

CONFLICTOLOGÍA

MÒNICA BUSCARONS GELABERTÓ

ANÁLISIS DE CONFLICTOS FAMILIARES UN ENFOQUE SISTÉMICO

Metálogo de Marinés Suares



EDITORIAL UOC



6 h

Análisis de conflictos familiares

Un enfoque sistémico

Mònica Buscarons Gelabertó

Metálogo de Marínés Suares

Diseño de la colección: Editorial UOC
Diseño de la cubierta: Natàlia Serrano

Primera edición digital: noviembre 2018

© Mònica Buscarons Gelabertó, del texto
© Editorial UOC (Oberta UOC Publishing, SL) de esta edición, 2018
Rambla del Poblenou, 156
08018 Barcelona
www.editorialuoc.com

Realización editorial: Reverté-Aguilar

ISBN: 978-84-9180-296-9

Ninguna parte de esta publicación, incluyendo el diseño general y de la cubierta, puede ser copiada, reproducida, almacenada o transmitida de ninguna forma ni por ningún medio, ya sea eléctrico, químico, mecánico, óptico, de grabación, de fotocopia o por otros métodos, sin la autorización previa por escrito de los titulares del *copyright*.

Mònica Buscarons Gelabertó

Licenciada en Psicopedagogía, ha realizado un posgrado de Mediación y Resolución de Conflictos Socioeducativos en la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) y otro de Intervenciones Familiares Sistémicas en la Universitat de Girona (UdG)-Centro Estudios Sistémicos. En el ámbito laboral se ha desarrollado como mediadora familiar, además de ser consultora y formadora de diferentes másteres y posgrados de Conflictología y Resolución de Conflictos en la Universitat Oberta de Catalunya (UOC), la Fundació Universitat de Girona (UdG) y la Universitat Rovira i Virgili (URV), entre otras. Actualmente, coordina el posgrado de Resolución de Conflictos y Mediación Familiar Sistémica de la UdG, es colaboradora docente del máster de Conflictología de la UOC y trabaja como técnica de proyectos en una administración local coordinando, entre otros servicios, el de mediación familiar.

Agradecimientos

Agradezco de todo corazón a mi familia de origen todo lo que me ha enseñado sobre los conflictos familiares; especialmente a mis padres, Maria y Jaume, a mi hermano y su mujer, Santi y Esther, y a mi querido compañero de viaje, Xavi. También a mis sobrinas Txell y Xènia, que con su espontaneidad y frescura nos ayudan a vibrar y sentir plenamente todas nuestras emociones.

Doy las gracias también a mi familia política por la oportunidad que me han brindado de formar parte de su sistema familiar y poder así aprender muchas más cosas sobre los conflictos familiares.

Dedico un especial agradecimiento al gran experto en resolución de conflictos públicos, gran maestro y compañero profesional Xavier Pastor.

Y, finalmente, quiero destacar el apoyo que he recibido a lo largo de la redacción de este libro por parte de las mediadoras y amigas Helena Vancells, Maria José Román y Marinés Suares. Muchas gracias a las tres para hacerme de espejo y por animarme a emprender esta nueva aventura como escritora.

Índice

Metálogo 11

Introducción 15

**Capítulo I. Relato de una mediadora: el caso
de Vero y Paco 19**

**Capítulo II. Fundamentación teórica:
la perspectiva sistémica y el modelo
ecosistémico 49**

Bibliografía..... 55

**Capítulo III. Elementos de análisis del conflicto
familiar 57**

1. Introducción..... 57

2. La estructura familiar (mapa familiar)..... 59

2.1. Subsistemas..... 60

2.2. Suprasistema..... 62

3. Límites y nivel de cohesión familiar..... 62

3.1. Límites y fronteras..... 62

3.2. Nivel de cohesión familiar 63

3.3. Clasificación según los límites y el nivel
de cohesión familiar 64

4. Nivel de adaptabilidad familiar 66

4.1. Respuesta adaptativa funcional..... 66

4.2. Respuesta adaptativa disfuncional..... 67

4.3. Clasificación según el nivel de adaptabilidad familiar.....	68
5. Comunicación familiar	70
6. Conyugalidad y parentalidad	71
6.1. Análisis de la conyugalidad	71
6.2. Análisis de la parentalidad.....	74
6.3. Conyugalidad y parentalidad en conflictos familiares	75
7. Ciclo evolutivo individual y familiar.....	78
7.1. Ciclo vital individual.....	80
7.2. Ciclo vital familiar.....	81
8. Pacientes identificados y soluciones intentadas	89
Bibliografía.....	93
 Capítulo IV. Conflictos familiares y menores	95
Bibliografía.....	104
 Anexo. Herramientas para el análisis de conflictos familiares	107
1. El genograma familiar	107
2. Preguntas para el análisis del conflicto familiar	109
3. Guía para el análisis del conflicto familiar	111

Metálogo¹

Conflictos familiares desde la familia

Malena: Abuela, ¿qué haces?

Abu: Estoy escribiendo un prólogo

Amadeo: ¿Un prólogo? ¡Que palabra tan rara!

Malena: ¿Qué es un prólogo?

Abu: Es una síntesis corta de un libro que escribió una amiga mía.

Amadeo: ¿Pero ella ya lo escribió?

Abu: Sí. Ella ya lo terminó.

Malena: Y entonces, si ya está listo, ¿para qué vas a escribir?

Amadeo: ¿Lo estás corrigiendo?

Abu: No. Al contrario. He aprendido muchas cosas de lo que ella escribió. Es más, les enseño a mis alumnos con lo que aprendí de ella.

Amadeo: ¿Estás copiando de ella?

Abu: Bueno... en cierta forma sí, pero así se construye el conocimiento: vamos copiando o tomando ideas de otros y las mezclamos con las nuestras y se crean nuevas ideas que otros tomarán... y así continúa...

1 «Un *metálogo* es una conversación sobre algún tema problemático. La conversación tiene que ser tal, que no solo los participantes discutan efectivamente el problema, sino que la estructura de la conversación en su totalidad sea también pertinente al mismo tema». Gregory Bateson (1976): *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Lohelé, pág. 27.

Malena: ¡Ah, entonces es bueno lo que escribió tu amiga!

Abu: Sí, muy bueno, porque ha realizado una maravillosa síntesis a partir de los temas principales y de los mejores autores. Ha creado un conjunto claro, corto y armónico. Y al mismo tiempo, aunque parezca contradictorio, abarca todos los temas centrales y con una gran amplitud de miras.

Amadeo: ¿Sobre qué escribió?

Abu: Sobre nosotros.

Amadeo y Malena: ¿Sobre nosotros?

Abu: Sí, sobre las familias... Bueno, en realidad sobre los conflictos familiares.

Malena: ¿Qué es lo que más te gustó?

Abu: ¡Hum! Que pregunta tan difícil.

Amadeo: Lo que te copiaste...

Abu: Cohesión familiar relacionada con fronteras y comunicación, me encantó cómo lo ha escrito, también me ha gustado mucho el tema de adaptabilidad y la clasificación que realiza.

Malena: ¿Y algo no te gustó?

Abu: Otra pregunta difícil. No, no hay nada que no me haya gustado, pero creo que a los alumnos que lean el libro les va a resultar difícil el segundo capítulo: «Fundamentación teórica», porque es difícil. Son temas teóricos muy profundos, y cada renglón es una síntesis de grandes pensamientos que, desde que surgieron, han sido revolucionarios.

Amadeo: ¿Y para qué lo escribió si es tan difícil?

Abu: Porque, si no se entiende eso, aunque al principio resulte difícil, no se puede comprender todo lo demás.

Malena: Amadeo dejemos que la Abu escriba el prólogo...

Abu: Ya lo escribí con vosotros... en familia.

Castelar, Argentina, julio 18

Marinés Suares

Experta internacional en mediación familiar. Licenciada en Psicología.
Terapeuta y mediadora familiar. Docente universitaria en distintos países
y autora de varios libros sobre mediación.

Introducción

Este libro pretende ser una guía para aquellos profesionales de la mediación que quieran profundizar y ampliar sus conocimientos relacionados con el análisis del conflicto familiar y el enfoque sistémico. También puede ser un recurso útil para aquellos que, aunque no trabajen específicamente en el contexto de la mediación o de la resolución de conflictos, sí que lo hagan en ámbitos vinculados directa o indirectamente con las familias y que estén relacionados con los conflictos familiares: profesionales de la educación, terapeutas, profesionales de la psicología, trabajadores sociales, educadores, profesionales del derecho de familia o de la medicina, etc.

Todas las familias tienen conflictos y, por lo tanto, a todos los profesionales que trabajan junto a las mismas les puede ser de gran ayuda disponer de conocimientos, herramientas y estrategias útiles para acompañar y orientar a las familias en esos procesos.

El material que aquí se presenta está centrado en el análisis del conflicto familiar desde un enfoque sistémico y, como tal, facilita una amplitud de miras sobre lo que es considerado “sistema familiar”, sobre las interacciones que se dan entre los diferentes miembros, así como sobre las relaciones y las influencias mutuas que se establecen entre la familia y su entorno.

Para facilitar la comprensión de los conceptos teóricos planteados se expone un posible caso de mediación y, a la vez, un relato en primera persona de los pensamientos y reflexiones de la mediadora que interviene. El objetivo del

libro no es describir exhaustivamente el rol del profesional de la mediación ni las fases de todo el proceso. Por lo tanto, la historia que se expone se centra en la fase inicial de la mediación, precisamente la fase en la cual el análisis del conflicto desempeña un papel relevante. Se recomienda hacer, primero, una lectura del caso de Vero y Paco y, posteriormente, revisar los contenidos teóricos y vincularlos con el mismo. El manual se complementa con un apartado de herramientas y recursos que pueden ser útiles a la hora de llevar a cabo el análisis de un conflicto familiar.

Hay que tener en cuenta también que, a diferencia de otras profesiones —como, por ejemplo, la medicina— un mediador o una mediadora no prescriben medicación, ni recetan soluciones, sino más bien al contrario. Facilita que sean las personas implicadas quienes valoren y analicen la situación para que ellas mismas puedan acordar las mejores soluciones para todos.

Por lo tanto, no se pretende crear una herramienta de diagnóstico útil, exclusivamente, para el profesional que interviene. Son los protagonistas del conflicto quienes han de poder estudiar el conflicto, pues no sirve de nada que el profesional de la mediación consiga obtener mucha información de la familia y que haga un examen exhaustivo del conflicto si después, tal y como marcan los principios de la mediación no puede dar soluciones.

Si pretendemos que sean las personas en conflicto las verdaderas protagonistas de su historia y que las posibles soluciones o respuestas surjan de sí mismas, debemos garantizar que el proceso les permita ampliar su conocimiento de la situación y tomar conciencia de la evolución y la trayectoria que ha ido siguiendo el conflicto hasta llegar al punto en el

que está. Solo a partir de este «clic» podrán empezar a valorar posibles propuestas de mejora o de resolución positiva; y, por lo tanto, podrán enfocar hacia el futuro su vida, su historia y su relación.

El protagonismo tiene que recaer siempre en las familias porque tal y cómo expone Ausloos (1998), «las familias solo se plantean aquellos problemas que son realmente capaces de resolver por ellas mismas».

Capítulo I

Relato de una mediadora: el caso de Vero y Paco

Inicio de la mediación

Hoy estoy cansada, he pasado mala noche y siento que tengo la cabeza un poco nublada. Dentro de veinte minutos empezaré una primera sesión de mediación. Necesito activarme. Me prepararé una buena taza de té, o dos. De momento me preparo una, la otra... cuando entremos en la mediación. Ofrecer té o café siempre va bien para suavizar los nervios que nos acompañan durante el primer encuentro.

Entro a la sala de mediación con la carpeta del expediente. Me gusta estar allí un rato antes, a solas, revisando los datos básicos que me han facilitado sobre el caso. Pero, si tengo que ser sincera, solo me interesan los nombres y poca cosa más. De hecho, si hay más información, debo reconocer que pocas veces la leo. Lo dejo para más adelante, no quiero empezar estando condicionada. ¿Imprudente? Quizás sí, pero es una de las estrategias que he encontrado para ser lo más neutral posible. Sé que es imposible serlo al cien por cien, pero durante todo el proceso intento no perder nunca de vista ese objetivo y continuamente busco estrategias que me ayuden a acercarme a éste.

Prefiero escuchar y conocer las personas tal y como ellas desean presentarse. Poco a poco ya iremos abriendo, entre todos, el «foco» y podremos ver desde otras perspectivas a las personas, su historia relacional y el conflicto que tienen o que les acompaña.

Todo esto lo iremos descubriendo despacio, con delicadeza y, sobre todo, con la sutileza y la calidez necesarias. Esto es el que yo, entre otras cosas, les ofrezco en este espacio de mediación, para que las personas se puedan sentir cómodas, tranquilas y acompañadas durante el proceso.

Crear este contexto es otra de mis obsesiones. Continuamente pretendo descubrir si cada una de las partes se siente tranquila para poder expresar qué siente y comunicar qué quiere, desea o necesita. Si en algún momento intuyo que esto no es así, me acerco a esa persona e intento transmitirle confianza. Si no lo consigo, paro la sesión y propongo una sesión individual con cada una de las partes.

Pero no avancemos acontecimientos, estamos en la primera sesión y todavía no conozco ni a Vero ni a Paco. Están a punto de llegar.

A menudo, siento que la mediación regala muchas cosas a las personas que participan en ella. El esfuerzo y el trabajo duro lo hacen las partes implicadas en el conflicto, pero el espacio de mediación es mágico y, a menudo, les regala instantes muy bonitos y emocionantes. Yo, en cambio, como mediadora no regalo nada, simplemente estoy, acompaño, facilito, pero en ningún momento soy la clave del proceso. Y ¡¡¡sí, bingo!!!, esta es otra obsesión que tengo. Yo no soy la protagonista de nada, no doy soluciones, no tengo ninguna verdad y, por lo tanto, jamás acepto que me agradezcan «todo lo que has hecho por nosotros». Ante este tipo de comentarios, mi respuesta siempre es la misma: «Os lo habéis regalado vosotros mismos trabajando fuerte y con valentía, puesto que, para mirar los conflictos frente a frente e intentar deshacerlos, se tiene que ser muy valiente. No es fácil y vosotros lo habéis conseguido. Felicitaos conjuntamente por el trabajo hecho». Como profesionales de la mediación tenemos que saber posicionarnos de tal manera que, una vez finalizada la mediación, el sistema pueda continuar creciendo y evolucionando sin la necesidad de nuestra presencia, sin la necesidad de un tercero, de una tercera, del mediador o mediadora.

Personalmente, a mí también me gusta comentar con las partes en conflicto que yo, de cada mediación, siempre salgo con algún obsequio: algún aprendizaje de vida que me enriquece no solo a nivel profesional sino, sobre todo, a nivel personal. Y es que, a menudo, de los Pacos, las Marías, las Nieves, los Pedros, los Jaumes, las Sonias... y, principalmen-

te, de las relaciones que se establecen entre ellos y ellas, siempre aprendo algo. Con tono de humor —otra herramienta clave en un proceso de mediación— les digo cosas como que «¡yo no necesito que vengan los reyes magos, porque cada vez que hago una sesión de mediación salgo con algún regalo!».

¡Ups! oigo una puerta. Ya están aquí. Han llegado juntos. Estoy contenta. Parece que el conflicto no ha malogrado demasiado la relación, todavía quedan vínculos entre ellos, y esto nos puede ayudar mucho en el proceso. Pero no avancemos acontecimientos. A ver qué explican Paco y Vero. Antes de entrar a la sesión, os confesaré una obsesión más. No me gusta hablarles de forma genérica; cuando me llega el expediente busco siempre sus nombres y, cuando entran a la sala, lo primero que les pido es cómo quieren que me dirija a ellos. Es en ese momento cuando hago el clic de unión entre su nombre y su cara. Unas caras que, por cierto, nada tienen que ver con las que muestran cuando finaliza el proceso.

—Mònica, han llegado las personas que esperabas para hacer la primera sesión de mediación.

—¡Ah, fantástico! Ya tenemos aquí a Vero y a Paco. Ahora salgo a buscarlos.

Respiro, dejo la mente en blanco e intento conectar conmigo y con mis emociones. Ya no me siento cansada, al contrario. Estoy activa, fuerte y despierta. Algo nerviosa, quizás también interesada y, por qué no confesarlo, siento cierta inseguridad.

La gestión de las emociones es un elemento que el profesional de la mediación debe tener presente en cualquier momento. Es importante dominar las herramientas de autorregulación emocional y, a la vez, tener las estrategias necesarias para ayudar a las partes en conflicto a que gestionen positivamente sus emociones.

Las primeras sesiones me apasionan. Les escucho. Se escuchan. Les conozco. Nos conocemos. Se re-conocen. Se reconocen. Se descubren. Se miran. Se re-miran. Se ponen unas gafas nuevas y se vuelven a mirar,

a sí mismos, a la otra persona, a su historia, a su conflicto. Pasos importantes para poder, más adelante, legitimarse y ser legitimados.

—Buenos días. Encantada. Soy Mònica. La mediadora que os acompañará durante el proceso de mediación. Podéis entrar y sentaos donde queráis. Antes de empezar, servíos lo que os apetezca, hay café, té y agua fresca. Ahora o en cualquier momento de la sesión podéis servir lo que queráis sin el más mínimo problema. Yo, con vuestro permiso, voy a tomarme un té. ¿Os apetece?

La familia formada por Vero y Paco, y el conflicto que traen a la mediación

Vero, de 30 años, y Paco, de 31, iniciaron una relación de pareja hace ocho años, unos meses después de haberse conocido. Pasados dos años nació su hija María, que ahora tiene 5 años. Un año más tarde se casaron y bautizaron a la niña. Posteriormente nació Pol, que ahora tiene 2 años.²

Vero nació en León, y Paco en un pueblo cercano situado a 15 kilómetros de la ciudad. Sus familias todavía viven allí, pero ellos residen en Barcelona desde hace seis años aproximadamente.

Después del nacimiento de su hijo, Pol, la relación entre ellos entró en crisis. Ya antes, las cosas no iban demasiado bien y, a pesar de que nunca lo hablaron abiertamente, ambos confiaban en que con un segundo embarazo las cosas mejorarían. Pero no fue así. No solo no mejoraron, sino que las discusiones fueron cada vez más fuertes. Se

2 El cambio de fuente indica la descripción del caso, para diferenciarla del relato de la mediadora.

peleaban por cualquier cosa, podían estar días enteros sin dirigirse la palabra. La situación llegó a un punto en el que la convivencia se hacía casi insostenible. Llegado el mes de junio, Vero propuso que pasaran el verano separados. Aprovechando la época de vacaciones, ella se marcharía con los niños a León, a casa de sus padres, y después estaría unas semanas en Madrid con su hermana. Él podía quedarse en casa y continuar trabajando o haciendo lo que quisiera. Solo se verían puntualmente los fines de semana que él quisiera ir a ver a los niños. No hacía falta explicar la situación a la familia, dirían simplemente que él no podía hacer vacaciones y que ella aprovechaba para ir con los niños a ver la familia. No querían preocuparlos innecesariamente.

Paco estuvo de acuerdo y, cuando llegó el momento, Vero y los niños se marcharon. La distancia les permitió ver la situación desde otra perspectiva. Cuando acabó el verano, Vero le dijo que se quería separar definitivamente. Ya no quería volver a Barcelona, se quedaría en León en casa sus padres hasta que pudiera estabilizar un poco la situación y encontrara un piso para ella y los niños. Lo tenía todo pensado puesto que, a pesar de que habían pactado que no iban a decir nada a la familia, ella sí que lo había hecho, y contaba con todo su apoyo. Inicialmente, los familiares de Vero habían insistido mucho en que no se precipitara, que seguramente tener dos hijos les había desbordado, que tuviera paciencia, que probablemente lo podrían arreglar, etc. Pero la vieron tan cansada y, a la vez, decidida, que acabaron aceptando la situación y, evidentemente, le ofrecieron todo su apoyo y su respaldo.

En un principio, Paco no estaba de acuerdo ni con la separación ni con el hecho de que ella se marchara tan lejos con

los dos niños. Él creía que todavía podían rehacer la relación, el verano le había servido para reflexionar mucho y se daba cuenta de que él había fallado en muchas cosas. Tendría que haberla apoyado más cuando pidió dejar de trabajar y retomar sus estudios, y no tendría que haber dedicado tantas horas a su trabajo. Él le proponía que volviera, que se matriculara en la universidad y, si hacía falta, que probaran de hacer terapia de pareja o lo que hiciera falta para intentar arreglar su relación. Él estaba dispuesto a emprender todos los cambios necesarios y le pedía una segunda oportunidad.

Vero le dijo que ya era demasiado tarde y que no había marcha atrás. Ella propuso que también él volviera a León, y así podría estar más cerca de los niños. No era complicado mover la sede de la empresa, y esto les facilitaría mucho las cosas.

Cuando Paco vio que Vero lo tenía todo tan claro, le respondió que eso no lo pensaba hacer y que, si ella decidía marchar, tendría que hacerlo sola, puesto que los niños se quedarían con él. Buscaría al mejor abogado y se aseguraría de que la custodia de los niños se la dieran a él. Estaba muy enfadado al ver que Vero no hacía el más mínimo esfuerzo por arreglar la situación. Simplemente le decía que se había acabado sin ni siquiera hablar o intentar buscar alguna solución. Pero él no iba a permitir que ella se saliera con la suya y se marchara tan lejos con los niños. Le preguntaba insistentemente si ella había encontrado otra persona. No entendía ese cambio repentino, algo se le debía de estar escapando de las manos...

En aquel momento, Vero se asustó mucho. ¿Y, si al dar ese paso, perdía a sus hijos? Jamás se perdonaría algo así.

Uno de los mejores amigos de Paco, abogado especializado en derecho de familia, lo asesoró y le recomendó que

buscara a un profesional de la mediación que les ayudara a resolver de la mejor manera posible el conflicto en el que estaban. Él, como abogado, podría asesorarles legalmente durante el proceso, pero creía que la figura de un mediador era, en aquel momento, la más adecuada.

Él no veía clara tal idea, pero siguió los consejos de su amigo y finalmente le propuso a Vero la opción de la mediación. Al principio, ella se negó pensando que él quería engañarla, pero después de asesorarse con una abogada de confianza y de poner como requisito que iba a ser ella quien escogiera al mediador o la mediadora, aceptó la propuesta.

Después de situarnos, de saber quién son, cómo viven y qué los ha traído hasta aquí, intento ir ampliando, poco a poco, la perspectiva. Para ello, facilito el que se alejen de la situación de enfrentamiento actual y que puedan explicarse mutuamente cómo ha ido evolucionando su relación, según lo ve cada uno de ellos, hasta llegar al conflicto actual.

No hay que hacerlo todo el primer día, durante la sesión inicial. Dependerá mucho de cada caso, del momento en el que se encuentra el conflicto, de las emociones que se ponen en juego, del estilo de trabajo de cada profesional, etc. Pero hablar de las familias de origen y de cómo se ha ido construyendo su relación puede facilitar mucho el desarrollo de las sesiones posteriores y, en definitiva, la gestión positiva del conflicto. Todos estos aspectos se convierten en elementos clave en el proceso de análisis del conflicto familiar desde un enfoque sistémico.

Las familias de origen de Paco y Vero

—Paco y Vero, explicadme un poco cómo son vuestras familias.

En este punto podemos utilizar muchas herramientas diferentes. Dependerá de cómo seamos nosotros, de qué formación tengamos, de

cómo nos sentimos más cómodos trabajando, de cómo es la familia, de qué recursos tenemos, del tiempo del que disponemos, etc.

Yo trabajo siempre desde un enfoque sistémico y, en este aspecto, intento incorporar en la mediación no solo a las familias de origen, sino también algunas herramientas y técnicas propias de la terapia familiar sistémica. Las herramientas pueden ser similares, cambian los objetivos. Así, los terapeutas familiares persiguen unos objetivos diferentes a los que se pueda plantear un profesional de la mediación.

A continuación, se describen diferentes posibilidades a la hora de incorporar en la mediación a las respectivas familias de origen, a pesar de que, repito, las estrategias podrían ser muchas más. ¡Creatividad al poder!

- *Opción 1: ¿Quién quiere empezar? Y cada cual describe a su familia. Podemos poner una cartulina en el centro de la mesa con un árbol genealógico vacío, para que ellos lo vayan llenando a medida que van describiendo a su familia de origen. O puede ser el mediador quien dibuje el árbol genealógico a medida que cada parte va construyendo su relato.*
- *Opción 2: Paco, ¿me explicas un poco cómo es la familia de Vero? Y tú, Vero, ¿después me explicarás cómo es la familia de Paco? Os marco algunas consignas: respetaremos lo que explique la otra parte, dejaremos que cada cual haga la descripción que crea conveniente y, una vez finalizada, podréis ampliar, puntualizar, rectificar, etc. todo aquello que creáis necesario.*
- *Opción 3: Genograma fotográfico: ¿Habéis traído las fotografías que os propuse? Vero, ¿me las enseñas? ¿A ver cómo es tu familia y quién es cada cual? Y tú, Paco, ¿nos explicas las fotografías que has traído de tu familia? ¿Creéis que falta alguien relevante? ¿Cómo es que no habéis traído ninguna fotografía de esta persona? [...]*

De los relatos que hace cada cual surge esta historia.

Paco es hijo de Teresa y de José, los dos son de un pueblo cercano a León. Teresa y José se casaron cuando eran muy jóvenes (18 y 19 años, respectivamente) cuando supieron que esperaban un hijo. No fue un embarazo deseado, se quedaron después de una noche de fiesta mayor cuando hacía solo un mes que habían empezado a salir juntos. Fue un golpe duro para las familias; sobre todo, para la de Teresa, una familia bastante conservadora. Se casaron enseguida pero, aún así, ya todo el mundo sabía —y se notaba— que Teresa estaba embarazada. Inicialmente, parecía que las cosas entre la pareja iban bastante bien, pero cuando Teresa estaba embarazada de ocho meses descubrió que José tenía problemas con el alcohol. Él le prometió que lo dejaría, y ella confió en él.

Después de haber nacido Paco, José consiguió un trabajo estable y se pudieron independizar. Mientras tanto, habían vivido en casa de los padres de Teresa. A la cabo de unos meses de estar en su hogar, las cosas empezaron a ir mal. Teresa descubrió que José volvía a beber, cada vez más, y poco tiempo después José se quedó sin trabajo. Él no quería aceptar ningún tipo de ayuda externa, minimizaba la situación y prometía que podía controlarse. Teresa se tuvo que poner a trabajar todo el día, hacía limpiezas mientras su madre cuidaba a Paco. José pasaba muchas horas fuera de casa, supuestamente buscando trabajo, pero Teresa sabía que iba con malas compañías y que hacía algunos «trapicheos» para conseguir algún que otro ingreso.

Un día, cuando Teresa volvía de trabajar, se encontró la casa prácticamente vacía. No estaba José, ni ninguna de sus pertenencias. Solo una nota de despedida, donde le decía que

lo sentía mucho, pero que no estaba preparado para sacar adelante a una familia y prefería abandonar el barco antes de que empeorara la situación. Confiaba en que podrían encontrar a un hombre que los quisiera tal y como se merecían. Nunca más supo nada de él. Intentaron localizarlo, pero ni sus amistades más cercanas ni la familia sabían dónde estaba. Al cabo de unos años le contaron que se había marchado a Ibiza, que había tenido dos hijos y que vivía allí con la madre del más pequeño.

Cuando José se marchó, Teresa volvió a vivir con sus padres y, con la ayuda de estos, se hizo cargo de Paco. Era un niño demasiado maduro y responsable para su edad, y ya desde muy pequeño asumió el rol de protector de su madre y de la familia. Paco era muy buen estudiante, pero tenía que trabajar cada fin de semana y durante los veranos para poder pagarse los estudios. Teresa continuaba haciendo limpiezas hasta que le diagnosticaron fibromialgia y tuvo que dejar de trabajar. Entonces, Paco tuvo que abandonar sus estudios y ponerse a trabajar todo el año.

Paco realizó todo tipo de trabajos, muchas veces compaginando varios a la vez, hasta que lo contrataron en una importante empresa situada en la capital, en la que fue ascendiendo hasta tener el cargo de director comercial. Allí conoció a Vero.

Vero es la pequeña de dos hermanas, de una familia de Extremadura que emigraron a León buscando nuevas oportunidades laborales. Luís y Conchi habían trabajado toda su vida en la misma empresa, una fábrica de embutidos, hasta que se jubilaron. Todo lo que tenían se lo habían ganado trabajando horas y horas en la fábrica, y siempre habían luchado para poder ofrecer un futuro mejor a sus hijas.

Las dos estudiaron en la universidad. Vero, la pequeña, se casó cuando todavía no había acabado la carrera de

Diseño. En cambio, la mayor tardó bastante en formar una familia, porque cuando acabó los estudios de Relaciones Laborales se marchó a trabajar a Londres y, después, a Madrid. Allí conoció a Mario, con quien se casó, y tuvieron dos hijas.

Vero tiene bastante contacto con su familia. Hablan prácticamente cada día por teléfono y, a pesar de que no se ven tanto como ella querría, los siente muy presentes. Ahora están pasando un mal momento porque su tía, la hermana de su madre, que vive sola y no tiene hijos, padece una enfermedad degenerativa y son los padres de Vero quienes la cuidan y se hacen cargo de ella.

Paco, en cambio, habla muy poco con su madre. Se ven puntualmente, en Navidad y durante algún fin de semana que van al pueblo pero estos són los únicos contactos que mantienen. No se llaman prácticamente nunca. No tienen mala relación con su madre, pero siempre han seguido la consigna de que «si no hay noticias, es que todo va bien». Teresa siempre ha sido una mujer de pocas palabras, y no le gusta demasiado hablar por teléfono. Vive muy cerca de su hermana, a la que está muy unida.

La relación de pareja de Vero y Paco

Investigar los vínculos que unen a los miembros de la familia que tienen el conflicto —por ejemplo, en el caso de que sean hermanos, hablar de las actividades que hacían juntos durante su infancia—, los posibles elementos que influyeron positivamente en el inicio de la relación —por ejemplo, en relaciones de pareja, preguntar por qué se enamoraron de la otra persona—. Ello puede generar un clima muy positivo. Son elementos que pueden ser útiles en momentos en que el

conflicto este demasiado presente, o también cuando se están explorando posibles soluciones. Pero es necesario ser muy cuidadosos y abrir este tema cuando tengamos la certeza de que las partes están preparadas para hacerlo y para conectar, realmente, con las emociones y los sentimientos de aquel momento. Si no, puede surgir un nuevo espacio de reproches y críticas, de modo que se conseguiría todo lo contrario a lo que perseguíamos.

—Y ahora que ya sabemos más cosas sobre vuestras familias, entremos en vuestra relación de pareja. ¿Cuándo y cómo empezasteis a salir? Explicadme un poco vuestra historia. Para hacerlo, os pido que primero empiece uno; y, después, lo hará el otro. Es importante que os escuchéis y que descubráis las vivencias y las visiones que tiene cada uno sobre cómo se construyó y ha ido evolucionando vuestra relación. ¿Quién empieza?

De todo lo que cuentan Vero y Paco, este podría ser el resumen de su historia.

Vero y Paco iniciaron su relación hace ocho años, unos meses después de haberse conocido. Fue un amor a primera vista. Paco explica que, cuando vio a Vero, quedó totalmente deslumbrado. Era una chica muy guapa y atractiva, muy risueña y tierna; su mirada lo cautivó. Enseguida pensó que aquella iba a ser la madre de sus hijos.

Al cabo de dos años nació su hija María. Por motivos laborales no se casaron hasta un año más tarde, y aprovecharon para celebrar la boda y el bautizo al mismo tiempo. Entonces ya vivían en Barcelona, pero la celebración se hizo en León. Vero, con el apoyo de sus padres fue quien lo organizó todo. Más tarde nació Pol.

Vero y Paco se conocieron por motivos laborales, en aquel momento ella vivía en casa de sus padres combinaba sus estu-

dios con el trabajo. Paco, que era jefe de ventas en la misma empresa, hacía poco que se había independizado y vivía solo en un piso en el centro de León. En aquel momento, Vero no quería iniciar ninguna relación formal y evitaba cualquier acercamiento de Paco; así que este tuvo que ser bastante insistente. A ella le parecía un chico interesante, muy responsable y maduro para la edad que tenía, y esto le gustaba mucho. Era alto, fuerte y hacía mucho de deporte. Realmente, Vero se sentía muy atraída por él, pero entonces no quería atarse a nadie. Él seguía lanzando sus propuestas para salir y compartir actividades. Explica Vero que, finalmente, se acabó enamorando hasta el punto de no poder seguir aparentando que no le interesaba. A partir del día en que se rompió la barrera inicial que ella había puesto, las cosas entre ellos fueron a toda velocidad. Salieron durante unos meses, y muy pronto ser fueron a vivir juntos.

Vero pasaba muchos más días en casa de Paco que en la suya. Prácticamente tenía toda su ropa y sus pertenencias en casa de Paco. Así que, sin hablarlo demasiado, decidieron dar el paso de irse a vivir juntos. Pasado un año, dejaron el trabajo y montaron su propia empresa de telefonía móvil. Paco se encargaba de las ventas, y ella de la gestión administrativa. En aquel momento, Vero continuaba compaginando el trabajo con los estudios de Diseño. A pesar de estar muy ocupados, salían bastante a menudo a cenar, iban a conciertos o hacían escapadas románticas de fin de semana.

Al cabo de unos meses, viendo que la empresa iba creciendo, Paco propuso el irse a vivir a Barcelona y consolidar allí la nueva empresa. Ella no quería alejarse de la familia pero pensó que, cuando acabara sus estudios, le iba a ser mucho más fácil encontrar trabajo como diseñadora en una ciudad

como Barcelona. Y, para su nueva empresa, ese cambio también iba a ser muy positivo.

Cuando llegaron a Barcelona vivieron unos meses en un piso de alquiler de un barrio céntrico de la ciudad, muy cerca de donde abrieron la oficina de la empresa. Fue una etapa dura económicamente: tenían muchos gastos y, además, habían invertido todos sus ahorros en la nueva empresa y el traslado. Ya no podían seguir con el mismo ritmo de vida que habían llevado hasta el momento; algo que, según Vero, les afectó bastante.

Vero se matriculó en la universidad, pero poco después, cuando todavía no habían ni empezado las clases, supieron que estaba embarazada. No lo buscaban, a pesar de que tampoco habían tomado precauciones para evitarlo. Paco estaba muy contento, pero para Vero fue un duro golpe. Ser madre teniendo a su familia tan lejos no era lo que ella había imaginado. Además, todavía no había acabado la carrera, y no veía claro el poder compatibilizar todo: trabajo, embarazo, estudios y las tareas de la casa.

A nivel económico, entonces las cosas habían vuelto a mejorar, y Paco le planteó alquilar una casa con jardín en un pueblo situado a 20 kilómetros de la gran ciudad. El negocio les iba muy bien. Se lo podían permitir, y él siempre había dicho que, cuando formaran una familia, quería vivir en una casa cómoda, tranquila y con jardín. Como veía a Vero muy estresada, fue él quien se encargó de buscar la casa y, cuando ya la había elegido, le hizo una propuesta firme. Ella no se encontraba bien, los primeros meses de embarazo no estaban siendo fáciles y, a pesar de todas sus dudas, aceptó la propuesta de Paco.

Vero continuaba llevando las cuentas de la empresa y la mayor parte de tareas administrativas. Él se hacía cargo de

la parte comercial y de la coordinación de los trabajadores y las trabajadoras. Vero prácticamente no podía ir nunca a clase, y al cabo de unos meses decidió dejar sus estudios. Cuando estuvieron instalados en la nueva casa, ella empezó a trabajar desde casa evitando así ir de un lado a otro cada día. Se sentía muy pesada y prefería quedarse en casa trabajando con tranquilidad. Solo iba a la oficina cuando era imprescindible.

La empresa iba creciendo. Llegaron a tener a diez personas contratadas, y esto implicaba que Paco pasara cada vez más tiempo fuera de casa. Cuando nació María, la situación no mejoró demasiado, sino todo lo contrario: él a menudo se marchaba hacia las ocho de la mañana y no volvía a casa hasta casi las diez de la noche. Como se ocupaba de las tareas comerciales, aprovechaba las comidas para quedar con los clientes. Ella sabía que esto formaba parte del trabajo, pero más de una vez le había comentado que intentara, como mínimo, llegar antes para cenar juntos; o bien, que se escapara algún día para comer con ellas y, así, poder estar más con María.

Él le decía que, cuando la empresa estuviera más asentada podría dedicarse mucho más a la familia pero que, en aquel momento, era imposible. Su lema era «más vale poco tiempo de calidad que mucha dedicación pero de baja calidad». Sí que se reservaba los domingos para estar con ellas. Siempre decía que él no había podido pasar nunca los domingos con su madre porque era el día en que ella trabajaba más horas sirviendo en casa de una familia que solamente iba al pueblo los fines de semana, y él se quedaba solo en casa todo el día.

Vero, en cambio, siempre había vivido en un entorno muy familiar. Sus padres trabajaban muchas horas en la fábrica pero, como hacían turnos, siempre se lo habían podido com-

binar bien para estar en casa cuando sus hijas salían del colegio. Esto implicaba que su padre, muchas veces, empezara a trabajar a las cinco de la mañana y que cada sábado tuviera que hacer horas extras, pero él siempre decía que, para poder estar con sus hijas y verlas crecer, habría hecho lo que hiciera falta. Pasaban los domingos juntos. Por la mañana, después de desayunar iban todos a misa. Más tarde, su madre siempre preparaba una comida especial, y por la tarde iban a merendar al centro de la ciudad.

Vero, cada vez más, echaba de menos a su familia. Se sentía muy sola y cansada. Tenía dificultades para dormir, estaba decaída y a menudo se mareaba. El cansancio se fue intensificando, había días en los que no se quitaba ni el pijama. Se pasaba todo el día en casa, jugando con la niña o haciendo tareas domésticas. Paco le decía que tenía que animarse y hacer cosas, que no podía quedarse en casa cerrada todo el día. Ella no tenía ganas de hacer nada, tenía muy poca energía. Finalmente, Paco, preocupado, decidió llevarla a un médico para descartar que tuviese una enfermedad. Le diagnosticaron un inicio de depresión y le prescribieron medicación y apoyo psicológico. Paco le concertó una visita con una psicóloga de prestigio de la ciudad, a la que Vero fue solo una vez. A pesar de la insistencia de Paco, ella decía que ya lo superaría sola, que si conseguía descansar más se recuperaría pronto.

Paco le propuso que llevara a la niña unas horas a la guardería para que tuviese más tiempo libre, para ir al gimnasio, a pasear, hacer algún curso, etc. Ella se negó. La niña era muy pequeña y prefería no llevarla a la guardería hasta que no hubiera cumplido, como mínimo, 2 años. Creía que eso era lo mejor para su desarrollo y su salud.

Vero no explicó a su familia qué le estaba pasando. Simplemente les dijo que últimamente se encontraba bastante cansada y que le habían diagnosticado un déficit de vitaminas y hierro. No quería que se preocuparan. Los padres vivían lejos, y ya estaban bastante agobiados con el tema de su tía, que se estaba muriendo. Pero su hermana, que la conocía bien, intuyó que las cosas en Barcelona no iban demasiado bien. Un día, con la excusa de que su marido se iba fuera y hacía mucho tiempo que no se veían, la llamó para proponerle que fuera a Madrid unos días para hacerle compañía. En un principio, Vero respondió que no, que tenía mucho trabajo en la empresa, que era un ajetreo ir con la niña hasta Madrid y que ya se verían más adelante, pero su hermana continuó insistiendo hasta que Vero aceptó y se fue a pasar unos días en Madrid.

Para Vero fue una escapada muy positiva, le costó arrancar pero, cuando lo hizo, pudo hablar abiertamente con su hermana de todo lo que le estaba pasando. Compartirlo con ella le ayudó a ver que estaba en una situación límite y que tenía que hacer cambios en su vida. Así, cuando volvió de Madrid, le planteó a Paco que quería buscar a una persona de confianza que viniera a casa y se hiciera cargo de la niña durante unas horas al día. Todavía la veía demasiado pequeña para ir a la guardería, pero era cierto que necesitaba tener más tiempo para ella. Quería acabar sus estudios y, más adelante, buscar trabajo como diseñadora.

Paco aceptó la propuesta de la niñera, pero no entendía ni que quisiera estudiar —¡ya tenía suficientes dolores de cabeza!—, ni que quisiera buscar otro trabajo. Él le decía que aprovechara las horas libres para quedar con sus amigas, ir al gimnasio, apuntarse a actividades de ocio, etc. Económicamente estaban muy bien y se podían permitir que ella tuviera esos espacios.

También le decía que ella era una pieza clave en la empresa y que, en ese momento, no se podían arriesgar a delegar sus funciones en una persona externa. Quizás más adelante podrían valorarlo, pero en ese momento no.

Finalmente, Vero encontró a una señora de confianza con quién dejar a María durante unas horas, y ella se incorporó a trabajar en la oficina de Barcelona a media jornada. Allí se sentía bien, tenía contacto con la gente de la plantilla y, como mínimo, hacía vida social. Más adelante acabaría sus estudios y buscaría trabajo de diseñadora. De momento, se apuntó a yoga y a clases de inglés, y esto le permitió conocer a un par de mujeres que también eran madres y vivían cerca. Algunas tardes quedaban las tres madres y, mientras sus hijas jugaban, ellas charlaban.

Estos cambios le sentaron muy bien. Cada vez se iba sintiendo mejor y pudo dejar la medicación antidepresiva. Paco continuaba muy implicado en su trabajo, estaba abriendo negocios fuera de Cataluña y viajaba entre dos y tres días a la semana. Por lo tanto, a pesar de que ella se sentía mejor consigo misma, la sensación de soledad no solo continuaba presente, sino que aumentaba. Tenían muchas discusiones; la comunicación entre ellos era o bien inexistente o, por el contrario, se establecía solo con gritos y reproches. Al cabo de unos meses, la situación era insostenible, y decidieron separarse.

Tal y como se ha expuesto al inicio, una de mis obsesiones es que cada persona se sienta cómoda y segura dentro del espacio de mediación. Si detecto que alguien no lo está, busco nuevas estrategias para transmitirle tranquilidad y, si aún así no lo consigo, propongo una sesión individual con cada una de las partes.

En un determinado momento sentí que Vero no estaba del todo cómoda, que alguna barrera la estaba frenando, por eso propuse hacer una sesión por separado. La sesión individual permitió que ella explicara muchos más detalles sobre el conflicto de pareja, algunos de los cuales no quería compartir con Paco, pero que eran, según ella, piezas clave para entender el porqué de la separación.

Siguiendo el principio de confidencialidad no se comentaron estos detalles con él, a pesar de que animé a Vero a que pudiera compartirlos en algún momento, cuando ella se sintiera preparada, puesto que podía ser útil para la resolución positiva del conflicto.

La sesión individual con Paco, en cambio, no se centró tanto en el conflicto del momento. Él mostró la necesidad de hablar mucho más sobre su historia familiar, sobre todo lo que había vivido de pequeño y, también, sobre las energías que había depositado en aquella nueva familia. Durante su niñez había tenido unas carencias que no quería que sus hijos sufrieran. Estaba muy decepcionado al ver que Vero no había querido hacer, según él, ningún intento para solucionar la crisis de pareja que habían tenido cuando él, en cambio, lo había dado todo por aquella relación.

Una pareja en crisis

Tom, nacido en Holanda, trabajaba de asesor fiscal en la empresa de Vero y Paco. Tenía veinte años más que Vero, pero enseguida habían conectado, puesto que tenían aficiones muy similares. Él era un apasionado del arte y la arquitectura, y Vero siempre había querido ser diseñadora de interiores. Tom vivía solo en Barcelona desde hacía un año, estaba divorciado y tenía tres hijos, de entre 17 y 21 años, que vivían con su madre en París. Para él, vivir y trabajar en Barcelona era un gran regalo. Continuamente visitaba museos y exposiciones de arte, iba a

conciertos de música clásica, etc. Siempre había querido vivir en una ciudad como esta y, cuando se divorció, sintió que era el momento de hacer realidad su sueño. A Vero le encantaba escucharlo mientras explicaba sus visitas o compartía los conocimientos que tenía sobre arquitectura y pintura. Ella, en cambio, tenía pocas cosas que explicar y compartir. Aparte del trabajo y la niña, casi no hacía nada más. Los dos se quedaban a desayunar o a comer en la oficina, mientras que el resto solían salir fuera. Él, porque era vegetariano y prefería comer lo que él mismo cocinaba; ella, porque quería aprovechar al máximo las horas de trabajo para llegar lo antes posible a casa.

Poco a poco fueron construyendo una fuerte relación de amistad, y Vero le explicó su sueño frustrado: ser diseñadora. Tom la animaba para que retomara sus estudios y le decía que la vida es corta y que hay que aprovechar cada momento. Fue así cómo Vero consiguió la fuerza necesaria para dar el paso y matricularse nuevamente en la universidad. Se lo explicó a Paco cuando ya lo había hecho, para evitar así que su opinión la hiciera dudar y echarse atrás.

Sin embargo, Paco no lo vivió mal, más bien al contrario. Le propuso que dejara la empresa y que fuera Tom quien asumiera sus funciones. Confiaba plenamente en él, y era un buen momento para hacer ese cambio. Así, ella podría dedicarse a la niña y a estudiar. También le propuso que tuvieran un segundo hijo.

Vero se quedó desconcertada. Le parecía fantástico poder dedicarse plenamente a los estudios, pero no veía claro lo de volver a ser madre, y menos cuando quería retomar su carrera profesional. Sentía un gran alivio por el hecho de dejar la empresa y todas las responsabilidades que había ido asumiendo hasta ese momento; pero, por otro lado, ello implicaba

volver a estar muchas más horas sola en casa y perder buena parte del apoyo y respaldo que tenía de Tom.

Cuando Paco planteó la propuesta a Tom, este la aceptó inmediatamente e iniciaron así el proceso de traspaso de tareas y responsabilidades. Ello implicó que durante unas semanas Vero y Tom compartieran muchas más horas juntos, y un día pasó lo que nunca se había imaginado Vero. Él se acercó para hacerle una caricia y ella se distanció desconcertada, pero seguidamente se dieron un beso y se fundieron en un fuerte y cálido abrazo. Fue solo un acercamiento de unos segundos, pero a ella le pareció una eternidad. Aquella noche no pudo dormir, estaba inquieta y preocupada y, al mismo tiempo, feliz y eufórica. Volvía a sentirse viva.

Al día siguiente, Tom no fue a la oficina y tampoco avisó de que se encontrara mal. Ella se preocupó un poco, pero prefirió no llamarlo y esperar a que fuera en él quien diera señales de vida. Era viernes y hasta lunes no supieron nada. Envío un correo electrónico a Paco en el cual explicaba que, por motivos personales, había tenido que volver a París; que lo sentía mucho, pero tenía que dejar el trabajo porque su familia lo necesitaba cerca. Paco le llamó, pero tenía el móvil desconectado. Se estuvieron escribiendo algunos correos. Él le dijo que lo sentía mucho, que era un tema familiar muy serio que no podía compartir y que debía estar en París junto a sus hijas. Paco se disgustó, se sentía traicionado y algo desconcertado. Podía entender que hubiera alguna razón de peso a nivel familiar, pero no comprendía por qué Tom se negaba a hablar y a dar alguna explicación más concreta. Tampoco quería valorar posibles soluciones que él le proponía como, por ejemplo, que se tomara algunos días libres o que trabajara más adelante desde París, etc.

Vero intuía que ella podía tener algo que ver con la fuga repentina de Tom, pero no se lo comentó a Paco, ni fue capaz de contactar con él para aclararlo. Confiaba en que Tom algún día se pondría en contacto con ella, pero no lo hizo, y siempre se quedó con la duda de si había tenido algún problema familiar grave o si su desaparición había sido fruto de lo que había pasado entre ellos dos o de lo que podría haber pasado.

Para ella fue duro asumir las circunstancias. De algún modo sentía que había engañado de alguna manera a su marido y, además, se había quedado sin amigo y sin aquella chispa de amor apasionado que se había despertado, de repente, aquella tarde. Estuvo semanas y meses muy triste y apagada, se sentía perdida y nerviosa. Además, había tenido que volver a dejar sus estudios y ponerse a trabajar en la empresa, pero ahora con una diferencia importante: en la oficina ya nada era como antes. Ahora no solo se sentía sola en casa, sino también en el trabajo. Delante de Paco intentaba aparentar que estaba bien, contenta y animada. No quería que él sospechara lo más mínimo. Tampoco tenía a ninguna amiga cercana a quien poder contar su pequeño gran secreto.

Al cabo de unos meses se quedó embarazada de Pol. Tenía la esperanza de que volver a ser madre la animaría y podría olvidar todo lo que había pasado. Aún así, también se sentía agotada y con pocas fuerzas para afrontar un segundo embarazo. Paco, en cambio, estaba muy contento y satisfecho. Además, encontró a una persona muy potente y de confianza con quien se asoció. Gracias a ello, pudieron delegar el trabajo de Vero y, además, reorganizaron la empresa, por lo que Paco pudo reducir su dedicación presencial y estar muchas más horas en casa con la familia.

Para Vero, aquel cambio —en contra de lo que siempre había pensado— no la hizo sentir mejor, sino más bien al contrario. Pasar mucho más tiempo con Paco le ayudó a ver que realmente ya no lo amaba, e incluso dudaba de haberlo amado nunca de verdad. Hasta aquel momento no se lo había planteado, pero ahora sentía que tenerlo tan cerca la ahogaba. Su angustia iba creciendo por minutos, y ya no podía seguir aparentando que estaba bien y feliz. Las discusiones de pareja eran constantes, y él siempre le decía que se calmara, que no entendía por qué estaba tan estresada ahora que ya no trabajaba y que, además, él pasaba mucho más tiempo en casa. Bromeando solía comentar a sus amigos que lo de estar embarazada no le sentaba muy bien porque, además de tener la barriga hinchada, tenía las hormonas muy alteradas.

Tras el nacimiento de Pol, la relación entre ellos dos empeoró, y las discusiones eran cada vez más fuertes. Se peleaban por cualquier cosa, podían estar días enteros sin dirigirse la palabra. La situación llegó a un punto en el que la convivencia se hacía casi insostenible. Ella no podía olvidar lo que había sentido aquella tarde con Tom. La relación con Paco ya nunca iba a ser como antes. Prefería estar sola que vivir aquel engaño. No podía hacer esto a sus hijos. Ella podía estar triste y débil, y habría aguantado mucho más. Pero ahora no solo era una mujer, también era una madre, y los niños se merecían vivir y crecer en un entorno feliz. Lo vio claro cuando pasó el verano en casa sus padres. Allí, se reencontró consigo misma y vio que lo mejor para todos sería separarse.

Un conflicto familiar es un proceso, llega a la sala de mediación en un momento determinado, pero tiene una historia, todo un recorrido de vida

que se deberá explorar para acompañar a las partes en conflicto durante la búsqueda de las posibles soluciones.

El enfoque sistémico ayuda a ampliar la mirada y a ver que el conflicto actual tiene muchas raíces, vínculos con las generaciones familiares anteriores, y con vivencias o experiencias de vida de cada una de las partes. Cuando el conflicto se da entre miembros de un mismo sistema familiar —entre hermanos y hermanas, entre padres e hijos, etc.—, el peso de los vínculos intergeneracionales es muy fuerte. Y, cuando nos encontramos con conflictos familiares de pareja, por ejemplo, donde se ponen en juego dos sistemas familiares diferentes —la familia de origen de cada miembro de la pareja junto con la nueva familia— la complejidad se multiplica.

Es importante que las partes en conflicto vayan tomando conciencia de todos estos elementos. Solo a partir de ello serán capaces de ir desenredando, poco a poco, el conflicto que se ha ido tejiendo, a menudo de forma totalmente inconsciente y desordenada, y que tanto sufrimiento les puede estar generando.

Un conflicto que ahora, en este momento preciso, puede ser por ejemplo de color verde implica a unas personas concretas y pone en juego unas emociones y unos sentimientos específicos; por ejemplo, el conflicto de pareja que traen Vero y Paco a la mediación.

Pero es posible, también, que dentro de unos años el conflicto sea de color amarillo, que implique otras emociones y sentimientos y que pueda estar vinculado a otras personas.

Veamos algunos ejemplos de otros posibles conflictos que pueden llegar a la sala de mediación.

Sesión informativa inicial (1)

Vero y Paco tienen una niña, María, de 7 años, y un niño, Pol, de 4. Se separaron de mutuo acuerdo tras un proceso de

mediación. Ella se marchó a vivir a León, su pueblo natal, y Paco se quedó en Barcelona. El padre viajaba prácticamente cada quince días a León a ver a los niños, y habían pactado que, durante las vacaciones de verano, para compensar el hecho de que durante el resto del año los veía mucho menos que la madre, Paco pasaría el 75 % del periodo vacacional con ellos.

Este es uno de los pactos a los cuales llegaron después del proceso de mediación. Han pasado dos años desde que firmaron el acuerdo de mediación y, como la situación familiar ha cambiado mucho, quieren iniciar un nuevo proceso para regular y actualizar su convenio. Vero y Paco mantienen actualmente una buena relación, pero de todos modos creen que iniciar un nuevo proceso de mediación les será de gran ayuda.

Vero tiene una nueva pareja, Tom. Actualmente viven juntos, con Pol y María, en un piso en el centro de Barcelona. Tom había trabajado con ellos hace unos años y, ahora, desde que volvió de París, se ha vuelto a reincorporar a la empresa. Su exmujer se suicidó hace dos años y medio, y esto fue un golpe muy duro para él y, sobre todo, para sus tres hijos. Pero ahora parece que todos están más tranquilos y que él, junto a Vero, ha vuelto a encontrar la alegría de vivir.

Paco ahora vive en Madrid, donde han abierto una nueva sucursal de la empresa. Tiene una nueva pareja, Puri, que está embarazada de cinco meses y tiene dos hijos (Marcos y Pablo) de su anterior relación. Puri tiene la custodia de los hijos y viven los cuatro en una casa a las afueras de Madrid. Pol y María son más mayores, y Paco pide poder verlos más a menudo. Además, ahora que su pareja está embarazada y que pronto tendrán un bebé, no quiere viajar tan a menudo y pide que no siempre tenga que ser él quien vaya a Barcelona para

ver a sus hijos. Vero puede acompañarlos a Madrid, o bien podrían trasladarse los niños solos, con el servicio de acompañante que facilita la compañía aérea. También quiere revisar el tema económico, puesto que las situaciones personales de cada uno han cambiado y habría que adecuar la pensión de alimentos a la nueva realidad.

Sesión informativa inicial (2)

Vero, una diseñadora de Barcelona, separada y con dos hijos a su cargo, solicita una mediación por un conflicto con su hermana, Paula, que vive en Madrid. Su madre, viuda desde hace unos meses, tiene alzhéimer y se encuentra en un nivel bastante avanzado de la enfermedad. De momento tiene a una persona en casa que la cuida unas horas al día, pero ahora ya ha llegado a una situación en la que necesita ayuda día y noche. El coste que esto supone es muy elevado, y han empezado a valorar diferentes alternativas.

Una opción es ingresarla en una residencia, habría que ver a cuál y dónde debería estar situada. Una segunda opción sería mantener a la persona que se hace cargo de ella en el domicilio de la madre, ampliar su horario y buscar a otra que pueda estar por las noches. Finalmente, una tercera opción que se han planteado sería llevarse a su madre a casa; por ejemplo, un mes en Madrid y uno en Barcelona. Así, solo haría falta contratar a una persona que se ocupara durante el día, ya que por las noches estarían ellas.

Vero no quiere mover a su madre de León. Piensa que si la sacan de allí, donde ha vivido toda la vida y dónde está su marido enterrado, acabarán de hundirla. Aunque esto

suponga un gran esfuerzo económico y muchos desplazamientos hasta León para ir a visitarla, ella está dispuesta a hacerlo.

Paula dice que su madre ya no tiene conocimiento y que no importa si se la llevan de León, pues no se enterará. Cree que la mejor opción tanto para la madre como para ellas sería ingresarla en una residencia, donde personas especializadas puedan cuidarla y prestarle todos los cuidados y tratamientos que necesita.

El conflicto presentado por Vero y Paco es diferente a los descritos anteriormente, a pesar de que se dan en un mismo sistema familiar. Por tanto, el proceso que se ha de seguir para el análisis de cada conflicto será específico aunque las herramientas y los recursos sean los mismos, o similares. El resultado del análisis, evidentemente, será diferente, pero como se trata de un mismo sistema familiar es muy probable que aparezcan algunos elementos ya descritos en el conflicto entre Vero y Paco.

Estos dos ejemplos son útiles, también, para mostrar que un conflicto, en mayor o menor intensidad, con más o menos impacto, de forma consciente o inconsciente por parte de las personas que lo viven, siempre existe en un sistema familiar. Y es que las familias están formadas por personas en continua interrelación. Y, en cualquier relación humana, el conflicto está presente. Por tanto, el conflicto siempre está presente en los sistemas familiares.

Esta última idea es un elemento clave que se debe transmitir a las familias, para que pierdan el miedo a los conflictos, para que puedan ver la importancia de no evitarlos ni esconderlos y para que tengan la fuerza necesaria a la hora de mirar los conflictos a la cara y buscar, conjuntamente, maneras de gestionarlos positivamente.

Reflexiones finales de una mediadora

Me gustaría hacer un último comentario importante sobre la mediación. Desgraciadamente, «la mediación ni puede con todo, ni es capaz de resolver todos los conflictos». Los suaviza, acerca a las partes en conflicto, ayuda a que se relacionen de una forma más positiva y muchas más cosas. Pero resolver, entendiendo «resolver» como solucionar, erradicar o eliminar, no.

Desde la perspectiva sistémica, los conflictos familiares no se entienden como elementos que aparecen y desaparecen sin más. Se contemplan, en cambio, como procesos en constante evolución, íntimamente ligados al propio ciclo evolutivo de la familia; de tal manera que cada paso adelante en el mismo puede comportar ciertas dosis de pequeñas crisis relacionales que necesitarán algunos movimientos o cambios para continuar avanzando hacia la fase siguiente. En cambio, si el sistema no evoluciona y no permite estos cambios, el conflicto estalla y el sistema puede acabar volviéndose disfuncional.

Vemos así que los conflictos que aparecen en los sistemas familiares son elementos multicausales, de una elevada complejidad y a menudo necesarios para avanzar. Por esto, y volviendo a la idea de que «la mediación no puede con todo», es importante ser sinceros con nosotros mismos y con las personas que acuden a la mediación. Ni nos podemos engañar ni podemos engañarlas. Se debe trabajar desde esta realidad y tener claras todas las potencialidades de la mediación; pero, a su vez, saber qué límites y qué objetivos hay que perseguir realmente. Esta es la mejor manera de situarnos ante un conflicto. Si, en cambio, nos posicionamos en un rol de «todopoderosos», difícilmente conseguiremos que las personas en conflicto sean realmente las verdaderas protagonistas de sus vidas.

Cuando un sistema familiar entiende cómo funciona y conoce sus reglas de comportamiento, los juegos y el momento que está viviendo —ciclo vital—, entonces puede tomar conciencia y decidir verdadera-

mente qué quiere hacer con su forma de funcionar. Así, puede decidir si realmente quiere continuar inmerso en el conflicto y dejar que crezca y se enquisté, o bien puede asumir la voluntad y la responsabilidad de trabajar conjuntamente para encontrar nuevas maneras de relacionarse, más allá del conflicto.

Hasta aquí mi granito de arena sobre el análisis del conflicto familiar desde una perspectiva sistémica y las posibles reflexiones que, como mediadora profesional, a menudo se me plantean.

Si alguien esperaba «recetas mágicas» o pautas específicas sobre cómo desarrollar el análisis de un conflicto familiar, no las tengo, ni tampoco las busco. A pesar de que se han facilitado elementos de reflexión y recursos que orientan posibles intervenciones, no propongo soluciones concretas, puesto que la magia de la mediación está precisamente aquí: en la posibilidad que ofrecen las familias de poder vivir y compartir con cada una de ellas momentos únicos e irrepetibles que requerirán, por parte del mediador o la mediadora, de grandes dosis de creatividad, innovación y flexibilidad para acompañarles en la búsqueda, real, de sus propias soluciones.

Capítulo II

Fundamentación teórica: la perspectiva sistémica y el modelo ecosistémico

El material que se presenta se fundamenta en el modelo ecosistémico, desarrollado por Bronfenbrenner (1977), que surge de la ecología, la teoría general de sistemas, la cibernética y la teoría de la comunicación humana. En esta guía no vamos a desarrollar completamente la teoría sistémica, pero sí creemos que es importante hacer una breve introducción a la misma y describir aquellos principios más relevantes que serán la base a partir de la cual desarrollaremos el contenido:

- **La cibernética.** Aparecida en la segunda mitad del siglo XX, es el estudio interdisciplinario de la estructura de los sistemas reguladores. Es una disciplina íntimamente vinculada a la teoría general de sistemas, hasta el punto de que se ha llegado a considerar inseparable de esta. Se ocupa de los sistemas de control y de comunicación en las personas y las máquinas, estudiando y aprovechando todos sus aspectos y mecanismos. Según Gregory Bateson, la cibernética «es el mayor mordisco al fruto del árbol del conocimiento que la humanidad ha dado en los últimos dos mil años».
- **Teoría general de sistemas.** Una teoría propuesta por Ludwig von Bertalanffy (1950) y posteriormente ampliada por Ross Ashby y Norbert Wiener con la teoría matemática de la comunicación y el control de sistemas a través de la

regulación de la retroalimentación (cibernética), y estrechamente relacionada también con la teoría de control.

- **Teoría de la comunicación humana.** Fue propuesta en 1967 por Paul Watzlawick, Janet Beavin y Don D. Jackson en su libro *Teoría de la comunicación humana: interacciones, patologías y paradojas*.

Desde este modelo se considera al individuo en su entorno inmediatamente significativo —contexto familiar, sociocultural, económico, etc.— y se contempla que la relación entre individuo y entorno está sujeta a una dinámica circular de influencias recurrentes. Así, la conducta de la persona se encuentra modelada por su contexto social. Por ello, *en lugar de intentar entender una conducta puntual y aislada, se prioriza el análisis de la comunicación y proceso relacional entre las personas y su contexto familiar o vincular.*

Desde la perspectiva sistémica, la **familia** se considera un sistema abierto, jerarquizado, constituido por diferentes miembros que interaccionan entre sí (circularmente) según unas reglas de comportamiento y funciones dinámicas, que se encuentran en constante intercambio (intrae intersistémico).

La familia se compone de individuos con una realidad psicoafectiva específica, pero la globalidad familiar es algo más que la suma de sus miembros. Dentro de la familia, la conducta de cada uno de sus individuos está relacionada directa

o indirectamente con la de los otros, de tal forma que una modificación en uno de ellos provoca cambios en alguno de sus miembros o en la totalidad.

Contrario a lo que plantean los modelos biopsicosociales, la perspectiva ecosistémica no considera que la relación entre individuo, familia y sociedad adopte la forma de las cajas chinas o muñecas rusas. La familia no es una caja intermedia entre el individuo y la sociedad; existe una interrelación circular continuada entre la organización de la psique, la persona, la familia nuclear, la familia extensa y las comunidades formales e informales. Las fronteras que delimitan estas diferentes organizaciones permiten un vaivén incesante de intercambios de propiedades y de transformaciones en función de su posición y de sus trayectorias en los macrosistemas que las abarcan.

Se establecen dos momentos clave en la cibernética:

- a) **Cibernética de primer orden:** basada en el concepto de homeostasis; es decir, en el no cambio (mantener el equilibrio).
- b) **Cibernética de segundo orden:** basada en los efectos que pueden tener agentes exteriores al sistema. Se introduce la idea del «cambio de un cambio» haciendo referencia al hecho que el sistema inicialmente había cambiado a modo de respuesta o posible solución al problema, pero dicho cambio o intento de solución no hacía más que agravar o incrementar el conflicto. De aquí que la cibernética de segundo orden hable de cambios de cambios y los defina como aquellos que permiten realmente modificar la estructura o el funcionamiento de un sistema familiar.

Desde esta perspectiva y entendiendo los conflictos como procesos que se desarrollan y evolucionan a lo largo del tiem-

po —por ello muchos autores hablan de procesos conflictivos—, los profesionales de la mediación intentan ayudar a las partes en conflicto a encontrar alternativas de funcionamiento diferentes a las que venían utilizando hasta el momento. En este caso, estaríamos hablando de cambios de segundo orden.

Es importante señalar también que, desde el modelo sistémico, la noción de culpa es cuestionada. Los problemas se conciben en términos de patrones interaccionales complejos y recurrentes. Aun así, la responsabilidad de las decisiones, las conductas y las consecuencias es de cada individuo. Si bien el contexto ayuda a actuar de una forma u otra, es importante tener en cuenta, y más desde la mediación, el protagonismo y la responsabilidad que tiene cada parte implicada en el proceso y las posibles soluciones.

Definir el conflicto dentro del contexto de una relación implica una lectura mucho más compleja que hacerlo culpabilizando solo a un miembro del sistema familiar.

La teoría cibernética también incorpora el concepto de **autoorganización**. Un sistema social, como es el sistema familiar, no es un sistema en equilibrio, al contrario. Constantemente se producen perturbaciones, desviaciones que fuerzan a la reorganización y al ajuste continuado del sistema.

En este sentido, el orden y el desorden «cooperan» para la organización del sistema (homeostasis).

Es importante tener en cuenta dos conceptos básicos del enfoque sistémico:

- **Homeostasis.** Los procesos homeostáticos operan ante variaciones de las condiciones del interior de la familia o del ambiente, ejerciendo compensaciones internas al sistema que permiten sustituir, bloquear o complementar los cambios externos.
- **Equilibrio.** En sistemas abiertos —todos los sistemas vivos lo son—, los estados de equilibrio sistémicos implican necesariamente la importación de recursos provenientes del ambiente. Estos recursos pueden consistir en flujos energéticos, materiales o informativos. De ahí la importancia de la comunicación entre los miembros del sistema familiar y entre el sistema y su entorno, así como el potencial de cambio que supone la información que viene del exterior del mismo.

Desorganización: una oportunidad

En un sistema, a veces el desorden es necesario para la obtención del orden. Así, en determinados momentos el conflicto significará «desorganización» del sistema, pero esta «desorganización», si se trabaja desde el diálogo constructivo y la escucha activa, puede llevar al sistema a una nueva situación de orden o equilibrio.

La idea de orden no es equiparable a paz, ni la de desorden a conflicto. Sería una afirmación inexacta y poco precisa.

Ejemplo

Un conflicto de pareja puede implicar inicialmente una crisis importante en el sistema familiar, pero si la pareja consigue establecer una comunicación constructiva, es muy probable que acabe significando un fortalecimiento de la relación.

Los sistemas deben ser **variables** y **flexibles** ante las posibles influencias del exterior o ante los propios movimientos internos, ya que, si no se producen cambios, existe el riesgo de que el sistema se convierta en disfuncional.

Según la perspectiva sistémica, una familia es disfuncional cuando se acaba encapsulando o cronificando, siendo imposible la evolución de sus miembros, ya que estos quedan sometidos a una estabilidad para el sistema y atrapados así en la situación.

Ejemplo

Un hijo o una hija no puede marcharse de casa (emanciparse), ya que de alguna forma tiene la función de que su padre y su madre sigan unidos, puesto que si él o ella no estuviera ejerciendo de pacificador, los progenitores se pelearían y el matrimonio se podría romper. Así, los jóvenes, de alguna manera, «renuncian» a su necesidad de marcharse de casa y formar su propio sistema para mantener el equilibrio en el sistema de origen.

Bibliografía

- Bateson, G.** (1976). *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Carlos Lohle.
- Bronfenbrenner, U.** (1979). *The ecology of Human Development*. Cambridge: Harvard University Press (ed. cast.: *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona, Ediciones Paidós, 1987).
- Von Bertalanffy, L.** (1976) *Teoría general de los sistemas. Fundamentos, desarrollo, aplicaciones*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Watzlawick, P.** (1988). *La realidad inventada*. Buenos Aires: Gedisa.
- Watzlawick, P.; Beavin, J. H.; Jackson, D. D.** (1967). *Pragmatics of human communication*, W.W. Norton & Company, 1967. (ed. cast.: *Teoría de la comunicación humana*, 2012, 16ª edición). Barcelona: Herder.

Capítulo III

Elementos de análisis del conflicto familiar

1. Introducción

En cualquier sistema vivo, las unidades son en sí mismas un todo y, simultáneamente, una parte del todo o sistema que se encuentra en un proceso continuo de comunicación e interrelación. Del mismo modo, en el sistema familiar, en el cual las unidades hacen referencia a los miembros del sistema familiar, al tratarse de un sistema abierto se produce un intercambio de energía e información con los sistemas externos o el entorno social.

A partir de la consideración de la familia como un sistema vivo y abierto, se han formulado diferentes modelos que intentan explicar cómo funcionan las familias a partir de diferentes dimensiones.

Desde la teoría sistémica se considera que la familia se asemeja a cualquier **sistema biológico** porque es «un conjunto organizado e interdependiente de unidades ligadas entre sí por reglas de comportamiento y por funciones dinámicas en constante interacción y en intercambio permanente con el exterior» (Andolfi, 1984).

Entendemos por familia «la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común, que se supone duradero, en el cual se generan fuertes sentimientos de pertenencia, un compromiso personal entre sus miembros e intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia» (Rodrigo y Palacios, 1998).

El «modelo circunplejo de funcionamiento familiar», propuesto por Olson y colaboradores en los años ochenta, es uno de los más interesantes para comprender y estudiar las dinámicas de los sistemas familiares y, a la vez, los posibles conflictos que aparecen en ellos. Dicho modelo analiza el comportamiento de las familias a través de tres dimensiones: cohesión, adaptación y comunicación.

Complementaremos esta propuesta con algunos elementos que nos permitirán analizar el conflicto familiar en todas sus dimensiones. Así, proponemos el análisis del conflicto familiar a partir de:

- Estructura familiar: mapa familiar (subapartado 2).
- Límites y nivel de cohesión familiar (subapartado 3).
- Nivel de adaptabilidad familiar (subapartado 4).
- Comunicación familiar (subapartado 5).
- Conyugalidad y parentalidad (subapartado 6).
- Ciclo evolutivo individual y familiar (subapartado 7).
- Pacientes identificados y soluciones intentadas (subapartado 8).

2. La estructura familiar (mapa familiar)

La **familia** es un grupo organizado según unas pautas de interacción y unas reglas que indican la estructura interna del sistema y que, a la vez, están influenciadas por las fronteras o los límites que se establecen entre el individuo y su sistema familiar, o bien entre el sistema familiar y el entorno social.

Es un sistema que opera a través de pautas transaccionales que regulan las conductas de los miembros de la familia. Unas reglas que pueden ser:

- **Reglas universales:** por ejemplo «los progenitores cuidan de sus hijos/as».
- **Reglas propias de cada familia:** por ejemplo «los problemas se resuelven en casa» o «los problemas familiares no deben compartirse con los hijos/as».

Tanto las reglas universales como las propias de cada familia muchas veces son «reglas no escritas», no habladas, y funcionan a modo inconsciente pero tienen mucha fuerza e influencia en las relaciones familiares.

A nivel estructural es importante tener en cuenta que el sistema familiar se organiza a través de subsistemas. A la vez, podemos hablar del suprasistema que englobaría aquellos sistemas con los que la familia mantiene contacto.

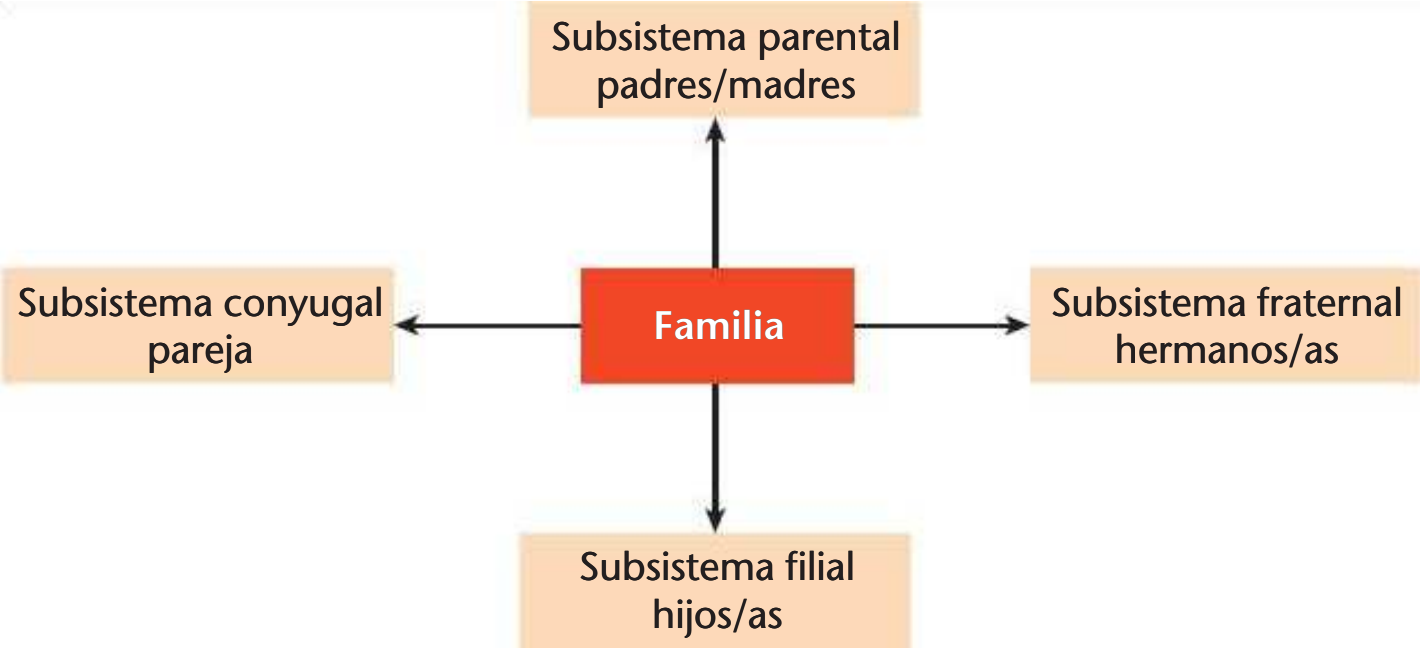
2.1. Subsistemas

El sistema familiar desempeña sus funciones y se organiza a partir de subsistemas. Los subsistemas pueden estar formados a partir de ítems, como generación, sexo, interés o función. Cada individuo pertenece a diferentes subsistemas en los que posee diferentes niveles de poder y en los que aprende habilidades diferenciadas.

A continuación vamos a ver diferentes ejemplos de subsistemas, en este caso según la función y la generación:

- a) El **«subsistema conyugal» (pareja)** se constituye cuando dos personas adultas se unen con la intención expresa de constituir una familia. Al formarse la pareja deberán negociar nuevas pautas de funcionamiento, cediendo parte de su individualidad para lograr un sentido de pertenencia.
- b) El **«subsistema parental» (padres/madres)** se constituye en el momento en el cual la pareja decide tener descendencia (familias biológicas, acogedoras, adoptivas, etc.). El funcionamiento eficaz requiere que adulto y menor acepten el uso diferenciado de autoridad. Este subsistema se convierte en un laboratorio de formación social donde los niños y las niñas aprenderán a negociar en situaciones de poder desigual.
- c) El **«subsistema fraternal» (hermanos/as)** es el primer laboratorio social en el que los niños y las niñas pueden experimentar relaciones entre iguales. En el mundo fraterno aprenden a negociar, cooperar y competir.

Figura 1. Ejemplos de subsistemas del sistema familiar



Fuente: elaboración propia.

Cuando analizamos un conflicto familiar es importante detectar el subsistema o los subsistemas directamente afectados por este. En función de los subsistemas implicados podemos clasificar los conflictos:

Tabla 1. Tipología de conflictos en función de los subsistemas implicados

Tipos	Características
Conflictos conyugales	Se dan en la pareja y tienen relación con temas vinculados a ellos en su calidad de cónyuges.
Conflictos parentales	Cuando implican a las personas que pertenecen al subsistema parental. En las familias expandidas pueden implicar también a los nuevos cónyuges (padrastrós, madrastras y algunas veces exesposos/as o exparejas...). Los temas girarán en torno a la crianza de los hijos/as.
Conflictos fraternales	Tienen relación con las disputas entre hermanos. Los temas giran en torno a las competencias, los celos, etc.; problemas relacionados con el cuidado de padres ancianos o problemas entre hermanos/as y hermanos/as políticos (cuñados/as).

Fuente: elaboración propia.

2.2. Suprasistema

El sistema familiar se relaciona con otros sistemas según su capacidad para dar y recibir información.

El suprasistema incluye la familia de origen, el colegio, el trabajo, los amigos y amigas, las asociaciones de todo tipo, etc. Las informaciones y las relaciones que se producen enriquecen el sistema familiar y contribuyen a su crecimiento.

Así, en el análisis del conflicto deberemos tener en cuenta los subsistemas implicados en él y, a la vez, aquellos sistemas externos con los que la familia se relaciona y que pueden tener incidencia en el conflicto presentado.

3. Límites y nivel de cohesión familiar

3.1. Límites y fronteras

Los «límites» de un subsistema están constituidos por las reglas que definen quiénes participan en el mismo y de qué forma.

Ejemplo

Así, por ejemplo, cuando la madre (M) le dice a su hijo mayor (H): «No eres el padre de tu hermano; si no hace los deberes, dímelo y yo le regañaré, pero no vuelvas a ridiculizarle», el límite del subsistema parental queda definido de forma clara (es la madre la que va a ejercer la función ejecutiva: «yo lo regañaré»).

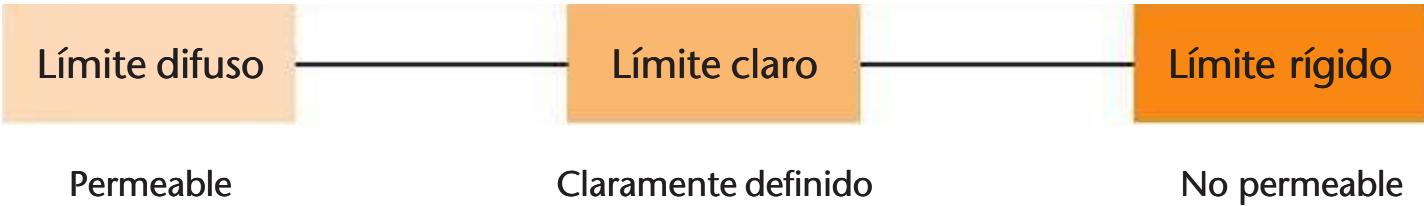
La **claridad de los límites** en el interior de una familia constituye un parámetro útil para la evaluación de su funcionamiento.

Para que el funcionamiento familiar sea adecuado, los límites de los subsistemas deben ser claros y definirse con suficiente precisión como para permitir a los miembros de los subsistemas el desarrollo de sus funciones sin interferencias indebidas, aunque también deben permitir cierta flexibilidad facilitando el contacto entre miembros de un subsistema y otros.

Teniendo en cuenta los límites de los subsistemas, es posible situar a las familias en algún punto ubicado en un *continuum* entre dos extremos: «límites difusos», en uno, y «límites rígidos», en otro.

Así, gráficamente, podemos representar tres tipos de límites:

Figura 2. Tipos de límites de los subsistemas



Fuente: elaboración propia.

3.2. Nivel de cohesión familiar

A la vez, según el nivel de proximidad que tienen los miembros de un sistema familiar entre sí o también llamado «nivel de cohesión familiar», o sea, los lazos emocionales que

les unen, podemos establecer diferentes categorías o tipologías de familia: conectada, aglutinada, separada o desligada.

Así, gráficamente, podemos representar cuatro tipos de familias según el vínculo emocional que tienen los diferentes miembros entre sí:

Figura 3. Niveles de proximidad entre los miembros del sistema familiar



Fuente: elaboración propia.

3.3. Clasificación según los límites y el nivel de cohesión familiar

A partir de estos dos parámetros, límites y nivel de cohesión familiar, podemos definir los sistemas familiares como:

1) Familia conectada o unida: proximidad emocional.

Se supone y se espera lealtad familiar. Se potencia la interacción afectiva entre los diferentes miembros que forman la familia y, a la vez, se permite la distancia necesaria para disfrutar de un espacio personal propio. Los límites entre subsistemas son claros. Hay proximidad entre progenitores y descendencia, y conexión emocional en la pareja. El tiempo compartido con la familia es importante, pero se respeta también el tiempo en solitario. La familia está más centrada en el interior —las relaciones entre ellos— que en el exterior, por lo que los amigos de cada miembro se relacionan fácilmente con la familia.

- 2) **Familia separada: separación emocional.** Hay lealtad familiar ocasional. Existe una interacción entre los diferentes miembros aceptable, pero se potencia la distancia personal. Los límites entre subsistemas son claros. Hay poca proximidad entre padres y madres e hijos e hijas. Se detecta separación emocional en la pareja, y en el conjunto del sistema se potencia la separación personal. El tiempo en solitario es importante, hay pocos momentos en familia. Se prefiere el espacio individual, pero se comparte el espacio familiar. Se toman las decisiones de forma individual, pero existe la posibilidad de tomar decisiones de forma conjunta. La familia está más centrada en el exterior que en sí misma. Los amigos individuales se relacionan muy poco con la familia.
- 3) **Familia desligada: separación emocional extrema.** Se detectan carencias a nivel de lealtad familiar. Existe una muy baja implicación o interacción entre los miembros de la familia. Las respuestas afectivas son poco frecuentes entre los diferentes miembros. Hay poca proximidad entre progenitores e hijos/as, predominando la separación personal. El tiempo fuera de la familia es mucho más importante que el interno y muy pocas veces se comparte. Las decisiones se toman de forma individual. La familia está totalmente volcada hacia el exterior y los amigos individuales no se relacionan con la familia.
- 4) **Familia aglutinada: proximidad emocional extrema.** Todo lo exterior es visto como peligroso. Se exige total lealtad familiar. Los miembros son muy dependientes unos de otros, con una relación altamente simbiótica. Existe y se demuestra una dependencia afectiva. Hay una reactividad emocional extrema. Se relacionan a través de coaliciones entre la pareja y sus hijos/as. Hay pocos límites

generacionales. Existe una importante carencia de separación personal, el tiempo compartido es mucho más importante que el tiempo en solitario. Hay poco espacio privado, las decisiones siempre están sometidas a los deseos de todo el grupo. La familia está completamente volcada hacia el interior. Se prefieren los amigos de la familia o la familia extensa, a los amigos individuales.

4. Nivel de adaptabilidad familiar

El nivel de adaptabilidad familiar hace referencia a la capacidad que muestra el sistema familiar para adaptarse a las nuevas situaciones que van apareciendo a lo largo de su ciclo vital. Es la capacidad que tiene el sistema familiar de cambiar su estructura de poder, reglas y roles para poder responder, de forma funcional, a posibles circunstancias externas estresantes o a los diferentes momentos evolutivos por los cuales la familia va transitando a lo largo de su ciclo vital.

Hay que tener en cuenta que cuando el sistema familiar pasa por un periodo de crisis su respuesta puede ser:

- Una respuesta adaptativa funcional.
- Una respuesta adaptativa disfuncional.

4.1. Respuesta adaptativa funcional

Inicialmente y dentro de lo que consideraríamos una «respuesta adaptativa funcional» encontramos la reacción generada

por el impacto inicial: primero con cierta desorganización, provocada por la angustia y el malestar. Y, después, una respuesta adaptativa que permite al sistema sobreponerse al impacto.

Las características de la respuesta adaptativa funcional son:

- Aumento del apoyo emocional (se puede hablar de todo entre los diferentes miembros del sistema).
- Compartir emociones (dolor, miedo, culpa...).
- Flexibilidad en la ejecución de tareas de los subsistemas (ya que no se puede mantener el mismo nivel de exigencia en un momento de cambio).
- Ampliación de la gama de habilidades.
- Respeto hacia la estructura jerárquica.
- Existen sistemas de apoyo complementarios (amigos, familia extensa...).
- Comunicación positiva y fluida.

4.2. Respuesta adaptativa disfuncional

Cuando a partir de una crisis la respuesta del sistema familiar no es funcional pueden aparecer diferentes situaciones que deberemos tener en cuenta y valorar para poder definir si la mediación es una respuesta o un recurso viable, o bien el conflicto requiere otro tipo de intervención (por ejemplo, la terapéutica).

Una respuesta adaptativa disfuncional aglutinada se reconoce por:

- Estructura familiar previa disfuncional (la familia ya tenía un funcionamiento disfuncional anterior).

- Dificultad para consensuar nuevas pautas de funcionamiento.
- Exceso de preocupación por el problema que el sistema relaciona como causa de la crisis o conflicto.
- Dificultades importantes para la reorganización del sistema.
- Poca autonomía de cada uno de los miembros de la familia.
- Todos los miembros de la familia se muestran excesivamente implicados.
- Muchos, demasiados, cambios en la estructura familiar.
- Sintomatología elevada en uno o varios miembros del sistema familiar.

Una **respuesta adaptativa disfuncional desligada** se caracteriza por:

- Poco apoyo emocional.
- Relaciones distantes entre los miembros del sistema, sin compartir emociones.
- Incapacidad para poder reajustarse.
- Atención inadecuada a situaciones emergentes.
- Poca cooperación en tareas compartidas.
- Exagerada autonomía de los subsistemas.
- Falta de red de apoyo.
- Estabilidad precaria con un elevado desgaste individual.

4.3. Clasificación según el nivel de adaptabilidad familiar

En función de esta adaptabilidad familiar se pueden establecer también diferentes categorías:

- 1) **Familia o sistema familiar estructurado:** límites marcados. Las decisiones, las toma fundamentalmente la pareja. En cuanto a la disciplina, las normas son impuestas con firmeza, hay pocos cambios en ellas y, por tanto, se pueden prever fácilmente las consecuencias. Las negociaciones se dan de forma estructurada. Los roles son estables, aunque pueden ser compartidos y en ocasiones intercambiados.
- 2) **Familia o sistema familiar flexible:** son las que más fácilmente cambian de rol y mejor se adaptan a las crisis. Existe flexibilidad en la imposición de normas. Generalmente funcionan de forma democrática. Las consecuencias de las normas se negocian, con unas negociaciones flexibles y una toma de decisiones consensuadas. Se pueden compartir los roles y se pueden intercambiar.
- 3) **Familia o sistema familiar caótico:** control parental ineficaz y rechazado. Existe un tipo de disciplina denominado *laissez faire* («dejen hacer»). Las negociaciones son interminables, con una toma de decisiones frecuentemente impulsiva. Los roles entre los diferentes miembros del sistema son poco claros y poco estables. Las normas son impuestas de manera inconsciente, con cambios frecuentes en las mismas y, por tanto, son poco previsibles.
- 4) **Familia o sistema familiar rígido:** cuando aparecen nuevas situaciones o necesidades no hay ninguna adaptación. La comunicación es inexistente. El control parental es muy elevado, y el nivel de disciplina muy rígido y estricto. Las normas son inmutables e inalterables y están impuestas de manera muy estricta. Las negociaciones son inflexibles y las decisiones vienen impuestas por los adultos (padres y madres). El repertorio de roles es muy limitado, y están definidos de forma muy rígida.

5. Comunicación familiar

La comunicación actúa como un medio que permite a las familias expresar los niveles de cohesión y adaptabilidad y, a la vez, permite buscar soluciones y respuestas cuando aparecen crisis evolutivas o conflictos familiares.

Podemos valorar dos tipos de comunicación familiar:

- a) **Positiva:** es una comunicación abierta, empática, fluida, sincera, escucha activa, refuerzos positivos, aprobación, apoyo familiar, etc. Permite a los miembros de una familia hablar de sus necesidades e intereses, compartir la necesidad de mayores o menores niveles de cohesión y adaptación. A la vez, permite enfrentar positiva y pacíficamente posibles conflictos familiares.
- b) **Negativa:** aparece una comunicación con mensajes poco claros, dobles mensajes, críticas excesivas, comparaciones, descalificaciones, no confirmaciones, falta de escucha activa, no empatía, etc. Esta comunicación impide que se compartan sentimientos y necesidades y, por tanto, limita la movilidad de la familia en las dimensiones de cohesión y adaptación. Al no poder comunicarse positivamente y empáticamente entre ellos, los conflictos acostumbran a escalar negativamente hasta llegar a la explosión, o bien a «taparse» hasta transformarse en secretos familiares, temas tabús de los que nunca se puede hablar pero que están, de alguna forma, siempre presentes e influyen en todos y cada uno de los miembros y en el conjunto del sistema familiar.

6. Conyugalidad y parentalidad

Linares (1996) sitúa el inicio de la familia en el mismo momento en el que dos personas adultas se unen con el propósito de formarla. A partir de ese momento se originan las primeras funciones y características básicas de la pareja, la «conyugalidad». Y en el momento en el que la pareja decide tener descendencia, se inicia lo que se conoce por «parentalidad».

6.1. Análisis de la conyugalidad

Cuando hablamos de **conyugalidad**, nos referimos a la reciprocidad cognitiva, emocional y pragmática, mediante la cual los dos miembros de la pareja negocian un acuerdo que implica un «pensar» amoroso (reconocimiento y valoración), un «sentir» amoroso (demostración de afecto, la ternura) y un «hacer» amoroso (deseo y sexualidad). Se trata de un ejercicio de dar y recibir de manera equilibrada, con una proporcionalidad entre la igualdad y la diferencia entre ellos.

La construcción de la pareja y las circunstancias en la que se dé marcarán buena parte de los pactos que establezcan, y esto condicionará su evolución y la forma en que una pareja se relacionará en un futuro.

Cuando dos personas deciden construir una relación de pareja se establecen una multitud de pactos, conscientes o

inconscientes, negociados o impuestos, pero a menudo determinantes en la evolución de la pareja. El posicionamiento de cada parte estará influenciado por el peso cultural y la influencia de sus respectivas familias de origen. Se dará un intercambio de creencias y valores que deberá ir ajustándose poco a poco.

A menudo, las expectativas que se ponen en la otra parte tienen que ver con necesidades propias no cubiertas. Cuando esta «negociación» es clara y abierta, y las dos partes saben lo que quieren y lo que están dispuestos a aportar y mantener en la relación, la pareja está asentando unas bases sólidas. En esta situación, cuando aparezcan conflictos —recordamos que los conflictos forman parte de la vida humana, en toda relación existen conflictos—, le será más fácil afrontarlos positivamente.

Por el contrario, cuando el inicio de la relación está marcado por falta de claridad, dudas, presiones, intereses personales, lucha de lealtades con relación a las respectivas familias de origen, etc., no se reconoce a la otra persona ni se acepta tal y como es, o no se es consciente de lo que se quiere y se espera de la otra persona, se puede decir que la relación se está construyendo sobre unas bases poco sólidas. En este caso es probable que, cuando aparezca el conflicto, emerja la frustración y el desengaño, ya que la otra persona no cumple las expectativas esperadas. Y aquí puede empezar una escalada negativa del conflicto.

Si analizamos posibles conflictos en el ámbito de la conyugalidad, será interesante conocer la tipología de parejas basada en tres dimensiones primarias que propusieron Kressel y otros (1980, citado en Bolaños, 2008) en función de: grado de ambivalencia respecto a la decisión de ruptura, grado de comunicación y nivel de conflicto.

Tabla 2. Patrones de interacción conflictiva

Parejas	Conflicto	Comunicación	Ambivalencia
Enredadas	Alto	Alta	Alta
Autistas	Bajo	Baja	Alta
Conflicto abierto	Alto	Alta	Baja
Desligadas	Bajo	Baja	Baja

Fuente: Kressel y otros (1980).

Así describieron estos cuatro patrones de interacción:

- **Parejas «enredadas»:** debaten intensa e interminablemente los pros y los contras de la ruptura. Acuerdan separarse pero no llevan a cabo su decisión. Suelen mantener la misma residencia hasta que tienen una decisión judicial. Son proclives a conflictos legales crónicos.
- **Parejas «autistas»:** se evitan física y emocionalmente. Evitan el conflicto por ansiedad. Las dudas y la incertidumbre sobre el destino de la pareja se extienden a todos los miembros de la familia. La ruptura suele ser brusca y decidida unilateralmente, lo que produce un mayor rechazo comunicativo en el otro.
- **Parejas «con conflicto abierto»:** pueden expresar claramente sus deseos de ruptura y llegar a acuerdos al respecto con relativa facilidad. Son capaces de negociar sobre los bienes o sobre los hijos e hijas con una intensidad aceptable de conflicto, pero habitualmente no se quedan conformes con los resultados y pueden provocar nuevas negociaciones o litigios años después de la separación.
- **Parejas «desligadas»:** han perdido todo tipo de interés mutuo. Han pasado un periodo relativamente largo en el que

uno de los dos, de forma incomunicada, ha considerado la posibilidad de la ruptura, de tal manera que cuando esta se produce no suele generar grandes reacciones emocionales. Las decisiones posteriores se toman por separado o a través de los abogados, pero sin excesivo conflicto.

6.2. Análisis de la parentalidad

Cuando hablamos de **parentalidad**, nos referimos al fruto de la relación entre la pareja y sus hijos/as de manera continua. Se trata de una función independiente de la conyugalidad, pero complementaria a la misma. Se apoya en una relación de dar y recibir complementaria: los padres o madres dan y reciben de los hijos/as de manera cualitativamente desigual.

La parentalidad es necesaria para garantizar las funciones de nutrición emocional y de socialización (Linares, 2006). El amor, el reconocimiento y la valoración son importantes para la creación de un clima de confianza y seguridad que permita un crecimiento sano. Aún así, también se necesitan unos límites claros y consistentes para guiar, controlar los deseos y las conductas inapropiadas de los niños y las niñas.

En la parentalidad se ponen en juego elementos cognitivos (reconocimiento, valoración), elementos emocionales (demostración de afecto, ternura) y elementos pragmáticos (el hacer amoroso, que consiste en la socialización de los hijos/as, dife-

rente a la conyugalidad). Es decir, los padres y/o las madres tienen que preparar a sus hijos/as para integrarse armoniosamente en la sociedad.

Cabe destacar que hay parejas en conflicto con un nivel de conyugalidad muy deteriorado, que pueden consensuar y desarrollar su función parental de forma positiva.

La parentalidad se compone de dos factores importantes:

- **Normatividad:** garantiza el respeto hacia la sociedad y sus normas (vinculado a límites).
- **Protección:** implica que el respeto de la sociedad y de sus normas sea recíproco con el individuo (vinculado a afecto).

6.3. Conyugalidad y parentalidad en conflictos familiares

Con relación a la conyugalidad y la parentalidad hay que tener en cuenta que:

- Tanto la conyugalidad como la parentalidad son dos funciones complementarias: la conyugalidad puede deteriorar o ayudar a la parentalidad, y viceversa.
- Son variables ecosistémicas; es decir, están sometidas a la evolución del ciclo vital familiar y al flujo de los factores ambientales.
- Son independientes entre sí. Se pueden encontrar diferentes grados o diferentes polos de máxima positividad o negatividad en cada una de las funciones.
- La complejidad de la sociedad actual nos lleva a afirmar que, si bien «tradicionalmente» conyugalidad siempre iba

unida a parentalidad, en la actualidad esto no siempre se cumple. Pensemos por ejemplo en familias monoparentales.

- Si se dan las dos, llegan a constituir pilares básicos de sostén familiar, de forma que si falla una de ellas, esto puede perjudicar a la otra. Por ejemplo, problemas en la función conyugal, pueden afectar de manera colateral a las funciones parentales, perjudicando las relaciones con los hijos/as y el clima familiar en general.
- Parentalidad y conyugalidad son dos atributos de la pareja, aunque también tienen una dimensión individual. Tienen relación directa con la historia de cada miembro de la pareja y con sus respectivas familias de origen.

La pareja pasa por diferentes fases (ciclo vital individual y familiar). Cada uno de estos momentos es un replanteamiento de la relación que provoca estrés y conflicto. En función de cómo se afronte esta nueva situación, la pareja puede dar espacio al reencuentro y reenamoramiento, o bien al desencanto y deterioro de esta.

Cuando nos encontramos con un conflicto de pareja es importante conocer en qué **fase del ciclo vital** se encuentran cada uno de los miembros de la pareja y la pareja como tal, sobre qué creencias se formó la pareja, cómo han ido evolucionando y cuáles son las creencias que dificultan más su evolución como pareja.

Ayudar a las partes a tomar consciencia de estas creencias facilita que puedan poner palabras a lo que sienten, lo que quieren, lo que necesitan; buscando, si es posible, una nueva narrativa que facilite poder rehacer vínculos y expresar cómo querrían que fuese la relación con la otra persona.

Muchas veces estas creencias trabajan de forma inconsciente y es útil ayudarles a hacerlas conscientes y compartirlas entre ellos. A menudo, los conflictos vienen por una comunicación poco clara o por dificultades en la gestión emocional. Las partes no saben qué les pasa, les cuesta detectar lo que sienten y no saben como expresarlo. Tampoco tienen claro realmente lo que necesitan ni pueden negociar con la otra parte lo que para ellos es importante.

Ayudar a **clarificar** todos los aspectos es el primer paso para que las partes enfrentadas puedan encontrar sus propias soluciones.

Comprender la construcción relacional que ha hecho la pareja desde sus inicios es básico para aportar las reflexiones pertinentes que facilitarán la resolución positiva del conflicto.

La **persona mediadora** será la encargada de acompañar a las familias o parejas en todo este proceso, facilitando así la resolución positiva del conflicto.

7. Ciclo evolutivo individual y familiar

Las familias, a lo largo de su trayectoria, deben ir superando diferentes «crisis» que aparecen en momentos de cambio y que pueden ser de dos tipos:

- 1) **Crisis evolutivas:** son universales y previsibles. Son cambios esperables como parte del proceso evolutivo de las familias. Requieren adaptación a nuevos retos implicados en el desarrollo individual y familiar. Muchas veces se establecen rituales para facilitar el proceso. Permiten readaptarse a situaciones y facilitan el crecimiento o la evolución del sistema.

Ejemplo

Un buen ejemplo de crisis evolutiva es la emancipación de los hijos/as.

- 2) **Crisis inesperadas:** son aquellas que aparecen repentinamente, fuera de la línea evolutiva del ciclo. Al ser crisis inesperadas generan mucho estrés, pero realmente no provocan tanta culpa como las otras, ya que no se asume la responsabilidad de todo aquello que ha podido pasar o suceder. En cualquier caso, pueden generar también síntomas.

Ejemplos

Algunos ejemplos de crisis inesperadas son quedarse sin trabajo, la muerte repentina de un hijo o una hija, etc.

Es importante analizar cómo vive y percibe el sistema familiar cada crisis. En algunos casos, por ejemplo, la muerte de un abuelo puede considerarse y vivirse como una crisis evolutiva y en otras, en cambio, puede implicar una crisis inesperada con unas vivencias alrededor de dicha muerte muy diferentes.

El concepto de **crisis** no es considerado *per se* como elemento negativo. Desde la perspectiva sistémica, no hay cambio ni evolución sin crisis. Las crisis se dan cuando aparece cierta tensión en el sistema familiar.

La perspectiva del ciclo evolutivo (individual y familiar) permite salir de la «tradicional» visión «culpabilizadora» del sujeto y redefinir el problema como algo temporal y superable. Las crisis evolutivas pueden ser transitorias y generar crecimiento en el sistema y sus miembros; o bien generar un nivel de dificultad tal que la familia no pueda superarlo quedando «atrapada» y no permitiendo así su crecimiento y desarrollo (a nivel familiar y a nivel individual). A esta segunda situación la llamaremos «disfuncionalidad familiar».

En situaciones muy extremas de disfuncionalidad familiar, no será adecuado mediar y tendremos que reorientar a la familia para iniciar un proceso terapéutico. Por ejemplo, en situaciones donde la crisis familiar ha desatado un problema grave de salud mental...).

Los ciclos evolutivos individual y familiar se desarrollan simultáneamente. Cada individuo tiene unos retos individuales de ciclo vital y, a la vez, la familia a la cual pertenece tiene unos retos evolutivos como familia.

A continuación veremos más detalladamente las principales características del ciclo vital individual y el ciclo vital familiar.

7.1. Ciclo vital individual

Siguiendo el modelo teórico de Eric Erikson (1963), las principales etapas evolutivas a nivel individual (adaptadas a partir de Erickson, 1963, y Lowe, 1974) son ocho, y cada una de ellas tiene una tarea asignada que supone una crisis en el desarrollo del individuo y, por tanto, un punto crucial en su vida. Independientemente de que el individuo haya superado con éxito o fracaso la tarea asignada, avanzará a la siguiente etapa, aunque lo hará con más o menos dificultades.

Tabla 3. Principales etapas evolutivas a nivel individual

Etapa	Tarea	Edad* (en años)
Infancia hasta 2 años	Confianza frente a desconfianza	0 a 2
Infancia de 2 a 4 años	Autonomía frente a vergüenza y duda	2 a 4
Edad del juego	Iniciativa frente a culpa	5 a 7
Edad escolar	Competencia frente a inferioridad	6 a 12
Adolescencia	Identidad frente a dispersión	13 a 19
Juventud	Intimidad frente a aislamiento	20 a 30
Madurez	Generatividad frente a estancamiento	30 a 65
Senectud	Integridad del ego frente a desesperación	Más de 65

* Edades aproximadas.
Fuente: elaboración propia a partir de Erickson (1963) y Lowe (1974).

7.2. Ciclo vital familiar

Según uno de los autores más destacados en la perspectiva del ciclo vital familiar, Jay Haley (1980), el síntoma se tiene que interpretar como una señal de alerta que avisa de que la familia tiene dificultades para superar una etapa del ciclo vital. Otros autores señalan que las crisis evolutivas exigen que la familia modifique su estructura para adaptarse a ellas. Desde este punto de vista, los problemas surgen cuando la familia intenta evitar la crisis en vez de adaptarse, o cuando una parte de la familia quiere acelerar el momento de crisis evolutiva.

Cuando aparecen estas dificultades frecuentemente se generan conflictos familiares importantes. Por ello, cuando mediamos en conflictos familiares, es necesario tener en cuenta las etapas del ciclo vital por las que está pasando el sistema familiar y valorar si hay alguna dificultad en alguna de ellas.

Cuando la familia se encuentra en una situación de crisis evolutiva, percibe que las reglas y pautas que hasta ahora les habían sido funcionales para organizar sus interacciones dejan de serlo, y el sistema se ve obligado a buscar nuevas formas de funcionamiento. Para que la familia resuelva con éxito la crisis hay que reelaborar los valores y las creencias familiares, llegando a negociaciones y pactos entre ellos.

El **éxito** y la **consolidación** del cambio residirán en la capacidad de modificar creencias y reglas familiares.

Las principales etapas en este ciclo son:

Tabla 4. Principales etapas del ciclo evolutivo familiar tradicional

Etapa	Tareas
Noviazgo y constitución de la pareja	Con la formación de una nueva pareja se constituye un nuevo sistema (una nueva familia), que tendrá unas características nuevas y propias. Al formar una nueva pareja hará falta revisar las reglas, normas, creencias heredadas de las respectivas familias de origen para poder establecer conjuntamente una nueva identidad como familia, aceptando las diferencias y manteniendo sus individualidades. Acostumbra a ser un periodo donde el sistema está bastante cerrado, ya que es una época donde se tiene que consolidar la unión emocional, social y sexual. Posibles dificultades en esta etapa: • Alianza con la familia de origen por parte de uno o ambos. • Búsqueda desesperada de un hijo/a como medio para consolidar la relación de pareja/familia.
Nacimiento y crianza	El nacimiento de un hijo/a supone cambios tanto en la pareja como en la familia extensa. Aparecen nuevos roles y funciones (función materna/paterna; abuelos/as, tíos/as, etc.). La relación se modifica, y el niño o la niña pasa a ser el centro de atención. Así, la función parental ocupa casi la totalidad de la relación dejando muy poco espacio para la conyugalidad. Llega un momento en el que una de las dos partes empezará a intentar recuperar a su «pareja» como tal. Es una etapa de mucha tensión en la pareja, a menudo hay reproches, cansancio, desacuerdos en cuándo y cómo hacer las cosas, en el estilo de crianza, etc. Además es un periodo muy abierto a la familia extensa, elemento que puede significar potenciar lazos relacionales, o bien ser una fuente de tensión o conflictos. Posibles dificultades en esta etapa: • Que la relación de casi fusión entre una parte de la pareja y el hijo/a se alargue en el tiempo, no permitiendo recuperar la conyugalidad. • Que la familia extensa participe intrusivamente en esta nueva etapa no permitiendo a los propios padres adoptar su nuevo rol.

Etapa	Tareas
Hijos/as en edad escolar	Es una etapa crucial en la evolución de la familia. La primera separación del menor respecto al núcleo familiar. Un periodo donde se pone a prueba todo aquello que la familia ha podido enseñar a su hijo/a (límites, respeto a la autoridad, etc.). La red social del menor se amplía y empieza a tener contacto con otras personas adultas significativas (por ejemplo, maestros/as). Posibles dificultades en esta etapa: • Que la familia no esté preparada y boicoteen sistemáticamente el nuevo sistema (escolar) dificultando la adaptación de su hijo/a y su crecimiento. • Que los padres deleguen en exceso en el nuevo sistema, abandonando sus funciones y roles parentales.
Salida de casa (nido vacío)	En esta nueva etapa la familia tiene que ser capaz de permitir la salida de sus hijos/as e incorporar a nuevos individuos (las respectivas parejas y familias políticas). A partir de ahora, los padres tendrán que reconocer a la nueva familia de su hijo/a o nueva situación (si se independiza para ir a vivir solo o con amigos...), independiente de la familia de origen. Posibles dificultades en esta etapa: • Que aquellos padres que lo dejaron todo para centrarse en la crianza de sus hijos/as no puedan aceptar que su hijo/a se marche y le «reprochen» un abandono o ingratitud hacia ellos (cuando en realidad lo que hay es una dificultad en la conyugalidad, ya que abandonaron este rol para convertirse únicamente en «padres/madres de»).
Edad madura	En este momento, la pareja tiene diferentes retos: reencontrarse entre ellos, aceptar la salida del hijo/a de casa, aceptar el inicio de la jubilación y el cierre de la etapa laboral, la nueva experiencia como abuelos/as, etc. Posibles dificultades en esta etapa: • Que el final de la vida laboral comporte dificultades en la nueva convivencia (más horas uno junto al otro) y dificultades como pareja. • Que el rol de abuelo o abuela sustituya al de padres y no permita el reencuentro de la pareja.

Etapa	Tareas
Vejez	Etapa donde los cambios físicos y la dependencia se encuentran muy presentes. A menudo se invierten roles en términos de cuidadores, los hijos/as tienen que hacerse cargo del cuidado de sus padres. Esta inversión de roles se encontrará supeditada por cómo hayan sido las etapas anteriores. Posibles dificultades en esta etapa: • Que el cuidado de los padres se convierta en un conflicto para padres e hijos/as al no adaptarse a la inversión de roles. • Que la pareja no se apoye y busquen el reconocimiento en el sistema familiar de los hijos/as.

Fuente: elaboración propia a partir de Haley (1980).

Como se ha dicho anteriormente, los ciclos individual y familiar transcurren en paralelo, y las tareas evolutivas pueden ir asociadas. Aun así, es importante destacar que los cambios sociales de las últimas décadas (mayor nivel de igualdad de género, creciente índice de divorcios, número importante de nacimientos fuera del matrimonio, distanciamiento entre familia nuclear y familia extensa, etc.) han implicado modificaciones en los estilos de vida y acuerdos familiares; por tanto, el ciclo de vida familiar tradicional ha quedado, en algunos elementos, desfasado.

Atendiendo por una parte a los cambios estructurales, podemos observar que se han reducido drásticamente los hogares múltiples o complejos —aquellos en los que convivían distintos núcleos familiares— y que, junto con las familias nucleares tradicionales —una pareja conyugal y sus hijos e hijas—, tienen cada vez más presencia las familias «posnucleares»:

- Uniones no matrimoniales.
- Parejas sin descendencia.

- Familias «reconstituidas o combinadas» (procedentes de uniones anteriores).
- Parejas homosexuales.
- Familias monoparentales (se pueden constituir a partir de la maternidad o paternidad biológica o adoptiva en solitario, a raíz de la muerte del cónyuge, o bien a partir de la separación, el divorcio o la anulación del vínculo de una pareja).

Teniendo en cuenta la dinámica de los procesos y los roles que se desempeñan en el seno familiar, es evidente que el creciente acceso de las mujeres a la educación y al empleo remunerado, así como el cambio ideológico en los que estos se han asentado, está ocasionando cambios progresivos en la dinámica familiar. Así, los roles que hombres y mujeres desempeñamos dentro de la familia se han ido acercando, a un ritmo más rápido en su vertiente más pública, y a un ritmo más lento en la vertiente privada.

Por todo ello podemos afirmar que el modelo del **ciclo vital tradicional** ha perdido su capacidad de representar, en toda su variedad, las fases por las que transitan los estilos de vida y los diversos tipos de familia.

Para compensar estas limitaciones, los investigadores buscan modelos ampliados que reflejen mejor la diversidad familiar.

Es interesante la propuesta de fases del «ciclo vital familiar alternativo» que hace Schiffman (2010) en su obra *Comportamiento del consumidor* y que describimos a continuación:

- **Parejas solteras o no casadas:** debido al hecho de que la población joven ha retrasado su primer matrimonio, o porque directamente deciden convivir sin casarse.
- **Parejas sin hijos/as:** existen muchas parejas que acuerdan, por decisión propia, no tener descendencia. Según Schiffman, algunas de las posibles causas de este hecho es el aumento de matrimonios tardíos y el incremento de mujeres que priorizan su carrera profesional al hecho de tener hijos/as.
- **Parejas que retrasan el matrimonio:** se casan, si lo hacen, más allá de los 30-35 años. Hoy en día, el número de mujeres y hombres que se enfocan a su carrera ha aumentado y, a su vez, los casos de parejas que deciden vivir juntos aunque no estén casados. Normalmente son parejas que deciden tener pocos hijos/as.
- **Parejas que retrasan la llegada de su primer hijo o hija:** priorizando su carrera profesional o un estilo de vida no compatible con el hecho de tener descendencia. Tienen también a tener poca.
- **Padres y madres «solteros»:** los altos índices de divorcios en la actualidad dan lugar a hogares con un solo padre o madre. En este caso estaríamos hablando de familias formadas por un progenitor y uno o varios hijos/as.
- **Padres y madres solteros II:** hombres o mujeres jóvenes que no se encuentran casados y tienen uno o varios hijos/as.
- **Padres y madres solteros III:** una persona que no está casada y decide adoptar uno o varios hijos/as.
- **Familia extendida:** en este grupo podemos encontrar diferentes situaciones: adultos o jóvenes que regresan a casa de sus progenitores, ancianos que necesitan ayuda y viven

con sus hijos/as, recién casados que viven con sus parientes políticos, etc.

- **Personas divorciadas (sin hijos/as):** es posible que la pareja se divorcie antes de tener descendencia.
- **Personas viudas (de avanzada edad, en su mayoría):** se observa sobre todo en las mujeres, lo cual significa que hay más hogares formados por personas solas de más de 75 años.

En la fase de parejas sin hijos/as, aunque el autor no lo haya contemplado, creemos importante incluir el gran número de parejas, que si bien deciden tener hijos/as, no lo consiguen por vía natural y empiezan el viaje de los tratamientos de fertilidad. Algunos conseguirán serlo, pero otras parejas no. En ambos casos, el nivel de desgaste emocional y de pareja es muy elevado. Es importante tenerlo en cuenta, ya que pueden surgir conflictos de pareja o familiares vinculados a esta situación.

De la misma manera, es importante ampliar la fase de padres y madres solteros, con las familias que deciden tener hijos/as a través de tratamientos de fertilidad u otras vías.

Nos parece imprescindible complementar esta clasificación con un tipo de familia muy frecuente actualmente: las «familias reconstituidas».

Respecto a su definición, nos centraremos en la que proponen Emily y John Visher (1988) citados por Pereira (2002), que establece como condición para que podamos hablar de una familia reconstituida la existencia de al menos un hijo o hija de una relación anterior. Esto descarta incluir dentro de las familias reconstituidas a las parejas sin descendencia que se vuelven a casar. Nos parece muy adecuado,

dado que los conflictos familiares que aparecen son muy distintos cuando no hay hijos o hijas de matrimonios o relaciones anteriores.

Así pues, una **familia reconstituida** es la formada por una pareja adulta en la que al menos uno de los cónyuges tiene un hijo/a de una relación anterior.

No hay aún un claro consenso respecto a la definición de «familia reconstituida», ni siquiera respecto al nombre. La traducción del inglés *stepfamily* sería literalmente «familiastra», que por su escasa eufonía —y seguramente por la connotación negativa del sufijo «-astra»— no tiene adeptos —aunque hubo alguna propuesta de llamarlas así—. En algún país de habla hispana (Argentina, por ejemplo), se las llama «familias ensambladas»; en algún momento se les ha denominado «familias amalgamadas», pero el término que se está generalizando en España es el de «familias reconstituidas».

A partir de aquí podríamos hablar de diferentes tipos de familia reconstituida:

- Familias provenientes de un divorcio, en la cual uno de los cónyuges tiene hijos o hijas previos.
- Familias provenientes de un divorcio, en la cual los dos cónyuges tienen hijos o hijas previos.
- Divorciado/a que tiene hijos/as, y cuyo exesposo/a se ha vuelto a emparejar.
- La familia reconstituida más antigua, la de toda la vida, es la que proviene del fallecimiento de uno de los cón-

yuges. El padre o la madre viudo o viuda se vuelve a emparejar. Aparece, entonces, la figura del padrastro o madrastra.

Como curiosidad, cabe decir que todos conocemos alguna familia reconstruida desde nuestra más tierna infancia, ya que protagonizan buen número de cuentos infantiles donde se describen, precisamente, conflictos familiares vinculados a estas figuras.

8. Pacientes identificados y soluciones intentadas

Las **crisis** expresan aquellos aspectos de mayor debilidad o mayor fortaleza del sistema familiar. Y a veces las crisis se manifiestan a través de síntomas en uno de los miembros, en varios miembros o en todo el sistema familiar.

Cuando hablamos de síntoma lo hacemos desde una perspectiva muy amplia del término, entendiendo que un conflicto puede funcionar de igual forma que una posible patología. Por ejemplo, un conflicto entre la pareja —una posible infidelidad— puede ser un síntoma de que el sistema familiar está en crisis. Como también lo podría ser una enuresis de uno de los hijos/as de la pareja...

Ausloos (1998) expone que «las familias solo se plantean aquellos problemas que son realmente capaces de resolver por ellas mismas». Así, cuando las familias se encuentran en situaciones de crisis disponen, aunque muchas veces no son conscientes de ello, de toda una serie de fortalezas que les serán útiles para superarlas. De aquí la importancia de dotar a la familia del máximo protagonismo a lo largo del proceso de resolución positiva de los conflictos.

Tal y como expone Ausloos (1998), el síntoma puede ser un signo de una perturbación en una o varias funciones necesarias para la supervivencia de la familia. El autor explica que se trata de un comportamiento inicialmente aleatorio, una conducta que será repetida por uno de los miembros del sistema familiar y que en algún momento será amplificada por el sistema —y es cuando se transforma en síntoma— o bien reducida —pasando desapercibida—. Cuando el comportamiento se empieza a definir como inquietante, podemos decir que empieza a cumplir su función.

Hay que tener en cuenta también que cuando los síntomas se sitúan en un único miembro del sistema familiar, en sistémica se habla de «paciente identificado», entendiendo que este es quien «visiblemente» muestra el malestar familiar, es el «portador» del síntoma, pero en realidad se trata de la manifestación del malestar de todo el sistema familiar.

Ejemplo

En una familia podemos encontrar a una criatura muy movida a la que se la define como un «nervio, muy activo y listo»; en cambio en otro sistema familiar esta «actividad» puede empezarse a considerar preocupante, definiéndose en términos de

«problema» (hiperactivo) y empezando aquí un proceso de cristalización y patologización hasta denominarlo un «síntoma». En este punto, el sistema familiar inicia diferentes intentos de solución —por ejemplo, llevando a la criatura al médico, haciéndole pruebas, pidiéndole que esté quieta, observando mucho más su conducta y regañándola cuando se mueve mucho...— y muchas veces la situación se agrava, ya que se irá instaurando más y más el síntoma.

En este aspecto, desde el enfoque sistémico se diría que el sistema ha contribuido a generar y potenciar el síntoma; por tanto, solo él puede facilitar su desaparición.

Como mediadores es importante analizar las diferentes «soluciones intentadas» por la familia hasta el momento con relación al problema, puesto que según la perspectiva sistémica estas acostumbran a ser parte del problema. Con los intentos de solución se consigue a menudo agravar todavía más el malestar familiar e ir empeorando la situación de crisis.

En resumen, cuando nos encontramos ante un conflicto familiar deberemos valorar qué síntomas aparecen, qué nos pueden estar mostrando estos síntomas, qué funciones pueden tener, quién o qué personas actúan con el «rol de paciente identificado» y cuáles han sido las posibles soluciones que se han intentado.

Como mediadores/as será importante tener en cuenta si existen **posibles pacientes identificados** para poder garantizar realmente uno de los principios básicos en mediación: equilibrio entre las partes.

También será necesario evaluar el nivel de afectación del sistema y del individuo que presenta el síntoma para definir la mejor y más adecuada estrategia de intervención. En estadios iniciales, la mediación familiar puede ser una herramienta muy útil y potente; también en momentos puntuales donde aparece un conflicto específico. Pero en otros casos, donde la sintomatología esté muy aferrada o esté en peligro la integridad de uno o varios miembros del sistema familiar, será necesario derivar a la familia a otro tipo de recurso como puede ser un espacio terapéutico.

Repetimos que cuando hablamos de síntomas no siempre hablamos de «patologías» en el sentido estricto de la palabra, en muchos casos podemos hablar de conductas o respuestas a determinadas situaciones que pueden alterar el funcionamiento del sistema familiar; por ejemplo, una respuesta excesivamente emocional ante una situación de conflicto, o una posible infidelidad, etc.

Bibliografía

- Andolfi, M.** (1984). *Terapia familiar: un enfoque interaccional*. México: Editorial Paidós Ibérica.
- Ausloos, G.** (1998). *Las capacidades de la familia. Tiempo, caos y proceso*. Barcelona: Herder.
- Bolaños, I.** (2008). *Hijos alienados y padres alienados*. Madrid: Editorial Reus.
- Buscarons, M.** (2015). *Comunicación y conflicto, 1*. Barcelona: UOC.
- Erikson, E.** (1963). *Childhood and society cycle* (2.^a ed.). Nueva York: Norton.
- Fried Schnitman, D.** (comp.) (2000). *Nuevos paradigmas en la resolución de conflictos. Perspectivas y prácticas*. Buenos Aires-Barcelona-México-Santiago-Montevideo: Granica.
- Gergen, K.** (1996). *Realidad y relaciones*. Barcelona: Paidós.
- Haley, J.** (1980). *Terapia no convencional. Las técnicas psiquiátricas de Milton H. Erickson*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Linares, J. L.** (1996). *Identidad y narrativa. La terapia familiar en la práctica clínica*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Lowe, G. R.** (1984). *El desarrollo de la personalidad* (ed. original 1972). Madrid: Alianza.
- Mayer, B. S.** (2009) *Más allá de la neutralidad*. Barcelona: Gedisa.
- McGoldrick, M.; Gerson, R.** (1985). *Genogramas en la evaluación familiar*. Buenos Aires: Gedisa. (2009).
- Merino, C.** (2013). *Mediación familiar en situaciones asimétricas*. Madrid: Editorial Reus.
- Minuchin, M.** (1989). *Familias y terapia familiar*. Barcelona: Gedisa.

- Nardone, G.** (2006). *Corrígeme si me equivoco. Estrategias de comunicación para mitigar los conflictos en las relaciones de pareja*. Barcelona: Herder.
- Olson, D. H; Portner, J.; Lavee, Y.** (1985). *Manual de la escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III Manual)*. Minneapolis: Life Innovation.
- Pereira, R.** (2002). «Familias reconstituidas. La pérdida como punto de partida». *Perspectivas sistémicas. La nueva comunicación*, 70.
- Ripol-Millet., A.** (2011). *Estrategias de mediación en asuntos familiares*. Madrid: Editorial Reus.
- Rodrigo, M. J.; Palacios, J.** (1998). *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza.
- Schiffman L.G.; Kanuk, L. L.** (2010). *Comportamiento del consumidor* (10.^a ed.). México D. F.: Pearson Educación.
- Serra, M., Bujalance, I.** (2015). *Manual del mediador de familia en Cataluña. Un enfoque jurídico y psicoeducativo*. Navarra: Thomson reuters Aranzadi
- Suares, M.** (1996). *Mediación, conducción de disputas comunicación y técnicas*. Buenos Aires: Paidós.
- Suares, M.** (2002). *Mediando en sistemas familiares*. Buenos Aires: Paidós.
- Suares, M.** (2009). *El espejo de los mediadores*. Buenos Aires: Paidós.
- Watzlawick, P.; Beavin, J. H.; Jackson, D. D.** (1967). *Teoría de la comunicación humana* (1981). Barcelona: Herder.
- White, M.; Epsom, D.** (1990). *Medios narrativos para fines terapéuticos* (ed. original 1989). Barcelona: Paidós.

Capítulo IV

Conflictos familiares y menores

Si bien los conflictos familiares afectan directa e indirectamente a todos los miembros del sistema familiar, en general son los menores quienes acostumbran a sufrir con más fuerza sus efectos.

Marinés Suares, en su obra *Mediando en sistemas familiares* (2002, pág. 67), expone que Cummings y Davies en 1996 sintetizaron una gran cantidad de investigaciones en las que se observaba el impacto que producen los conflictos de los padres y madres y otros miembros de la familia, en los menores.

Hay que tener en cuenta que este estudio no solo se refería a situaciones de separación o divorcio, sino que hacía referencia a la forma como se conducen permanentemente los conflictos que aparecen en la vida familiar. Entre las conclusiones expuestas destacamos:

- Los conflictos conyugales han resultado ser los mejores pronosticadores de problemas en los menores. Es importante conocer la frecuencia de las peleas entre la pareja y, sobre todo, cómo son (por ejemplo, a nivel de agresividad expresada verbal y no verbalmente).
- La exposición a los conflictos de los padres afecta negativamente al funcionamiento social de los niños, no solo durante el conflicto sino también una vez que ha finalizado.
- Los niños y niñas que están expuestos de forma frecuente a conflictos entre las parejas copian su forma de interac-

tuar y no desarrollan habilidades para contener sus expresiones de ira.

- Los niños y las niñas son muy sensibles a las muestras no verbales de ira.
- Se supone erróneamente que los niños más pequeños no son sensibles a los conflictos interpersonales. Mucho antes de poder entender el contenido, los niños ya perciben las peleas. Esto se ha demostrado a través de estudios que analizaban las modificaciones fisiológicas de los niños (ritmo cardíaco, presión arterial, etc.).
- Los niños y las niñas son más sensibles a las peleas donde ellos son «el tema» que no a otros tipos de peleas.
- Las criaturas primero actúan como observadoras impotentes pero a medida que crecen tienden a interactuar en la situación conflictiva, elemento que aún les perjudica y afecta más. Esta implicación va en aumento con la edad, llegando al pico más alto en la adolescencia.
- A mayor exposición y mayor implicación de los hijos/as en los conflictos, mayor sensibilidad a estos.
- El «cómo» finalizan los conflictos tiene mucha importancia. Cuando se resuelven positivamente, parece que no tienen efectos contraproducentes. Los conflictos solucionados producen poca angustia en los niños.
- Que los menores puedan interpretar signos no verbales de finalización del conflicto no significa que necesariamente lo hagan. Por ello, las explicaciones que la pareja pueda dar serán de mucha ayuda.
- Es muy importante que los padres y madres expliquen a sus hijos/as que los conflictos no son por su culpa o por su causa, y que ellos no son los responsables.

- Hay que tener en cuenta las características personales de cada criatura. Los efectos de los conflictos conyugales en ellos/as dependen de las diferencias individuales de cada persona, algunas son biológicamente más vulnerables que otras hacia los desacuerdos familiares.
- Los menores no son pasivos, su forma de reaccionar puede hacer que aumente el conflicto conyugal.
- El subsistema de hermanos/as u otros subsistemas pueden ayudar a disminuir los efectos negativos de los conflictos conyugales.
- Los conflictos entre otros subsistemas también tienen influencia en los menores; por ejemplo, conflictos con las familias de origen de uno de los cónyuges.

Los niños y niñas sometidos a situaciones de conflicto familiar pueden actuar de diferentes formas:

- **Buen niño:** también conocido como «héroe», es un niño o una niña «parentalizado», asume el papel de los padres.
- **Problemático:** también conocido como el «chivo expiatorio», es un niño o una niña que es culpado de la mayoría de los problemas familiares, a pesar de ser a menudo el único emocionalmente estable en la familia.
- **Rebelde:** contra la autoridad de los padres, es parecido al niño o niña problemático, pero en este caso él o ella forma parte de la disfunción de la familia.
- **Guardián:** asume la responsabilidad del bienestar emocional de la familia.
- **Perdido:** es un menor discreto, callado, las necesidades del cual suelen ser ignoradas o pasar desapercibidas.

- **Mascota:** utiliza la comedia para atraer la atención del sistema familiar y conseguir así distraerlos del conflicto.
- **Cerebro:** el oportunista, puesto que se aprovecha de la situación para conseguir beneficios propios.

Uno de los temas que más se ha estudiado es el efecto que tiene una separación o un divorcio en los niños y niñas. Si ya resulta difícil mantenerse neutral en un conflicto entre dos partes enfrentadas, es fácil imaginarse *la dificultad y el sufrimiento que puede generar el hecho de tener que situarse entre dos personas en conflicto, cuando estas personas son figuras tan significativas y con las cuales se mantiene una historia relacional y afectiva tan intensa.*

A menudo se tiende a pensar que, cuando llega el momento de ruptura de la pareja, el conflicto se acaba. Pero esto suele ser falso. Cuando hay una ruptura aparece un nuevo escenario, en el cual será posible continuar perpetuando la disputa y en este aspecto los hijos/as, acostumbrados al juego de las alianzas, continuarán «en medio», luchando para poder ganarse el afecto de al menos uno de los dos progenitores.

La separación siempre es dolorosa y supone un riesgo de pérdidas afectivas. En este aspecto, todas las partes (pareja, hijos/as) intentarán buscar y mantener una seguridad afectiva y, en algunos casos, esto puede implicar presiones —a menudo encubiertas— hacia los hijos/as para que se acerquen a una u otra parte. Ante estos reclamos de posicionamiento, las criaturas pueden intentar mantenerse al margen, hecho que les puede comportar sentirse aisladas y desleales, o bien tomar partido por uno de los dos, hecho que les generará sentimientos de culpa y traición hacia la otra parte.

Saposnek (1983, estudio citado en Bolaños, 2008, págs. 47-48) describió algunas de las estrategias que utilizan los menores,

en función de su edad, para poder enfrentarse a los aspectos más impredecibles, incontrolables y dolorosos del divorcio:

- **Intentos de reconciliación:** al principio, ante el miedo a ser abandonados, los niños y niñas de todas las edades, pueden intentar que sus padres se reconcilien y vuelvan a vivir juntos (por ejemplo, contando a un padre los cambios positivos del otro).
- **Dificultades de separación:** tras la ruptura, las ansiedades ante las separaciones pueden expresarse mediante dificultades para alejarse de uno y otro padre cada vez que se produce el intercambio correspondiente a las visitas (por ejemplo, llorando al ir con la madre y llorando al regresar con el padre...).
- **Detonantes de la tensión:** los niños y niñas pueden «ofrecerse» como detonantes de la tensión entre sus padres, atrayéndola hacia sí mismos (por ejemplo, hablando a su padre de las nuevas relaciones afectivas de su madre).
- **Confirmación del afecto:** el miedo al rechazo afectivo provoca que, a menudo, intenten asegurarse constantemente del amor que sienten por ellos (por ejemplo, telefoneando repetidamente a su madre cuando está con su padre).
- **Pruebas de lealtad:** una forma más de garantizar el afecto de al menos uno de los miembros de la pareja es probarle su lealtad mostrando su rechazo hacia el otro (por ejemplo, negándose al contacto establecido).
- **Neutralidad:** en algunos casos pueden pretender evitar los conflictos intentando mantener una difícil posición de neutralidad entre sus padres (por ejemplo, mostrando su

deseo de permanecer exactamente al mismo tiempo con cada uno de ellos).

- **Protección de autoestima de padres y madres:** haciendo esfuerzos por proteger la autoestima de sus padres, debilitada tras la ruptura, se aseguran de no ser emocionalmente abandonados por ellos (por ejemplo, expresando a cada uno de ellos su deseo de convivir más tiempo con él que con el otro).
- **Manipulación:** en niños mayores y adolescentes son posibles los intentos de manipular la ruptura para obtener ventajas inmediatas (por ejemplo, expresando su deseo de convivir con el miembro de la pareja más permisivo).

Se han hecho muchos estudios relacionados con la influencia de las separaciones en los niños y niñas y son muchos los conceptos y teorías que han aportado diferentes autores tal y como expone Bolaños (2008, pág. 54):

- Conflicto de lealtades.
- Triangulación.
- Triangulación manipuladora.
- Doble vínculo.
- Alienación.
- Síndrome alienación parental.
- Síndrome alineación familiar.

Aunque se ha hablado mucho en los últimos años del síndrome de alienación parental (SAP) propuesto por Richard A. Gardner en 1985 (citado por Bolaños, 2008, pág. 29) y que describía como «una alteración en la que los hijos están preocupados en censurar, criticar y rechazar a uno de sus pro-

genitores, descalificación que es injustificada o exagerada». Un concepto que, según Gardner, incluye el componente «lavado de cerebro», el cual implica que un progenitor, sistemáticamente y conscientemente, programa a los hijos/as en la descalificación hacia el otro. Pero además, incluye otros factores como «subconsciente» e «inconsciente», mediante los cuales el progenitor «alienante» contribuye a la alienación. Por último, contempla también factores del propio hijo/a, independientes de las contribuciones parentales, que juegan un rol importante en el desarrollo del síndrome.

En conjunto, un enfoque que no es en absoluto sistémico, ya que recoge poco o nada sobre la participación del progenitor alienado. Un concepto en crisis, muy cuestionado por diferentes autores y teorías.

En contraposición, apareció el concepto de síndrome de alineación familiar (SAF)³, que Bolaños (2008, pág. 76) define como: «Una dinámica familiar cuyo síntoma esencial es una actitud de rechazo de los hijos/as hacia uno de sus progenitores. Esta negativa se desarrolla en el contexto de un proceso de ruptura conyugal conflictiva». Es el resultado de una serie de alineamientos filiales producidos como respuesta a la presión emocional que sienten los hijos/as inmersos en conflictos de lealtades y rivalidades afectivas de diverso grado. La «alineación» entendida como alianza o proximidad afectiva hacia alguno de los progenitores, natural en diversos momentos de la vida, se convierte en una auténtica alineación en la medida en que las actitudes normales de los hijos/as son utilizadas en la disputa legal, entre la pareja, y pasan a constituir

3 Atención porque Gardner hablaba de «ALIENA-ción parental» y Bolaños introduce el concepto de «ALINEA-ción familiar», dos conceptos muy diferentes.

un argumento esencial del litigio. La necesidad de escenificar esta dinámica familiar en un contexto judicial favorece que cada protagonista adapte los roles establecidos y adopte nuevas posturas en el conflicto, que progresivamente tienden a retroalimentarse y a cronificarse.

En coherencia con este planteamiento, podemos identificar a los protagonistas del SAF como «progenitor aceptado» y «progenitor rechazado», en sustitución de los términos alienante y alienado. Pasando así a una visión menos culpabilizadora y más protectora respectivamente.

Es un concepto que va más allá de la familia y sus miembros y que contempla también el poder de otros sistemas como es el judicial o el sistema de la mediación. Cuando una familia, en el seno de la cual existe un conflicto, acude al sistema judicial en busca de soluciones legales para las diferencias personales, puede producirse, de manera paradójica, un fenómeno de pérdida de poder al que llamamos «alienación familiar». Algo parecido puede ocurrir cuando el contacto se establece con la mediación si el mediador no es consciente de que su poder también puede alienar a la familia. Es importante que el profesional de la mediación desde la consciencia de su responsabilidad y su poder revise algunos de los conceptos clásicos de la mediación —principio de neutralidad e imparcialidad, por ejemplo— y los adapte a una visión que promueva el traspaso de ese poder y esa responsabilidad hacia las partes desde una perspectiva que implique un espacio intermedio en el que ambas instancias puedan ser compartidas por el propio mediador y las partes, constituyéndose en protagonistas reales del territorio de la mediación.

Cuando, después de haber conectado con el sistema judicial, una familia acude a mediación, el proceso debe contem-

plar la existencia del fenómeno descrito (alienación familiar) con sus dos características esenciales, en la medida en que el nuevo contexto requerirá una recuperación suficiente del poder familiar para tomar decisiones y de la responsabilidad sobre las mismas.

Para facilitar este cambio, el profesional de la mediación simplemente ofrece el contexto adecuado para que las reacciones positivas puedan producirse. Es un catalizador que provoca consideración de realidades alternativas, con la difícil habilidad de permitir que estas surjan de las propias personas implicadas en el conflicto, como respuestas comunes a todas las necesidades e intereses de cada una de ellas. Por tanto, y como propone Bolaños, una parte esencial de la responsabilidad del mediador o la mediadora consiste en favorecer que las partes en conflicto asuman su responsabilidad.

Bibliografía

- AAVV** (2015). *La coordinación de parentalidad. Cuando las familias ya no saben qué hacer*. Barcelona: Editorial Huygens.
- Barudy, J.** (1998). *El dolor invisible de la infancia*. Barcelona: Gedisa.
- Barudy, J.; Dantagnan, M.** (2005). *Los Buenos tratos a la infancia*. Barcelona: Gedisa.
- Barudy, J.; Dantagnan, M.** (2010). *Los desafíos de ser padre o madre*. Barcelona: Gedisa.
- Bolaños, I.** (2005). «Cuando el divorcio conyugal supone un divorcio paterno-filial: del juzgado a la mediación». *Trabajo Social Hoy* (revista del Colegio de Trabajadores Sociales de Madrid, Monográfico sobre Mediación, págs. 105-123).
- Bolaños, I.** (2008). *Hijos alineados y padres alienados. Mediación familiar en rupturas conflictivas*. Madrid: Editorial Reus.
- Borszormengy-Nagy, I.** (1973). *Las lealtades invisibles* (2.^a edición, 1994). Buenos Aires. Amorrortu.
- Capdevila, C.** (2016). «La coordinación de coparentalidad. Una intervención especializada para familias en situación de alta conflictividad crónica post-ruptura de pareja». *Anuario de Psicología* (vol. 46, págs. 41-49).
- Cummings, E. M.; Davies, P.** (1994). *Children and marital conflict*. Nueva York: Guilford Press.
- Gardner, R. A.** (1985). «Recent trends in divorce and custody litigation». *Academy Forum* (vol. 29, núm. 2, págs. 3-7).
- Linares, J. L.** (2006). *Las formas del abuso. La violencia física y psíquica en la familia y fuera de ella*. Barcelona: Paidós.

- Linares, J. L.** (2015). *Prácticas alienadoras familiares. El «síndrome de alienación parentab» reformulado*. Barcelona: Gedisa.
- Satir, V.** (2005). (3.^a edición) *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. Editorial Pax México.
- Tur, M.** (2014). *Guia pràctica del bon divorci*. Barcelona: Edita Montserrat Tur Associats.

Anexo

Herramientas para el análisis de conflictos familiares

Cuando estamos mediando un conflicto familiar tenemos que hacer un mapa relacional del mismo teniendo en cuenta dos aspectos clave:

- 1) Contenido del conflicto: posiciones, y a la vez, los intereses y necesidades de cada una de las partes implicadas.
- 2) Cómo es la relación entre los diferentes miembros del sistema familiar, donde se sitúan las relaciones más críticas y vinculadas con el conflicto. En estas, qué creencias relacionales están condicionando el conflicto.

Para configurar este mapa relacional debemos tener en cuenta los diferentes elementos que hemos descrito anteriormente y que nos ayudarán a construir el mapa relacional del conflicto.

A continuación se exponen algunos recursos prácticos que nos pueden ayudar a definir el conflicto familiar.

1. El genograma familiar

Una gran y básica herramienta para el trabajo con familias —ya sea desde la mediación, la terapia, el trabajo social, etc.— es el «genograma familiar». Una representación grá-

fica —un árbol familiar— que registra información sobre los miembros de una familia y sus relaciones, como mínimo durante tres generaciones.

Esta será una herramienta útil a lo largo de todo el proceso de mediación. Será importante elaborarlo al inicio de la misma aunque podemos ir complementándolo a medida que la mediación avance y vayamos obteniendo más información sobre la familia.

El **genograma** es una representación gráfica que permite, a través de diferentes símbolos, recoger, registrar, relacionar y exponer categorías de información del sistema familiar en un momento determinado de su evolución (M. McGoldrick; R. Gerson, 1987).

Su estructura en forma de árbol proporciona una imagen rápida sobre las complejas relaciones entre los miembros de la familia. Ayuda a visualizar pautas relacionales que pueden repetirse a través de diferentes generaciones, informa de la posición que ocupa realmente cada individuo en la historia de su familia y de la familia creada, sucesos de vida y funcionamiento familiar, posibles triangulaciones, fase del ciclo vital, etc.

El genograma permite explorar los problemas o conflictos familiares a través del tiempo y el espacio y de las relaciones establecidas entre los diferentes miembros del sistema. Es importante representar:

- **Elementos estructurales:** componentes y características que los definen. Sería aquella parte objetiva y constatable.

- **Elementos relacionales:** registro de interacciones significativas dentro del sistema familiar. Sería mucho más subjetiva, ya que depende del punto de vista de cada miembro.

2. Preguntas para el análisis del conflicto familiar

A continuación se expone una relación de preguntas que pueden ayudarnos a recopilar y contemplar la información más relevante sobre el sistema familiar y, en concreto, del conflicto que aparece en él:

- ¿Cómo es a nivel estructural la familia? Subsistemas e influencias de otros sistemas.
- ¿Qué subsistemas están implicados en el conflicto?
- ¿Cuál es el conflicto según X? ¿Y según la otra parte?
- ¿Cuál es el motivo que explica cada una de las partes? ¿Qué necesidades tienen cada una de las partes?
- ¿Cómo es su comunicación?
- ¿Son claras estas necesidades? ¿O por el contrario la persona no se da el permiso para explicarlas abiertamente?
- ¿Están situados en el reproche? ¿O por el contrario son constructivos?
- ¿Cuáles son los sentimientos que predominan en la relación?
- ¿Son capaces de comunicar su sufrimiento? ¿Cómo lo expresan? (verbal, no verbal...).
- ¿Qué sentimientos aparecen? ¿Se confunde la rabia, el miedo y la tristeza? ¿Hay celos, envidia?

- ¿Qué creencias hay subyacentes a las necesidades de cada una de las partes?
- ¿Qué hace que se mantenga el conflicto?
- ¿Qué beneficios puede estar aportando el conflicto?
- ¿Qué alianzas se dan en el sistema? ¿Estas alianzas se han convertido en coaliciones para ir en contra de una de las partes?
- ¿Cuáles son las estrategias de poder en el sistema familiar?
- ¿El conflicto afecta al nivel de conyugalidad o al de parentalidad? ¿A ambos?
- ¿En qué fase del ciclo vital individual o familiar se encuentran?
- ¿Los límites entre subsistemas son difusos, claros o rígidos?
- ¿Las relaciones tienen funcionalidad? ¿Muestran una respuesta funcional o disfuncional?
- ¿A qué tipología de sistema familiar se aproximan? ¿Estructurado, flexible, caótico o rígido?
- ¿Son relaciones con tendencia a la aglutinación? ¿Son desligadas?
- ¿Son relaciones simétricas o complementarias?
- Si existen menores, ¿cómo influyen en el conflicto? ¿Y cómo les afecta el conflicto a ellos?
- ¿Aparecen triangulaciones o coaliciones?

Tabla 5. Análisis del conflicto segun las partes implicadas

	Posiciones	Intereses	Necesidades
Parte A			
Parte B			

Cada una de las respuestas a estas preguntas abre un camino de trabajo en el abordaje de la resolución del conflicto familiar.

3. Guía para el análisis del conflicto familiar

Tabla 6. Guía para el análisis del conflicto familiar

Elementos		Parte A*	Parte B*
Protagonistas	¿Quiénes son? ¿Qué influencias ejercen terceros? ¿Subsistemas implicados?		
Relaciones	¿Límites en el sistema familiar? ¿Nivel de cohesión familiar? ¿Qué tipo de relación tienen A y B?		
Adaptabilidad familiar	¿Respuestas adaptativas? ¿Respuestas desadaptativas? ¿Familia estructurada? ¿Flexible? ¿Caótica? ¿Rígida?		
Sentimientos	¿Cómo se sienten las partes? ¿Cómo lo expresan? ¿Cómo son recibidas dichas expresiones?		
Valores	¿Cuáles son los valores, creencias o principios de cada una de las partes? ¿Coinciden en algunos?		
Comunicación familiar	¿La comunicación es positiva? ¿Aparecen comentarios de ayuda y aprobación? ¿Hay muestras de empatía entre los diferentes miembros del sistema? ¿La comunicación es negativa? ¿Se dan dobles mensajes? ¿Se dan mensajes descalificadores?		
Conyugalidad Parentalidad	¿El conflicto afecta a la esfera de la conyugalidad? ¿A la de parentalidad? ¿A las dos? Si es así, ¿cómo se influyen mutuamente?		
Ciclo vital individual y familiar	¿En qué etapa del ciclo vital familiar se encuentran? ¿Cómo está afectando al ciclo vital individual de cada una de las partes?		

Elementos		Parte A*	Parte B*
Pacientes identificados y síntomas	¿Existe algún paciente identificado? ¿Aparece algún síntoma vinculado al conflicto?		
Menores	Si existen menores, ¿cómo influyen en el conflicto? ¿Y cómo les afecta el conflicto a ellos? ¿Aparecen triangulaciones o coaliciones?		
Proceso y momento del conflicto	¿Cuándo se inició el conflicto? ¿Qué evolución ha tenido el conflicto? ¿Qué se ha intentado para solucionarlo? ¿En qué momento se encuentra ahora?		
Posiciones	¿Qué pide cada parte? ¿Qué percepción tiene cada parte del conflicto?		
Intereses y necesidades	¿Qué quieren realmente las partes? ¿Para qué lo quieren? ¿Qué motivos tienen para pedir lo que piden?		
Soluciones	¿Qué proponen como posible solución al conflicto? ¿Es viable? ¿Compartido?		
Otros elementos a tener en cuenta			

* El esquema está estructurado pensando en la posible mediación entre Vero y Paco y es por ello que se contemplan dos partes (parte A y parte B). Cuando no hay división entre las partes es porque se trata de un ítem que se debe analizar conjuntamente, es mucho más relacional. En otros casos, es posible que el mediador o la mediadora deba reajustar el cuadro ampliando o reduciendo las partes implicadas o bien modificando la estructura de este para que le sea más útil. Lo más importante de esta herramienta son las posibles preguntas que se plantean para facilitar el análisis del conflicto familiar.

ANÁLISIS DE CONFLICTOS FAMILIARES

UN ENFOQUE SISTÉMICO

CONFLICTOLOGÍA

Este libro es una guía dirigida a aquellos profesionales que trabajan con familias y que, por lo tanto, tienen contacto directa o indirectamente con conflictos familiares diversos. Se estructura en dos partes, diferenciadas pero totalmente complementarias: una parte teórica de introducción al análisis del conflicto desde el enfoque sistémico; y otra parte más práctica, que consta de un caso de conflicto familiar descrito, a modo de relato autorreflexivo, por la figura de una mediadora. Además, se ofrece un conjunto de herramientas y recursos que pueden resultar útiles para analizar un conflicto familiar.

Con este libro aprenderás sobre:

- ✓ familia; ✓ sistema; ✓ conflicto; ✓ mediación; ✓ conyugalidad;
- ✓ parentalidad; ✓ cohesión familiar; ✓ genograma; ✓ ciclo vital;
- ✓ circularidad; ✓ perspectiva sistémica; ✓ capacidades; ✓ crisis;
- ✓ separación; ✓ divorcio; ✓ gestión positiva; ✓ comunicación; ✓ relación;
- ✓ cambio; ✓ oportunidad

Mònica Buscarons Gelabertó

Licenciada en Psicopedagogía. Trabaja como mediadora familiar, además de ser consultora y formadora en diferentes másteres y posgrados de Conflictología y Resolución de Conflictos.



EDITORIAL UOC

