-económico, ubicación geográfica, más allá del mundo globalizado en el que viven los seres humanos.

La investigación teórica propuesta se limita a analizar únicamente estas dos tendencias: sistémica y cognitiva, y desde una perspectiva netamente teórica, basada en lo que autores de perfil académico científico (especialistas en la materia) han expresado en sus respectivas investigaciones y libros.

De esta manera es apropiado mencionar que el análisis teórico se enmarcará en su mayoría en las conclusiones y estudios realizados por un lado por la Doctora Christine A. Padesky (en cuanto a la tendencia cognitiva), y por otro lado el Doctor Juan Luis Linares (en lo que se refiere a la tendencia sistémica); tomando al mismo tiempo apreciaciones y resultados por parte de otros autores que ellos mismos citan, o de otros más que forman parte de quienes han aportado acerca del uso de estas dos tendencias a nivel de la intervención favoreciendo a la comunicación de las parejas.

1.7 Objetivos

1.7.1 Objetivo General

- Analizar las tendencias teóricas, sistémica y cognitiva para establecer las diferencias, a fin de que sirvan de aporte a los profesionales que se involucren con uno o con ambos enfoques terapéuticos, en el ejercicio de la orientación familiar.

1.7.2 Objetivos Específicos

- Describir procedimientos y técnicas utilizados dentro de las tendencias teóricas, sistémica y cognitiva utilizadas en Intervención de Parejas.
- Identificar metodologías para la intervención de la comunicación en parejas, según cada corriente teórica.
- Indicar el rol de Orientador Familiar en Intervención de Parejas según cada autor estudiado.

1.8 Preguntas de investigación

¿En qué consiste la intervención de pareja en la mirada sistémica?

¿En qué consiste la intervención de pareja desde la teoría cognitiva?

¿Cuáles son las diferencias más relevantes en la intervención de parejas desde la Teoría Sistémica y la teoría Cognitiva?

¿Cuáles son algunos de los procedimientos y técnicas utilizadas en la Teoría sistémica y Cognitiva para la intervención de pareja?

¿Qué metodologías terapéuticas se utilizan para tratar las parejas y en qué consiste cada una?

¿Cuáles de las técnicas sistémicas y cognitivas se pueden utilizar en los procesos de orientación familiar?

¿Cuál es el rol del Orientador Familiar en la intervención de parejas, según estas teorías?

1.9 Enfoques metodológicos que se emplearán, razones para su elección

La investigación es teórica. El enfoque metodológico que se empleará a lo largo de la tesis será el enfoque cualitativo, por medio del cual los estudios, resultados de investigaciones y conclusiones específico-particulares trascienden a un nivel de entendimiento general o de casos generales (paradigma hermenéutico) es decir narrativa; y complementariamente se obtendrá que de los enunciados o aseveraciones generales realizadas por los autores se deducirán criterios particulares o específicos mediante una secuencia lógica (cualitativa).

Otro enfoque metodológico que se aplicará al desarrollo de la tesis es por obvias razones el método de análisis y síntesis, ya que la investigación teórica a realizarse es en sí un análisis comparativo, en este caso entre dos tendencias aplicadas a un caso particular, por lo cual este método estará presente en todo el proceso de ejecución de la tesis. Por otro lado la síntesis es la que permitirá resumir los hallazgos del análisis de una manera concisa y coherente, lo cual será el resultado final que quedará plasmado en la investigación. (Bernal, 2006)

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 TEORÍA SISTÉMICA

2.1.1 Concepciones sobre la teoría sistémica

Se alude a Aristóteles los principios de la Teoría Sistémica cuando dice: “el todo es más que la suma de las partes” (Bertalanffy Ludwig von, 1975), no obstante, es el biólogo Ludwig von Bertalanffy, a quien se lo considera como el precursor de dicha teoría, así pues el enfoque de la sistémica fue iniciado por este autor alemán en el año de 1947; siendo sus antecedentes históricos relevantes, el expansionismo, el pensamiento sintético y la teleología, el primero de los cuales recalca que un fenómeno es parte de otro, de esta manera se toma en cuenta el todo. (Lilienfeld, 1984)

Así mismo Bertalanffy propone unificar el conocimiento científico a través de un modelo de sistema y lograr el isomorfismo, es decir, unificar los modelos para utilizar las mismas características en distintas disciplinas, como en la biología, donde se proporcionan estímulos y propuestas de gran interés, las cuales pueden ser aplicadas en las ciencias sociales. (Campanini, 1996)

Tanto Gregory Bateson, como “Watzlawick y otros (1971), han utilizado en Teoría de la comunicación humana la definición clásica de sistema, dada por Hall y Fagen en la que se afirma que un sistema, es un conjunto de objetos y relaciones entre los objetos y entre sus atributos, aclarando que los objetos son parte del sistema, los atributos son las propiedad de los objetos y las relaciones mantienen unido el sistema” (Campanini, 1996, pág. 114)

Se aclara que “el concepto de retroalimentación es la base de la circularidad característica de los procesos interactivos, típicos de los sistemas abiertos” (Campanini, 1996).

En virtud de ello, la información va y retorna del emisor al receptor y viceversa. La información de retorno tiene dos efectos; el uno conduce hacia la estabilidad u homeostasis y el otro hacia la pérdida del equilibrio, es decir favorece al cambio. (Campanini, 1996). Por lo tanto, en lo que se refiere a los sistemas se puede decir que continuamente intercambian información de manera interna o externa. (Campanini, 1996).

Continuando con lo anteriormente expuesto se menciona a M.C. Albergózar, C. Cerdá y J.C. Meléndez (1998), entiende a la familia como un sistema el cual se define como “el conjunto de elementos interdependiente que interactúan entre sí, un grupo de unidades combinadas que forman un todo organizado, donde cada una de las partes afecta a todo el conjunto y el conjunto es superior a la suma de las partes, éste es el efecto denominado efecto sinergia” (Rosal, 2002, pág. 253)

También merece un gran reconocimiento académico el pensador del siglo pasado Gregory Bateson quien sintetizó las ideas de la Teoría de los Sistemas y la Cibernética, dando lugar a concepciones importantes fruto del análisis de la comunicación y la observación de la enfermedad mental desde la interacción. Sus percepciones, condujeron a la concepción del proceso terapéutico en la co-creación de realidades. (Zammitto, 2001)

Más adelante en el año 1991, Raquel Vidal subraya tres aspectos principales en la teoría general de los sistemas, que son los siguientes: el aspecto filosófico-epistemológico, el aspecto científico y el aspecto técnico. (Zammitto, 2001)

Años más tarde Humberto Maturana, biólogo chileno, contribuye con el desarrollo de la Teoría General de los Sistemas, cuando al dar relevancia al medio dirige su interés a las operaciones cognitivas asegurando que la constitución biológica ejerce un mayor peso. (Zammito, 2001)

De este modo “Maturana sostiene que los sistemas humanos son autopoyéticos y autorregeneradores (son capaces de regenerarse y, en caso de heridas o trastornos, pueden conseguir un nuevo equilibrio que sostenga la organización)”. (Traveset, 2007, pág. 19)

En síntesis, el autor Traveset señala que “El pensamiento sistémico se diferencia del pensamiento lineal-lógico, basado en relaciones causa-efecto y en el dualismo, lo que significa poner la mirada en el problema, atomizar, reducir el problema a una parte y aplicar a ésta la solución, dejando de ver el todo y su interacción con el entorno” (Traveset, 2007, pág. 19)

2.1.2 Principios de la teoría sistémica

El iniciador de la teoría sistémica Von Bertalanffy destaca los siguientes principios: “el principio de equifinalidad, el principio de complejidad organizada y de abundancia organizacional, el principio de organización, principio teleológico y el de retroalimentación”. (Bertalanffy, 2003, pág. 11)

De esta manera el autor Bertalanffy, genera una actitud científica, manifestada a través de los mencionados principios en la Teoría General de Sistema y que dan cuerpo a la misma. (Ramírez, 1999)

A continuación el autor refiere que el principio de la **equifinalidad** consiste en afirmar que en un sistema cerrado el estado final está determinado por las condiciones iniciales; si las condiciones iniciales se alteran, el estado final se altera. (Cocho & Torres, 1999)

Sobre el segundo principio de **complejidad organizada** como totalidad compuesta por elementos heterogéneos articulados entre sí de manera orgánica, remite a la noción de sistema. Así el modo de abordaje sistémico que reclaman los problemas de complejidad organizada plantea la necesidad de articulación entre tres conceptos fundamentales: complejidad, organización y sistema. (Rodríguez & Aguirre, 2011)

Por tanto, “Von Bertalanffy, definió un sistema como un ‘complejo’ de componentes interactuantes, añadiendo que constituye una totalidad organizada que se caracteriza además de la interacción, por la suma, la mecanización, la centralización, la competencia y la finalidad. Se deduce que todo sistema, por el hecho de serlo, es complejo”. (Munné, 2004 pág. 13)

El tercer principio mencionado, el de **organización**, existe organización en todos los niveles. (Munné, 2004)

Se continua con el cuarto principio **teleológico**; “En el desarrollo de la ciencia, de manera progresiva, se marginó la noción de teleología, de direccionalidad o de finalidad. La tarea de la ciencia era analítica, es decir, consistía en aislar ‘trenes’ causales y en reducir lo real a unidades más pequeñas. Este esquema se ha revelado como insuficiente y han aparecido conceptos tales como totalidad, organicidad, holismo y Gestalt, entre otros. Asimismo, han surgido nociones como dirección, teleología, teleonomía, propósito, intencionalidad, adaptación, etc.” (Munné, 2004, pág. 15)

Finalmente el principio de **retroalimentación**; mediante el cual los elementos realizan el feed-back, repitiéndose la misma acción produciéndose la estabilidad del sistema llamada también homeostasis. (Munné, 2004)

2.1.3 Concepciones de la familia desde la teoría sistémica

La primera concepción de la familia a mencionar es la de intervención, que es una modalidad que surge para recaudar información posible acerca de cada uno de los miembros del grupo familiar y examinar la combinación de variables tanto emocionales como relacionales. (Recio & Franco, 2002)

Desde el mismo enfoque sistémico, José Lozano hace hincapié que durante la intervención no es necesario que estén presentes todos los miembros del sistema familiar porque se toma en cuenta los aspectos relacionales a través de preguntas circulares un solo miembro intente imaginar lo que sienten los demás miembros del grupo familiar. (Lozano, 1999)

Como lo explican los autores mencionados, la intervención sistémica hace uso de los aspectos relacionales entre los miembros del grupo familiar a través del cruce de información con técnicas como la circularidad y la imaginación para que las interrelaciones familiares conlleven a que la dinámica familiar pueda desarrollarse.

Una de las concepciones que advierte a la familia desde la teoría sistémica la da Minuchin cuando dice: “La familia constituye un factor sumamente significativo en este proceso, es un grupo social natural, que determina las respuestas de sus miembros a través de estímulos desde el interior y desde el exterior; su organización y estructura tamizan y califican la experiencia de los miembros de la familia” (Minuchin, 1974). Refiere el mencionado autor “Entre los seres humanos, unirse para ‘coexistir’ suele significar alguna suerte de grupo familiar; la familia es el contexto natural para crecer y para recibir auxilio” (Minuchin & Fishman, 2001, pág. 25).

En líneas siguientes, Minuchin y Fishman definen a la familia como: “Un grupo natural que en el curso del tiempo han elaborado pautas de interacción; estas constituyen la estructura familiar, que a su vez rige el

funcionamiento de los miembros de la familia, define sus gamas de conducta y facilita su interacción recíproca” (Minuchin & Fishman, 2001, pág. 25)

Así mismo, “Muchos teóricos, particularmente Murray Bowen, consideran el triángulo como la forma estructural más común, aunque disfuncional, de los subsistemas familiares” (Escartín Caparrós, 1992, pág. 75)

Como más adelante lo explica: “La estructura básica de cualquier sistema emocional es el triángulo. Cuando la tensión emocional en un sistema de dos personas sobrepasa cierto nivel, forma un triángulo que incluye a una tercera persona, lo que permite que la tensión cambie dentro del triángulo” (Escartín Caparrós, 1992m pág. 75)

En igual forma Whitaker da a conocer: la familia es un sistema abierto que mantiene relaciones con la familia contigua junto con la sociedad; se la puede concebir como un todo integrado, de acuerdo a esto padres e hijos se diferencian entre sí, donde hay flexibilidad en la distribución de roles, reglas, jerarquías, variabilidad en el ser individual, en su independencia y autonomía. (Campanini, 1996)

Para Ángela Hernández la familia está constituida por un grupo de personas que están en interacción y gracias a ello sobreviven. (Hernández A. , 1998) Esto de acuerdo al grado en el que se considere a la familia como un agente social activo o pasivo, por el lado activo serán capaces de lograr cambios, por el lado pasivo, ejercerán su influencia en otras instituciones. (Hernández A. , 1998).

Continua Hernández afirmando que en su aspecto cultural la familia posee valores sociales, religiosos con los que interactúa en la sociedad y transmite esta información a las demás generaciones tales como rito, costumbres, tradiciones, el vestuario, los mitos, entre otros. (Hernández A. , 1998)

Para la autora Luz de Lourdes, en la teoría sistémica la familia es un sistema relacional, donde el individuo se enlaza con la sociedad y la pareja se constituye en una unidad compleja llamada subsistema conyugal. (Eguiluz, 2003)

También Eguiluz expone lo siguiente: “Los componentes individuales, el esposo y la esposa, y la relación que entre ellos se genera forman juntos una unidad más compleja, denominada subsistema conyugal”. (Eguiluz, 2003, pág. 2)

Es penoso encontrar familias que en lugar de contribuir al desarrollo normal del individuo y gozar cada uno de sus beneficios, se perjudique a los miembros que la integran impidiendo el crecimiento. (Eguiluz, 2003)

Más adelante Eguiluz da a conocer que para que la familia logre su transformación son importantes dos fuerzas, la capacidad de transformación y la homeostasis. (Eguiluz, 2003)

Dado que la familia es un grupo donde se mantienen relaciones con todos sus miembros, en todos los aspectos, es la principal influencia que puede recibir un individuo; si existe un problema cambian las relaciones y la persona en sí; por ello es importante estudiar a la familia. (Eguiluz, La familia según el modelo sistémico, 2003)

Una de las concepciones en las que se apoya a la familia con un enfoque sistémico, es la reconocida por la Constitución de la República del Ecuador, en su Art. 67 donde se observa claramente un enfoque sistémico:

El Estado tiene presente que la familia es el centro de la sociedad, por ello busca su protección y vela porque se cumplan sus fines en virtud de sus derechos de una manera integral, mediante el establecimiento de vínculos

jurídicos gracias a los cuales participan todos sus integrantes. (Constitución, 2008)

Este artículo señala que la familia y las parejas deben sentirse beneficiados y pueda ejercer sus derechos respetando los de los demás y ocupar el lugar que le corresponde en la sociedad.

Finalmente cabe anotar que en todas las relaciones de pareja o familia siempre se espera un cambio que mejore la situación; pero para lograrlo “No hay que esperar que los demás cambien para complacerlos, somos nosotros los que debemos cambiar sin hacernos ilusiones” (Bowen, 2009, pág. 14)

2.2. TEORÍA COGNITIVA

2.2.1 Concepciones sobre la Teoría Cognitiva

Contribuyen a los principios de la teoría cognitiva los conceptos claves piagetianos: “Piaget no enfatiza el concepto de aprendizaje, su teoría es de desarrollo cognitivo, no de aprendizaje; él prefiere hablar de aumento de conocimiento; en esta perspectiva, sólo hay aprendizaje (aumento de conocimiento) cuando el esquema de asimilación sufre acomodación”. (Moreira, 1997, pág. 4)

En lo que se refiere a los conceptos principales de la teoría de Piaget, el autor Moreira describe que estos son los siguientes: la ‘asimilación’ y la ‘acomodación’, los cuales no pueden estar el uno sin el otro, siendo que la acomodación es la reestructuración de la asimilación. Así se logra el equilibrio o la ‘adaptación’, de esta manera se constituye así un proceso llamado ‘equilibración mayorante’ a través de la construcción de nuevos esquemas de asimilación y acomodación para una nueva adaptación, en la cual la mente se reorganiza cuando se rompe el equilibrio por alguna

experiencia, recurriendo al proceso equilibrador, responsable del desarrollo cognitivo. (Moreira, 1997)

Así se ha verificado: “Las teorías cognitivas se ocupan de los procesos de aprendizaje y de cómo la información es recibida, almacenada y localizada; se trata de enfatizar la participación activa de la persona, así como la estructuración, organización y secuencia de la información; igualmente se trata de crear ambientes de aprendizaje que permitan y estimulen los procesos cognitivos; de esta manera la psicología cognitiva ha desarrollado las nociones de procesamiento automático y controlado de la información para dar paso a modelos de la estructura cognitiva”. (Soler, 2006, pág. 23)

Así mismo, el Dr. Reuven Feuerstein indica, cómo los términos dinámicos provienen del proceso cognitivo, siendo modificados, en términos dinámicos, y relacionando las funciones del pensamiento, mediante las habilidades, para que dé como resultado, un proceso de aprendizaje de manera eficaz hacia el suceso mental. (Cornejo, 2007)

Por otra parte, Reuven explica cómo los cimientos del pensamiento, se identifican mediante 29 habilidades cognitivas como prerrequisitos, de tal forma, ayudarán a hacer operaciones mentales más difíciles. El Dr. Feuerstein informa que un desarrollo cognitivo insuficiente, resultaría como un producto de habilidades descendidas, así sería posible conseguir modificabilidad cognitiva estructural del individuo, lo que llevará a trabajar para favorecer las habilidades o funciones. (Cornejo, 2007)

Por lo tanto, el autor Reuven Feuerstein plantea que en la teoría de la modificabilidad cognitiva estructural sería viable mejorar la destreza de aprender, apuntando a enriquecer los pasos del pensamiento. (Cornejo, 2007)

La teoría cognitiva tiene antecedentes filosóficos: racionalismo (Platón-Descartes) vs. (Aristóteles-Locke) vs. empirismo; y antecedentes psicológicos: estructuralismo (Wundt) vs. funcionalismo (James y Dewey). De esta dialéctica surge el Asociacionismo (Ebbinghaus y Thorndike), que prepara el camino al conductismo. (Pavlov, condicionamiento clásico); Watson y Skinner; en adelante Tolman y demás investigadores conductistas advirtieron el papel de los procesos cognoscitivos para influir en la conducta. (Sternbeg, 2011)

En este sentido es pertinente resaltar cómo la Psicología Cognoscitiva tiene sus raíces en la Filosofía y en la Fisiología; además no hay que desconocer que la Psicología, se benefició de otras disciplinas como la Lingüística, Biología, Antropología y los avances tecnológicos de la Inteligencia artificial. (Sternbeg, 2011)

Por su parte los psicólogos cognoscitivos estudian las bases biológicas de la cognición así como la atención, conciencia, percepción, memoria, imaginaria mental, lenguaje, solución de problemas, creatividad, toma de decisiones, razonamiento, cambios del desarrollo en la cognición a lo largo del ciclo de vida, inteligencia humana, inteligencia artificial y otros aspectos del pensamiento humano. (Sternbeg, 2011)

Todos estos conceptos son utilizados por los llamados terapeutas cognitivos entre los cuales se puede mencionar al psicólogo Aaron Beck a quien se lo conoce en el mundo como aquel que desarrolló la terapia cognitiva, la cual ha beneficiado a muchas personas durante el proceso terapéutico y para aliviar dificultades cognitivas que afectan sus vidas; mediante esta intervención cognitiva, se logra relacionar los pensamientos con las emociones, influyendo en el comportamiento, y así transformando lo negativo desadaptativo, por lo positivo constructivo. (Beck, 2013)

Además el autor Aaron Beck hace referencia a las emociones negativas que entorpecen el comportamiento, produciendo una desadaptación, la que a su vez hace que los problemas permanezcan igual o empeoren. Porque no es la situación la que produce el malestar sino la interpretación personal que se tenga de ella. El fenómeno se explica, cuando lo que realmente se obtiene es una información distorsionada, la cual conduce a conclusiones negativas, porque la información es insuficiente o porque se ignora una más realista, produciéndose errores de interpretación o errores en el razonamiento. (Beck, 2013)

Sobre dicha base, el psicólogo Beck destaca los errores cometidos por las personas, originados por conocimientos previos, por experiencias vividas, influidos por creencias rígidas o incorrectas, lo cual ocurre con mayor intensidad cuando se padece de trastornos psicológicos. (Beck, 2013)

De esta forma en terapia se enseñaría a la persona la relación situación-pensamientos automáticos-emociones-comportamiento; identificaría los pensamientos y aprendería a ver sus errores de interpretación; el psicólogo lo ayudaría a preguntarse sobre sus pensamientos, para percibir las cosas de otra manera, con mayor realidad y constructivamente. Así se enseña a pensar, a ver los problemas que padece, a reducir sus emociones negativas de modo que encuentre soluciones y no sufra por sus dificultades. (Beck, 2013)

Así se ha verificado, mediante el autor Aarón Beck cómo las bases de la teoría cognitiva pueden ser utilizadas con efectividad en la terapia, con técnicas apropiadas que mejoran a su vez la autoestima, la asertividad y el desarrollo de habilidades sociales, la técnica de control de ansiedad; es lo que se conoce como Terapia Cognitiva. (Beck, 2013)

2.2.2 Principios de la Teoría Cognitiva

Los principios de la Teoría Cognitiva son tomados de la Psicología Científica, rigen la conducta y hacen referencia a la subjetividad del ser humano en atención al conocimiento del sí mismo y de cómo llega a conocer; interesa pues las operaciones mentales; es decir el proceso de conocer.

Nicolás Alejandro Hernández Lira, refiere los fenómenos psicológicos del individuo y define a la conducta como: “el resultado de procesos mentales aplicados al medio ambiente y al ser humano como un organismo procesador activo e informal y no como ejecutor pasivo” (Hernández N. A., 2007, pág. 28)

Históricamente los principios que regían la conducta humana fue ampliamente fundamentada por autores experimentalistas como Wundt, Williams James, Watson, Pavlov, Thorndike y Skinner y hacen referencia al condicionamiento clásico; sin embargo que los escritos por Thorndike sobre el aprendizaje por recompensa, el antecedente del condicionamiento instrumental u operante.

De este modo, el autor Skinner afirma que la conducta humana puede ser comprendida en términos de los principios del condicionamiento operante. Es así que Wolpe conceptualiza la neurosis humano en términos pavlovianos y sobre todo señaló incipientes técnicas de terapia: la desensibilización sistemática, el entrenamiento asertivo, entre otras. (Hernández N. A., 2007)

En adelante autores como Baum utilizaron el principio de la saturación; el cual benefició a las personas que sufrían ansiedad porque se idearon métodos para obligarlas a permanecer en contacto con estímulos fóbicos y mediante la imaginación de aspectos positivos, se podía interrumpir y disminuir la ansiedad. Así mismo el condicionamiento aversivo basado

también en el condicionamiento clásico se utiliza para suprimir alguna conducta; es decir, una reacción emocional desagradable, se condiciona a una conducta negativa o a la situación que la provoca. (Hernández N. A., 2007, pág. 26)

Con la teoría de Albert Ellis surgió la llamada Terapia Racional, autor que plantea que en todo lo que el ser humano hace, se encuentra implícito el aprendizaje, la que fuera posteriormente reemplazada por la Terapia Racional Emotiva. El individuo aprende con las enseñanzas de los demás y con la propia experiencia donde se entrelazan las tendencias innatas y adquiridas; aprende a controlar sus emociones y creencias.

La autora asume que estos principios de la terapia de Ellis y más tarde de Beck, además de englobar los principios anteriores, son tomados por la Teoría Cognitiva, constituyéndose en las bases o punto de partida de la Intervención Cognitiva actual.

2.2.3 Concepciones de la familia desde la Teoría Cognitiva

La concepción cognitiva de la intervención familiar abarca muchas actuaciones como la evaluación y la estimulación cognitiva, refiriéndose esta última a la realización de ejercicios y tareas como parte del proceso. (Díaz, Martín, & Peralta, 2013)

Por otro lado Helfer citado por Rogelio Medina comenta que la intervención familiar se compone de un reaprendizaje de habilidades para adultos, es decir, un procedimiento de desensibilización sistemática para reemplazar conductas relacionadas a experiencias negativas por conductas positivas. (García V. , La Educación personalizada en la familia, 1990)

De estas concepciones se puede determinar que la intervención en Orientación Cognitiva Familiar estimula al cambio basado en experiencias de

aprendizaje mediante técnicas y estrategias que un corto plazo logren modificaciones cognitivas y emocionales.

En cuanto a la problemática familiar, “Las relaciones interpersonales en la familia se perturban por la interpretación distorsionada de los comportamientos de los demás miembros y esta deformación de la realidad depende del aprendizaje cognitivo de creencias, concepciones o ideas sobrevaloradas. Por ejemplo, la actitud ‘machista’ del padre en una familia latina: ‘todos deben actuar como a mí me gusta’ o ‘todos los miembros de mi familia dependen única y exclusivamente de las determinaciones que yo asuma’, o ‘mis hijos deben seguir mis pasos y deberían trabajar y comportarse como yo lo hice en mi juventud’.” (Ellis & Russell, 1981)

De acuerdo a lo descrito anteriormente por Ellis en el ejemplo, se dará a entender con estos pensamientos irracionales que el padre se decepcionará porque no va a encontrar los resultados esperados. (Ellis & Russell, 1981)

La relevancia de la familia en el contexto cognitivo tiene tres aspectos fundamentales: 1) La diversidad cultural influye en la inteligencia del niño y se transmite en el grupo familiar; 2) También los estímulos ambientales que influirán en el proceso que conduce a la inteligencia los tiene el niño en la organización y en el control que la familia tiene de sus miembros; 3) En la familia el niño tiene oportunidades de interacción y los mayores son los modelos que el niño pueda imitar y que ejercen su influencia de manera relevante en el estilo cognitivo individual del niño. (Newman & Newman, 1991)

En relación a lo expuesto por el autor, la familia se constituye en el contexto más importante para el desarrollo de la inteligencia. (Newman & Newman, 1991)

White y Watts, 1973 estudiaron la influencia del ambiente familiar en el desarrollo de las capacidades cognoscitivas del desarrollo del lenguaje y de las habilidades sociales en los primeros años de la vida. Revelaron que la cantidad y calidad de las interacciones que el niño tiene y el tipo de actividad a las que se dedica, contribuyen a desarrollar sus capacidades intelectuales y sociales. (Newman & Newman, 1991)

Más aún, este estudio indica que es posible identificar qué condiciones del ambiente familiar van a permitir que el niño se desarrolle bien o se desarrolle deficientemente. (Newman & Newman, 1991)

La familia, Hoffman, 1991 citado por Newman & Newman, es una unidad social dinámica (cambiante) e interactiva. (Newman & Newman, 1991)

La jerarquía de familia de hábitos se refiere a que si uno de los hábitos es reforzado en una nueva situación, todos los demás miembros de la familia comparten enseguida la tendencia a ser evocados como reacciones en esa nueva situación. (Principio que sirve en la elaboración de jerarquía de ansiedad utilizada en la desensibilización sistemática) (Kort, 2006)

El autor Dr. Frank Dattillio autor del libro 'Contemporary Family Therapy', hace referencia al comportamiento de uno de los miembros de la familia cuando afecta a otro miembro en su percepción, sentimiento y emociones; así mismo, dependen el uno del otro, de algo más grande que ellos. (Dattillio, 2001)

Finalmente, el Dr. Dattillio, indica cómo mediante la experiencia cada individuo perteneciente a la familia, tiene sus propios pensamientos acerca de la vida. Así mismo en la pareja cada persona se formó de manera diferente por su núcleo familiar y por eso las ideas no son iguales. El autor Dattillio hace referencia a la manera de comportarse de cada miembro de la

pareja o de la familia afecta a los demás, y destaca el lazo de interdependencia existente entre ellos. (Dattillio, 2001)

En cuanto a modificaciones cognitivas, la autora Perpiñán señala que “Mediante una intervención sistemática y consistente se pueden lograr cambios de naturaleza estructural que alteran el curso y la dirección del desarrollo cognitivo” (Perpiñán, 2009, pág. 37)

La autora destaca lo siguiente “para que haya aprendizaje tiene que darse una implicación activa por parte del niño, por lo tanto el aprendizaje mejorar cuando se produce en situaciones funcionales y significativas”. (Perpiñán, 2009, pág. 37)

En este proceso, Perpiñán resalta la participación de la familia “Son los padres o cuidadores básicos los que hacen que los aprendizajes sean funcionales, porque ayudan al niño a aplicarlo en distintos ámbitos y a implicarse ante situaciones concretas de la vida cotidiana”. (Perpiñán, 2009, pág. 37)

También Hofman citado hace referencia al aprendizaje de las emociones manifestando que “si la influencia de la familia es clave para otros aprendizajes, en el caso del aprendizaje emocional es fundamental”. (Carpintero, Pastor, & García, 2011, pág. 118)

En base a lo expuesto el mismo autor señala que el aprendizaje emocional se centra en el estudio de los estilos educativos de las familias, donde participan patrones de actuación; unos estilos son inadecuados para el desarrollo emocional mientras que otros no “favorecen el desarrollo del autocontrol, la regulación de las propias emociones y la solución de conflictos”. (Carpintero, Pastor, & García, 2011, pág. 118)

En síntesis, la autora de esta investigación concluye que el contexto familiar en que el niño se desarrolle en lo cognitivo y vivencial, repercutirá en su desarrollo personal, social, educativo y cultural que le permitirá interrelacionarse, adquiriendo la capacidad de expresar sus emociones, virtudes y valores.

2.3. FAMILIA Y PAREJA

2.3.1 Definiciones de Familia

La familia es un pilar fundamental para el desarrollo de los miembros que la componen, en ella se aprende, se convive y permite tener una visión del mundo y de la sociedad.

Hay muchas definiciones de familia, con diversos enfoques, entre las principales se pueden mencionar las siguientes:

De acuerdo con Javier Martínez en su obra '¿Qué hacemos con la familia?: Pareja/conflicto/comunicación', refiere: "La familia debe tener también claras, explicitadas y consensuadas –en la medida de lo posible- sus relaciones con el entorno (otras familias, la escuela, la sociedad en general)". (Martínez, 1991, pág. 14)

En base a lo expuesto Luhmann manifiesta: "En la sociedad moderna, la familia es un sistema parcial que tiene la función de incluir a la persona entera de los participantes en la comunicación". (Corsi, Esposito, Baraldi, & Luhmann, 1995, pág. 82).

Refiere el mencionado autor: "La comunicación familiar relevante es una comunicación personal íntima. La intimidad se produce cuando el mundo de un ser humano se torna importante para otro ser humano, y esto tiene validez recíproca" (Corsi, Esposito, Baraldi, & Luhmann, 1995, pág. 83)

Por tanto, Hernández hace una definición completa de familia como sistema cuando incluye tres perspectivas: una estructural que es relativa a los aspectos de composición, jerarquía, límites, roles, subsistemas, etc.; otra funcional, relacionada con los patrones y fenómenos de la interacción y otra evolutiva, donde se considera a la familia como un sistema morfogénico en creciente complejidad. (Hernández Á. , 1997)

Para Hernández, la familia es un sistema, un todo diferente, en la suma de individualidades; se constituye por una red de relaciones y responde a las necesidades humanas, biológicas y psicológicas. (Hernández A. , 1998)

Sobre la base de lo explicado, Bertalanffy observa a la familia como un lugar donde se intercambia información en un sistema abierto con propiedades de retroalimentación y equifinalidad, toda información recibida debe causar beneficio a todos. (Bertalanffy v. , 2003)

El autor Polaino-Lorente hace referencia a la influencia del medio en la familia durante la década de los ochenta; prueba de ello, son las variaciones sufridas tanto en su estructura como en su función para adaptarse a los cambios sociales, de lo que dependería su supervivencia. (Polaino-Lorente & Martínez, 2003)

Finalmente como opinan diversos autores, aunque la familia haya sufrido modificaciones, no significa que deba desaparecer sino que estos cambios pueden ser motivo para mejorar las relaciones de sus miembros, porque hay muchas cosas que permanecen constituyéndose cualitativamente en lo más importante. (Polaino-Lorente & Martínez, 2003)

En síntesis, para la autora de la presente tesis, la familia es un sistema de relaciones donde lo que permanece son los valores humanos que buscan desarrollarse y crecer para luego independizarse

2.3.2 Estadios, ciclo vital de la familia

La familia atraviesa una serie de etapas en el tiempo, cada una de ellas le exige nuevas redefiniciones de las relaciones, nuevas tareas, asumir nuevos riesgos y oportunidades, renovar expectativas. Toda esta dinámica interrelacional familiar se da dentro de lo que se ha denominado ciclo vital familiar y se inicia cuando se forma la pareja. El tiempo de unión los hace atravesar por diversas etapas “A cada etapa de transición del ciclo de vida familiar le corresponde una crisis, siendo denominada Crisis Normativas o de Maduración” (Marrero, 1988, pág. 30) De ahí que para poder intervenir haya que conocer en qué etapa del ciclo vital familiar se encuentran. (Marrero, 1988)

Continuando con los aportes de (Marrero, 1988, pág.32), acota que el ciclo vital de la familia cuenta con las siguientes etapas: “el desprendimiento, el encuentro, el nacimiento de los hijos, la adolescencia, el reencuentro y la vejez”, quien se basa en los acontecimientos más significativos que marcan una trascendencia familiar. Le corresponde vivir en la época social de acuerdo a su propio estilo, de generación en generación, transmitido de padres a hijos. (Marrero, 1988)

De este modo, Hernández. Se refiere a que “la familia, como todos los sistemas sociales, intenta mantener un funcionamiento balanceado usando sus capacidades para enfrentar sus demandas o exigencias, conforme a los significados que la familia le atribuye a dichas demandas y capacidades”. (Hernández A. , 1998, pág. 20). Lo que indica que al estar la familia expuesta a experimentar toda una serie de crisis, ésta se halla a la vez en constante búsqueda, según el valor otorgado a cada evento, de un equilibrio que le permita sobresalir ante las adversidades. (Hernández A. , 1998)

En otras palabras, se entiende que tras cada crisis por la que atraviesa un sistema familiar, surge una reorganización de roles, reglas, límites, patrones

de interacción que finalmente permite a la familia establecer nuevamente un balance entre estabilidad y cambio propio de los sistemas complejos. (Hernández A. , 1998)

En función de los subsistemas que conforman las familias Minuchin por ejemplo, los nombra holones: individual, conyugal, parental, de los hermanos, son subsistemas que se encuentran en los diferentes tipos de familia. De acuerdo a los distintos momentos en los que las familias se desarrollan en cuanto a la conformación de sus subsistemas en el tiempo, sus etapas adquieren diferentes nombres a saber: familia con hijos o sin hijos. (Minuchin S. , 2009) (pág. 27). Además, los autores les dan diferentes nombres. Dentro de cada ciclo vital familiar, cada uno de los miembros de estos subsistemas se desarrolla además en su propio ciclo vital individual. (Quintero, 2000)

En un sentido sistémico, según lo explica Ángela María, pág. 48. “Las crisis implican la posibilidad de cambiar, de adaptarse a situaciones de transición propias tanto de cada sistema internamente, como de sus relaciones externas con otros sistemas”. (Quintero, 2000), Con esta idea, se comprende que más que un problema es la oportunidad de cambio que tiene la familia para reorganizarse y adaptarse a nuevas situaciones como parte de la vida de todo sistema en interrelación con otros. (Quintero, 2000)

Ángela María Quintero, hace referencia a tipos de crisis que la familia puede llegar a vivenciar, estas son:

- ***Crisis de desajuste o desgracias inesperadas:*** Corresponden a eventos traumáticos, imprevistos que sorpresivamente afectan al sistema familia. Ejemplo: calamidades económicas, muerte de alguno de los miembros, migración, invalidez física y/o mental, entre otros.
- ***Crisis de desvalimiento:*** Ocurre en familias en las que uno o más de sus miembros son disfuncionales o dependientes.

- **Crisis estructurales:** Se refiere crisis concurrentes donde se exacerbaban regularmente determinadas fuerzas dentro del sistema familiar. Ejemplo: familias violentas, familias con miembros de tendencias suicidas, familias con miembros fármaco-dependientes, y demás. (Quintero, 2000)

Crisis vitales, o de maduración, o de desarrollo: Son partes del ciclo vital, normales, superables, y que llevan al crecimiento familiar. Ejemplo: la adolescencia, nacimiento o llegada de los hijos, escolaridad, independencia de los hijos, entre otros. (Quintero, 2000)

Finalmente, una definición sintetizadora del ciclo vital familiar lo da Lauro Estrada cuando dice: “La familia, como todo organismo vivo, tiene una historia, un nacimiento y un desarrollo, se reproduce, declina y también muere; confronta diferentes tareas en cada uno de estos pasos: la unión de dos seres con una meta común; el advenimiento de los hijos, el educarlos en sus funciones sexuales y sociales, el soltarlos a tiempo para la formación de nuevas unidades y el quedar la pareja sola nuevamente; si la familia cumple con estas funciones, será una familia sana, y si en alguna de ellas fracasa o se detiene, será un sistema enfermo” (Estrada, 2007, s/p.)

2.3.3 Vínculo Familiar

La autora Liliana Barg, acota que los vínculos familiares alimentan sentimientos humanos positivos y negativos; tales como: amor-odio; contención discriminación; protección-desprotección; seguridad-inseguridad; autoritarismo-democracia. (Barg, 2003)

Considera la mencionada autora que la familia está constituida por una organización grupal, e interrelacional; las diferentes representaciones internas, van a constituir el llamado escenario familiar; las representaciones del modelo familiar son sometidas por determinaciones externas y cuando

no logran parecerse al modelo, tienen más posibilidades de enfermar. (Barg, 2003)

Continúa afirmando que cada sujeto tiene su propia representación dentro del espacio familiar, y en el escenario se dan roles y funciones. Los modos de interacción están dados por la posición de cada miembro en el grupo y según el poder que ejercen, donde se transmiten normas, valores y sistemas sociales constituyendo su mundo, las formas de vinculación que dan sentido a las funciones familiares de: sexualidad, reproducción, socialización, cuidado de sus miembros. (Barg, 2003)

De acuerdo con Viladrich, “Los vínculos familiares principales –ser esposos, ser padres, ser hijos y ser hermanos- son identidades cobio gráficas; quiere esto decir que, funcionen bien o mal, son relaciones en las que nuestro nombre o identidad familiar se realiza conjuntamente con otro familiar, el esposo con la esposa, los padres entre sí y con sus hijos, los hermanos también” (Viladrich, 2005, págs. 105-106).

Por tanto, hay reciprocidad entre unos y otros; no se puede ser uno solo sino funcionar conjuntamente para formar la unidad familiar; las identidades son en relación al otro como por ejemplo el padre lo es por el hijo, el esposo por la esposa y viceversa, los hermanos entre sí, pues comparten experiencias y vivencias durante toda la vida, pero sin perder la identidad de cada uno. (Viladrich, 2005)

2.3.4 La pareja subsistema conyugal

Sobre este tema, el autor Minuchin en su libro: Familias y Terapia Familiar alude, cuando dos adultos se unen con el fin de constituir una familia, se forma el subsistema conyugal, el cual cumplirá con funciones y tareas específicas importantes para que la familia funcione; su implementación requiere de cualidades como la complementariedad y acomodación mutua.

Los esposos deben aprender a ceder sin darse por vencidos; deben ceder una parte de sí mismos para que se dé la pertenencia. En una relación simétrica, se acepta la interdependencia tratando de superar los obstáculos de la independencia. (Minuchin S. , 2009)

A este respecto se refiere el autor Minuchin, contra los estreses externos, el subsistema conyugal es un refugio; y, contra otros sistemas sociales representa una matriz. Puede ayudar al crecimiento, a la creatividad y al aprendizaje. En la acomodación mutua, cada cónyuge actualiza pautas latentes, lo que sirve para apuntalar los mejores rasgos de cada uno. Pero también los rasgos negativos pueden estimularse mutuamente, por no aceptar a pareja como es, tienden a descalificarla. Establecen relaciones de dependencia-protector, retroalimentándose el uno al otro. Comúnmente se encuentran estas relaciones, y no necesariamente llegar a ser patológicas. (Minuchin S. , 2009)

En la misma forma Minuchin acota, es necesario que el subsistema conyugal fije límites que sirvan como protección para la interferencia de los otros subsistemas, en especial los hijos; los dos miembros de la pareja se proporcionan un refugio que los protege de la acción de los otros subsistemas. Los múltiples requerimientos de la vida, hace que los cónyuges se protejan mutuamente formando un refugio. (Minuchin S. , 2009)

2.4. LA COMUNICACIÓN EN LA PAREJA

2.4.1 Comunicación

Muchos son los conceptos de comunicación, entre ellos se considera importante el de Daniel Stewart, cuando dice: “La comunicación se refiere al uso deliberado, intencional, de complejos simbólicos físicos, justamente con el propósito de elicitar significados específicos en la mente de otro ser humano” (Stewart, 1970, pág. 37))

A continuación el autor Gregory Bateson hace referencia que cada persona, tiene una realidad propia y se edifica con la dimensión externa del cuerpo, con la unión de la mente, el pensamiento y el espíritu. Indicando que mediante ciertos aspectos, el cuerpo trasciende y se establece de manera importante maneras de cohesión social y psicológica. (Bateson, 1980)

De esta manera Gregory Bateson refiere que sería un fenómeno importante para el progreso y también ayudaría a los cambios que sobrelleva la sociedad y se revisaría mediante un análisis desde el criterio evolucionista, desde la conducta del hombre y su comportamiento, probó de manera automática, las dimensiones del ser humano, con la riña de contrarios que muestran una estabilidad y cambio, orden y conflicto, el bien y el mal. (Bateson, 1980)

Más adelante Swihart citado por José Rosales define la comunicación como: “un proceso mediante el cual entendemos a los otros y buscamos ser entendidos por ellos. Así, mediante la comunicación podemos lograr respeto, empatía o una íntima relación, igual que desprecio, separación y contienda” (Rosales, 2003, pág. 35)

Continúa diciendo el mismo autor: “Otro aspecto que define la comunicación corresponde a la organización de sus componentes, ya que la comunicación es un proceso que se comporta como un sistema. El ser humano se comunica a lo largo de toda su vida. Empero, para comunicarse, requiere otro u otros, al menos en sus manifestaciones física, además de una forma o medio desarrollado socialmente para comunicarse. Al darse la comunicación por medio de la interacción social, los componentes de la comunicación (el que interpreta, el que da lugar a la interpretación y los medios empleados) interaccionan dinámicamente. Además, los componentes se organizan de manera jerárquica en el sentido de la construcción interactiva del significado. Es evidente que la ausencia de uno

de los componentes afecta de modo inevitable el proceso” (Rosales, 2003, pág. 36)

Finalmente, Ballenato expone un concepto más actual cuando dice: “Podemos hablar de comunicación para referirnos tanto a la acción como al efecto de comunicar. La comunicación implica algún tipo de relación o de unión entre dos partes, que se conecta o se corresponden entre sí de algún modo. Podemos definirla como un proceso de transmisión y recepción de señales –ideas, mensajes, datos- mediante un código –un sistema de signos y de reglas- que es común tanto al emisor como al receptor” (Ballenato, 2009, pág. 54)

2.4.2 Axiomas de la comunicación

Los tres autores de la Escuela de Palo Alto Gregory Bateson, Paul Watzlawick y Don Jackson ofrecieron una visión clara de la comunicación; la cual puede resumirse en: La esencia de la comunicación reside en proceso de relación e interacción, todo comportamiento humano tiene un valor comunicativo y los trastornos psíquicos reflejan perturbaciones de la comunicación entre el individuo portador del síntoma y sus allegados; de allí que un concepto de comunicación es el de un proceso social permanente que integra múltiples modos de comportamiento, tales como la palabra, el gesto, la mirada y el espacio interindividual. (Rizo, 2011)

De ahí que la comunicación debe pensarse desde un enfoque sistémico de intercambio, no solo del modelo elemental de acción reacción sino de interacción, que se define de acuerdo al bagaje simbólico que se posee. Es así que los autores afirman, sin comunicación no se puede hablar de sociedad. (Rizo, 2011)

Los axiomas propuestos por el autor Paul Watzlawick pueden ser tomados para explicar la comunicación en la relación de pareja:

- 1.- No es posible no comunicarse”. (Ballenato, 2009)
- 2.- Cualquier comunicación muestra un aspecto de contenido –referencial- y un aspecto relacional –conativo-. (Ballenato, 2009)
- 3.- La naturaleza de una relación depende de cómo los comunicantes puntúan la secuencia de comunicación”. (Ballenato, 2009)
- 4.- Los seres humanos establecen una comunicación tanto verbal –digital- como no verbal –analógica. (Ballenato, 2009)
- 5.- Los intercambios comunicacionales entre las personas tienen un carácter o bien simétrico o bien complementario. (Ballenato, 2009)

A continuación se explican los axiomas en forma detallada:

1.- No es posible no comunicarse.- Toda acción sea verbal o física, con palabras o actitudes, es comunicación. Ejemplo: Aun cuando la pareja se ignore, se está comunicando. (Ballenato, 2009)

2.- Cualquier comunicación muestra un aspecto de contenido –referencial- y un aspecto relacional –conativo-. En toda comunicación está el contenido al que se hace referencia y la reacción ante esa información transmitida. Ejemplo: Conviene tratar a la esposa con suavidad; si la agredes la perderás. (Ballenato, 2009)

3.- La naturaleza de una relación depende de cómo los comunicantes puntúan la secuencia de la comunicación. Lo que comunica un cónyuge, sirve de estímulo al otro cónyuge y con su respectivo acento en determinado contenido. “Te hago tantas preguntas porque nunca me cuentas nada; Casi no puedo contarte nada, porque no paras de sonsacarme con preguntas” (Ballenato, 2009)

4.- Los seres humanos establecen una comunicación tanto verbal –digital- como no verbal – analógica. La verbal es más abstracta y la no verbal es clarificadora; ambas sirven para comunicarse. Ejemplo: Decir sí con la cabeza y con las palabras, afirmativo. (Ballenato, 2009)

5.- Los intercambios comunicacionales entre las personas tienen un carácter o bien simétrico o bien complementario. El intercambio simétrico basado en la igualdad y el complementario basado en la diferencia. Ejemplo: El esposo va a su trabajo y junto con sus compañeros mantienen una comunicación simétrica; el esposo, va a su casa donde su esposa lo espera con sus hijos y tienen una comunicación complementaria (Ballenato, 2009)

2.4.3 Comunicación en las parejas

Continuando con el axioma de Watzlawick sobre la imposibilidad de no comunicarse, el autor, Ernesto Rage hace referencia a que el razonamiento de las dificultades de los problemas de las parejas y familias está en la dificultad de comunicarse integralmente. (Rage, 2002, pág. 18)

Afirma Rage que en determinadas ocasiones el esposo o la esposa no expresan al otro lo que quieren decir; pero para que no haya malos entendidos debe cuidarse la calidad de la comunicación; es decir, en el qué y en el cómo hacerlo de la comunicación. Tampoco hablar para sí mismos como en los monólogos no dejando participar al otro. (Rage, 2002) “Se trata de fomentar el diálogo más profundo a través de la empatía, aceptación, honestidad, congruencia y comprensión con los demás, a través del pathos, el logos y la poiesis” (Rage, 2002, pág. 18)

Define el autor pathos, “a todos los elementos pasivos y activos, que constituyen la experiencia del sentimiento y la emoción”. (Rage, 2002, pág. 17)

Conceptúa el logos, como: “la habilidad del hombre para comunicar su propio ser a los demás, a través de un lenguaje verbal y no verbal; asimismo se refiere a la habilidad para usar todos los canales de la comunicación interpersonal en la traducción de uno mismo. Es, por medio de logos que el ser humano encuentra el sentido de su vida”. (Rage, 2002, pág. 18)

Así mismo el autor destaca: “La poiesis como la habilidad del hombre para ser poético en su comunicación, esto es, la habilidad para integrar la expresión verbal, no verbal, emocional y espiritual en el diálogo”. (Rage, 2002, pág. 18)

Los autores Polaino Lorente y Martínez describen lo siguiente: “La comunicación en la pareja se dice de modos muy diferentes. Importan tanto los gestos como las palabras y las formas en que éstas son dichas. Una sonrisa, un gesto de ánimo, los ojos que se encuentran en una larga y sostenida mirada son tan relevantes o más que la articulación de la palabras más acertada a una determinada situación o la oportuna anécdota que ilustra, deleita y hace sencillo lo que era complejo de explicar” (Polaino-Lorente & Martínez, La comunicación en la pareja: errores psicológicos más frecuentes, 2002, pág. 11)

Para que haya diálogo entre dos personas, para que acontezca una real comunicación en la pareja, lo expresado, dicho y manifestado ha de ser verdadero. Cuando el discurso o los gestos no están puestos en razón, no satisfacen este criterio de verdad, más que hacer un flaco servicio a la comunicación interpersonal, la transforman en incomunicación (Polaino-Lorente & Martínez, La comunicación en la pareja: errores psicológicos más frecuentes, 2002, pág. 11)

La comunicación humana, es una determinada forma de interacción social en la que se dan, en mayor o menor medida, intercambios de mensaje entre

las personas implicadas”. (Polaino-Lorente & Martínez, La comunicación en la pareja: errores psicológicos más frecuentes, 2002, pág. 37)

“Mediante el lenguaje el hombre descubre que hay algo objetivo respecto a lo cual él y los demás hombres e ponen de acuerdo”. (Polaino-Lorente & Martínez. La comunicación en la pareja: errores psicológicos más frecuentes, 2002, pág. 44)

Por una parte el mencionado autor Aquilino Polaino en su obra, 'Cómo mejorar la comunicación conyugal' describe que en la comunicación conyugal, **el logos** hace referencia “a la palabra, al verbo, a lo dicho, como manifestación oferente y oblativa de la intimidad de una persona que quiere donarse a otra” (Polaino-Lorente, 2003)

Y por otra, el eros, “es sinónimo de la ternura, pasión, cuidado, solicitud, amor, admiración, compasión, etc. Eros es el modo en que se patentiza la afectividad como modo de ser de la persona” (Polaino-Lorente, Cómo mejorar la comunicación conyugal, 2003, pág. 14)

En conclusión, “es oportuno reflexionar acerca de la interacción que constituye el nervio del diálogo entre eros y logos” (Polaino-Lorente, Cómo mejorar la comunicación conyugal, 2003, pág. 174)

Bajo otra perspectiva, la autora E. Nina describe el estilo como un aspecto relevante en la comunicación de pareja; considera la importancia de que los cónyuges estén atentos no solo al contenido de la comunicación sino a la forma de hacerlo. Describe el hecho de muchas parejas que lejos de trabajar en mejorar su comunicación, la bloquean, generan conflictos y complican su relación. (Sánchez, Carreño, & Martínez, 2003)

Así mismo R. Norton citado por Sánchez, Claudia y otros, da importancia a la forma cómo se dan los mensajes, la que refleja la calidad en la relación de pareja y produce estabilidad. (Sánchez, Carreño, & Martínez, 2003)

También Nina describe varios estilos de comunicación en la pareja; siendo el estilo positivo el que permite la comunicación adecuada porque permite la actitud abierta, y el sentirse escuchado, comprendido, hay intercambio de ideas, demuestra afecto, cordialidad y tolerancia, cualidades sanas en la manera de comunicarse. (Sánchez, Carreño, & Martínez, 2003)

Los otros estilos que expone Nina son: negativo, reservado y violento, los que no promueven una efectiva comunicación para el crecimiento en pareja. (Sánchez, Carreño, & Martínez, 2003)

Finalmente, la autora destaca que los estilos de comunicación se pueden dar en uno o ambos cónyuges, lo que mejora o desfavorece el desarrollo positivo en la relación de pareja. (Sánchez, Carreño, & Martínez, 2003)

Hay que tener en cuenta destaca Wiemann “Tanto si se trata de nuestras parejas como de nuestros amigos, podemos desarrollar y gestionar mejor nuestra comunicación para conseguir que las relaciones íntimas sean más satisfactorias” (Wiemann, 2011, pág. 13)

Por consiguiente sintetiza Wiemann que, “Las relaciones implican gestionar emociones positivas y negativas. Gestionar una relación significa enfrentarse a sucesos desagradables y también a sucesos emocionantes. Una relación significa también negociar las formas de vida e interacción en su conjunto para acomodar nuestras propias necesidades y las necesidades de nuestra pareja”. (Wiemann, 2011, pág. 14)

Sobre la base de las ideas expuestas la autora concluye que la comunicación será positiva si prevalece el diálogo, valores como el respeto mutuo, ayudar a solucionar los problemas conjuntamente, una actitud abierta a escuchar y ser escuchado, en virtud de mantener la buena relación en la pareja.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Diseño de investigación

La presente tesis tiene un enfoque cualitativo desde lo narrativo porque define conceptos, los analiza, contrasta, compara, permite ver las perspectivas de diferentes autores a través del tiempo y finalmente conduce a conclusiones o síntesis. Se lo eligió porque pone en evidencia las teorías, sistémica y cognitiva como instrumentos coadyuvadores a la intervención de la pareja. Son aportes relevantes de los autores, fruto de su esfuerzo, dedicación y entrega al servicio de las personas, que beneficia a las familias, a las parejas y a la comunidad en general.

Así Krause define: “La metodología cualitativa se refiere, entonces, a procedimientos que posibilitan una construcción de conocimiento que ocurre sobre la base de conceptos”. (Krause, 1995) Continúa diciendo que “Son los conceptos los que permiten la reducción de complejidad y es mediante y es mediante el establecimiento de relaciones entre estos conceptos que se genera la coherencia interna del producto científico”. (Krause, 1995, pág. 4)

Desde el punto de vista narrativo, se recolectaron las experiencias de vida de los autores escogidos, transmitidas en sus obras durante sus estudios investigativos y aplicación de técnicas, abordaje, el por qué toman tal teoría, los sistémicos y los cognitivos. También la forma en que escriben sus libros, sus relatos dicen mucho de las terapias realizadas; la importancia que le dan de ayudar a las personas desde el ámbito individual o social.

De acuerdo a Mertens citado por Roberto Hernández Sampieri, divide a los estudios narrativos en: a) tópicos (enfocados en una temática, suceso o fenómeno), b) Biográficos y c) autobiográficos; siendo el primero utilizado en el presente trabajo. (Hernández Sampieri, Fernández, & Baptista, 2006)

En definitiva, a través de los libros y demás lecturas investigadas se pone en evidencia el contexto o entorno en el cual se manejaron quienes escribieron sobre los temas y subtemas constitutivos del presente estudio.

3.2 Modalidad de investigación

La autora de la presente investigación destaca que su modalidad es bibliográfica - documental debido a la recolección de información de fuentes primarias, tales como: documentos, informes y secundarias como: libros, revistas y demás publicaciones.

Como investigadora acudió a varias salas de lectura de la Universidad Católica, también a la Biblioteca General de dicha Universidad; a la Biblioteca de la Universidad de Especialidades Espíritu Santo, Biblioteca de la Universidad Casa Grande, Biblioteca Municipal y Biblioteca de la Universidad de Guayaquil, Facultad de Psicología.

Para la construcción del marco teórico visitó las librerías: La Científica, Vida Nueva, Libri Mundi, Mr. Books, de los que hizo una selección de los más interesantes a ser comprados. Asimismo adquirió libros de Psicología por Amazon y también a menudo hizo consultas de libros digitales.

Luego se procedió a la pre-lectura y lectura de autores sistémicos y cognitivos con el tema de familia y pareja.

Con toda esta información recolectada estaba listo el material bibliográfico pertinente al tema de investigación que da seriedad científica al presente Trabajo de Titulación.

3.3 Tipo de investigación

La investigación es de tipo descriptivo, cada vez que se redacta la información y se exponen las diversas conceptualizaciones en todos los capítulos expuestos en la tesis.

Según Sampieri los estudios descriptivos: “Miden, evalúan o recolectan datos sobre diversos conceptos (variables), aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno investigado” (Hernández Sampieri, Fernández, & Baptista, 2006).

Continúa explicando: “En un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide o recolecta información sobre cada una de ellas para así describir lo que se investiga” (Hernández Sampieri, Fernández, & Baptista, 2006)

Por lo tanto la investigación descriptiva permitió realizar el análisis constante, hacer comparaciones, relaciones entre las variables durante todo el proceso investigativo.

3.4 La Población y Muestra

Se realizó una investigación exhaustiva de autores destacados para constituir la población y enfatizar lo importante de los conceptos y principios que hacen referencia a las variables señaladas:

Sistémicos: Ludwig von Bertalanffy, Gregory Bateson, Paul Watzlawick, Hall, Fagen, Raquel Vidal, Humberto Maturana, Traveset, Salvador Minuchin, Fishman, Whitaker, Campanini, Ángela Hernández, Eguiluz, Bowen, Luhman, Cristina Marrero, Angela María Quintero, Liliana Barg, Pedro-Juan Viladrich, Celia Falicov, Jean Piaget.

Cognitivos: Reuven Feuerstein, Aaron Beck, Albert Ellis, Bertrand Russell, Bárbara Newman & Philip Newman, Frank Dattillio, Hoffman, Aquilino Polaino Lorente, Laura Estrada; Nina.

Como criterio de selección para obtener la **muestra**, se seleccionaron dos autores profesionales en el área de salud mental, con experiencia en

intervención familiar y de parejas; que actualmente se desempeñan en el campo de la investigación práctica científica y académica.

Como representante de la teoría sistémica se escogió al Dr. Juan Luis Linares porque enfatiza mucho las relaciones e interrelaciones en la dinámica familiar, utiliza técnicas y estrategias para llevar a cabo un proceso terapéutico en prevención y solución a los conflictos familiares y de pareja. Los textos para el presente estudio investigativo del Dr. Juan Luis Linares de la Teoría Sistémica fueron los siguientes:

- Identidad y Narrativa: La terapia familiar en la práctica clínica (1996).
- La Intervención Sistémica en los Servicio Sociales ante la familia multiproblemática (1999).
- Sobrevivir a la pareja. Problemas y soluciones (2002).
- Ser y hacer en terapia sistémica. La construcción del estilo terapéutico (2005).
- Tras la honorable fachada. (2000)
- Del abuso y otros Desmanes. (2002)
- Las Cartas Terapéuticas. (2005)
- Las formas del abuso. (2006)

Por su parte como representante de la teoría cognitiva se escogió a la Dra. Christine A. Padesky porque realiza intervenciones científicas de familia y parejas; capacita a futuros especialistas que como ella ayudan a la reestructuración cognitiva, enfatiza el cambio conductual, reemplaza los pensamientos negativos por positivos y trabaja junto con las personas para el control de sus estados de ánimo, asigna tareas para aumentar las interacciones positivas en la relación. Los textos para el presente estudio de la Dra. Christine A. Padesky, fueron los siguientes:

- El control de tu estado de ánimo. Manual de tratamientos de terapia cognitiva para usuarios (2010), y
- Terapia cognitiva con parejas (2000).

- Applied Cognitive and Behavioral Approaches to the Treatment of Addiction. A Practical Treatment Guide (Cognitiva Aplicada y del comportamiento métodos para el Tratamiento de las Adicciones. Una Guía Práctica de Tratamiento) (2010)
- Penso, dunque mi sento meglio. Esercizi cognitivi per problema di ansia, depressione, colpa, vergogna e rabbia. Capire con il cuore. (Creo, por lo tanto, me siento mejor. Ejercicios cognitivos para el problema de la ansiedad, la depresión, la culpa, la vergüenza y la ira. Comprender con el corazón) (2007)

3.5 Métodos

Entre los principales métodos utilizados en esta investigación documental se mencionan, el método de concordancia, analítico y sintético.

El método fenomenológico, definido por Gregorio Rodríguez como: “La investigación fenomenológica es la descripción de los significados vividos, existenciales” (Rodríguez, Gil, & García, 1996).

A continuación el autor Rodríguez dice: “La fenomenología procura explicar los significados en los que estamos inmersos en nuestra vida cotidiana, y no las relaciones estadísticas a partir de una serie de variables, el predominio de tales o cuales opiniones sociales, o la frecuencia de algunos comportamientos” (Rodríguez, Gil, & García, 1996, pág. 40).

El tema de estudio de investigación, hace referencia a la intervención de pareja con las características del método fenomenológico.

También a lo largo de todo el trabajo investigativo se utiliza el método de concordancia que “Analiza varios hechos y observa los datos que se encuentran relacionados en forma análoga con el fenómeno por investigar” (Rodríguez E. , 2005, pág. 30)

El método Analítico, “distingue los elementos de un fenómeno y se procede a revisar ordenadamente cada uno de ellos por separado” (Rodríguez E. , 2005, pág. 30)

Otro método muy importante para realizar las conclusiones de cada subtema y finalmente en las conclusiones en el sintético, definido como: “Proceso mediante el cual se relacionan hechos aparentemente aislados y se formula una teoría que unifica los diversos elementos” (Rodríguez E. , 2005, pág. 30)

3.6 Técnicas utilizadas

En el presente proceso investigativo se utilizaron las siguientes técnicas: documental, lectura analítica, comparativa.

3.6.1 Documental - Investigativa

La técnica documental-investigativa es otra técnica utilizada en el presente trabajo de titulación, realizado en base a la lectura de textos científicos de Psicología, Educación y de Intervención Familiar.

3.6.2 Lectura Analítica

Otra técnica utilizada es la Lectura Analítica, donde la información obtenida fue analizada para rescatar los abordajes sociales, familiares, de la teoría sistémica y cognitiva en estudio.

3.6.3 Comparativa

Finalmente se menciona a la técnica comparativa, adquirida con la muestra de los autores seleccionados donde se procedió a establecer relaciones o comparaciones de las variables señaladas. Además se examinaron las similitudes y diferencias, causas y efectos. (Ver matriz de variables).

3.7 Matriz de variables

VARIABLE 1	VARIABLE 2	SISTÉMICA	COGNITIVA
		JUAN LUIS LINARES	CHRISTINE A. PADESKY
Biografía	*Fecha de nacimiento * Lugar de nacimiento *Hechos de su familia.		
Contexto socio histórico.	* Caracterización de la sociedad y de las familias de las relaciones de pareja.		
Concepción/familia	- pareja		
Conceptos teóricos claves en la propuesta	Análisis, técnicas en orientación familiar, técnicas de terapia.		
Metodología, aplica.	*Supuestos metodológicos, respecto a la pareja *Técnicas que utiliza, respecto a la pareja *Procedimiento, respecto a la pareja.		
Comentarios o críticas	Rol del orientador según el autor		

3.8 Recopilación de la información

Para la recolección de datos se elaboraron fichas nemotécnicas, resúmenes para la información relevante; consultas a personas especializadas en el área de psicología y terapia familiar; apuntes investigativos extraídos de variadas fuentes; ayuda con el google académico orientado en lo posible a las teorías asignadas que son la Sistémica y la Cognitiva.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Semejanzas y diferencias entre la teoría sistémica y la teoría cognitiva desde los aportes de Juan Luis Linares y Christine Padesky

4.1.1 Semejanzas entre la teoría sistémica y la teoría cognitiva desde los aportes de Juan Luis Linares y Christine Padesky

Tanto la teoría sistémica como la teoría cognitiva aplicadas a la intervención familiar o de pareja, tienen una historia y desarrollos distintos (e inclusive separados), por lo que es importante resaltar la existencia de **semejanzas** entre ambos enfoques terapéuticos, en este caso por medio de los aportes respectivos del Doctor Juan Luis Linares desde el punto de vista sistémico, y de la Doctora Christine Padesky en el ámbito cognitivo.

Ambos autores, Juan Luis Linares y Christine Padesky **son psicólogos, profesores de psicología e investigadores en sus respectivos contextos**; Juan Luis Linares de la Universidad de Barcelona y Christine Padesky de la Universidad de California de Irvine, Estados Unidos.

Ambos autores **dan importancia al proceso de la intervención desde sus inicios**. En lo que se refiere a intervención familiar sistémica, se trata de establecer lazos de confianza y comprensión; en lo que metafóricamente se entiende como una danza en la que se permite que tanto los integrantes de la familia como el mismo terapeuta lleven su propio ritmo e iniciativas en un proceso de acomodación donde el terapeuta formará parte de un nuevo

sistema; de esta manera se identificará la disfuncionalidad en las familias y podrá intervenir en consecuencia. (Linares, Identidad y Narrativa, 1996)

Ambos autores **trabajan las interacciones positivas en las relaciones**. De esta manera Juan Luis Linares con enfoque sistémico, ofrece la posibilidad de trabajar en positivo, le da importancia a la preparación del asesor de familias para que con inteligencia emocional, permita que los miembros de la familia puedan exteriorizar sus emociones, enriquecer sus capacidades comunicacionales, en un ambiente de diálogo, de interacción con ellos, no como en otras intervenciones, donde los actores se quedan limitados por su no participación, el asesor deja que el cliente hable de sus problemas mientras que él permanece en silencio. Por su parte Padesky busca incrementar lo positivo en la relación. (Dattilio & Padesky, Terapia Cognitiva con parejas, 2000)

Ambos autores **aplican los principios de sus respectivas teorías**: El Dr. Juan Luis Linares aplica los principios: totalidad, la finalidad, la circularidad, la retroalimentación, la homeostasis y Christine Padesky: Organización del conocimiento, feedback cognitivo, fijación de metas o propósitos, pensamientos divergente y convergente.

De esta manera el doctor Juan Luis Linares desde la teoría sistémica basado en el principio de la totalidad, lo aplica a las familias, conocidas como sistemas donde la acción de un miembro en el grupo familiar, afecta a todos por su relación, es así que surge la necesidad de tratar a las familias en su totalidad para fortalecerla.

Ejemplarizando el principio de totalidad, se manifiesta en el caso de una pareja que está separada, deberá permitirse actuar con su anterior compromiso, como totalidad frente a la educación de sus hijos, en el rol de padres han de seguir en contacto y velar por el bienestar de ellos, en una relación denominada post-conyugalidad. (Linares, 2009)

Continuando con los principios de la teoría sistémica, el **principio de la finalidad** se evidencia cuando se expone o relata los diversos roles en la familia; el rol de padres, el rol de hijos; donde coexisten ciertas reglas, no pudiendo interferir en el rol de cada miembro familiar porque pondría en desequilibrio la organización familiar.

Así lo explica Juan Luis Linares en un artículo con Sandro Giovanazzi, “Las variables relacionales presentes en toda familia de origen, que recogen respectivamente la calidad de la relación de pareja y la capacidad de los padres en el ejercicio de las funciones nutricias para con sus hijos” (Giovanazzi & Linares, 2007, pág. 4)

Es así que los padres tienen el rol de nutrir a sus hijos con elementos cognitivos como el reconocimiento, comprensión y la valoración y emocionales como el amor, cariño, la paciencia, de enseñarles cómo sobrellevar los problemas, de una educación en valores, el respeto a sí mismo y a los demás; la sociabilización dentro de eficaces relaciones interpersonales.

Con respecto a lo expuesto, Juan Luis Linares en un artículo de la revista venezolana de Psicología Clínica Comunitaria describe, que los seres humanos para formar su identidad necesitan de la nutrición relacional, la cual les ayudará a reconocerse a sí mismos y a establecer vínculos a través de la sociabilidad. (Romero J. C., 2008)

En otras palabras, en la pareja y en el grupo familiar persiste la influencia de las pautas relacionales y su estabilidad, los roles familiares, tienen la finalidad de desarrollar la habilidad de mantener la identidad, el control de los conflictos, la adaptación, el cambio y el aprendizaje.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, Juan Luis Linares con el enfoque de la teoría sistémica, observa el **principio de homeostasis** o equilibrio en la familia, para él es importante este principio porque el sistema familiar ha de modificar sus estructuras a través de la fuerza interna del mismo ante el entorno; por ejemplo, la madre le dice a su hijo buscando complicidad, dile que no estoy, el hijo responde el llamado telefónico con un, dice que no está; por lo que la madre se exalta, el hijo está confundido, es castigado y a ello se suman insultos, se rompe el equilibrio familiar, todo por una indiscreción.

En efecto, Juan Luis Linares observa en las familias estas situaciones donde se rompe el estado de homeostasis por un suceso del entorno, compuesto por el subsistema madre vs. subsistema hijo; las fuerzas se contraponen y es necesario que se produzca un cambio para restablecer el equilibrio familiar, mediante la morfogénesis evidencia un cambio en la estructura debido a las fuerzas internas que surgen ante la situación provocada por la reacción del niño que representa el entorno desequilibrante.

Continúa Juan Luis Linares explicando otro principio, el de la **causalidad** entre los miembros de una familia, cuando detalla la influencia de un miembro de un grupo humano en el otro y viceversa; de modo que se establezca un movimiento circular; tal es el caso del proceso de aprendizaje en que el maestro enseña un contenido al estudiante, pero también el estudiante al dar respuesta produce un aprendizaje significativo en su maestro. Cabe decir que desde lo sistémico, los movimientos del sistema son explicados mediante el concepto de causalidad circular.

Ha de recordarse que en los primeros años profesionales, Juan Luis Linares desarrolló un perfil de psiquiatra social diferente a los de su época, enmarcado en una antipsiquiatría (movimiento que cuestiona las prácticas convencionales y pretende suprimir las casas de reposo, camisas de fuerza y electroshock); trató de dar una solución social a las personas con

problemas psicopatológicos; mediante su experiencia de vida y al trabajar con familias trató de dirigirlos a un cambio social, pero entendió que solo se logra dar un cauce significativo en el contexto familiar.

Definir antipsiquiatría puede dirigirse a un movimiento político pero en este caso se lo quiere enfocar al área de la salud. La antipsiquiatría es una crítica a los conceptos médicos en el área de la salud mental; pretende ser más consciente que las respuestas a los síntomas físicos, las vías de tratamiento y la adopción del rol del enfermo se ven afectadas por características como la edad, el sexo y la clase social, entonces, el uso riguroso de términos médicos no dan una correcta definición. Juan Luis Linares citado por (Pérez Soto, 2009)

Años más tarde en la escuela de Palo Alto, Juan Luis Linares sembró las bases que lo comprometieron a trabajar con las familias y con la ayuda de lo sistémico dio mayor sentido a la intervención familiar, como lo expresa en familias multiproblemáticas porque la teoría sistémica le dio las bases para preparar a las familias a que piensen en sí mismas en términos relacionales y sistémicos y también el hecho de la intervención del terapeuta le permitirá intervenir, al conocer sus reglas, sus sistemas y su funcionamiento.

En adelante, Juan Luis Linares a través del trabajo de la práctica de la teoría sistémica, manifiesta en su libro *Identidad y Narrativa*, las intervenciones paradójicas, pragmáticas, cognitivas, emocionales y con la ayuda de recursos como cartas, dibujos, elaborando diagnósticos relacionales, lo cual permite a las personas tratadas, contar sus experiencias de vida, reflexionar y encontrar una salida a sus dificultades.

Por lo dicho, la teoría sistémica le resulta útil a Juan Linares porque de esta forma presta apoyo al familiar de manera humanística, social, involucrándose en la intervención terapéutica para ayudar a los clientes a salir adelante; con el aprendizaje de conductas resilientes, focaliza una

acción positiva y como terapeuta sistémico, lograr fortalecer a las personas a las cuales asesora y a su vez se constituye en un modelo positivo transmitiendo esperanza de vida con las herramientas necesarias, métodos y técnicas para salir de sus dificultades.

Desde otro punto, los escritores Juan Linares y Christine Padesky, a lo largo de su vida científica e investigativa, **se destacan en ser muy perseverantes en cada una de sus producciones y así han guiado a muchos terapeutas en el aprendizaje sobre la intervención familiar y de pareja, como por ejemplo en los casos de depresión.**

En su obra, La Honorable Fachada Juan Luis Linares junto con Carmen Ocampo, (2000) describe que en los depresivo, sus discursos pueden ser interpretados por razones biológicas en relación a las implicaciones sociales. (Linares & Campo, 2008)

Por la importancia que ambos autores dan a la depresión es necesario definirla como un estado de ánimo; quienes la padecen no pueden controlar sus emociones, su causa es la existencia de algún problema difícil de manejar en las parejas, familias, amistades; en momentos de estrés, por ejemplo el caso de una pareja separada por malos entendidos, discuten, se agreden verbalmente y uno de ellos entra en un estado depresivo, tomando decisiones muchas veces irreparables.

En estos casos, la revolución cognitiva entra en el problema de los pacientes depresivos a partir de Aarón Beck, quien investigó las bases empíricas e hizo críticas a la teoría psicoanalítica para ayudar a estas personas que tienen una visión negativa de sí mismos y del mundo que lo rodea; a las informaciones procesadas por ellos, las denominó distorsiones cognitivas, y más adelante para su intervención elaboró técnicas formando hoy la muy conocida teoría cognitiva. Beck citado por (Dattilio & Padesky, 2000)

También Juan Luis Linares desde la teoría sistémica en sus investigaciones a la familia, observa los síntomas depresivos en la conyugalidad y la parentalidad. El fenómeno depresivo es muy evidente en estos dos casos, donde se manifiestan los trastornos depresivos, denominados así por los psicoanalistas, en adelante sus estudios lo llevan a considerar la depresión a causas funcionales y relacionales.

En referencia a los problemas de pareja, la intervención cognitiva conlleva a que los individuos adquieran la responsabilidad de modificar sus expectativas, creencias e interpretaciones disfuncionales, así como también del comportamiento hacia la pareja. Beck, citado por (Dattilio & Padesky, 2000)

Tal como se ha visto, el ser humano posee creencias, mitos, costumbres que son adquiridas dentro de una familia, siendo el pensamiento el producto de las vivencias pasadas, las experiencias logradas, por ello el individuo siempre se encuentra cambiando porque la realidad es contradictoria, el ser ha de buscar la armonía y la reestructuración continua, es una lucha del ser frente a la dinámica del mundo material, que condiciona la conducta, la filosofía de la vida. De ahí que las parejas tienen que saber manejar los estados de ánimo, encontrarle solución a los problemas, prevenir, no usar malas palabras, no herir al otro, conocerse, quererse, tener una buena autoestima para poder dar al otro lo que igualmente quisiera recibir.

De acuerdo a lo anteriormente dicho, los problemas de pareja son solucionables, requiriendo de una autoevaluación con un previo aprendizaje de los pensamientos. Si la persona quiere salir adelante debe recurrir a una ayuda psicológica, prevenir o lamentar las consecuencias.

Para ello, cada vez más los terapeutas recurren a la teoría cognitiva, puesta en práctica en intervenciones de pareja y mediante la identificación de pensamientos automáticos, buscan dar solución a situaciones problemáticas,

a través de la identificación de emociones, creencias intermedias y las distorsiones cognitivas.

De esta manera, la idea de un pensador cognitivo es conocer sus pensamientos automáticos: los positivos y negativos, corregir las interpretaciones inadecuadas, reforzar habilidades de afrontamiento, aprender a controlar los sentimientos para una mejor calidad de vida que les permita enfrentar las situaciones. (Greenberger & Padesky, 2010)

Con el entrenamiento eficaz en los puntos mencionados se ayudará a la persona a superar sus miedos e inhibiciones, al manejo del control de los estados de ánimo, aumentar su capacidad de afrontamiento de momentos de ansiedad, depresión u otros trastornos, por ejemplo en lugar de decir mi pareja nunca va a aprender a cocinar, decir, con la práctica lo logrará. (Greenberger & Padesky, 2010)

Otro concepto del que se puede establecer una semejanza es el de la **retroalimentación**, en el pensamiento sistémico, implica mecanismos de interacción entre los seres humanos donde la transmisión de los mensajes de ellos en la familia sigue el proceso de la información, logrando el equilibrio entre sus miembros. (Ortega, 2001, pág. 65).

Durante la intervención a la pareja ambas teorías, la sistémica y la cognitiva, se fusionan una con la otra con respecto a este punto cuando se habla de la interacción entre dos sujetos.

En la teoría cognitiva también se observa la retroalimentación en la relación terapeuta-paciente para comprender cómo lograr los cambios deseados. (Greenberger & Padesky, 2010, pág. 9)

La retroalimentación para la autora es un proceso, generado en los sistemas; en la comunicación hay una continua retroalimentación, es una

forma de intercambiar ideas, seguir un ciclo, en lo posible alimentar este sistema para realizar un cambio y obtener un beneficio en lo conyugal, parental, familiar, laboral y educativo. Hay retroalimentación de refuerzo o positivo cuando favorece el cambio y retroalimentación por compensación cuando se opone al cambio.

Padesky en su libro el control de tu estado de ánimo expresa que el terapeuta cognitivo logra establecer una retroalimentación con el cliente, mediante la intervención psicoterapéutica, ejerciendo un beneficio en cada uno de los miembros del grupo familiar a través de la identificación de las distorsiones cognitivas que producen emociones negativas; fortaleciendo los estados de ánimo positivos y finalmente lograr el control de las emociones.

La vida profesional de ambos autores se ha enfocado en el campo familiar y de pareja a fin de contribuir en la resolución de los problemas emocionales; a su vez ambos atienden casos de conflictos en sus parejas, a quienes les ayuda a saber cómo sobrellevar sus problemas en la búsqueda de una solución más efectiva para fortalecer las relaciones, como por ejemplo en el caso de Padesky: quien propone el manejo de los estados de ánimo mediante la identificación de los pensamientos negativos. (Greenberger & Padesky, 2010).

Se puede decir que el aspecto emocional es una respuesta a un estímulo proveniente del exterior, que ejerce su influencia al interior del individuo; dichas emociones son conocidas como: tristeza, alegría, ansiedad, en situaciones de la vida cotidiana en forma de experiencias, manifestadas a nivel del pensamiento, reacciones transmitidas por medio de lo corporal o también verbalmente.

Continuando con lo expuesto, las emociones negativas traen consecuencias en la salud humana, afecta todas las áreas del sistema nervioso, estas a su

vez dan lugar a preocupaciones, las cuales producen enfermedades, como las denominadas psicosomáticas, estrés; mostrando así comportamientos agresivos, pasivos, depresivos, que provienen de percepciones inadecuadas, producidas por distorsiones de la realidad.

De esta manera Padesky propone salir de las preocupaciones, emociones y pensamientos negativos con: “un conjunto de habilidades específicas que pueden ayudarte a aprender a mejorar tu estado de ánimo, a crear el cambio conductual deseado, y a cambiar los pensamientos que interfieren en tus relaciones” (Greenberger & Padesky, 2010, pág. 50).

Es decir que la persona puede ayudarse a enfrentar sus dificultades de mejor manera, programarse y estimularse con herramientas adecuadas para cambiar esos pensamientos negativos y enfrentar a su vez los problemas emocionales para llegar a un mejor entendimiento.

Y en el caso de Juan Luis Linares ayuda a superar disfunciones relacionales, en las familias, tales como las que existen cuando hay dificultades en la expresión de un discurso, para lograr el equilibrio a través la intervención produciendo cambios en la comunicación, fijando límites y acuerdos entre los implicados. (Coletti & Linares, 1999, pág. 140)

Por lo expresado, las personas no logran una adecuada comunicación porque cada uno tiene algún tipo de dificultad para poder expresar emociones, aun en el contexto familiar, para producir el intercambio de sentimientos; lo importante es canalizar las ideas para que todos puedan expresarse y lograr establecer adecuadas relaciones interpersonales. Para la construcción de una comunicación efectiva se deben cultivar los valores y ponerlos en práctica.

Hablando de sus inicios, como especialista en intervención a parejas, desde muy joven Padesky estaba bastante interesada en la Biología, y le resultó de

carácter “científico” el estudio de la Psicología, rama en la que se doctoró; de aquí en adelante le llamó mucho la atención la intervención comportamental-cognitiva y se interesó por estudiar el afrontamiento de la depresión, (Dattilio & Padesky, 2000, pág. 9).

Otro punto de análisis es el del afrontamiento, forma de intervención familiar o de pareja donde el orientador o terapeuta enseña al individuo en momentos de estrés aprenda a manejar sus estados de ánimo, a desarrollar habilidades de enfrentar las situaciones negativas, por ejemplo una pareja de esposos afectada por problemas económicos, en momentos que revisa las cuentas, le pregunta la mujer a su esposo ¿qué te pasa? Y el hombre siente invasión de territorio, pierde el control y desata una fuente de emociones que enturbian la relación.

Por su parte Juan Luis Linares desde los principios sistémicos, decidió ayudar a las parejas a mejorar la comunicación afrontando conflictos en diversas áreas tales como el sexo, los celos, la infidelidad, diferencias culturales y la violencia, siendo esta otra semejanza en ambos enfoques. (Campo & Linares, 2002, pág. 150)

A continuación, Juan Luis Linares explica la calidad de la comunicación, eje transversal sobre la cual gira la relación familiar; comunicar es señalar como se ve la realidad, a través de procesos democráticos mediante la socialización de los problemas evacuando o generando la negociación familiar sobre los aspectos de la reestructuración examinar patrones o roles; necesidad de autoconvocarse para expresar problemas y crear límites. Se instauran los valores de la integración en la familia, espacio vital para la supervivencia. Los individuos en su contexto familiar establecen patrones de conducta que les imposibilita formar nuevos pensamientos; la comunicación permite identificar las resistencias al cambio estructural, formando interrelaciones abiertas y no conflictivas.

Recopilando sus experiencias, los autores desde sus lugares de trabajo, ambos son fundadores de Centros de Intervención Familiar, habiendo sido muy estudiosos de su rama desde temprana edad. Además en los Centros que cada uno fundó, ambos profesionales han podido evidenciar y conocer las problemáticas familiares y las estrategias necesarias para la construcción de alternativas, dan sentido, esperanza a las vidas de los pacientes y a salir adelante confiados en un tratamiento exitoso.

Por su parte Padesky desde muy joven, también tuvo oportunidad de acceder a libros de la biblioteca, estudiar un doctorado en Psicología, conoció la intervención comportamental cognitiva a mediados de los 70 y además pudo intercambiar enfoques y modelos con psiquiatras y psicólogos como Aarón Beck. (Dattilio & Padesky, Terapia Cognitiva con parejas, 2000)

Ambos autores tuvieron la oportunidad de conocer acerca de la salud mental para ayudar a las parejas y a sus familias mediante un prediagnóstico, pautas a seguir, entrevistas terapéuticas, la necesidad de cumplir con las tareas para la casa, llevar una agenda para control de las consultas y así las personas pueda adquirir un hábito de hacer un seguimiento para lograr el cambio esperado en sus vidas; ambos autores entraron en contacto con bibliografía y experiencias en el campo profesional psicológico y a su vez fueron entrenados con disciplina, dedicación y constancia para adquirir habilidades que les permitieron enriquecer sus conocimientos. Linares se orientó al campo psicológico y pedagógico porque al igual que Padesky consideraron muy importante la transmisión a futuros profesionales en intervención sistémica y cognitiva respectivamente.

Tanto Padesky como Linares observan a través de las intervenciones en el área de familia y de pareja, que las relaciones en sí mismas, son muy importantes para tener una comprensión integral de los problemas personales o de su entorno.

Christine A. Padesky observa que en el abordaje de los problemas emocionales tiene especial relevancia el aspecto positivo en las relaciones de las familias y parejas, y en una intervención como tal, se trabaja para ayudar a mejorar y reforzar dichas relaciones (Dattilio & Padesky, 2000, pág. 64).

De esta manera, se plantea un amplio sentido de bienestar cuando en situación de consulta psicológica se produce un aprendizaje de las cualidades humanas positivas en el individuo mediante instrumentos prácticos; ya no solo se trata de identificar las distorsiones cognitivas y los pensamientos automáticos sino en trabajar para la adquisición de habilidades nuevas, que mejoren las actitudes y conduzcan a desarrollar experiencias positivas para un estilo de vida saludable y placentero.

Por su parte Juan Luis Linares resalta la nutrición relacional de la pareja como lo básico en el tratamiento para alcanzar alguna mejoría. (Linares, *Identidad y Narrativa*, 1996)

Con este concepto, el autor reconoce dos dimensiones relacionales, la una parental y la otra conyugal: En la parental de padres a hijos se transmite factores culturales, ternura, protección, condiciones básicas para su supervivencia y formación de su identidad. En la dimensión conyugal, lo esencial es el amor, porque mediante él se construye la confianza, el respeto, el cariño, la bondad; estímulos que contribuyen a la maduración individual, es todo lo que se conoce como nutrición relacional.

Por lo cual Linares a semejanza de Padesky trabaja potenciando los aspectos positivos relacionales, adquiriendo habilidades que permiten fortalecer las actitudes que conllevan a las emociones de alegría, entusiasmo, esperanza para alcanzar un alto grado de bienestar.

Desde el paradigma cognitivo, Padesky reconoce la presencia de la parte holística en sus intervenciones a las familias y a las parejas; aunque ella es cognitiva destaca los nuevos sistemas del paciente en reemplazo de los viejos sistemas; juega un papel preponderante la familia de origen para entender la participación de cada miembro en la pareja. (Dattilio & Padesky, 2000)

Es así que Padesky mediante el enfoque holístico explica, cómo se facilita el aprendizaje mediante la cooperación por parte de los miembros que pertenecen a la unidad familiar, también establece formas de ayudar a la pareja conyugal y parental para saber si ese aprendizaje debe modificarse o no y así organizar la familia o la pareja cuando se requiera hacerlo, esto ayudará al crecimiento de cada individuo reflejado en su madurez, construida a través de las experiencias de la vida y modificación en su conducta y pensamiento para con los demás miembros de la familia.

En similitud con Linares quién desde el punto de vista sistémico le da una alta importancia al aspecto holístico que destaca el todo funcional de manera integral y organizada, en este caso en los sistemas familiares o de pareja.

Finalmente se expresa que Juan Luis Linares hace referencia en el enfoque sistémico sobre el aspecto holístico en que la familia es integral es decir un todo y cuando una de las partes tiene un síntoma ya sea en los hijos o en la pareja, recae en todos los miembros de la familia; cuando algo está mal en dicha familia, deberá ser modificada toda la estructura para que haya un cambio y hacer posible que ese cambio sea positivo para afrontar la dificultad que se haya presentado en el contexto familiar.

4.1.2 Diferencias entre la teoría sistémica y la teoría cognitiva desde los aportes de Juan Luis Linares y Christine Padesky

Con respecto a las **Diferencias** entre ambas teorías, en primer lugar se ha de mencionar que el enfoque de estudio de Juan Luis Linares, está basado en dos puntos de vista: el psiquiátrico y el psicológico-pedagógico; por el lado psiquiátrico, hizo contacto con los pacientes perturbados afectados por la segunda guerra mundial de neurosis post traumática trató de insertarlos a la sociedad (Coletti & Linares, 1999).

Referenciando a Juan Luis Linares en su teoría sistémica, desde su punto de vista psiquiátrico y pedagógico, hace referencia a que las personas con dificultades mentales no pueden ser tratadas fuera de sus centros psiquiátricos dejándolos ser e insertarlos en un estado social y de esta manera lograr con la experiencia de desarrollo fuera de un aislamiento, que se les permita salir de sus estados de encierro y encadenamiento; sino dentro del contexto familiar del que forma parte, por tanto es allí donde debe darse la intervención terapéutica.

Desde el enfoque psicológico-pedagógico Linares obtuvo pautas para elaborar su nueva producción terapéutica y ayudar a las familias a que surja en ellas la así llamada “nutrición relacional”, cuenta con condiciones básicas positivas, como el hecho de que los hijos se sientan muy queridos por sus padres idea complementada por Regina Giraldo y María Isabel González, editoras académicas quienes expresan que: “aunque las dinámicas post traumáticas influyan negativamente, la situación básica operará a favor de una evolución positiva”. (Giraldo & González, 2009, pág. 28)

De este modo Juan Luis Linares a través de su experiencia en el campo psicopedagógico enseña a las personas que la relación de afecto demostrada era importante para el desarrollo humano y afectivo en las

familias y se construyan positivamente las relaciones para la solución a problemas comunes.

Así mismo Christine Padesky dirige sus investigaciones a una nueva reformulación, es decir una consideración de lo negativo bajo un prisma positivo formándose una nueva visión de la pareja (Dattilio & Padesky, 2000, pág. 64); Padesky prepara a sus estudiantes al crear experiencias que los hagan sentir frustración, y de esta forma sus estudiantes puedan ponerse en el lugar de los pacientes a fin de que sientan lo que ocurre en la vida de las otras personas; luego deben aprender a trabajar con simbolismos y metáforas que les permitirán hacer intervenciones terapéuticas con estrategias acordes a la situación de las familias o parejas (Bregman, 2008)

La consideración de lo negativo en virtud de reforzar lo positivo puede ejemplarizarse en las actitudes resilientes que son empleadas en intervenciones de pareja ante situaciones problemáticas; cuando existen problemas de difícil resolución, la persona tiene que aprender a enfrentarlos, primero identifica qué aspectos producen estado de ansiedad, frustración; el estilo de intervención consiste en que el individuo elabora una lista donde coloca lo negativo en sus relaciones y al otro lado cómo desea que las cosas fueran, lo que constituiría lo positivo. El terapeuta en base a sus conocimientos y al ponerse en el lugar de la otra persona, pueden entender lo que el otro siente y anhela; también permite trabajar con símbolos y metáforas que expliquen su acción y modos de expresar lo que percibe en la situación problemática.

Así mismo, Padesky habla de trastornos emocionales, de la depresión, orientada en la ciencia pura, utilizando la Psicología como una disciplina altamente científica junto con la contribución de otras disciplinas como la Neurociencia, aplicada a los procesos cognitivos tales como la memoria, percepción, atención, emoción, entre otros para el estudio de problemas emocionales (Ruiz-Vargas, 1999, pág. 75) .

Es importante la utilización del método analítico para mediar entre la psicología cognitiva y la Neurociencia que constituye la neurociencia cognitiva, la cual servirá para establecer las conexiones entre mente y cerebro; de la misma manera, permite la interacción entre biología y la ciencia de la conducta a través del análisis de cada una de las emociones, su implicación neurológica y la forma en la que estas puedan ser expresadas por medio de la transmisión de pensamientos. Como ejemplo, para el estudio de los procesos mentales, imágenes, contenidos del pensamiento, es necesario que el orientador familiar utilice disciplinas afines como la psicología, antropología, sociología y muy particularmente la pedagogía, porque ellas permitirán efectuar el reconocimiento de las confusiones mentales, falla en las relaciones interpersonales, dificultades en el ejercicio de los roles, entre otros.

Por su lado Juan Luis Linares, a diferencia de Padesky, como Psiquiatra y Psicólogo, habla desde la perspectiva clínica y complementándolo con la sociología, aspecto que pone atención en lo social en las múltiples relaciones, su interacción e influencia de unas con otras en un sistema o conjunto, como por ejemplo la familia. Por ello se enfoca en temas sociales tales como el maltrato y la violencia como algo relevante en la salud mental de sus pacientes. (Bregman, 2008)

Para una visión más clara de Linares se observa que en intervención sistémica, incorpora la sociología, en lo que corresponde a las relaciones desde la perspectiva de la familia, al interior y fuera de ella, quiere ver al paciente no solo desde el lado profesional de la Psiquiatría y Psicología sino un nuevo elemento científico, la Sociología y establecer mejores diagnósticos, un mejor tratamiento para establecer todas las redes del cliente y de esta manera con un conocimiento amplio del comportamiento humano tener mayor calidad de análisis crítico, cómo el cliente maneja sus relaciones, como las maneja, satisfactorias o no, sus dificultades de

interacción. Se debe fortalecer la información, no solo lo que el cliente da en la consulta sino lo sobreentendido en la estructura de la persona.

En lo que se refiere al entrenamiento proporcionado a los terapeutas que tanto Padesky como Linares respectivamente instruyen en sus Centros de estudio, por su parte Padesky enseña a sus colegas cómo crear un ambiente positivo en las intervenciones, utilizando el positivismo como un medio para incrementar la confianza de los pacientes, y obtener mejores resultados en la aplicación de las intervenciones con el enfoque cognitivo. (Beck, 2011)

Según Padesky, cuando en una intervención se provee un ambiente agradable hacia el individuo, él podrá expresar todo lo necesario para generar un cambio en el bienestar propio y de su familia; las experiencias vividas serán dadas a conocer para identificar las dificultades que le producen malestar o falla en las relaciones interpersonales amparados en la metodología cognitiva, encontrarán ambas las técnicas adecuadas para dar paso a mejores alternativas de vida.

Además Padesky investigó a fondo, cómo los aspectos positivos en diversas áreas pueden ayudar a los aspectos negativos con los que el paciente lucha, o por los cuales ha recurrido a una intervención, (Dattilio & Padesky, 2000); con esto consigue ayudar a sus clientes a desechar los viejos sistemas para llegar a una nueva modalidad de ser y sentir de un modo distinto, afianzando lo positivo con lo efectivo y ayudando a los pacientes a encontrar nuevos significados en sus vidas. (Dattilio & Padesky, 2000), enfoque cognitivo.

Es claro que la intervención cognitiva precisamente se preocupa de un estudio que trata de reforzar el aspecto positivo para hacer frente a las adversidades; para ello se propone un intercambio de conductas positivas, tales como el ejercicio para aumentar lo positivo en su relación, llamado “días para quererse”, aplicado en intervención de parejas con problemas de entendimiento, de desconfianza, de comunicación y que ha tenido efectivos

resultados, tanto es así que muchos quieren repetir esos momentos, en mejora de sus relaciones.

En tanto Linares, siendo sistémico, se enfoca en que cada terapeuta ha de entrar en sintonía con las emociones de los pacientes, es decir que señala la importancia de las intervenciones emocionales como solución inteligente que le permite establecer bases relacionales en los conflictos familiares o de pareja (Ceberio & Linares, 2005).

La excelente preparación del orientador familiar le permitirá lograr en la asesoría terapéutica, relaciones de confianza, simpatía, atender a sus necesidades y hacer el efectivo abordaje terapéutico que le permita llegar a establecer la comunicación pertinente durante el proceso terapéutico.

Por esta razón, aplicar el enfoque sistémico, es entrar en sintonía con las emociones de los pacientes, adentrarse en el sistema que lo constituyen: el paciente, sus emociones, sus sentimientos y pensamientos con quienes lo rodean, y finalmente lograr mejorar las relaciones con su pareja o sus familiares, incluidos ellos mismos como parte del sistema abordado en la intervención.

Para ilustrar lo anteriormente expuesto, Greenberg y Johnson citados por Canevaro manifiestan: “Las emociones dan un sentido a la construcción y organización de la realidad”, (Canevaro, 2010 s/p.) de modo que tener conciencia de la experiencia emocional le da al individuo, una información muy importante que le permite resolver problemas.

En el delineado anterior, el autor enfatiza que la parte emocional es un elemento que siempre debe estar conectado en la conciencia del individuo para poder recoger información de la realidad; detrás de un pensamiento está el ingrediente emocional, o sea la predisposición del individuo para

engancharse con la realidad y despertar el estado cognoscitivo de relación sujeto objeto.

Por lo antes expuesto, en la consultoría terapéutica, el asesor familiar colabora con el paciente en la organización de sus pensamientos, identificando las emociones resultantes de las experiencias vividas, para detectar los problemas y encontrar oportunidades de solución.

4.2 Procedimientos y Técnicas utilizadas en la intervención de parejas, por los autores estudiados

4.2.1 Procedimientos utilizados en la intervención de parejas, por los autores estudiados

Los procedimientos utilizados en intervención de parejas dirigen los pasos para la consecución de técnicas; entiéndase por procedimiento lo que permite proceder, es decir, los pasos a seguir. (Imbernón, y otros, 2007)

4.2.1.1 Procedimientos sistémicos utilizados en la intervención de parejas

Desde lo **sistémico** Juan Luis Linares inicia los **procedimientos** con un trabajo muy intenso de autoconocimiento personal comenzando con el **registro de los datos** sobre sí mismo y sobre los otros para identificar los modos de relación en diversos escenarios interpersonales; supone un continuo entrenamiento para señalar las secuencias interactivas; requiere reconocer la interferencia de su sistema emocional para no constituirse él mismo en un obstáculo; también exige la visualización y la fijación de objetivos. (Coletti & Linares, 1999)

De este modo, el Dr. Juan Luis Linares enfatiza que la preparación del terapeuta es un recurso vital para llevar a cabo una intervención familiar apropiada, situación que se da en los tres contextos: el personal, el profesional y el de la familia o usuario. El contexto personal hace referencia al terapeuta y el sistema de formación recibido dentro de su núcleo familiar conforme a sus tradiciones, conocimientos experiencias de vida, estudios realizados y conductas adquiridas en su familia de origen., otro contexto es el del mismo terapeuta con su equipo de trabajo que le brinda apoyo y seguridad para dar confianza al proceso; finalmente el contexto familiar constituido por la familia o el usuario que incluye sus características, aspectos socioculturales y su problemática.

Por lo anteriormente expuesto, la participación del terapeuta está sujeta a los tres contextos antes mencionados y señala cómo y cuándo ha de intervenir, las decisiones a tomar están relacionadas a sus experiencias pasadas o vividas, son el resultado de motivaciones y efectos en interacción con las familias que abre las oportunidades de reacción al terapeuta con el fin de conseguir alternativas favorables.

A continuación otro procedimiento sistémico describe “**la visualización y la fijación de objetivos** frente a una situación problema que le va a permitir integrar sus posibilidades de cambio en relación a sí mismo (nivel intrapersonal) con los otros profesionales (nivel interpersonal) y con el sistema organización-usuario (nivel intersistémico)” (Coletti & Linares, 1999)

Es decir, si el terapeuta tiene conciencia de la existencia de estos tres contextos en la intervención podrá observarse a sí mismo y estar más claro de su accionar en esta nueva relación que se presenta junto con el cliente o usuario y de la cual se espera encontrar un orientador que ayude a solucionar las situaciones problemáticas, a dar alternativas de esperanza y a controlar los pensamientos y emociones.

Finalmente, ha de señalarse que cuando el terapeuta logra la confianza deseada por las personas que requieren su apoyo, Linares propone que los procedimientos a utilizar sean el de la **internalización**, al luchar contra los síntomas a través de un movimiento autocrítico, también el de la **externalización** cuando la pareja expresa sus logros, sus luchas de género provenientes del acervo cultural como por ejemplo, la mujer a la casa y al trabajo y el hombre solo al trabajo llega cansado a ser atendido.

4.2.1.2 Procedimientos cognitivos utilizados en la intervención de parejas

A continuación, Christine Padesky, a través de la teoría **cognitiva**, destaca la **participación del terapeuta** como uno de los procedimientos para la resolución de problemas en la pareja, los ayuda a decir todas las soluciones que se les ocurra para que entre ambos opten por una sola, aunque con cierta dificultad porque una solución para uno puede ser más o menos importante que para el otro. (Dattilio & Padesky, 2000)

De acuerdo a las recomendaciones de Christine Padesky, con el enfoque de la teoría cognitiva, el terapeuta debe tener presente que no siempre la solución puede beneficiar a ambos miembros de la pareja, pero hay que tratar de que cada uno tenga su oportunidad de sentirse satisfecho; un ejemplo sería, quién paga la cuentas en la pareja, no siempre ha de ser el hombre porque si los dos trabajan pueden o colaborar mutuamente o designar un mes para el uno y un mes para el otro; claro que, para llegar a un entendimiento han de luchar ambos contra los puntos negativos como son: Las diferencias de poder en la relación, como cuando el hombre dice a sus esposa, en esta casa mando yo; hace referencia que la pareja está respondiendo individualmente y no piensa en que el uno debe dar la mano al otro y compartir experiencias, buscar soluciones, esto es, luchar juntos en la vida diaria, en los buenos y en los malos momentos.

Debido a los estilos de influencia en las relaciones, la pareja debe estar consciente de la importancia de la necesidad de **ser estimulados, motivados** para lograr un cambio en las opciones que toman, como elegir el lugar donde van a comer, los amigos que han de frecuentar; además la pareja también ha de tener en cuenta las creencias que obstaculizarían la solución de problemas, con pequeños cambios se pueden lograr cosas grandes, se requiere paciencia, flexibilidad, disciplina, entendimiento y un gran deseo de que las cosas funcionen y llegar a elegir la mejor solución posible.

En los casos cuando la pareja experimenta mucha ansiedad, es muy importante el procedimiento de la **reestructuración cognitiva**, la cual consiste en evaluar los pensamientos que la producen para poder evaluar el peligro y las consecuencias; de esta manera, se busca bajar el nivel de ansiedad al examinar la evidencia y el pensamiento que surge, se trata de descubrir que hay otras opciones de pensar que ayudarán al afrontamiento de las situaciones. (Greenberger & Padesky, 2010)

Referenciando lo antes expuesto, la reestructuración cognitiva ayuda a bajar los niveles de ansiedad cuando quien la padece se somete a un proceso evaluativo de sus pensamiento, por ejemplo el esposo ha perdido su trabajo, la familia tiene un montón de deudas y se llena de ansiedad de pensar que su esposa no va a comprender la situación, que le va a echar la culpa por no mantenerse en el trabajo y que desconociendo la realidad la esposa querrá continuar con su estilo de vida; esta serie de pensamientos le producen una gran ansiedad y no quiere comunicar su despido; pero él deberá afrontar la situación y decirlo para que juntos busquen llegar a acuerdos, no permitir los gastos innecesarios, hasta que pueda encontrar un trabajo estable.

De la misma manera, Christine Padesky expone que durante las intervenciones terapéuticas, el terapeuta ayuda a las parejas en consulta a bajar los niveles de ansiedad mediante el procedimiento de entrenamiento

en **relajación**, el cual ha de estar dirigido a la parte física y mental; en situaciones estresantes, ambos se complementan hasta alcanzar un estado de relajación progresivo que baja la ansiedad sustancialmente. (Greenberger & Padesky, 2010)

Para bajar los niveles de ansiedad hay múltiples formas que el terapeuta puede sugerir tales como escuchar una música instrumental, leer un libro, el caminar por las mañanas en un parque; si uno se acostumbra a practicar la técnica de la relajación, estará preparado para momentos estresante tanto en la frecuencia como en la rigidez de situaciones causante del estrés: el trabajo, el estudio, el hogar, el vecindario, la dinámica del ajetreo ciudadano, el tráfico vehicular, la inseguridad, el ruido, la contaminación ambiental, la suciedad en las calles; ocasionan a las personas desajustes en su área psíquica y motora reflejadas en actitudes difíciles de sobrellevar.

De esta forma, el procedimiento de **relajación muscular** desarrollado de la cabeza a los pies o viceversa, está destinado a disminuir la tensión de ciertas partes tensas del cuerpo. (Greenberger & Padesky, 2010)

Por lo tanto, Padesky propone otra forma de proceder a través del método de **relajación muscular progresiva**, basándose en el conocimiento de que cada persona experimenta estrés en determinadas zonas de su cuerpo, puntos clave sobre los cuales el terapeuta asigna a los individuos a que se den un toque, permitiendo bajar el nivel de tensión; cabe anotar que mientras más se practique la técnica de relajación, más habilidad logrará y por tanto mayor efectividad.

Otro procedimiento para ayudar a las parejas en su reducción de la ansiedad es la **distracción**, consiste en centrar la atención lejos de los pensamientos que mantienen focalizada la ansiedad, lo que contribuye a disminuirla. (Greenberger & Padesky, 2010)

La autora Christine Padesky explica que la ansiedad está ligada a un sentir corporal y pensamientos que contribuyen a su aumento; si uno aplica la distracción mental en cosas positivas, este será un método donde el nivel de ansiedad disminuirá gradualmente.

Un ejemplo de ello sería, cuando el avión se retrasa por motivos de avería y necesidad de mantenimiento, el personal de la aerolínea intenta bajar el nivel de ansiedad de los viajeros repartiendo un refrigerio; tratan de recuperar la confianza de los usuarios, y que están trabajando por darles un buen servicio. Una señora muy ansiosa por el tiempo perdido le dice a su pareja que esa ración es muy poca, el esposo actúa en beneficio de su pareja, se acerca y pregunta a la señorita de la aerolínea si es posible repetir el nivel de ansiedad de su esposa; muy amablemente le contestan, lo que usted guste. De acuerdo a esto se puede resaltar que aplicaron el método de la distracción y aumentó la esperanza de un viaje próximo y seguro.

4.2.2 Técnicas utilizadas en la intervención de parejas por los autores estudiados

Las técnicas permitirán llevar el proceso de asesoramiento en intervención de parejas, entendidas estas como “Habilidades mediante las cuales se hace algo” (Canales, 2006, pág. 219)

4.2.2.1 Técnicas sistémicas utilizadas en la intervención de parejas

En lo que se refiere a las **técnicas**, **Juan Luis Linares**, desde lo **sistémico** puede mencionarse la **prescripción de rituales**, (Ver Anexo # 1) que consiste en una característica de intervención pragmática y usando como acceso a la narrativa permite ir a la persona hacia el lado emocional. De esta

manera el dejar a un lado los momentos vividos enfermizos con una persona cercana y la suplantación por algo saludable le permite tener tranquilidad y fortaleza; la nueva constelación puede propiciar el desarrollo de una narración de cambio. (Linares, 1996)

Con esta técnica Juan Luis Linares ayuda a las parejas cuando se encuentran en situación de no poder suprimir hechos pasados que le han causado daño. Ejemplarizando esta técnica está el caso de una esposa que ha recibido un insulto con palabras denigrantes a causa de una discrepancia, por parte de su pareja, lo ha perdonado pero aún siente un dolor que se manifiesta por un llanto desesperado; en la intervención se le recomienda trabajar ambos en el ritual de depositar esos insultos en una caja, llevarlos al río y lanzarlos. Esta acción refuerza a la esposa su capacidad de perdón y olvido y ayuda a la pareja a mejorar su relación con respeto y armonía.

Así, la técnica del ritual definida por Juan Luis Linares, hace uso de un conjunto de simbolismos creados por el terapeuta, estableciendo pasos que contribuyen a desligar ciertos síntomas de las emociones para alcanzar un estado de confianza y aceptación de un cambio.

Otra de las técnicas más utilizadas por esta autor es la **provocación**, que tiene por objeto: “Modificar la función que ejerce algún miembro de un sistema”, es decir que cambia la estructura de dicho sistema, saliendo de la homeostasis vigente. (Ceberio & Linares, 2005, pág. 164)

De acuerdo con Juan Luis Linares, no siempre el equilibrio en el sistema conyugal es indicador de una sana relación; a veces hay que romper con estructuras en virtud del crecimiento personal; tal es el ejemplo de una pareja que aparentemente todo está funcionando correctamente, pero, la insatisfacción de la esposa se manifiesta con apatía, rechazo, desinterés en todas las relaciones que se toman; se descubre que es el esposo el responsable de lo que se hace o no se hace y la esposa por convicción

piensa que solo debe cumplir con lo establecido. El terapeuta recomienda la técnica de la provocación debe ser utilizada para inducir a un cambio a este sistema de una sola vía de poder hacia el cónyuge y que la esposa sienta que ella tiene el derecho de exponer sus ideas y aprender juntos tomar la decisión conveniente, esto es crecer en pareja.

También ha de mencionarse la aplicación de la técnica de **cuestionamiento circular** (Ver Anexo # 2), tiene como objetivo observar los juegos donde se produce la interacción familiar. (Ceberio & Linares, 2005)

Esta técnica también es conocida por Juan Luis Linares como la técnica de hacer preguntas y consiste en elaborar previamente un cuestionario donde se observe la interacción de los miembros que componen la familia; se accede al descubrimiento de aspectos importantes de relación; cómo se desenvuelven, reaccionan o comunican entre ellos; cómo se fortalecen los vínculos de afecto; para la aplicación de esta técnica, es importante realizarla con mucha prudencia, puesto que puede resultar incómodo para aquellos a quienes se los interroga durante la intervención familiar.

Otra técnica igualmente relevante es la **acomodación**, (Ver Anexo # 3), la cual resulta fundamental aplicarla al inicio de toda intervención, cuando la familia expone sus heridas, acompañadas de la vergüenza, la culpa y el temor; esta tiene un mejor resultado si se la acompaña con la connotación positiva y otros modelos como el desafío y la confrontación. (Ceberio & Linares, 2005)

Como una de las maneras de formar una unidad terapéutica es mediante la acomodación, por la cual el terapeuta, debe conocer con anterioridad el problema que va a tratar y las personas afectadas por el mismo, esta información le permitirá sentirse cómodo y la posibilidad de brindarles con las palabras adecuadas un ambiente propicio, relajado y agradable, que llevará al paciente a estar dispuesto a contar sus problemas y

comprometerse a colaborar en su solución, desde el inicio le permitirá al terapeuta adaptarse a las reglas del sistema familiar y lograr así una mayor tranquilidad para llevar a cabo la consulta terapéutica. Esta idea se refuerza con lo que Minuchin llama joining, primera maniobra utilizada por el terapeuta para lograr un acercamiento y que se debe dar al principio de una intervención. (Sánchez-Cano & Bonals, 2007)

Ejemplarizando la técnica de la acomodación, se da cuando la esposa demanda la atención psicológica por desacuerdos con su pareja y manifiesta el motivo de los celos del esposo, quien no la deja continuar con sus estudios universitarios; la consejera escucha y ello le permite formar un conjunto de ideas que al ser expresadas que formará un ambiente de confianza, tranquilidad y el deseo de cooperar desde la entrevista inicial, todo constituye la base para la actual intervención y las futuras.

Además el terapeuta sistémico a decir de Juan Luis Linares, hace uso del **genograma**, (Ver Anexo # 4) recurso que consiste en el diseño de un árbol ramificado cuyo propósito es conocer gráficamente la constelación familiar multigeneracional (Ceberio & Linares, 2005)

Hecha la observación anterior, el conocimiento de un genograma personal, hace posible visualizar rápida y sintéticamente situaciones críticas por las que está atravesando el individuo o cliente en su sistema familiar, lo que le permite al terapeuta intervenir oportuna y reflexivamente para que no se repitan estas experiencias negativas.

El autor Juan Luis Linares en casos como este recomienda al terapeuta sistémico recurrir a la elaboración de un genograma que le permitirá observar en el sistema familiar casos de prostitución, así mismo aquellas actitudes que reflejan en el grupo familiar, los comportamientos y sus relaciones, la unidad de convivencia; estos es, de la forma cómo cada uno de los miembros aportan al medio familiar, se pueden detallar las

experiencias buenas y malas, los conflictos, las edades de cada uno, el año en que nacieron; descubrir las pautas repetitivas y otros detalles como aportes igualmente significativos.

Aunque el genograma es muy útil en las Intervenciones, Juan Luis Linares propone otras técnicas igualmente importantes, idea que es reforzada por Salvador Minuchin, cuando describe el hacer de un artesano que se jacta de su habilidad para unir dos piezas de madera, pero no está consciente que nadie las quiere unidas; esto significa que hay detalles que sin querer son omitidos; por tanto la realidad es siempre parcial; debido a ello no hay que circunscribirse a una sola técnica; análogamente, durante la intervención a familias, el terapeuta deberá aplicar no solo una técnica sino varias y renovarlas para que el orientador se convierta en la persona que es capaz de restablecer la salud mental de la persona que consulta. (Minuchin & Fishman, 2001)

Finalmente se sugiere la **técnica imaginativa**, con el enfoque sistémico, consiste en hacer uso de un lenguaje mental, propone a la familia o pareja hacer uso de la imaginación para que en un lenguaje figurado describa una problemática. (Prada, 2006).

En intervención sistémica, se ha comprobado que esta técnica ha sido aplicada en casos de enfermedades y sus resultados han sido positivos, por ejemplo en un caso de una persona con Sida en etapa terminal, los especialistas no se explican cómo sigue viviendo y con buen estado de ánimo; él ha seguido un tratamiento psicológico donde se ha llevado a cabo la técnica imaginativa, donde el terapeuta lo ha llevado con la imaginación a un lago cuyas aguas tranquilizan y transmiten energía, los dolores o malestares desaparecen y sale renovado. Esto va a permitir que el paciente logre seguridad y el deseo intenso de salir adelante pese a sus circunstancias.

Cabe aclarar que no se pueden usar todas las técnicas, en un mismo caso, por ello, el terapeuta debe tener la capacidad y el conocimiento previo para ofrecer solución a cada problemática que se le presenta; además debe contar con la colaboración de la misma persona que consulta y sus familiares. Así mismo, es necesario que el terapeuta no esté solo, que cuente con otros profesionales que den su apoyo interdisciplinario para la intervención requerida.

4.2.2.2 Técnicas cognitivas utilizadas en la Intervención de parejas

Desde el enfoque **cognitivo**, **Christine Padesky** utiliza algunas **técnicas**, entre las que destaca la **respiración controlada** (Ver Anexo # 5) como otro procedimiento para tratar a las diadas con alto grado de tensión, consiste en aprender a respirar profundamente y así disminuir la tensión y la ansiedad. (Greenberger & Padesky, 2010)

Además, Christine Padesky explica que una persona con un nivel de ansiedad no sabe controlar su respiración, por lo tanto al no circular el oxígeno en forma debida se pueden ocasionar desequilibrios mentales, como falta de aire, desesperación, agitación y hasta puede llegar a un desmayo inesperado; un procedimiento vital y sencillo es el aprender a respirar controladamente, por ello Padesky detalla cómo debe ser la respiración de una persona tensa y ansiosa para lograr el control muscular. Por ejemplo, en una entrevista de trabajo, un individuo que practica el método de la respiración, podrá hablar relajadamente, con seguridad, exponiendo sus ideas para llevar a cabo una buena entrevista de trabajo sin mayores tropiezos que le hagan decaer en sus propósitos. Para profundizar en este procedimiento.

Continúa aclarando Christine Padesky cuando refiere que es muy utilizada la técnica de la **imaginación**, (Ver Anexo # 6), que consiste en visualizar imágenes tranquilas y relajantes, escenas donde el terapeuta ofrece a las parejas seguridad y relajación. (Greenberger & Padesky, 2010)

Durante la intervención, Padesky describe el papel de la imaginación para bajar los niveles de ansiedad en las familias o parejas que acuden a su consulta, consiste en imaginar un paisaje, o escenas creadas por medio del pensamiento, la clave está en descubrir qué sensaciones produce en quien experimenta está práctica. Un ejemplo de ello sería que la pareja después de arduos días de trabajo, busque bajar la tensión que le provoca un estado ansioso, mediante el método de la imaginación, caminar por la playa y percibir el aire, sentir la brisa; el sonido de los pájaros y de las olas del mar; sentarse, descansar y en la noche disfrutar de las estrellas, prender una fogata y compartir con el ser amado una deliciosa cena romántica en un lugar cercano a la playa.

También por parte de Padesky se puede mencionar la denominada **estructuración negativa**, (Ver Anexo # 7) porque es notable que las quejas o rasgos específicos de las parejas, correspondientes al lado negativo actuales sean las características opuestas que alguna vez los atrajeron en el pasado. (Dattilio & Padesky, 2000)

Esta poderosa herramienta que es la técnica de estructuración negativa ayuda a que las parejas aprendan a buscar el lado positivo a sus apreciaciones en virtud del conocimiento antes expuesto de que si antes existieron características positivas, hoy se pueden estructurar las negativas, esto da cierta esperanza y la necesidad de analizar las distorsiones cognitivas adquiridas en su historia como pareja.

Cabe mencionar que para producir un cambio significativo en las parejas, ante problemas de relación, se utiliza la técnica de **descubrir el sistema de**

creencias básicas, (Ver Anexo # 8) la que permite al terapeuta enseñar a los clientes el primer paso para reestructurar sus sistemas de creencias conjuntamente (Dattilio & Padesky, 2000)

En este propósito, Christine Padesky explica la técnica mediante el caso de Carli y Zack (Dattilio & Padesky, 2000), estructurado de la siguiente manera: En la sesión inicial se conceptualiza el problema de pareja y ambos contestan el cuestionario de actitudes matrimoniales, luego de revisar la información obtenida, se identifican las creencias subyacentes, de cada uno, esto es, sus esquemas, en otra sesión se propone hacer una lista donde los cónyuges examinan sus pensamientos automáticos y los pensamientos alternativos que podrían reemplazarlos, no sin antes identificar las distorsiones cognitivas correspondientes.

La técnica, descubrir el sistema de creencias básicas, es un instrumento terapéutico aplicado por el terapeuta cuando detecta problemas de distorsiones cognitivas, pensamientos automáticos disruptivos, que debe ser llevada con esfuerzo, constancia, disciplina, ganas de querer cambiar las actitudes negativas, permitirá descubrir las creencias básicas que ejercen su influencia negativa en la situación actual de pareja con el propósito de dar soluciones a la problemática investigada.

En tercer lugar se menciona que cuando la pareja se encuentra en proceso de identificar los pensamientos automáticos, las emociones correspondientes y sus creencias básicas, a menudo se pueden presentar dificultades para recordar información de las áreas conflictivas, para ello el terapeuta aplica las técnicas de **imaginería** y **juego de roles**; mediante la fantasía reavivan sentimientos donde la pareja vivió momentos felices; son útiles en parejas poco comunicativas (Dattilio & Padesky, 2000, pág. 59); siendo el terapeuta quien ha de decidir cuál utilizar o ambas y en qué casos.

Las técnicas antes expuestas permiten recordar experiencias casi olvidadas, Padesky describe cómo aplicar la técnica; el terapeuta sugiere a la pareja, a uno o ambos, recordar episodios felices compartidos como el noviazgo, aniversario, cumpleaños, detalles que les pueden servir para liberar sentimientos que parecían borrados de la memoria.

En otro orden, también puede mencionarse la técnica **la flecha descendente** que se la utiliza “para estimar los resultados anticipados de pensamientos automáticos y así la pareja puede evaluar si el desastre esperado tiene probabilidad de suceder” (Dattilio & Padesky, 2000, pág. 61)

Esta técnica es aplicada a personas con problemas emocionales como la ansiedad y depresión; consiste en identificar los pensamientos automáticos que surgen ante una situación estresante. Por ejemplo; por problemas económicos, el esposo empeña una cadena de oro de origen familiar sin ser autorizado por su esposa; ella se entera y empiezan las discusiones, las agresiones y están a punto de separarse; acuden a consulta y el terapeuta le aplica la técnica de la flecha descendente. Pregunta qué ha significado para cada uno de ellos tal situación; ante cada respuesta, surgen otras interrogantes y encontrando nuevas razones se van aclarando los motivos; la idea es establecer un vínculo entre las razones primarias y las razones secundarias, con el fin de que al compararlas se establezca el contraste de sus deducciones; es decir que comprendan lo que les impulsó a reaccionar ante un hecho y que desencadenó a una posible separación.

Finalmente Padesky ilustra el uso de la **técnica asertiva**, donde el terapeuta enseña a la familia o pareja a expresar pensamientos y sentimientos y a la vez reconoce el derecho y la dignidad de los demás. Un ejemplo es el de una pareja machista que acude a intervención porque los hijos en etapa de la adolescencia no hacen caso a las órdenes establecidas en la familia, porque su padre trabaja todo el día y la madre a cargo del hogar ha delegado todas las funciones al padre que está ausente; esto ha ocasionado

problemas a la pareja porque en las noches ella le presenta una lista de quejas de los hijos; el esposo cansado de trabajar no quiere atenderla, ni tampoco reprender, ni establecer límites, orden y disciplina. El terapeuta recomienda la técnica asertiva para que afloren los sentimientos y pensamientos que necesitan ser expresados para abordar las situaciones que se viven dentro del núcleo familiar. El trabajo terapéutico surge efecto cuando logran bajar las tensiones y ponerse de acuerdo en la educación de sus hijos.

4.3 Metodologías para la intervención de la comunicación en parejas desde los abordajes de Juan Luis Linares y Christine Padesky

En la metodología sistémica la intervención de parejas se inicia con la entrevista inicial; los datos obtenidos servirán para la elaboración de un diagnóstico explicativo del cómo, cuándo, dónde y para qué aparece el síntoma en el sistema familiar, resultados que servirán para dar el tratamiento adecuado; según Haley el proceso se lleva a cabo en 4 fases: la fase social donde cada cónyuge se presenta; la definición del problema que determina la situación presente; la fase de interacción donde expresan la relación de cada uno con el problema y finalmente la fase de los cambios deseados en la que se trata de definir lo que se espera del terapeuta y qué hacer para que se disminuya o se solucione el problema. (Trigueros, Mondragón, Serrano, & Teresa, 2001)

Se observa claramente que llevar una metodología en una entrevista a la pareja es seguir los pasos hacia la solución de un problema; el terapeuta realiza una presentación de la forma en que se va a trabajar y qué espera de ambos cónyuges, por su parte la pareja detalla aspectos personales y el motivo o las razones por las que consultan; durante el desarrollo se destaca la realidad donde exponen sus experiencias y puntos de vista, luego se

expone el problema y su participación; a medida que se interactúa va apareciendo la solución o posibles soluciones a la problemática.

Después de lo anteriormente expuesto se menciona la comunicación de pareja como un tema relevante en intervención sistémica y cognitiva; por ello es importante definirla como un fenómeno interaccional entre un emisor y un receptor, en donde la unidad de base es la relación entre dos individuos, constituyéndose un proceso circular donde se transmiten los mensajes (Bowen, 1998)

De acuerdo a lo expresado, en toda relación interpersonal la comunicación ocupa un lugar preponderante; “La comunicación en las relaciones de pareja depende de cómo cada uno de los protagonistas tiene establecidos los estilos de comunicación” (Aguilera, 2003, pág. 95); entendiéndose por estilo, la forma o modo de comunicarse tales como: no escuchar, hablar demasiado, los muy callados, los que interrumpen a cada rato, los que dan vuelta a las ideas sin ir directamente a lo que deben tratar, aquellos que hacen verdaderos monólogos, no dándole oportunidad al cónyuge de que se exprese; los que hacen callar de tanto reproche o palabras ofensivas, los que se van cuando se enojan, dejando al otro con interrogantes sin responder; de esta manera, los conflictos de la información que transmiten hacen referencia a las maneras cómo se comunican; una comunicación asertiva, es decir, respetando los derechos propios y los ajenos, es a través del diálogo, siendo esta lo esencial para la resolución de discrepancias de pareja.

Lo expuesto se ve reforzado con el enfoque siguiente: la teoría sistémica contiene conceptualizaciones que logran grandes beneficios al desarrollo del proceso comunicativo ya que permite un discurso desbloqueado, ágil para el ejercicio de la transmisión de los mensajes. (Watzlawick & Ceberio, 2008)

Cuando se pierde la eficaz comunicación las parejas han de buscar ayuda y el terapeuta utilizará el método, las técnicas y los procedimientos para que cambien su modo de comunicación; su estilo encontrará nuevas formas y los problemas serán resueltos.

De la misma manera, bajo el enfoque sistémico, Gallego plantea procesos metodológicos para mejorar las relaciones de pareja mediante formas de intervención que empleen estrategias y técnicas para cada situación; sin embargo no se puede decir que en la comunicación propositiva se maneje un conjunto de reglas predeterminadas, las cuales logren potenciar las relaciones equitativas en las diadas. (Gallego, 2006)

Hechas las consideraciones anteriores, los procesos comunicativos entre el emisor, el receptor y el mensaje son transmitidos en el interaccionar de las personas, su estudio sirve para comprender las razones del actuar de cada uno de los cónyuges, sus patrones de comportamiento, sus interrelaciones el desempeño de sus roles de esposo o esposa, las actitudes de consentimiento o rechazo, actividades que permitirán orientar la intervención terapéutica. Además hay que saber interpretar los estilos de comunicación y respetarlos.

Con respecto a la comunicación, Juan Luis Linares expone la idea que Comunicarse significa articular el uso de canales verbales y gestuales, sabiendo que su manejo individual responde a códigos personales, familiares y culturales muy diversos (Ceberio & Linares, Ser y hacer en terapia sistémica. La construcción del estilo terapéutico., 2005), esto quiere decir que hay que tener en cuenta las diferencias existentes en la pareja, no solo individuales sino culturales. Como ejemplo, cuando el esposo habla fluidamente, y su esposa tiene características de ser callada, no puede esperar que ella hable tanto como él, ha de fijarse en sus reacciones físicas, los gestos, una sonrisa, expresiones de enojo, son indicadores a tomar en cuenta en respeto de su estilo comunicacional.

Por su parte el autor Aquilino Polaino Lorente, especialista en Neurología y Psiquiatría y Pedro Martínez Cano, Psicólogo especialista en Intervenciones familiares, Doctor en Filosofía y Letras destacan la intervención de los terapeutas en su intento de estructurar las interacciones entre parejas con problemas mediante contratos recíprocos, para mejorar las estrategias de comunicación y negociación donde debe existir en el cónyuge una relación de compromiso y de refuerzo positivo hacia el otro. (Polaino-Lorente & Martínez, 2003). De este modo, los contratos recíprocos abarcan aspectos de la vida conyugal como el sexo, dinero, niños, familiares; es un acuerdo mutuo de lo que se espera dar y recibir, asegura la paz y el bienestar futuro; su aplicación asegura momentos de felicidad por lo que se han comprometido en darse el uno al otro lo pactado. (Rage, 2002)

Lo que quiere decir que los contratos recíprocos y las estrategias de comunicación y negociación, forman parte de la teoría del aprendizaje social, pero no siempre tienen el resultado esperado porque si se llegan a romper, pueden originar problemas emocionales que afectarían mucho más a la relación tales como los resentimientos, desengaños y el enojo.

Desde esta perspectiva, Juan Luis Linares, en su estudio de la comunicación conyugal, aplica la metodología sistémica como un camino a seguir, donde el equipo: profesional, institución y el usuario, han de entrenarse en el hacer, haciendo, es decir, entrenarse en una visión interaccional de las posibles dificultades de los sistemas implicados, tanto en la ayuda como en la búsqueda de soluciones a través de experiencias como la de la circularidad y sus efectos, como el entrenamiento en una lectura de los efectos interpersonales de la actividad profesional, que además toma en cuenta la generación de ideas útiles a la tarea (Coletti & Linares, 1999, pág. 193) Juan Luis Linares define el equipo como un instrumento de trabajo que busca soluciones en el quehacer terapéutico de parejas y logra una organización, lo que va a permitir que se lleve a cabo las intervenciones requeridas en un

contexto particular adecuado, con una visión ecológica del sistema para favorecer al cambio. (Coletti & Linares, 1999)

En otras palabras, para establecer una organización en una intervención adecuada, el terapeuta debe trabajar con otros profesionales en forma interdisciplinaria; el equipo deberá tener apoyo con los clínicos para trabajar con cualquier tipo de problemáticas; con estas herramientas se evita el fracaso terapéutico y todos van a sentirse más seguros por una metodología acorde a la salud y al bienestar de la pareja que acude a consulta.

Según el Doctor en Psicología Robert Roche, especialista en el área de familia y pareja, expone la metodología sistémica en base a conceptos como la bidireccionalidad, globalidad, circularidad de los procesos comunicativos, alternativas que permiten una metodología adecuada hacia las parejas tanto individualmente como en conjunto (Roche, 2006)

Explicando lo anterior, y según los principios de la teoría sistémica, el subsistema conyugal está conectado al sistema familiar de cada cónyuge y a su vez al social; en virtud de que la comunicación siempre se da entre ambos cónyuges, cada uno lleva en sí el pasado sistémico que le permita constituirse y proyectarse. Todo parte del simbolismo en forma de valores para la obtención de bienes abstractos y materiales, el mismo que será transmitido a los hijos y a las otras generaciones.

Como un aporte a los sistémico, Eguiluz destaca que “la expresión es una acción que busca cumplir ciertos propósitos y es medida por su coherencia entre el decir y el hacer” (Eguiluz, 2007, pág. 54), es decir que hay que considerar al lenguaje como un patrón de actividad, el cual permitirá al terapeuta aumentar su capacidad expresiva. (Eguiluz, 2007)

De este modo, la metodología sistémica, observa patrones de conducta, reglas, maneras de relacionarse y destaca como punto clave a la

comunicación, no solo para explicar el comportamiento de la pareja sino como instrumento de ayuda que aporte con soluciones a las diversas problemáticas.

Ejemplarizando la importancia de la comunicación durante la intervención, se da cuando una pareja acude a consulta para exponer el problema de la poca comunicación entre ambos; la esposa estudia, pero ha tenido dificultades en algunas materias, no sabe de qué manera pedirle ayuda al esposo, realiza otras actividades aparte tales como lavado de ropa, planchado, cuidar niños y llega muy cansada a su casa; el esposo no explica por qué y empiezan las discusiones.

La asesora de parejas, da la oportunidad para que cada miembro explique las razones de su actual desorganización, que no solo se trata de observar conductas, sino de provocar un ambiente de confianza en que la pareja pueda dialogar y comunicar a su pareja el porqué de su silencio. La intervención oportuna permite que la esposa explique la situación vivida y pide disculpas por no comunicarlo, por miedo de su reacción, de que deje los estudios, el esposo al enterarse de todo su trabajo por salir adelante comprende que el estudio es muy importante para ella y decide apoyarla.

Por su parte Christine Padesky, desde la teoría cognitiva, sigue un proceso que permite a la pareja señalar áreas específicas del conflicto, utilizando metodologías que conlleva a entrevistas conjuntas, inventarios y cuestionarios escritos que sirven para varios fines, tales como examinar enfados o resentimientos a través de la comunicación, en cada uno de los miembros de la pareja, que le permitirá al terapeuta llevar un proceso terapéutico acorde a los resultados evaluativos hallados. (Dattilio & Padesky, 2000).

De este modo, la metodología cognitiva explicada por el terapeuta desde la entrevista inicial invita a un trabajo comunicacional que da confianza a la

pareja y ayuda a ver cómo las acciones pasadas y actuales están relacionadas con las emociones, condición que favorece a la disminución de síntomas como en el caso de los depresivos, quienes optan por guardar silencio, lo cual afecta su comportamiento y las relaciones interpersonales. En adelante se detalla individualmente las metodologías utilizadas.

En primer lugar se menciona el **cuestionario de Actitudes Matrimoniales**, el cual está constituido por 74 afirmaciones, donde la pareja va a determinar las dificultades que puedan presentarse; por ejemplo, cuando no nos vemos; la chica se pregunta, ¿mi pareja siente amor por mí? y ¿el estrés del estudio influye en dejar de verse?; las afirmaciones se las ubica en una escala de Likert de 1 al 5, significando el 1 “muy de acuerdo”, el 5 muy en desacuerdo, se suman las puntuaciones y se obtiene el total. (Dattilio & Padesky, 2000)

Luego de tomado el cuestionario de actitudes matrimoniales, se evalúan las respuestas, se analiza el malestar de la pareja por las experiencias vividas, se comunican razones y suposiciones, y plantean las expectativas, se aclaran creencias, pensamientos automáticos, distorsiones cognitivas y finalmente llegar a un cambio óptimo favorable para ambas partes.

A continuación, la escala de **Ajuste Diádico**, inventario que se presenta como un auto-informe de ajuste en las relaciones de pareja, tiene 13 puntos de las áreas de tareas del hogar, finanzas, ocio, entre otros donde se evalúa el malestar familiar y da las pautas para aplicar ajustes a la relación. (Dattilio & Padesky, 2000)

Este inventario que proporciona Christine Padesky, denominado, de ajuste diádico, permite hacer una evaluación de la inconformidad en la pareja, cuando hay desacuerdos en situaciones cotidianas como la organización familiar, asignación de roles, repartición de tareas domésticas; la diada realiza un autoinforme con el fin acordar soluciones, cuyo propósito es mejorar la relación de pareja deteriorada por los malos entendidos:

indirectas, menosprecios; creencias: machismo, feminismo contradicciones, que provocan un estado negativo, con el riesgo de ocasionar finalmente la ruptura o alejamiento de las parejas.

Ha de mencionarse también la **escala de felicidad marital** que mide el grado de felicidad en once áreas como la económica, comunicación, educación de los hijos; los cónyuges dan su puntuación en una escala de 0 – 10, desde completamente infeliz hasta completamente feliz. (Dattilio & Padesky, 2000). Con este inventario se puede visualizar rápidamente el malestar de la pareja.

Otra forma de autoevaluar a la pareja, por ejemplo, en un hogar donde no hay comunicación porque el esposo está en el trabajo y la mujer en el hogar; ambos se sienten solos y al final del día no comparten lo que les ha sucedido porque se encuentran exhaustos y solo quieren descansar; además si la esposa le hace una pregunta lo considera una intromisión; el esposo solo llega a dar órdenes y no acepta que no se las cumpla. La escala arroja resultados en todas las áreas por debajo de una puntuación de 5 del nivel de felicidad; visualizando un alto grado de infelicidad y esto se debe a que hay insuficiencia comunicativa marital en el hogar.

Por su parte, Salvador Minuchin fortalece la metodología de Linares haciendo evidente la relación terapeuta-familia, que tiene su campo de acción en el contexto social, para lo cual ha sido entrenado, su meta es trascender de lo técnico y ser espontáneo; su papel es influir en la gente y producir cambios significativos. (Minuchin & Fishman, 2001)

Para ser un terapeuta competente se ha de trascender lo técnico, es decir, no enmarcarse en una o más técnicas, sino introducir nuevas, aquellas que puedan dar solución en los actuales momentos a través de la coparticipación pareja- terapeuta y constituirse en un agente de cambio a través de un

respaldo emocional que desarrolle confianza para trabajar más sobre los problemas individuales de la pareja y así poder ayudarlo.

Así mismo Murray Bowen plantea un trabajo cooperativo; comienza por ilustrar el papel del terapeuta en la intervención familiar y conyugal, en términos relacionales y sistémicos, y recomienda que el terapeuta ha de preparar a la pareja a pensar en sí misma porque desarrollar esta capacidad es mucho más importante que poner atención sólo en los niveles contradictorios y sensitivos. (Bowen, 1998)

Explicando lo antes expuesto, no basta con poner atención en áreas complejas donde se dan contradicciones en los aspectos emocionales, afectivos, ocupacionales sino darle oportunidad a la pareja de examinarse a sí misma y hacer una autorreflexión, para que ellos puedan exponer sus necesidades individuales, que puedan ser comunicados en la consulta terapéutica para que más tarde no ocasionen problemas conyugales severos.

Particularmente desde lo cognitivo, se menciona el **inventario de satisfacción marital**, que es dicotómico de elección forzosa, Verdadero/falso, conformado por 280 ítems distribuidos en 9 áreas como finanzas, educación de los hijos, problemas sexuales, comunicación, entre otros; con la escala se da una medida global del malestar. Las puntuaciones en la pareja se las puede graficar juntas para comparar las percepciones o dificultades en relación con el otro, (Dattilio & Padesky, 2000)

Tal como se ha visto, las problemáticas de pareja pueden encontrar solución en intervención y gracias a estos cuestionarios e inventarios se identificarán los puntos débiles reflejados en las deficiencias comunicativas de las relaciones conyugales. Las inconformidades vivenciadas en las parejas, tienen origen en pensamientos, creencias, actitudes, percepciones, las mismas que suelen ser identificadas en intervención terapéutica y ayudará a

controlar las emociones a través de la comunicación, destacando lo positivo y llegando a acuerdos para manejar las áreas de conflicto, mejoran las relaciones maritales.

De esta forma, la metodología cognitiva admite el acceso a las actitudes con opción de una intervención de aprendizaje durante la comunicación de las parejas, generando alternativas de toma de decisiones con estrategias cognitivas como por ejemplo el buen manejo de las distorsiones cognitivas que son pensamientos que no corresponden a la realidad y que son errores de percepción. (Roche, 2006)

Dadas las condiciones que anteceden, la intervención cognitiva conductual mejora los casos de cónyuges con depresión; primero se identifican los pensamientos automáticos equivocados que provocan un desequilibrio en el control emocional; luego se detectan las distorsiones cognitivas y se refuerzan los pensamientos positivos que permitirá aumentar la motivación personal y de pareja; con el entrenamiento podrá hacer uso de estrategias comunicacionales asertivas, enfrentar los miedos que imposibilitan desarrollarse y expresar sus sentimientos respetando los del otro.

No puede omitirse en esta temática, los aportes de Watzlawick, quien presenta los axiomas de la comunicación y destaca que es imposible no comunicarse (Robl, 2013); pero lo más importante es saber cómo hacerlo de la mejor manera a través de patrones de interacción que fortalezcan la relación en un ambiente de armonía; de ahí que hay que destacar que es un derecho y una opción el comunicar los sentimientos y los pensamientos entre las diadas; pero son diversos los estilos de hacerlo, lo efectivo es lograr un entendimiento entre ambos hacia un crecimiento como individuo y como pareja.

Por su lado, Juan Luis Linares hace un enfoque de la metodología sistémica, la cual basa su accionar en el diálogo y la empatía que favorecerá la

comunicación, desde el primer contacto cada miembro del sistema da su opinión, conforme avanza la intervención, se indica el malestar de la pareja, se hace evidente el indicador que causa la inestabilidad emocional también se opina sobre el tipo de vínculo que se espera lograr con el terapeuta; finalmente se fijan las estrategias para recuperar el equilibrio.

De ahí que una forma de aplicar la metodología sistémica es a nivel grupal; se forman grupos con problemas semejantes lo que favorece el diálogo; se le da oportunidad de que cada uno exprese su malestar, los demás escuchan, comprenden la situación; se aprende a enfrentar el problema y a mejorar las relaciones. (García & Melián, 1993)

De los anteriores planteamientos se deduce que tanto la Metodología Sistémica como la Metodología Cognitiva, son procesos utilizados en la consulta terapéutica para identificar áreas donde se inhibe la comunicación y que producen malestar en las parejas y así brindar herramientas eficaces para dar posibilidad a un mejoramiento comunicativo que permitirá el restablecimiento del equilibrio en el pensamiento, sentimiento y en el interactuar social.

4.4 Rol del Orientador Familiar en la Intervención de Pareja

El rol del Orientador Familiar mediante la Intervención a Parejas es muy importante en todas las etapas del ciclo de vida desde que se conforma la unión en las etapas de enamorados, novios, esposos, padres, abuelos; siempre habrá cambios y desafíos, es ahí donde la acción del Orientador favorece la comunicación y la interacción entre sus miembros. (Álvarez & Berástegui, 2006)

Son muy escasas las Instituciones preocupadas por la salud mental familiar desde sus inicios como parejas; la mayoría ha de enfrentar solos los cambios producidos al compartir con otro la vida, los valores, las

necesidades, las metas con alguien a quien llamará relación de pareja; el impacto es tan grande que en momentos de crisis se necesita la ayuda de un profesional especializado como lo es el Orientador Familiar quien dará las pautas que ayuden a sus diferencias.

Por su desempeño, el hacer del Orientador Familiar se manifiesta en las áreas de: educación: instituciones a nivel superior, medio y básico; salud: pública y privada: centros médicos y consultorios, jurídica: juzgados, oficinas de abogados, defensoría del pueblo, mediación conyugal, asesoría en derecho familiar, orientación sobre adopción, asesoría en tribunales; multidisciplinaria: empresas, centros de familia, instituciones; eclesial: Vicaría de familia, pastoral, preparación para el matrimonio, seminarios, talleres, cursos de prevención.

En la parte **educativa** las intervenciones han de ser complementadas con técnicas psicoeducativas que ayuden a que los padres se involucren informándolos y haciendo propuestas dirigidas, donde el rol de orientador se hace evidente, beneficia a todos en la consulta porque el asesor presenta alternativas de solución al problema manifestado, se controlan las expectativas y se adecúan las metas. (Torre, 2001)

Los padres como pareja que acuden a consulta en el Centro Educativo colaboran con el profesorado para actuar responsablemente en la formación académica en integral de los hijos.

El Orientador que desee trabajar en la Intervención a las familias, necesita actualización constante, y el conocimiento de teorías y principios psicopedagógicos que le permitan establecer cambios en la dinámica familiar con fines de mejorar los procesos de interacción de quienes demandan su ayuda. (Repetto, 2009)

En el área **familiar**, el Orientador, con su conjunto interdisciplinario de profesionales que coadyuven, harán el seguimiento y control de los estudiantes en el Departamento de Consejería y Bienestar Estudiantil, y convocarán a los padres o representantes para que se involucren en la educación de sus hijos al trabajo en equipo junto con los maestros con fines de cumplir los objetivos educativos, no solo en lo académico sino en lo integral y humanístico. Convocará a los padres a su participación en las diversas actividades del Centro Educativo tales como la escuela para Padres.

En el área de **salud**, el Orientador Familiar desempeña el rol de Consultor, llevado a cabo con un pensar sistémico, podrá redefinir pautas relacionales seguirá procedimientos comunicacionales estableciendo diálogos reflexivos en sistemas generadores de nuevas explicaciones y narrativas, buscando reemplazar las historias negativas por historias positivas con sentido de esperanza y poder, cuando trabaje con parejas podrá ayudar a redefinir los proyectos de vida hacia la reconstrucción de historia narradas. P. (Estupiñán, Garzón, Niño, & Rodríguez, 2006)

El Orientador Familiar será llamado por el personal de salud para afrontar situaciones en los que se requiera asesorar a las familias para su darle apoyo al paciente, a cumplir con el tratamiento, a tomar decisiones más humanas. En el campo de la salud mental, el Orientador Familiar ha de estar dispuesto a colaborar con el Psiquiatra, Psicólogo, los médicos tratantes y el personal de Enfermería; fundamentado en la teoría sistémica ayudará en las intervenciones que promuevan el cambio hacia un mejor estilo de vida.

La intervención del Orientador Familiar también ofrece su aporte en el área **jurídica**, frecuentemente a través del proceso de la mediación en la que se establece una especie de acuerdos en común entre la pareja y un tercero llamado mediador como recurso que promueve la unificación en las parejas

que necesitan de una alternativa de solución. (Trigueros & Mondragón, 2005)

La intervención del Orientador Familiar en el ámbito legal es fundamental en situaciones de litigio entre las parejas, los causales pueden estar en los miembros de la familia, el sistema parental experimenta conflictos relacionales de los padres con los hijos y entre ellos mismos. El Orientador Familiar hará el papel de mediador, para que las partes lleguen a Acuerdos, sobrellevar las situaciones y propongan soluciones pacíficas a través del diálogo, sin llegar a confrontaciones que usen medios legales.

Desde el área **eclesial**, la Orientación Familiar se desarrolla en medios pastorales para problemas como riñas, discordias, roles de género establecido culturalmente, se apoya en contenidos éticos y religiosos, una doctrina religiosa que apoya la unión indisoluble, la fidelidad el amor por siempre. Cuando en la convivencia familiar nace el conflicto, se hace imposible llevar una vida de pareja cooperativa, de lucha común, el Orientador Familiar va a estar ahí para garantizar que aún las situaciones más difíciles tienen remedio, una puerta de entrada a la solución (Conferencia Episcopal Española, 2004)

El Orientador Familiar buscará la integración de sus miembros partiendo del conocimiento de la parte corporal, las actitudes propias de una entrevista inicial las realidades de la pareja en conflicto, utilizando técnicas y procedimientos a seguir, de acuerdo a las características que reflejan los estados anímicos que atraviesan los individuos al momento de la consulta.

Una intervención de pareja llevada a cabo por el Orientador Familiar “tomará en cuenta su presentación corporal, su capacidad sensorial y su identidad social, y va a trabajar a partir de los datos de sus actuales vivencias” (Caillé, 2009, págs. 25-26), es decir, debe enfocarse en la relación de ambos miembros enfatizando sus dificultades, sus anhelos y sus expectativas.

El Orientador va a establecer líneas de acercamiento de la pareja en un ambiente de respeto, tolerancia para conducir la Intervención fijándose objetivos, en un proceso factible, negociable, en un ambiente de amistad de no herirse los unos a los otros, hacer conciencia de cuál es su participación en el problema.

El orientador familiar cuando realiza la labor de consulta examinará no solo lo evidente: manifestación de problemas, estados de ánimo, quejas, dificultades, actitudes negativas sino lo oculto, aquello que no se dice, lo místico, lo latente a través de técnicas, métodos, recursos, que le permitirán descubrir estos aspectos que ejercen su influencia en las relaciones. (Romero & Vázquez, 2005)

El Orientador Familiar en la Intervención Sistémica coopera en la relación de pareja, sus creencias, mitos, los patrones relacionales que afectan al sistema deben ser cambiados para mantener el equilibrio; colabora en la identificación de los pensamientos automáticos, ayuda a examinar las emociones dañinas que resultan de las distorsiones cognitivas.

Desde lo **sistémico**, el rol del orientador en familias multiproblemáticas requiere de la intervención de un equipo de apoyo que permita el esfuerzo permanente de formación para todos los profesionales en el área de salud mental que ayudarán a los miembros de la familia o pareja afectados, lo cual demanda un alto nivel de competencia con el propósito de dar un adecuado servicio de intervención con enfoque sistémico. (Coletti & Linares, 1999)

El Orientador Familiar puede prestar su colaboración en la intervención a familias multiproblemáticas, si no tiene una preparación teórica-práctica, durante su la consulta se encontrará en riesgo emocional como la ansiedad, ira, enojo, depresión, irritabilidad, desesperación, por lo que es básico que forme un equipo interdisciplinario igualmente profesional.

Otra forma sistémica de intervenir del orientador familiar es la negociación en el sistema conyugal, para que la pareja aprenda a llegar a acuerdos y afrontar los conflictos desde el placer más que del sufrimiento, con generosidad y respeto, alcanzando alianzas y afrontamientos en un clima sereno y relajado, dirigiéndose mejor a la prevención a través de la creación de entornos agradables y positivos. (Campo & Linares, 2002)

Se observa claramente que lo principal en las parejas, a lo que contribuye el Orientador Familiar, es llegar a pactos de mutuo entendimiento para que las diferencias no sean un problema sino que los individuos puedan complementarse, crezcan y fortalezcan y juntos puedan afrontar las dificultades con niveles de autoestima y respeto.

Resulta oportuno lo que expone Juan Luis Linares, que en la vida de las parejas, la armonía no significa la ausencia de dificultades, sino el arte de resolverlas (Campo & Linares, 2002). Ambos miembros de la pareja deben tratar de exponer las causas de sus desacuerdos, no permitiendo que sus puntos de vista permanezcan ocultos o ignorados, o reaccionar agresivamente, pues las soluciones no llegarán sino que se convertirán en problemas cada vez más complejos. Conflictos que podrán ser abordados por el Orientador Familiar quien será el encargado de favorecer el diálogo y entendimiento entre los miembros de la pareja.

Otro aspecto muy importante y común que amerita la intervención familiar en las parejas se da cuando existen problemas ocasionados por la infidelidad “Se entiende por infidelidad en una pareja la ruptura unilateral de un pacto de exclusividad, dando entrada a un tercero con el que se priorizan, o al menos se comparten, algunos aspectos importantes de la relación”, (Campo & Linares, 2002, pág. 150)

El Orientador Familiar reconoce que el sexo es una de las causas, la más emblemática, por la que ocurren sucesos de infidelidad en las parejas, pero

la intromisión de un tercero en la pareja se puede deber a diferentes causas, una por el deseo de tener una relación sexual y otra por ampliar el círculo de amistades; siendo la segunda de mayor complejidad porque implica un mayor número de personas. De esta forma el Orientador Familiar sabrá cómo intervenir, es decir, asignar a la pareja alternativas que rescaten el cariño, el amor, el compromiso con el que iniciaron su relación.

Desde la teoría **Cognitiva**, se ha comprobado que la dificultad de comunicación en las parejas es uno de los problemas más frecuentes y peligrosos en las relaciones conflictivas; de ahí que se deba proponer a las diadas, no tanto el llegar a un acuerdo sino a un entendimiento mutuo, consistente en que aprendan a hablar y escuchar. (Dattilio & Padesky, 2000)

El rol del orientador familiar es ayudar a que la pareja aprenda a comunicarse, cumpliendo acciones de entendimiento mutuo y así evitar la luchas de poder o debates. Un ejemplo es mediante un ejercicio del buen comunicador indicándoles las características del buen orador y de la escucha activa, luego se turnarán las intervenciones de cada miembro de la pareja, lo que les permitirá alcanzar una eficaz comunicación.

El orientador familiar mediante el ejercicio de la comunicación, ayudará a las parejas a identificar las áreas complejas que impiden una correcta comunicación (Dattilio & Padesky, 2000), motivos que los llevará a buscar apoyo adicional para su progreso personal y conyugal. Además podrán expresar en qué los ayudó el ejercicio y cuáles fueron sus dudas. De esta manera el Orientador los guiará por el camino del entendimiento y la comprensión mutua.

En asesoría de pareja con enfoque cognitivo, el orientador familiar puede identificar las distorsiones cognitivas, observar los pensamientos automáticos manifestados durante la intervención y decidir un cambio para mejorar las relaciones: “Los pensamientos automáticos de los cónyuges

sobre sus interacciones normalmente son inferencias sobre las causas de los sucesos agradables y desagradables que ocurren entre ellos”. (Dattilio & Padesky, 2000, pág. 30)

Un ejemplo sobre los pensamientos automáticos negativos que necesitan de un cambio para mejorar las relaciones en la pareja se observa cuando el esposo pretende darle explicaciones sobre el manejo económico del presupuesto familiar, la esposa por su parte cree que su esposo le está diciendo que “es una tonta” y se enoja, no quiere que le digan nada; su pensamiento distorsionado le impide tener un pensamiento automático positivo, hace una generalización que la conduce a un estado de ánimo de ser atacada y desaprobada por su cónyuge.

En el contexto profesional sistémico las intervenciones ocurren entre el sistema familiar y el equipo técnico estableciendo un marco de intercambio comunicacional mediante el diálogo en el que se fijan objetivos comunes, éticos consensuados dirigidos a producir cambios en las familias; y en el mismo equipo técnico generando un nuevo sistema denominado terapéutico. (Bueno, 2010)

Formando parte del contexto profesional sistémico, está en la acción del Orientador Familiar crear un ambiente de confianza a los cónyuges que necesitan ser orientados, donde se establezca la dinámica familiar y la asignación de roles que permitan afrontar las dificultades.

El Orientador Familiar para producir un cambio en la comunicación de la pareja toma en cuenta el enfoque sistémico de Virginia Satir (2002), quien señala como uno de los principales objetivos: el fortalecimiento de cada uno de los integrantes de la familia, el que se logrará a través del aprendizaje de métodos, estrategias que les permita enfrentar y resolver los problemas de la vida cotidiana. (pág. 147)

Por lo antes expuesto, el Orientador Familiar se enfrenta al desafío de dar atención a la resolución de los conflictos, no específicamente el problema en sí, sino el desarrollo de habilidades en los miembros de la pareja a enfrentar cualquier clase de situación conflictiva que se le presente.

El Orientador Familiar puede hacer uso de la teoría cognitiva en determinadas situaciones cuando las parejas deben hacer frente a problemas con alta implicación emocional; como lo explica Beck y otros autores en lo referente a pautas estructurales o esquemas cognitivos que son los responsables de categorizar los estímulos que conforman el yo del individuo y su mundo. Cuando este proceso se sale de control, el individuo pierde contacto con sus pautas de pensamiento y se encuentra inhabilitado para encontrar pautas de pensamiento más apropiadas. (Bagarozzi & Anderson, 1996)

Así el Orientador Familiar da su aporte a las parejas que deben afrontar situaciones difíciles, las cuales ocasionan conflictos emocionales que hacen tambalear la relación; es ahí donde la teoría cognitiva ofrece técnicas y estrategias que permitirán ejercer el control del estado de ánimo mediante la reestructuración del pensamiento, la reflexión, conocimientos transmitidos a través del diálogo.

Otra forma de intervención en Orientación Familiar es desde la perspectiva sistémica para ayudar a la pareja a encontrar modos positivos de conocer los patrones relacionales que han dado lugar a su comportamiento actual de negación o separación; también se podría estimular a una queja en períodos conocidos buscando la mejora en base a paradojas. (Leveton, 2006)

Tomando como ejemplo una pareja en que la esposa ingiere mucho café desde la mañana hasta la noche; esto afecta la relación conyugal porque le está produciendo mucha ansiedad, nerviosismo, insomnio y momentos de

agresión hacia el esposo con gritos y desesperación, sus pensamientos automáticos son muy negativos, culpabiliza a su pareja de todo lo que pasa.

De acuerdo a este caso, el Orientador Familiar será parte de un Programa en el que la pareja pueda exteriorizar su malestar, exprese sus experiencias y todo lo que le está afectando a la interrelación familiar; luego se tratará de corregir los patrones de comportamiento que impulsan a la esposa a seguir con este hábito del café; con la aplicación de técnicas como la relajación se buscará bajar la tensión emocional provocada por el alto consumo de cafeína; también el terapeuta establecer comparaciones de su ingesta de café para caer en cuenta cómo está afectando a su relación de pareja y realizar las respectivas correcciones.

Una de las alternativas más favorables que el Orientador Familiar pueda contribuir en una intervención a parejas es producir cambios en la estructura familiar como por ejemplo, cuando el esposo agrede a la esposa, los cambios esperados serán que este deje de hacerlo y que la esposa no lo permita. El trabajo en la intervención estaría dado por técnicas para elevar la autoestima de la esposa y de control de la ira, relajación, para el esposo. (Cárdenas, 1999)

El Orientador Familiar y su equipo han de trabajar sobre aspectos como la dignidad de la mujer, qué es el respeto, valorización de la persona, tienen que hacerle conocer a la esposa que las cosas que están sucediendo no son las correctas porque ella puede darse cuenta que se siente mal, triste, humillada; con la intervención podrá tener conciencia de la situación y adquirir seguridad y confianza en sí misma elevando su autoestima; las técnicas aplicadas el esposo deberán llevar a la fijación de límites, ponerse en el lugar del otro, intercambio de roles para que conozca cómo expresar amor, comprensión, valorar a su pareja y finalmente logren relaciones de armonía y equilibrio.

El Orientador Familiar observará que en la comunidad matrimonial se producen cambios y la personalidad de ambos va reestructurándose; en la convivencia el consorte reclama la madurez por las tareas que llevan en común y por sus propias exigencias. (Willi, 2002)

La tarea del Orientador Familiar es ayudar a que los cónyuges reflexionen sobre la importancia de alcanzar la madurez individual y de relación, para superar dificultades, adquirir responsabilidades y manejar situaciones difíciles; todo ello impulsará a encontrar resoluciones a sus problemas y luchar contra viento y marea las situaciones problemáticas en el hogar y en el trabajo.

Una de las intervenciones más utilizadas en la Consulta Terapéutica es la propuesta por Marcelo Ceberio y Paul Watzlawick denominada prescripciones directas que consisten en cambiar las soluciones intentadas que sostienen al problema por nuevas conductas como una acción correctora. Dichas tareas tienen como objetivo el cambio de conducta o de algún miembro de la familia y propone una conducta alternativa, (Ceberio & Watzlawick, 2010)

Como agente de cambio, el Orientador Familiar, involucrándose con la pareja logrará cambiar la conducta que mantiene al síntoma por otra conducta alternativa, ejemplarizando se analizar el caso del esposo que tiene que migrar por causas de trabajo, la esposa al principio llorará por la lejanía de su esposo, pero ella sabe que es por el bien de la familia y deberá cambiar sus conducta de desamparo y soledad por conductas alternativas de esperanza y mejora económica.

Las parejas en situación de separación por múltiples causas, les cuesta asimilar su nuevo estado, lo que genera dificultades de todo orden, sobre todo en lo referente a la tenencia de los hijos, la alimentación, educación y demás necesidades. (Weiner-Davis, 2004)

El Orientador Familiar tomará su rol de **consejero**, de ir al rescate de las vivencias utilizará la técnica de la imaginación trayendo aquellos momentos que los unió y en los que se sintieron felices; esto ayudará a revivir estados de felicidad y el deseo de compartir nuevas experiencias con el mismo sentimiento y emoción de esos años.

El Orientador **aclara** que el matrimonio siempre puede ser mejor, si uno se siente a gusto con su vida ese sentimiento se reflejará en todo lo que le rodea; cuando su vida está en orden se sentirá contento consigo mismo y eso lo le ayudará a ver con mayor serenidad su matrimonio, a ser tolerante, comenzará a encontrar soluciones a sus problemas, empezará por cambiar él mismo. (Weiner-Davis, 2004)

El Orientador Familiar **recomienda** que la esposa, no deberá perder energías tratando de cambiar a su cónyuge sino empezar cambiando ella, tratando de resolver sus propias dificultades, su estado de felicidad provocará un deseo de cambio en su compañero y tratará de ser feliz como ella.

Por su parte, William James afirmó que “las personas usan solamente el 10% de su potencial para la resolución en los problemas y desafíos”, el no asumirlos es una de las razones que provocan desórdenes emocionales; esto provoca incapacidad para resolverlos como por ejemplo la pasividad, como ejemplo la pareja que se da cuenta de sus conflictos pero no hace nada para resolverlos, no es que tiene paciencia sino que son pasivos y desinteresados; no podrán asumir su responsabilidad y hacerle frente a los problemas. (Hormachea, 2007)

El Orientador que ejerce su rol de asesor, recomienda a las parejas que asuman las consecuencias de sus actos, que sean responsables pero lo primero es cuestionar la situación como algo nuevo quitándole los juicios establecidos hasta el momento, y desde ahí encontrarle otro sentido al

problema, por ejemplo, una pareja que tiene dificultades en el área financiera del hogar, el esposo es proveedor y da a la esposa una cantidad para el gasto diario, la esposa hace uso del dinero; el resultado es un conflicto una economía que sale de su control. No se trata de que ambos se echen la culpa sino asumir la responsabilidad de ambos en la resolución del problema, analizar en qué están fallando, dialogar y remediar la situación que les está provocando el desajuste emocional.

En toda convivencia existen dificultades, las mismas que deben sobrellevarse de la mejor manera; en las parejas muchas terminan en separación porque no saben gestionar sus situaciones difíciles; por ello es recomendable buscar ayuda para que la pareja potencie sus recursos y encuentre solución a sus problemas. (Centro de Orientación Familiar, COF, 2008)

De este modo, el orientador familiar aporta a la comunidad desde su hacer profesional, ayuda a las parejas para que utilicen sus propios recursos, descubran su potencial, aconseja, en situaciones conflictivas, recomienda que aprendan de ellas y no sean motivo de alejamiento sino una oportunidad de crecer y ser mejores en lo individual e interpersonal.

Las parejas constituyen el pilar de la vida familiar; por su conexión con el pasado a través de sus padres y con el futuro a través de sus hijos, por arrastrar los problemas de la familia de origen y por tener que apoyar al desarrollo evolutivo familiar, es muy importante que se los oriente y atender sus problemas de relación a lo largo de su ciclo vital. (McDaniel, Campbell, & Seaburn, 1998)

La Orientación Familiar resulta importante, en conflictos familiares como cuando existe un embarazo inesperado, este hecho podría estar relacionado con errores no resueltos de sus padres, su indefensión entonces sería una consecuencia de su pasado generacional; de la misma manera ha de

examinarse la influencia del pasado de su pareja; como ambos no han resuelto sus problemas respectivos, no hallan un horizonte en sus vidas; necesitan recibir orientación que los ayude a comprender las razones de sus decisiones erróneas y puedan realizar los cambios necesarios para afrontar la nueva situación.

En lo que respecta al Orientador Familiar como **asesor**, en el contexto educativo amplía su campo de acción a las instituciones, comunidades y grupos sociales, esto es a lo diversos sistemas y dentro del Departamento de Consejería se denomina Intervención Psicopedagógica, en la que son analizados los casos con ayuda del profesor, a quienes también ha de señalarle la respectiva orientación; además se llama a la colaboración e integración de los padres porque es sabido que los problemas interpersonales, de roles masculinos y femeninos en la pareja parental repercute en los hijos, ocasionando muchas veces lesiones emocionales que reclaman urgente atención psico afectiva y social. (Quintana, 1993)

Los asesores orientadores familiares proporcionan a los adultos: docentes y padres, las herramientas necesarias para que puedan hacer frente a las dificultades del estudiante tanto emocionales como sociales; su orientación busca plantear soluciones efectivas, como talleres a los docentes, escuelas de padres, actividades lúdicas en el salón de clases para el bienestar estudiantil, y ofrecer la oportunidad de reflexionar sobre el porqué de tal o cual comportamiento inadecuado que afecta al sí mismo y al de los demás.

Finalmente, cabe destacar que el rol del orientador familiar en la intervención de pareja, particularmente las causas de la infidelidad se encuentran en la creencia distorsionada de la normalidad al tener múltiples relaciones de pareja; por la insatisfacción en su relación presente y el sentir que hay nulidad en las posibilidades de cambio; otra idea es la atracción hacia otra persona y el actuar consecuentemente; y por último la situación considera de

más dificultad es cuando una persona se enamora de otra que no es su cónyuge. (Dattilio & Padesky, 2000)

En consecuencia, las intervenciones de Orientador Familiar benefician a familias y parejas; por la experiencia necesaria promueve acercamientos familiares, con sus conocimientos y un bagaje teórico crea la integración basada al conjunto de aportaciones de cada miembro. El Orientador tiene que saber manejar las contradicciones, saber direccionar las problemáticas; proyectar estos aspectos personales en espacios abiertos canalizados en la comunicación, desechar todo aquello que provoca rechazo, resentimiento y generar valores positivos al identificar los puntos comunes, recuperar la base de la integración familiar. El grupo es heterogéneo, contradictorio, complejo, con dificultades de convivencia pero en ese esfuerzo de recuperar aquello que los une, misma forma de actuar, experiencias compartidas.

CONCLUSIONES

En base a los objetivos planteados y a los resultados de la investigación obtenidos se ha llegado a las siguientes conclusiones:

1) Efectivamente se concluye que existen diferencias contundentes en el enfoque terapéutico para parejas, por una parte basadas en la tendencia Teórica Sistémica, que en este caso fue abordada con el autor Juan Luis Linares, y por otra parte en la tendencia Teórica Cognitiva abordada desde la perspectiva de Christine Padesky.

2) Se concluye que estas diferencias están más orientadas a las metodologías adecuadas para la intervención de la comunicación en parejas, que utilizan los autores para tratar diferentes aspectos que afectan su relación, de manera especial en la metodología que basa su accionar en los principios de circularidad, bidireccionalidad, globalidad que es la más utilizada a nivel de la Teoría Sistémica, como lo demarca el autor Juan Luis Linares, mientras que en la Teoría Cognitiva se tienen la metodología de cuestionario de actitudes matrimoniales, ajuste diádico, escala de felicidad marital e inventario de satisfacción marital, siendo las más enfatizadas por la autora Christine Padesky

3) Por otro lado también se encontraron diferencias marcadas en las técnicas que ambos autores abordan, tales como Prescripción de rituales, Cuestionamiento Circular, Acomodación, Genograma enmarcadas más en el enfoque sistémico de Juan Luis Linares, y las técnicas Respiración controlada, Imaginación, Estructuración Negativa, Descubrir el sistema de creencias básica que han sido estudiadas en esta investigación mediante el abordaje del enfoque cognitivo a través de la autora Christine Padesky.

4) Se ha podido presentar información más detallada en cuanto a los procedimientos y técnicas utilizadas en la intervención a parejas, desde el

enfoque sistémico abordado por el autor Juan Luis Linares, donde se señalan los pasos que conforman estos procedimientos; los medios y propósitos a los que se quiere llegar al utilizar una de las técnicas estudiadas dentro de esta investigación, la forma de aplicación para los distintos casos, y ciertas características o elementos que ayudan a identificar al asesor familiar, cuándo utilizar uno u otro de estos procedimientos y técnicas de la tendencia sistémica.

5) Se ha podido presentar información más detallada en cuanto a los procedimientos y técnicas utilizadas en la intervención a parejas desde el **enfoque cognitivo** abordado por la autora Christine Padesky, en la que se ha señalado los pasos que conforman estos procedimientos, los medios y propósitos a los que se quiere llegar al utilizar una de las técnicas estudiadas dentro de esta investigación, la forma de aplicación para los distintos casos, y ciertas características o elementos que ayudan a identificar al asesor cuando utilizar uno u otro de estos procedimientos y técnicas de la tendencia cognitiva

6) Se han identificado exitosamente varias metodologías adecuadas para la intervención de parejas, a través del desglose de cada una de ellas, tanto en el enfoque sistémico, y de la misma manera en el enfoque Cognitivo.

7) Mediante esta investigación teórica se ha llegado a concluir que el modelo cognitivo utilizado en las intervenciones de pareja, enfoca cogniciones y conductas individuales, mientras que el modelo sistémico observa el funcionamiento de los grupos familiares, sociales en lo interrelacional.

8) Se ha podido entender que las técnicas cognitivas y las técnicas sistémicas al ser aplicadas en asesoría de parejas permiten favorecer el crecimiento individual, afectivo de ambos miembros de la pareja,

concluyendo también que en ambos enfoques, tanto sistémico como cognitivo, se trabajan con creencias, siendo esto una semejanza fundamental citada por ambos autores en la aplicación de dichas técnicas.

9) El estudio ha permitido entender que las creencias distorsionadas y la desnutrición relacional afectan negativamente en el estado emocional y comunicacional de la pareja.

10) Finalmente, se ha podido concluir en este estudio cual es el verdadero rol del Orientador familiar en su función de ayudar a las parejas en la prevención y fortalecimiento de su relación, mediante intervenciones donde se apliquen los conocimientos, técnicas y procedimientos según la tendencia teórica seleccionada.

HIPÓTESIS

Al término de estudio documental, se plantean las siguientes hipótesis como caminos a seguir en posibles investigaciones aplicadas que se den en el estudio y profundización de los futuros orientadores familiares:

- La combinación de técnicas sistémicas y cognitivas en la intervención del Orientador Familiar, produce cambios más acelerados en las creencias que dominan la relación en parejas, frente a la aplicación de técnicas provenientes de un solo enfoque.
- Los problemas comunicacionales en la relación de pareja están ligados a creencias distorsionadas sobre la capacidad de amar que espera un miembro de la díada conyugal respecto al otro (o respecto a su pareja).

- Las creencias sobre sexualidad y amor que tienen los Orientadores Familiares incide en la selección de enfoques, los procedimientos y/o técnicas para la intervención en parejas.
- La intervención cognitiva es más exitosa que la intervención sistémica, en dificultades generadas por las creencias y expectativas de vida de cada miembro de la díada conyugal.
- La intervención sistémica es más exitosa que la intervención con enfoque cognitivo, en situaciones en las que predominan los factores sociales, interrelaciones familiares o del entorno que influyen negativamente en la pareja.

BIBLIOGRAFÍA

- Adam, E., Cela, J., Codina, M. T., Fuentes, M., & Gómez, J. (2007). *Emociones y educación*. Barcelona: Editorial Laboratorio Educativo.
- Aguilera, B. (2003). *Vivir en pareja*. Venezuela: Alfadil Ediciones.
- Álvarez, M. I., & Berástegui, A. (2006). *Educación y familia: La educación familiar en un mundo de cambio*. Madrid: Universidad Comillas.
- Álvarez, M. I., & Berástegui, A. (2006). *Educación y familia: la educación familiar en un mundo en cambio*. Madrid: Universidad Pontificia Comillas.
- Asamblea Nacional. (2008). *Constitución de la República del Ecuador*. Quito: Asamblea Nacional.
- Bagarozzi, D., & Anderson, S. (1996). *Mitos personales, matrimoniales y familiares*. Buenos Aires: Paidós Terapia Familiar.
- Ballenato, G. (2009). Teoría de la Comunicación. En G. Ballenato, *Comunicación eficaz, teoría y práctica de la comunicación humana* (págs. 34-42). Madrid-España: Pirámide.
- Barg, L. (2003). *Los vínculos familiares*. Buenos Aires: Espacio.
- Barton, L. (2008). *Superar las barreras de la discapacidad*. Madrid: Morata.
- Bateson, G. (1980). *Espíritu y Naturaleza*. Buenos Aires: Amorrortu editores.
- Beck, A. (22 de Noviembre de 2013). *Centro de Psicología*. Obtenido de Centro de Psicología: Recuperado el 15 de Diciembre de 2013 de <http://www.cpaaronbeck.com/psicologos-granada/aaron-t-beck.html>
- Beck, J. (2011). *Terapia Cognitiva*. Barcelona: Gedisa.
- Bergman, J. (2009). *Pescando barracudas*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S.A.

- Bernal, C. A. (2006). *Metodología de la investigación*. México: Pearson.
- Bertalanffy Ludwig von. (1975). *Perspectivas en la teoría general de sistemas*. Alianza Universidad, 5.
- Bertalanffy, v. (2003). *Teoría General de los Sistemas*. México: FCE.
- Bowen, M. (2009). De la familia al individuo. En M. Bowen, *De la familia al individuo* (pág. 14). Barcelona: Paidós.
- Bregman, C. (2008). Entrevista con Christine Padesky. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 81-86.
- Bueno, A. (2010). *Infancia y Juventud en riesgo social*. Alicante: Universidad de Alicante.
- Caillé, P. (2009). *Uno más uno son tres. La pareja revelada a sí misma*. Barcelona: Paidós Terapia Familiar.
- Campanini, A. M. (1996). *Servicio Social y Modelo Sistémico, una perspectiva para la práctica cotidiana*. Barcelona-España: Paidós Terapia Familiar.
- Campo, C., & Linares, J. (2002). *Sobrevivir a la pareja*. Barcelona: Planeta.
- Canales, M. (2006). *Metodologías de la investigación social*. Santiago de Chile: LOM Ediciones.
- Canevaro, A. (2010). *Terapia individual sistémica*. Madrid: Ediciones Morata.
- Cárdenas, E. (1999). *Violencia en la pareja*. Buenos Aires: Ediciones Granica S.A.
- Carpintero, E., Pastor, L., & García, M. (2011). *Respuestas de la investigación a viejas y nuevas cuestiones en educación*. Madrid: Secretría General Técnica.

- Ceberio, M., & Linares, J. L. (2005). *Ser y Hacer en Terapia Sistémica*. Barcelona-España: Paidós.
- Ceberio, M., & Watzlawick. (2010). *Si quieres ver, aprende a actuar*. Buenos Aires: Teseo.
- Centro de Cómputos UNMdP. (29 de noviembre de 2013). *Universidad Nacional de Mar del Plata*. Obtenido de Universidad Nacional de Mar del Plata: Recuperado el 23 de enero de 2014 de <http://www.mdp.edu.ar/>
- Centro de Orientación Familiar, COF. (2008). *Serie Persona, familia y vida: Memoria de Actividades*. Cáceres: Kadmos.
- Chappa, H. (2003). *Distimia y otras depresiones crónicas*. Buenos Aires: Médica Panamericana.
- Cocho, G., & Torres, C. e. (1999). *Perspectivas en las teorías de sistemas*. Madrid-España: Siglo XXI.
- Coletti, M., & Linares, J. (1999). *La intervención sistémica en los servicios sociales*. Barcelona: Paidós.
- Conferencia Episcopal Española. (2004). *Directorio de la Pastoral Familiar de la Iglesia en España*. Madrid: Gráficas Anzos, S.L.
- Constitución. (2008). *Constitución de la República del Ecuador*. Quito: Comisión Legislativa y de Fiscalización.
- Cornejo, C. (2007). *teoría de la modificabilidad cognitiva estructural*. Santiago-Chile: Universidad Diego Portales. Centro de Desarrollo Cognitivo.
- Corsi, G., Esposito, E., Baraldi, C., & Luhmann, N. (1995). *Glosario sobre la teoría social de Niklas Luhmann*. México: Francoangeli.

- Dattilio, F., & Padesky, C. (2000). *Terapia Cognitiva con parejas*. Filadelfia-Pensilvania: Desclée de Brouwer.
- Dattilio, F. (marzo de 2001). *eHow en español*. Obtenido de eHow en español: Recuperado el 12 de febrero de 2014 de http://www.ehowenespanol.com/terapia-familiar-matrimonial-cognitivaconductual-sobre_380344/
- Del Carpio, P., & Álvaro, J. L. (2008). La Terapia Familiar desde Iberoamérica. *Athenea Digital*, 339-342.
- Echevarría, Ramón (2012). Entrevista al Dr. Juan Luis Linares: Maestro en Terapia Familiar Sistémica. *Sociedad Española de Psicoanálisis*, 1-11.
- Eguiluz, L. d. (2003). Dinámica de la familia: Un enfoque psicológico sistémico. En L. d. Eguiluz, *Dinámica de la familia: Un enfoque psicológico sistémico* (pág. vii). México: Pax.
- Eguiluz, L. d. (2003). La familia según el modelo sistémico. En L. d. Eguiluz, *Dinámica de la familia* (pág. 2). México: Pax.
- Eguiluz, L. d. (2007). *El baile de las parejas. Trabajo terapéutico con parejas*. México: Pax .
- Ellis, A., & Russell, G. (1981). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. Bilbao: Descles de Brauwer, S.A.
- Escartín Caparrós, M. J. (1992). *El sistema familiar y el trabajo social*. San Vicente de Raspeig-España: Universidad de Alicante.
- Estrada, L. (2007). *Random House Mondadori*. México: DEBOLSILLO. Obtenido de Random House Mondadori: Recuperado el 18 de enero de 2014 de <http://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=BMc24bkMvyoC&oi=fnd&pg=PT3&dq=libro+de+Crisis+del+ciclo+vital+familiar&ots=ALzJ1KorRg&sig=oQnWCD5XKwzYoQ6tTlGLahtGnLs#v=onepage&q&f=false>

- Estupiñán, J., Garzón, D., Niño, J., & Rodríguez, L. (2006). *Consultoría Sistémica*. Bogotá: Universidad Santo Tomás.
- Falicov, C. (1988). *Transiciones de la familia, continuidad y cambio en el ciclo de vida*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Franco, G. E. (2005). *La comunicación en la familia*. Madrid: Ediciones Palabra.
- Gallego, S. (2006). *Comunicación Familiar: Un mundo de construcciones simbólicas y relacionales*. Manizales: Universidad de Caldas.
- García, J., & Melián, J. (1993). *Hacia un nuevo enfoque del Trabajo Social*. Madrid: Narcea S.A.
- García, V. (1995). *Del fin a los objetivos de la educación personalizada*. Madrid: Ediciones Rialp.
- Garciandía, J. A. (2005). *Pensar sistémico*. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Garrido, M. (1995). Psicoterapia de Pareja y Equipo Reflexivo. En J. d. León, *La vida de Pareja: evolución y problemática actual* (págs. 306-309). Salamanca: San Esteban.
- Gervilla, E. (2003). *Educación Familiar. Nuevas relaciones humanas y humanizadoras*. Madrid: Narcea S.A.
- Giovanazzi, S., & Luis, L. (2007). *Dinámicas relacionales parentales en torno a los hijos en el proceso de separación conyugal*. Chile: European family therapy.
- Giraldo, R., & González, I. (2009). *Violencia familiar*. Colombia: Universidad del Rosario.

- Giusti, E. (2007). Descubriendo las fortalezas y construcción de resiliencia con Terapia Cognitiva: Un Modelo en 4 pasos. *Psicología, cultura y sociedad*, 105-126.
- Gómez, C., Hernández, G., Rojas, A., Cruz, S., Hernán, & Uribe, M. (2008). *Psiquiatría Clínica. Diagnóstico y tratamiento en niños, adolescentes y adultos*. Bogotá: Médica Internacional.
- Greenberger, D., & Padesky, C. (2010). *El control de tu estado de ánimo*. España: Paidós.
- Hernández Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). Definición del alcance de la investigación a realizar: exploratoria, descriptiva, correlacional o explicativa. En R. Hernández Sampieri, C. Fernández, & P. Baptista, *Metodología de la investigación* (págs. 99-118). Mexico: McGraw- Hill Interamericana Editores S.A.
- Hernández, A. (1998). *Familia, Ciclo Vital y Psicoterapia Sistémica Breve*. Santafé de Bogotá: El Buho.
- Hormachea, D. (2007). *El asesor familiar: Guía práctica para aconsejar con sabiduría*. Colombia: CLC Colombia.
- Imbernón, F., Alons, M., Arandía, M., Cases, I., Cordero, G., Fernández, I., . . . ruiz de Gauna, P. (2007). *La investigación educativa como herramienta de formación del profesorado*. Barcelona: Publidisa.
- Jara, C. (2005). Tipos de parejas y objetivos terapéuticos. *De Familias y Terapias*, 43-49.
- Kort, F. (2006). *Psicoterapia conductual y cognitiva*. Caracas: CEC, S.A.
- Krause, M. (1995). La investigación cualitativa: Un campo de posibilidades y desafíos. *Temas de Educación No. 7*, 1-18.
- Leveton, E. (2006). *Terapia familiar para el adolescente en crisis*. México: Pax México.

- Lilienfeld, R. (1984). *Feria de Sistemas*. México: Trillas.
- Linares, J. L. (1996). *Identidad y Narrativa*. Barcelona: Paidós Ibérica S.A.
- Linares, J. L. (2009). Entre el amor y el poder: el maltrato psicológico. En R. Giraldo, M. González, & J. L. Linares, *Violencia Familiar* (págs. 16-31). Bogotá: Universidad del Rosario.
- López, A. (1999). *Introducción a la Psicología de la Comunicación*. Colombia: Mc Graw Hill.
- Marrero, V. (1988). *Síntesis de Terapia Familiar*. Ecuador: Texto para la Maestría Internacional-Psicología de la Salud.
- Marrero, V. (2004). La familia como objeto de estudio en el proceso de salud-enfermedad de los trabajadores. *Revista Cubana Salud Trabajo*, 1-5.
- Martínez, J. (1991). *¿Qué hacemos con la familia?* Bilbao: Sal Terrae.
- McDaniel, S., Campbell, T., & Seaburn, D. (1998). *Orientación familiar en atención primaria: manual para médicos de familia y otros profesionales de la salud*. Barcelona: Tallers Gràfics Soler S.A.
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (23 de noviembre de 2012). *Política Social*. Obtenido de Ministerio de Inclusión Económica y Social: Recuperado el 12 de enero de 2014 de <http://www.inclusion.gob.ec/politica-social/>
- Minuchin, S. (1974). *Familias y Terapia familiar*. Barcelona-España: Gedisa S.A.
- Minuchin, S. (2009). *Familias y Terapia Familiar*. España: Gedisa.
- Minuchin, S., & Fishman, C. (2001). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Novagràfik, S.L.

- Moreira, M. A. (1997). *Aprendizaje significativo: Un concepto subyacente*. Porto Alegre-Brasil: Instituto de Física, UFRGS.
- Moreno, M. G. (1987). *Introducción a la Metodología de la Investigación Educativa*. México: Progreso.
- Munné, F. (marzo de 2004). Universidad de Barcelona. *Revista de Psicología Social*, 1-15. Obtenido de Departamento de Psicología Social Universidad de Barcelona: Recuperado el 20 de diciembre de 2013 de <http://www.juliotorres.ws/textos/teoriadacomplexidade/QueEsLaComplejidad.pdf>
- Newman, B., & Newman, P. (1991). El desarrollo del proceso cognoscitivo en el contexto familiar. En B. Newman, & P. Newman, *Desarrollo del niño* (págs. 219-314). México: Noriega Limusa.
- Ortega, F. (2001). *Terapia Familiar Sistémica*. Sevilla: Grafitrés, S.L.
- Paulo, L. (28 de Febrero de 2014). *Escuela sistémica argentina*. Obtenido de Escuela sistémica argentina: Recuperado el 14 de enero de 2014 de <http://www.escuelasistemica.com.ar/terapia-familiar-ultramoderna.html>
- Pérez, G. (2011). *Intervención sociocomunitaria*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Perpiñán, S. (2009). *Atención temprana y familia: cómo intervenir creando entornos competentes*. Madrid: Narcea S.A. de ediciones.
- Polaino-Lorente, A. (2003). *Cómo mejorar la comunicación conyugal*. Madrid-España: Rialp S.A.
- Polaino-Lorente, A., & Martínez, P. (2002). *La comunicación en la pareja: errores psicológicos más frecuentes*. España: Rialp S.A.
- Polaino-Lorente, A., & Martínez, P. (2003). *Evaluación Psicológica y Psicopatología de la familia*. Madrid: Rialp, S.A.

- Prada, J. R. (2006). *Escuela Psicológicas y Psicoterapéuticas*. Bogotá: San Pablo.
- Quintana, J. (1993). *Pedagogía Familiar*. Madrid: Narcea.
- Quintero, A. M. (2000). *Formas alternativas de enfrentar el conflicto sociofamiliar*. Buenos Aires-México: Lumen.
- Quintero, A. M. (2003). Trabajo Social: aportes al tema de familia. En P. U. Perú, *Temas de desarrollo humano: Desafíos y propuestas para el Trabajo Social*. (págs. 11-38). Perú: DESA S.A.
- Rage, E. (2002). *La pareja: elección, problemática y desarrollo*. México: Plaza y Valdés y la universidad Iberoamericana.
- Ramírez, S. (1999). *Perspectivas en las teorías de sistemas*. México: Siglo XXI editores, s.a. de c.v.
- Repetto, E. (2009). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia Recuperado el 20 de febrero de 2014 de www.uned.es/publicaciones.
- Rizo, M. (2 de mayo de 2011). *Portal de la Comunicación*. Obtenido de Portal de la Comunicación: Recuperado el 20 de febrero de 2014 de http://portalcomunicacion.com/lecciones_det.asp?lng=esp&id=17
- Robl, I. (2013). *Constelaciones familiares para el amor y las parejas*. México: Grijalbo.
- Roche, R. (2006). *Psicología de la pareja y de la familia*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona Servei de Publicacions.
- Rodríguez, G., Gil, J., & García, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Granada-España: Ediciones Aljibe.

- Rodríguez, L., & Aguirre, J. (2011). Teorías de la complejidad y Ciencias Sociales. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales Jurídicas*, 5-7.
- Romero, J. C. (2008). Psicología popular y la práctica normativa. *Revista Venezolana de Psicología Clínica Comunitaria*, 70-149.
- Romero, J. L., & Vázquez, R. (2005). *Psicópolis. Paradigmas actuales y alternativos en la psicología contemporánea*. Barcelona: Kairós S.A.
- Rosales, J. (2003). Comunicación y familia. En L. d. Eguiluz, *Dinámica de la familia, un enfoque psicológico* (págs. 1-90). México: Pax México.
- Rueda Beltrán, M., Delgado Ballesteros, G., & Jacobo, Z. (1994). *La Etnografía en Educación. Panorama, Prácticas y Problemas*. México: Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM.
- Ruiz-Vargas, J. M. (1999). Psicología cognitiva de la memoria. *Anthropos. Huellas del Conocimiento*, 73-76.
- San Molina, L. A. (2010). *Comprender la Depresión*. Barcelona: Amat Editorial.
- Sánchez, C., Carreño, J., & Martínez, S. (2 de junio de 2003). *Medigraphic*. Obtenido de Medigraphic: Recuperado el 12 de febrero de 2014 de <http://www.medigraphic.com/pdfs/inper/ip-2003/ip032e.pdf>
- Sánchez-Cano, M., & Bonals, J. (2007). *La evaluación psicopedagógica*. Barcelona: Graó.
- Sarason, I., & Sarason, B. (2006). *Psipatología, Psicología anormal: el problema de la conducta inadaptada*. México: Pearson Educación.
- Sarramona, J. (2008). *Teoría de la Educación*. Barcelona: Ariel Educación.
- Satir, V. (2002). *Terapia Familiar Paso a Paso*. México: Pax México.

- Soler, E. (2006). *Constructivismo, Innovación y Enseñanza Efectiva*. Caracas-Venezuela: Equinoccio.
- Stassen Berger, K. (2006). *Psicología del Desarrollo*. Madrid: Médica Panamericana.
- Sternbeg, R. (2011). *Psicología cognoscitiva*. México: Ceunege Learning.
- Stewart, D. (1970). ¿Qué es la comunicación? En D. Stewart, *Psicología de la Comunicación* (págs. 36-49). Buenos Aires-Argentina: Paidós.
- Sureda, M. (2007). *Cómo afrontar el divorcio*. Madrid: Kindle Edition.
- Tapia, L., Poulsen, G., Armijo, I., Pereira, X., & Sotomayor, P. (2009). Resolución de Entrampes en Parejas en conflicto: Aproximaciones desde las parejas y los terapeutas. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 101-114.
- Torre, J. C. (2001). *Orientación Familiar en contextos escolares*. Madrid: Universidad Pontificia Comillas.
- Traveset, M. (2007). *La pedagogía sistémica: Fundamentos y práctica*. Barcelona-España: GRAÓ.
- Trigueros, I., & Mondragón, J. (2005). *Campo de intervención del Trabajo Social*. Sevilla: Mad S.L.
- Trigueros, I., Mondragón, J., Serrano, & Teresa, M. (2001). *Trabajador Social*. España: Mad, S.L.
- Viladrich, P.-J. (2005). *El valor de los amores familiares*. Madrid: Ediciones Rialp S.A.
- Watzlawick, P., & Ceberio, M. (2008). *Ficciones de la realidad*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Weiner-Davis, M. (2004). *Su matrimonio siempre puede ser mejor*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.

Wiemann, M. (2011). *La comunicación en las relaciones interpersonales*. España: UOC Comunicación y Sociedad.

Willi, J. (2002). *La pareja humana: relación y conflicto*. Madrid: Morata.

Yalom, I. D. (1999). *Tratamiento de la depresión*. Barcelona: Granica S.A.

Zammito, V. (2001). *Ilaciones entre las teorías y las técnicas sistémicas y psicodramáticas*. Buenos Aires-Argentina: Universidad de Belgrano.

GLOSARIO

Circularidad: Se conoce como circularidad a la trama relacional profunda de sutiles y complejas significaciones que se autoalimentan y se fijan por retroacciones múltiples, dando lugar a un contexto que en el trabajo sistémico de familia (Ortega, 2001, pág. 65)

Comunicación: Es una necesidad para el ser humano, es una capacidad especial que supone entregarse al otro (Franco, 2005, pág. 17)

Depresión: Es la exageración persistente de los sentimientos habituales de tristeza (San Molina, 2010, pág. 9)

Desnutrición relacional: Carencia de experiencia de amor (Giraldo & González, 2009, pág. 30)

Diada: Grupo de dos como la pareja.

Distorsiones cognitivas: Son hábitos de pensamiento automáticos que se basan en una visión negativa e ilógica de la realidad. (Sureda, 2007, pág. 80)

Emociones: Son reacciones rápidas, impulsivas e intuitivas que experimentamos casi sin darnos cuenta (Adam, Cela, Codina, Fuentes, & Gómez, 2007, pág. 13)

Familia: La familia como sistema implica explicarla como una unidad interactiva, como un organismo vivo compuesto de distintas partes que ejercen interacciones recíprocas (Eguiluz, 2003, pág. 1)

Intervención: Acción que se caracteriza por tomar parte en, interceder por, interponer la autoridad en, mediar por, interponerse entre dos o más, dirigir, limitar; o suspender una autoridad el libre ejercicio de actividad o funciones. RAE, citado por (Pérez, 2011, pág. 32)

Nutrición relacional: Es el motor que rige la construcción de la personalidad, animando los procesos madurativos del psiquismo de forma continuada, en el niño y en el adulto (Giraldo & González, 2009, pág. 21)

Orientación Familiar: Intervención que pretende dotar a las familias de las habilidades necesarias para afrontar de forma adecuada a los cambios y desafíos que se pueden presentar en las distintas etapas del ciclo de vida conyugal y familiar, favoreciendo la interacción y comunicación entre sus miembros. (Álvarez & Berástegui, Educación y familia: la educación familiar en un mundo en cambio, 2006, pág. 258)

Pensamientos automáticos: Los pensamientos automáticos de los cónyuges sobre sus interacciones normalmente, son inferencias sobre las causas de los sucesos agradables y desagradables que ocurren entre ellos. (Dattilio & Padesky, 2000, pág. 30)

Retroalimentación: Recepción de la información sobre el resultado de la ejecución de una conducta por parte del propio sujeto que la realiza (Greenberger & Padesky, 2010, pág. 10)

Sistema: Conjunto de partes o elementos vinculados entre sí por interacciones dinámicas y que se organizan en la consecución de objetivos comunes (Sarramona, 2008, pág. 25)

Teoría cognitiva: Trajo consigo la comprensión de los procesos intelectuales y de cómo nuestros pensamientos y creencias afectan cada uno de los aspectos de nuestro desarrollo. (Stassen Berger, 2006, pág. 58)

ANEXOS

ANEXO # 1
TÉCNICA DE JUAN LUIS LINARES
PARA PAREJAS

PRESCRIPCIÓN DE RITUALES

Objetivo:

Intervenir de forma pragmática en la pareja usando como acceso la narrativa para permitir que los cónyuges reconozcan su lado emocional.

Procedimiento:

- 1.- Hacer uso de un conjunto de simbolismos creados por el terapeuta.
- 2.- Establecer pasos que contribuyan a desligar ciertos síntomas de las emociones.
- 3.- Desarrollar narraciones que evidencien cambios para su bienestar.
- 4.- Suplantar momentos enfermizos por otros sanos.

Observaciones:

Esta técnica ayuda a las parejas que no pueden suprimir hechos pasados que le han causado daño.

Resultados:

La técnica establecida permite a las parejas alcanzar un estado de confianza y aceptación.

ANEXO # 2
TÉCNICA DE JUAN LUIS LINARES
PARA PAREJAS

CUESTIONAMIENTO CIRCULAR

Objetivo:

Observar los juegos que se desarrollan en las interacciones de pareja a través de cuestionamientos para descubrir aspectos inéditos de la relación e introducir elementos de cambio.

Procedimiento:

- 1.- Preguntar a cada miembro de la pareja qué piensa, qué siente o qué hace en función de la relación.
- 2.- Observar la coreografía en la que participan los distintos miembros de un sistema.
- 3.- Explorar los distintos aspectos de la relación hasta los más inéditos.

Observaciones:

Adquirir la habilidad de preguntar creativa y minuciosamente.

Resultados:

La práctica del cuestionamiento mejorará la calidad de las intervenciones.

ANEXO # 3
TÉCNICA DE JUAN LUIS LINARES
PARA PAREJAS

ACOMODACIÓN

Objetivo:

Realizar una sintonía entre el que interviene y la pareja mediante una relación de confianza para que puedan emerger los problemas.

Procedimiento:

- 1.- Preparar el ambiente con palabras que inviten a expresar sus emociones e ideas que le producen daño.
- 2.- Conducir la intervención en un ambiente de confianza y respeto.
- 2.- Llevar a la pareja a que pueda expresar las situaciones conflictivas con tranquilidad.

Observaciones:

Es una técnica que aplicada desde la entrevista inicial ayuda a futuras intervenciones.

Resultados:

La técnica ayuda a calmar y sanar heridas.

ANEXO # 4
TÉCNICA DE JUAN LUIS LINARES
PARA PAREJAS

GENOGRAMA

Objetivo:

Utilizar un instrumento que visualice patrones de conducta, dificultades psicosociales de la estructura familiar que se han repetido por generaciones para completar una información que permita intervenir oportuna y reflexivamente y no se repitan las experiencias negativas.

Procedimiento:

- 1.- Trazar la estructura familiar con símbolos que representen personas, relaciones, convivencia.
- 2.- Registrar y recopilar información básica sobre la familia en datos demográficos: fecha de nacimiento, muerte, matrimonio, separación, profesión, educación; situaciones recientes o pasadas.
- 3.- Organizar las relaciones familiares a través de los delineamientos en las pautas de conducta.

Observaciones:

El genograma ayuda al Orientador Familiar a identificar pautas de comportamiento que han tenido una trascendencia en la familia.

Resultados:

Este instrumento proporciona una visión de la estructura familiar; la transmisión de pautas familiares, pautas vinculares.

ANEXO # 5
TÉCNICA DE CHRISTINE A. PADESKY
PARA PAREJAS

RESPIRACIÓN CONTROLADA

Objetivo:

Practicar la respiración como un ejercicio de relajamiento para lograr el equilibrio del oxígeno y dióxido de carbono en momentos de ansiedad.

Procedimiento:

1. Respirar profundamente inspirando y espirando el mismo tiempo.
2. Poner una mano en la parte superior del pecho y la otra en el estómago y observar que la mano del estómago se mueve arriba y abajo al mismo tiempo que se respira.
3. Intentar espirar lentamente contando hasta cuatro y espira lentamente contando hasta cuatro.

Observaciones:

Dedicarle cuatro minutos a partir de ahora y observar si se llega a estar más relajado.

Lo importante es respirar por cualquier conducto sea boca o nariz; pero, respirar de la forma que sea más cómoda, asegurarse de respirar suavemente y no tragar grandes cantidades de aire.

Resultados:

La técnica de respiración controlada, si se aplica correctamente, permitirá a la persona, controlar de manera adecuada la respiración.

ANEXO # 6
TÉCNICA DE CHRISTINE A. PADESKY
PARA PAREJAS

IMAGINACIÓN

Objetivo:

Activar la imaginación a través de la visualización de imágenes para aprender a relajarse y manejar la ansiedad.

Procedimiento:

1. Visualizar activamente escenas que sean tranquilas y relajantes.
2. Las escenas tienen que hacerle sentir seguridad y relajación.
3. Considerar como lo más importante lo que le hace sentir la escena, no la escena en sí.

Observaciones:

Cuanto más sentido pueda incorporar a su imagen, la imaginación va a ser más relajante.

Si puede imaginarse los olores, sonidos y sensaciones táctiles, además de los aspectos visuales de la escena, se mejorará la habilidad de relajación.

Resultados:

El ejercicio contribuye a que todos los sentidos trabajen para obtener la relajación y el confort.

ANEXO # 7
TÉCNICA DE CHRISTINE A. PADESKY
PARA PAREJAS

ESTRUCTURACIÓN NEGATIVA

Objetivo:

Aprender a buscar en la pareja el lado positivo a las apreciaciones que una vez tanto le atrajeron para cambiar las experiencias negativas en positivas.

Procedimiento:

- 1.- Explicarle a la pareja en qué consiste la técnica de estructuración negativa.
- 2.- Tratar de recordar las características que en el pasado le atrajeron de su pareja.
- 3.- Escribir una lista de los rasgos iniciales.
- 4.- Colocar a la derecha los rasgos actuales.
- 5.- Cotejar ambos grupos de características sobre el papel.

Observaciones:

Utilizar la técnica con ambos cónyuges.

Se comprobará que las experiencias positivas iniciales coincidentemente son las opuestas a las actuales.

Resultados:

Se tratar de rescatar las características iniciales y pasar de lo negativo a lo positivo. Proporciona a las personas cierta esperanza y también les anima a analizar sus distorsiones. Lo más importante es que ellos puedan empezar a cambiar sus percepciones mediante el cuestionamiento de la evidencia que sustentaba sus pensamientos.

ANEXO # 8
TÉCNICA DE CHRISTINE PADESKY
PARA PAREJAS

DESCUBRIR EL SISTEMA DE CREENCIAS BÁSICAS

Objetivo:

Permitir la reestructuración del sistema de creencias como instrumento terapéutico para producir un cambio significativo en la relación de parejas.

Procedimiento:

- 1.- En la sesión inicial se conceptualiza el problema de pareja y ambos contestan el cuestionario de actitudes matrimoniales.
- 2.- Revisar la información obtenida identificando las creencias subyacentes de cada uno, sus esquemas.
- 3.- Identificar las distorsiones cognitivas correspondientes.
- 4.- En otra sesión proponer hacer una lista donde los cónyuges examinan sus pensamientos automáticos y los pensamientos alternativos que podrían reemplazarlos.

Observaciones:

Pueden darse dificultades a la hora de identificar los pensamientos automáticos, las creencias y las emociones; por lo cual este paso debe ayudarse con otras técnicas como la imaginación y el juego de roles.

Resultados:

Es una técnica que requiere mucho esfuerzo, constancia y disciplina en el proceso de descubrir las creencias básicas que generan cambios de los puntos de vista en cada cónyuge sobre su relación.