CONFLICTOS EN PAREJAS Y FAMILIAS:
APROXIMACIONES DESDE EL ENFOQUE SISTEMICO

CONFLICTS IN COUPLES AND FAMILIES:
APPROXIMATIONS FROM THE SYSTEMIC APPROACH

Mónica Anaya

Fundación Universitaria del Área Andina

Resumen

El mundo en el que vivimos actualmente y en el entorno que nos rodea, es normal que se presenten diferentes problemáticas de distintas indoles que pueden ocurrir por diferentes causas, uno de esos problemas que se generan con frecuencias son los relacionados a los contextos familiares y de parejas, haciendo que para la psicología como ciencia suponga todo un reto entender el porqué de esos problemas, conocer sobre sus generalidades, causas, consecuencias entre otras. Asimismo, la psicología trata y brinda las herramientas posibles que tratar de resolver los conflictos que se presentan. Por esa razón, este artículo aborda esa temática desde una perspectiva sistémica, el cual se compone de una introducción donde se abordan conceptos claves de la psicología como lo son la evaluación y la intervención, se define la teoría de la pareja para poder entender por qué se presentan los conflictos y finalmente se apoya todo lo tratado de un punto de vista reflexivo.

Palabras clave. Problemas, familia, pareja, conflictos, perspectiva sistémica.

Abstract

The world in which we live today and in the environment that surrounds us, it is normal that different problems of different kinds arise that can occur due to different causes, one of those problems that are generated with frequencies are those related to family contexts and couples, making it a challenge for psychology as a science to understand the reason for these problems, to know about their generalities, causes, consequences among others. Likewise, psychology treats and provides the possible tools to try to resolve the conflicts that arise. For this reason, this article addresses this issue from a systemic perspective, which is composed of an introduction where key concepts of psychology such as evaluation and intervention are addressed, the couple's theory is defined in order to understand why Conflicts arise and finally all that is treated is supported from a reflexive point of view.

Keywords. Problems, family, couple, conflicts, systemic perspective.

Introducción

Es necesario entender que la familia constituye cada vez más un elemento central en el tratamiento de muchas psicopatologías. De ahí que se hable tan a menudo de terapia familiar. Entre las diversas terapias de este tipo sobresale la llamada sistémica, la cual postula que ni las personas ni sus problemas existen en el vacío, sino que ambos están íntimamente ligados a sistemas recíprocos más amplios, de los cuales el principal es la familia.

Actualmente, la denominación terapia familiar se ha convertido en un cajón de sastre que engloba numerosas y dispares formas de hacer terapia, a las que les sigue el apelativo de familiar. Así encontramos, entre otras, la terapia familiar psicoanalítica, la terapia familiar guestáltica, la terapia familiar conductual y la terapia familiar sistémica. Esta última modalidad va a ser el eje central de nuestro libro.

En ese orden de ideas el paradigma de la terapia familiar sistémica postula que ni las personas ni sus problemas existen en un vacío, sino que ambos están íntimamente ligados a sistemas recíprocos más amplios, de los cuales el principal es la familia. Como consecuencia, se precisa tener en cuenta el funcionamiento familiar de conjunto y no sólo el del paciente identificado, al que se considera portador de un síntoma, que únicamente se entiende dentro de su contexto. En este sentido, la terapia familiar sistémica realiza una labor preventiva para que, una vez despojado el paciente de su síntoma, no haya otro miembro de la familia que lo sustituya generando a su vez otra conducta sintomática.

Al conocer el origen de la sintomatología suele situarse en las dificultades y crisis a las que se ven sometidos los grupos familiares en su devenir vital. Las familias acuden a terapia cuando se ven impotentes, en parte porque perciben su problema como irresoluble a pesar de sus esfuerzos para solucionarlo. El terapeuta familiar se convierte en una persona que asiste a la familia en momentos de crisis, razón por la cual es sumamente importante que observe las facetas fuertes y los recursos que poseen sus miembros para generar una expectativa de lugar de control interno del cambio, de forma que por sí mismos puedan resolver los problemas que les aquejan. Por consiguiente, no se debe contemplar a la familia como un agente nocivo para la persona que porta el síntoma, como un «estorbo» al que se culpa de la situación del paciente, sino más bien al contrario, como un grupo humano con capacidades y recursos para ayudar a sus

componentes a superar los problemas e incluso salir renovados de la crisis. Por todo ello, el clínico debe transmitir muy claramente a la familia que necesita su cooperación y ayuda para poder obtener buenos resultados en el trabajo que van a realizar conjuntamente.

Por consiguiente, el modelo sistémico, sin duda el marco conceptual más extendido en la terapia familiar, ha llegado a ser en los últimos años uno de los modelos de más popularidad no sólo entre los psicoterapeutas sino también en el campo de la asistencia y bienestar social, las organizaciones y redes sociales, la salud, y los problemas escolares. Y ello no es por azar. Su campo de aplicación característico, el trabajo con la familia, se sitúa en el centro de la vida social. Pocas cosas ocurren con independencia de la familia, en sus múltiples y renovadas formas, entendida como grupo socio-afectivo primario. Y es que el modelo sistémico se distingue claramente de los demás modelos de la intervención psicológica (psicoanalítico, fenomenológico, conductual, cognitivo) porque su unidad de análisis es el sistema y no el individuo, ni la persona, tan ensalzadas por la psicología tradicional y la civilización occidental. En efecto, sus bases conceptuales no son ni la personalidad y sus rasgos, ni la conducta individual, sino el sistema familiar como un todo, como un organismo estructurado e interdependiente que se comunica con unas pautas de interacción, y en las que el individuo sólo es uno de sus componentes, su valor tiene que ver con la función y posición en el sistema.

De acuerdo con lo anterior los síntomas, desde esta perspectiva son vistos como parte de este patrón comunicacional, y por tanto una característica del sistema y no únicamente del que lo sufre. Por tanto, se tiende a trabajar con toda la familia y orientar la intervención al alterar los patrones de interacción familiar en los que el síntoma cobraba su sentido. Desaparece así el paciente como objeto de la intervención y también el terapeuta, puesto que se suele trabajar en equipo. La relación terapéutica, el eje de la psicoterapia para algunos modelos, no es ya algo que ocurre entre terapeuta y cliente, sino entre un equipo y una familia.

Mencionando a algunos autores, desde que Bertalanffy formuló en 1968 la Teoría General de Sistemas (TGS), esta teoría ha sido ampliamente divulgada. Surgió con la finalidad de dar explicación a los principios sobre la organización de muchos fenómenos naturales y en la actualidad es aplicada al

conocimiento de muchas otras realidades, tanto naturales como ecológicas, medioambientales, sociales, pedagógicas, psicológicas o tecnológicas, (Hernández, 1989, 1993 y 1997; Castillejo y Colom, 1987 Cusinato, 1992; Campanini y Luppi, 1996; Rodríguez Delgado, 1997), habiéndose convertido en el modelo predominante en los estudios de familia (Satir, Minuchín,1986; Selvini, Palazoli, Andolfi, 1993, Musitu, et al, 1994, Rodrigo y Palacios, 1998, Gimeno,1999). Los trabajos iniciales surgen en terapia familiar y son las Escuelas de Palo Alto y Milán las que basan en él sus propuestas de intervención. Posteriormente, el modelo evoluciona contrastando sus resultados con la experiencia clínica y con la investigación empírica de laboratorio, al tiempo que incorpora elementos de otras Teorías psicológicas, como el constructivismo, la Gestalt, el Psicoanálisis, el modelo Cognitivo Comportamental, la teoría de Aprendizaje Social o la Psicología del Desarrollo, dejando de manifiesto la flexibilidad y la capacidad integradora del modelo.

Es preciso aclarar que la población de estudio en el modelo sistémico, no queda sólo reducida al estudio de pacientes y familias con problemas graves, sino que explica el comportamiento y la evolución de familias normativas y normalizadas, sirviendo de base a programas de formación y prevención (Millán Ventura, 1990; Rodrigo y Palacios, 1998, Gimeno, 1999).

Por tal razón los trabajos mencionados consideran a la familia un sistema, al que le son aplicables los principios propios de los Sistemas Generales, y también otras características relevantes, que facilitan su comprensión y que son específicas de los sistemas familiares.

En la actualidad el enfoque sistémico ha permitido definir un nuevo paradigma en la ciencia, por lo que el propósito de nuestro trabajo estriba en exponer las principales aportaciones realizadas con dicho enfoque en los estudios de Psicología familiar, resaltando la relevancia y el significado que el modelo aporta al proceso de desarrollo familiar, a su evaluación y a la intervención familiar.

Por otra parte, el proceso de desarrollo del ser humano, al igual que ocurre en cualquier otro organismo vivo, se enmarca en una serie de sistemas relacionados unos con otros, que son distintos escenarios de interacción con el ambiente. Esta cuestión, esencial en la biología, ha sido tenida en cuenta por Bronfenbrenner, (1987). Quien la

ha aplicado al sistema familiar, considerando que la familia es el sistema que define y configura en mayor medida el desarrollo de la persona desde su concepción.

Dado que para este autor el entorno es algo que trasciende la situación inmediata y afecta directamente a la persona en desarrollo, adoptó la terminología de "modelo ecológico" que se concibe como una disposición seriada de estructuras concéntricas inclusivas, en la cual cada una de las estructuras se encuentra inmersa en la siguiente.

Estas ideas no son análogas al modelo de familia como categoría sistemática en la biología, ni tampoco al concepto de población en la ciencia ecológica. No obstante, para el estudio de las relaciones familiares desde el campo de la psicología, el modelo ecológico aporta unas bases importantes que nos permiten ver distintas maneras con las que una persona se relaciona con el entorno. Teniendo en cuenta que el microsistema es concebido como el conjunto de interrelaciones que se producen dentro del entorno inmediato, según Bronfenbrenner, (1986); Rodrigo y Palacios, (1998) y Papalia y Olds, (1992). La familia es el microsistema más importante porque configura la vida de una persona durante muchos años.

Es importante resaltar la relevancia que estos términos aportan a los estudios de la familia, como dimensiones básicas, tanto en la valoración del nivel de funcionalidad del sistema, como en la elaboración de pautas para el asesoramiento y el apoyo familiar. Las relaciones que se dan en el interior del microsistema a su vez reciben la influencia del exterior, aunque no se participe de manera directa y activamente en ellas; no obstante, delimitan lo que tiene lugar en el ambiente más próximo, esto es el exosistema.

El mesosistema familiar, como conjunto de sistemas con los que la familia guarda relación y con los que mantiene intercambios directos, es una dimensión importante en los informes de valoración familiar. En cada etapa de ciclo familiar, suele haber unos sistemas de interacción más frecuentes, que todo informe de valoración debe considerar: La escuela, la pandilla, el club deportivo, el partido político o la asociación de vecinos, son algunos ejemplos.

En cada caso, el mesosistema recibe la influencia de la familia, así las tensiones familiares se reflejan en el comportamiento

del hijo en la escuela, al tiempo que la familia recibe la influencia de la escuela y del barrio en temas de relaciones sexuales, de prevención del sida, en la educación vial o la evitación del consumo de tabaco, por citar sólo algunos ejemplos.

Por contrapartida la ausencia de integración en el entorno físico y sobre todo social puede ser frecuente en muchos casos de inmigración, interna o externa, y en casos de marginalidad, lo que supone un aislamiento que facilita la entropía y por tanto el deterioro del sistema, dejando a la familia, por ejemplo, sin información sobre recursos sociales reales o potenciales, y sin apoyos puntuales ante las dificultades leves que acaban por incrementar el estrés y los problemas familiares, como cuando una pareja no tiene con quien dejar a su hijo menor durante la jornada laboral.

En otros casos, el mesosistema existente puede convertirse en una fuente de apoyo para la delincuencia o el deterioro personal, como en el caso de los adolescentes con absentismo escolar o adictos a sustancias, en cuyo mesosistema de referencia tienen máxima importancia pandillas de iguales con los mismos comportamientos problemáticos con quienes se refuerzan mutuamente.

El macrosistema, entendido como el conjunto de valores culturales, ideologías, creencias y políticas, da forma a la organización de las instituciones sociales. En nuestro caso, la cultura predominante en el entorno familiar es también una dimensión a comparar con la cultura de origen de cada familia. En los casos en que la divergencia entre ambas sea alta, como en el caso de familias musulmanas que emigran a un país católico, las demandas de cambio que derivan del entorno constituyen una fuente de presión nada fácil de asimilar.

El modelo sistémico nos permite pues observar cómo cada grupo familiar se inserta dentro de una red social más amplia, y desde ésta despliega su energía para alcanzar su propia autonomía, como un todo. Pero a la vez nos permite analizar cómo cada microsistema permite integrar la energía de los demás miembros del sistema, bien sean estos individuos, bien sean subsistemas. En este caso, el microsistema de referencia es la familia, y la pareja y la constelación fraterna son los dos subsistemas de obligada referencia.

Ampliando esta idea, Musitu, et al, (1994). Resaltan la idea de la TGS, según la cual el todo contiene a la parte y en cada parte está contenido el programa, el cual

viene determinado por el todo, por lo que podemos deducir que hay una reciprocidad y comunicación constante entre ambas, entre el sistema y sus componentes, y, en consecuencia, cierta bidireccionalidad entre sistema y subsistemas. Partiendo de estos principios podemos decir que, dentro de los sistemas, los subsistemas funcionan con sus características propias, formando una verdadera unidad con la totalidad.

La interacción de los componentes en los subsistemas se regula mediante flujos estables, que se retroalimentan por la acción de todos aquellos subsistemas que participan en el sistema. Así, la estructura familiar es compleja y la dinámica general de la misma está mediada por el funcionamiento particular de cada subsistema, en los diferentes ciclos de la vida total del sistema.

Teniendo en cuenta lo anterior, la familia se define como un sistema, es decir: "La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y por funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior", (Minuchín, 1986, Andolfi, 1993; Musitu, et al, 1994, Rodrigo y Palacios, 1998).

A partir del enfoque sistémico los estudios de familia se basan, no tanto en los rasgos de personalidad de sus miembros, como características estables temporal y situacionalmente, sino más bien en el conocimiento de la familia, como un grupo con una identidad propia y como escenario en el que tienen lugar un amplio entramado de relaciones.

Esta definición de familia supone un gran avance para el estudio de la organización familiar, y de ella extraemos las características del sistema conjunto, estructura, personas, interacción y otras atribuibles a los sistemas sociales abierto, propositivo, complejo, además de las características específicas del sistema familiar intergeneracional, larga duración, facilitador del desarrollo personal y social de sus miembros.

Empezando por los términos que aparecen en la definición de sistema, la familia es:

Conjunto. En tanto que conjunto, la familia es una totalidad, una Gestalt que aporta una realidad más allá de la suma de las individualidades, más allá de los miembros que componen la familia. Esta totalidad se construye mediante un sistema de valores y creencias compartidos, por las experiencias vividas a lo largo de la vida, y por los

rituales y costumbres que se transmiten generacionalmente.

Esta cultura familiar fraguada con el tiempo da una identidad al grupo, fortaleciendo el sentido de pertenencia de sus miembros, dando respuesta a sus necesidades de filiación y contribuyendo a la construcción de la propia identidad personal frente al medio, respondiendo a la propiedad de homeostasis o morfostasis de la TGS según Ochoa de Alda (1995).

Estructurado. Lo mismo que cualquier sistema, la familia lleva consigo una estructura, una organización de la vida cotidiana que incluye unas reglas de interacción y una jerarquización de las relaciones entre sus componentes; también incluye unas reglas que regulan las relaciones entre los familiares y las relaciones con el exterior y que indican quién pertenece y quién queda excluido del grupo familiar (Parson y Bales, 1955).

Es importante el conocimiento de estas reglas, tanto explícitas como implícitas, que condicionan las propias relaciones familiares, para conocer y comprender a la familia y sentar las bases de cualquier tipo de intervención sobre ella, pues pueden incidir de forma significativa en cómo la familia hace frente a los problemas de cada uno de sus miembros y a su propia problemática como grupo. Las reglas suelen ser acordes con los valores y creencias de la familia y regulan también la detección de las necesidades de sus miembros, la comunicación y las conductas de dar y recibir ayuda, que son de suma importancia para conocer la funcionalidad del sistema.

Las reglas responden a Metarreglas, que son reglas de orden superior, como por ejemplo la que regula la posibilidad de cambiar, o no, las reglas, o como la que establece reglas diferentes en función del género. En concreto, la metarregla que regula el cambio es de suma importancia, pues si se opone al cambio, bloquea el desarrollo familiar, e incluso la posibilidad de cambiar, aunque el cambio suponga mejorar la calidad del sistema. En esta línea apuntan Watzlawick, Weakland y Fisch, (1974). Al hablar de la incapacidad de algunos sistemas para generar metarreglas que los lleven a reconocer las propias debilidades y cambiar sus metas, sus roles o sus patrones de interacción.

Las reglas de funcionamiento rígidas e incuestionables se manifiestan en el propio repliegue de la familia hacia sí misma, pues cualquier cambio se percibe como una traición, como una amenaza o intromisión,

hasta el punto de rechazar cualquier intervención guiada desde el exterior, como sucede con la terapia.

La estructura familiar supone que existe una o unas figuras que asumen el liderazgo, por tanto, ellas ejercen una mayor influencia en la elaboración y mantenimiento de las normas familiares, y también en las sanciones que pueden derivarse de su incumplimiento. El líder familiar ejerce también una mayor influencia en el modo de pensar, sentir y comportarse de los miembros de la familia.

La estructura familiar es asimétrica y la funcionalidad del sistema requiere que así lo sea, siendo mayor la competencia en aquellas familias cuyo liderazgo recae en los adultos (Beavers y Hampson, 1990).

La funcionalidad del sistema también es mayor cuando el liderazgo es democrático o existe una autoridad flexible (Minuchin, 1984). Mientras las familias caóticas, en primer lugar, y las rígidamente autoritarias luego, generan modelos familiares con más carencias para el desarrollo y con menos satisfacción entre sus miembros.

Personas. Desde la perspectiva sistémica se ha olvidado a menudo al sujeto psicológico en aras de la relevancia concedida a la interacción. No obstante, la psicología familiar y la psicología del desarrollo han retomado su papel dentro de la familia como sujeto activo con capacidad de modificar el sistema y de cambiar las metas y los procedimientos internos, sin que el sujeto quede reducido a un mero producto de la globalidad.

La principal crítica dirigida hacia el olvido del sujeto psicológico surge de la terapia familiar, al ver los sentimientos de culpa que se generan en la familia cuando se le asigna al sistema la responsabilidad de la patología de alguno de sus miembros: el paciente sintomático. La familia se resiste a asumir toda la responsabilidad de tener una hija anoréxica, una madre esquizofrénica o un padre con intentos de suicidio.

Sin que la crítica suponga una vuelta a la causalidad unidireccional e individual, y conscientes de que no todos los miembros de la familia tienen el mismo poder para producir o generar el cambio, los estudios de enfoque sistémico reconsideran el papel del individuo.

En esta línea se mueve el constructivismo, paradigma de gran relevancia en psicología y que integran también los psicólogos sistémicos que estudian la familia. Entre ellos es Kriz, (1994). Quien con más precisión resalta el

papel activo del sujeto, pues lo considera activo en tres dimensiones: como procesador activo de la información, como estímulo con impacto en el resto del sistema y como sujeto capaz de desarrollar una comunicación autorreferente, es decir, capaz de entablar un diálogo interior.

En la misma línea de defensa del individuo, la psicología del Desarrollo reivindica el fenómeno de la resiliencia (Cyrulink, 2002) como un proceso de desarrollo, que supone una resistencia individual a los entornos adversos y devastadores, entre ellos a la familia; en los casos de resiliencia la persona se desmarca de los modelos que le ofrece la familia, buscando referentes o tutores más allá del entorno próximo, en los que se apoya para potenciar su desarrollo personal y social más allá de todo pronóstico.

Reflexión

Esta inicia en primer lugar, entendiendo que la familia se puede considerar como un sistema en constante transformación, lo que significa que es capaz de adaptarse a las exigencias del desarrollo individual de sus miembros y a las exigencias del entorno; esta adaptación asegura la continuidad y a la vez el crecimiento psicosocial de los miembros (Lila, et al, 2000), si bien es un proceso que ocurre debido al equilibrio entre las dos fuerzas que prevalecen en todo sistema: por un lado la tendencia hacia la homeostasis o morfostasis, es decir la tendencia a mantener estable el sistema adaptándose a los cambios, y por otro, la capacidad de desarrollo y de cambio, o morfogénesis (Ochoa de Alda, 1995), entendida como transformación, propia de algunos organismos, como es el caso de nuestra especie. Las fuerzas que empujan al cambio provienen de los propios miembros de la familia, de los sistemas con los que la familia interactúa (mesosistema) y del propio macrosistema donde se enmarca la familia.

No obstante, no podemos obviar dos aspectos básicos en esta concepción aplicada a la familia. Por una parte, que los cambios o transformaciones, por lo general, suelen comenzar produciéndose desde los elementos más externos del sistema, mostrando más resistencia al cambio a medida que nos acercamos al núcleo del mismo. Ello es debido a que los elementos más periféricos y recientes suelen ser más vulnerables e influenciables por otros sistemas, a la vez que manifiestan una mayor predisposición al cambio y por tanto a la intervención. Por el contrario, los elementos internos, que suelen coincidir con

los primigenios del sistema, suelen estar más protegidos de las influencias externas y resultar así ser más estables, lo cual es lógico al suponer que son la base sobre la cual se constituye el sistema, según ha expresado Andolfi (1993). En consecuencia, existe la tendencia entre los elementos internos a considerar que sus normas y creencias sean las adecuadas, debido a que a ellos mismos les han servido. Esta característica podría explicar la facilidad con que los hijos se adaptan a las nuevas demandas sociales, mientras que los padres presentan una mayor dificultad para adaptarse o entender las mismas.

Y, por otro lado, al entender que el equilibrio u homeostasis de todo sistema está íntimamente relacionado con el medio donde el sistema se instaura e interactúa. Por esta razón podemos encontrar familias disfuncionales, o con grandes desequilibrios desde nuestra perspectiva de normalidad en función de la concepción que tenemos de nuestro propio sistema familiar, pero que en cambio han hecho de la disfuncionalidad una forma de equilibrio y de permanecer como sistema relativamente estable dentro del contexto donde están inmersas, en muchas ocasiones también disfuncional. Existen familias en las que imperan la violencia y los abusos pero que, a pesar del sufrimiento, mantienen durante décadas la misma estructura interna.

Otro aspecto importante, según Andolfi, (1993). Es entender la familia como un “sistema activo”. Esta expresión no muestra analogía con el lenguaje propio de la TGS, sino que probablemente corresponde a la terminología que este autor ha utilizado para no confundir estabilidad de un sistema con inmovilidad del mismo.

Los cambios sociales acaecidos en nuestro entorno social, económicos, tecnológicos, sociales e ideológicos, acentuados por la globalización, la inmigración, los medios de comunicación, el feminismo, el reconocimiento universal de los derechos humanos, la democratización, el laicismo etc., están demandando a la familia, sobre todo en la cultura occidental, cambios sustanciales y rápidos en su composición y en su organización interna. Se demandan cambios que, por su amplitud y rapidez, son generadores de desorientación y estrés, y para los que las familias no siempre tienen posibilidad de dar respuesta, ni tienen suficiente capacidad de adaptación, por lo que las familias se ven a menudo atrapadas en una escalada de conflictos y crisis que las llevan a la angustia, a la patología y a la ruptura.

Entre tanto, aunque son muchos los subsistemas estructurales o funcionales que pueden darse dentro de la familia, como las diferentes familias nucleares que se diferencian en la familia extensa, en el sistema familiar nuclear, que es el referente predominante en nuestra cultura, encontramos dos subsistemas estructurales básicos y bien diferenciados: la constelación fraterna y la pareja, si bien aparecen altamente relacionados entre sí como se demuestra, no sólo a nivel científico, sino en la misma vida cotidiana.

Cada uno de estos dos subsistemas tiene sus propias normas y relaciones que se definen en su interior, aunque, naturalmente, en algunos aspectos vitales de la convivencia reciben influencia mutua uno del otro, mucho más intensa cuando hablamos de la educación de los hijos.

La interacción entre los hermanos está influenciada por las relaciones de éstos con los padres; mientras que las relaciones entre los progenitores muchas veces son mediadas por la interacción con los hijos, de acuerdo con Arranz, (1989) y Arranz y Olabarrieta, (1998).

Según Gimeno, (1999). Estos dos subsistemas de la familia nuclear son de tipo generacional, pero además sus integrantes se asemejan en intereses, motivaciones, tareas y roles, manteniendo unas reglas propias; todo esto facilita su cohesión, su sentido de pertenencia como subgrupo y su diferenciación del resto de la familia. Los subsistemas incrementan la funcionalidad de la familia, así es posible que en cada subsistema la comunicación se enriquezca y con ello se afianzan tanto la relación como las tareas que comparten.

No obstante, en una situación como la actual, que se caracteriza por la amplia variedad de modelos familiares, los dos subsistemas que diferenciamos no se dan en todos los modelos de familia. La ley del divorcio ha facilitado la aparición de un número creciente de familias monoparentales, en las que no tiene sentido hablar de la pareja como subsistema.

Por otra parte, la reducción de la natalidad nos lleva a encontrar muchas familias en las que no existe constelación fraterna, algunas porque las parejas no tienen hijos, y otras muchas porque optan por el hijo único (Alberdi, 1999).

En lo que respecta a las parejas, y dentro de la diversidad de parejas existente, la relación de pareja se ha basado, a veces exclusivamente, en la relación sexual y en el deseo de procreación, aunque la sexualidad

no se considere hoy el único vínculo que une a las parejas, ni la procreación su única meta.

Es obvio que la pareja ha sufrido en las últimas décadas cambios sustanciales. Por los cual se puede decir que es hoy es subsistema más deseado y más frágil, al tiempo se han incrementado mucho las exigencias y expectativas respecto a la pareja.

La pareja de procreación es la que da origen a la familia, y a partir de ella se organiza todo el sistema familiar, por eso podemos decir que su papel es decisivo, siendo el subsistema que aporta más recursos materiales, madurez, cuidados, conocimientos, etc. A la familia, recursos que se comparten con todos, pero que en especial se destinan a los menores.

La pareja configura el proyecto de vida familiar, plantea las metas, distribuye los roles, formula las normas, es, en suma, el subsistema que tiene mayor poder en la familia.

En consecuencia, no es de extrañar que la competencia familiar vaya asociada en primer lugar al hecho de que sea la pareja, o en su defecto la generación adulta, quien sustente la autoridad en la familia (Beavers y Hampson, 1992), al tiempo que, en mayor medida, dependen de la pareja el proceso educativo, la comunicación, la intimidad, la red de apoyo y el clima familiar que se logre mantener.

Los vínculos entre la pareja son múltiples, y con manifestaciones propias de este subsistema. La sexualidad, la comunicación, el poder, los vínculos emocionales, las expectativas de los roles a desempeñar son algunas de las dimensiones relacionales que son básicas para analizar la pareja. Cada dimensión de la relación tiene sus propias reglas y sus propios límites.

Las relaciones de pareja han cambiado notablemente en las últimas décadas, en sexualidad, en comunicación, en reparto de poder, como también han cambiado la edad para contraer matrimonio, los roles dentro y fuera del hogar, etc., por citar sólo algunos ejemplos (Gimeno, 1999).

Hoy se habla de parejas asociativas (Rusell, 1979), porque se parte de que la pareja construye un nosotros, un proyecto compartido, sin que para ello tengamos que renunciar al proyecto personal de cada cónyuge. La tarea de armonización no resulta siempre fácil y es creciente el número de parejas que se rompen, aunque los arquetipos sociales siguen creyendo en la

pareja, pues se cree en la pareja, aunque no tengamos la misma pareja para toda la vida.

Difícilmente escapamos a todas las influencias que ejerce la sociedad, y a todos los desafíos que nos vienen del contexto social. Siendo realistas, no necesitamos hacer grandes análisis para darnos cuenta que los cambios producidos en las últimas décadas hacen que las relaciones de pareja sean más vulnerables. La vida va más deprisa y las relaciones exigen gratificaciones inmediatas (Alberdi, 1999). Las parejas sufren el ritmo acelerado de vida, el poco tiempo dedicado a reflexionar sobre lo que se hace, por qué y para qué se hace; siendo limitados tanto el tiempo dedicado al encuentro con uno mismo, como el tiempo dedicado al encuentro y reencuentro con el otro (Feliu y Guel, 1992).

Es cierto que los cambios son muchas veces mejoras, pero los cambios, que no siempre son elegidos, generan tensión y desorientación porque a menudo carecemos de pautas referentes que nos ayuden a tomar decisiones. Las soluciones de las generaciones mayores sirven poco para orientar a las generaciones jóvenes que se disponen a asumir el compromiso del matrimonio y de la paternidad responsable.

También somos testigos del cambio que hemos tenido en estos últimos años con respecto a la concepción y valor que se atribuye al proyecto personal y profesional, cuyo objetivo básico es la búsqueda de la felicidad (Alberdi, 1999); de esta nueva perspectiva, la autonomía y la autorrealización aparecen como metas individuales incuestionables. Siendo esto muy cierto y válido, no deja de hacer sentir sus efectos y consecuencias en el proceso de consolidación de la pareja. Como resultado de esta corriente, nos encontramos que cada vez las mujeres son más conscientes y dispuestas a hacer uso de su libertad y autonomía personal; por lo tanto, también están menos dispuestas a renunciar a esos propósitos, ni a tolerar pasivamente situaciones contrarias a los principios que defienden, aunque sea, como antaño, para salvar el matrimonio (Gimeno, 1999).

Todo ello conlleva una concepción nueva de la pareja y, por lo tanto, para que ésta se consolide, hace falta construir el proyecto de pareja (Willi, 1993). Este proyecto no se mantiene si no es un apoyo para el proyecto personal. Para llegar a consolidar un tipo de relación con estas características, es preciso el intercambio mutuo de afecto y comprensión, y es necesaria la valoración recíproca como base para mantener vivo el

amor que sustenta dicha relación, buscando un equilibrio entre lo que se da y lo que se recibe (Feliu y Güel, 1992), porque hay que preparar y hacer el camino para la convivencia que va asociada a la relación de pareja.

Según Cusinato, (1992). El sistema conyugal se considera como un binomio de ganancia/pérdida, es decir, en el que lo que para una de las personas es una ganancia lo debería ser también para la otra; y lo que un miembro pierde también supone una pérdida para el otro; por lo cual hay una relación mutuamente interdependiente, que obedece al principio de la reciprocidad.

La reciprocidad es lo que define la armonía entre los miembros de una pareja, y facilita que haya un intercambio equitativo de comportamientos, pues normalmente se recibe en proporción a lo que da. Las parejas con un nivel de reciprocidad alto emplean tiempo en satisfacerse mutuamente; también dedican espacios a la comunicación, garantizan ese intercambio mutuo, aunque procurando enriquecerse y ampliando las posibilidades de transmitir experiencias agradables (Feliu y Güel, 1992). Es necesario, por lo tanto, cultivar la relación, cuidarla y mantenerla para alcanzar la estabilidad.

El amor se considera una condición necesaria para constituir la pareja, y también para mantenerla unida, entendiendo el amor, como indica Sternberg (1999), como una mezcla de pasión, intimidad y compromiso, pero con unos componentes que tendrán que tener los mismos indicadores concretos para los dos cónyuges, que tendrán que ser en definitiva percibidos e interpretados de modo análogo. De poco sirve un ramo de flores o una noche de pasión si no son interpretados por ambos como indicadores de amor.

Conclusiones

Desde mi punto de vista, luego de haber abordado el tema de estudio desde la perspectiva sistémica y después de analizar, entender y reflexionar sobre la teoría general de los sistemas haciendo énfasis en las dinámicas familiares y de pareja, es común que se presenten diferentes conflictos dentro de las parejas y de las estructuras familiares, debido a muchos factores que pueden causar tales discrepancias como lo son: Las creencias, ideologías, costumbres, tradiciones, formas de pensamiento, entre otras. Asimismo, causas como: El apego, la dependencia y la sobreprotección son también responsables de que se presenten conflictos en las parejas

Para complementar lo anterior, los problemas de pareja suelen incluir pensamientos automáticos, esquemas subyacentes y distorsiones cognitivas, por ejemplo, la atención selectiva, la tendencia del individuo a centrarse en aspectos particulares de los eventos que ocurren en su relación y pasar por alto otros; las atribuciones. Las inferencias sobre el comportamiento de la pareja, las expectativas, las predicciones sobre la probabilidad de que ocurran ciertos acontecimientos, supuestos, las normas, y las creencias del "deber ser", obedecen a un proceso de información, que parece inevitable (Dattilio, 2000; Epstein & Baucom, 2002).

Es decir, que de acuerdo con los autores, todo lo anterior responde a la variedad de problemas existentes los cuales se generan a raíz de cualquier comportamiento, ocasionado así, los conflictos, los cuales, se pueden abordar para tratar de encontrar una solución en el enfoque sistémico, planteando tratamientos e intervenciones que giren en torno a los sistemas, como lo mencione al principio del artículo, desde el nivel de intervención en parejas o familias; por otra parte, también se puede recurrir a la intervención grupal, la cual es una modalidad de tratamiento depende de que se pueda contar con varias personas que presenten problemas similares (Por ejemplo: Trastorno de pánico) o tengan un objetivo común (Por ejemplo: Aprender habilidades de cuidado y educación de los hijos) y cuyas características no les impidan la participación en el grupo o incidan negativamente en el funcionamiento de este. Siempre que sea posible, parece recomendable conducir un tratamiento en grupo, ya que, en general, es al menos igual de eficaz que el individual y presenta además una serie de ventajas adicionales. También hay posibles inconvenientes que es necesario conocer para poder manejarlos caso de que surjan.

Referencias

Alberdi, I. (1999). *La nueva familia española.* Madrid, Taurus.

Andolfi, M. (1993). *Terapia familiar: Un enfoque interaccional.* Barcelona, Paidós.

Arranz, E. (1989). *Psicología de las relaciones fraternas.* Barcelona, Herder.

Arranz, E y Olabarrieta, F. (1998). *Las relaciones entre hermanos.* En Rodrigo, M y Palacios, J. *Familia y desarrollo humano;* 246-260 págs. Madrid, Alianza.

Beavers, W y Hampson, R. (1995). *Familias exitosas (Evaluación, tratamiento e intervención).* Barcelona, Piados.

Bronfennbrenner, U. (1986). The ecology of the family as a context for human development. *Developmental Psychology;* 22, 723-742 págs.

Bronfennbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano.* Barcelona, Paidos.

Campanini, A y Luppi, F. (1996). *Servicio social y modelo sistémico. Una nueva perspectiva para la práctica cotidiana.* Barcelona, Paidos.

Gimeno, A. (1999). *La familia: El desafío a la diversidad.* Barcelona, Ariel.

Hernández, A. (1989). *Metodología sistémica en la enseñanza universitaria.* Madrid, Narcea.

Hernández, A. (1997). La perspectiva sistémica en las ciencias de la naturaleza y del medioambiente, Pinaco. *Programa de Investigaciones de Antropología Cognitiva;* (1), 1-19 págs.

Lila, M; Musitu, G y Buelga, S. (2000). Adolescentes colombianos y españoles: Diferencias, similitudes y relaciones entre la socialización familiar, la autoestima y los valores. *Rev. Latinoamericana de Psicología;* 3 (2), 301-319 págs.

Minuchin, S. (1984). *Calidoscopio familiar.* Paidos, Buenos Aires; Barcelona (1991).

Minuchin, S. (1986). *Familias y terapia familiar.* Barcelona, Gedisa.

Musitu, G; Buelga, S y Lila, M. (1994). *Teoría de sistemas.* En Musitu, G y Allat, P. *Psicosociología de la familia 47-79 págs.* Valencia, Albatros.

Ochoa de Alda, I. (1995). *Enfoques en terapia familiar sistémica.* Herder, Barcelona.

Papalia, D y Olds, S. (1992). *Desarrollo humano 4ª. Edición.* Santa Fe de Bogotá, McGraw Hill.

Rodríguez, R. (1997). *Del universo al ser humano.* Madrid, McGraw Hill Interamericana.

Minuchin. S y Fishman, Ch. (1986). *Técnicas de terapia familiar.* Ed Paidos, Buenos Aires, Barcelona, México.

Selvini-Palazzoli y cols. (1981). *Al frente de la organización.* Paidós, Barcelona.

Sternberg, R. (1999). *El triángulo del amor: Intimidad, amor, compromiso.* Barcelona, Paidos.