



https://surrealism.website/Stella_snead.html

Relación entre la noción de cambio 1 y cambio 2 en la Terapia Familiar Sistémica, según Watzlawick, Weakland y Fisch

Relationship between the notion of change 1 and change 2 in Systemic Family Therapy, according to Watzlawic, Weakland and Fisch

Flor María Pacheco Arango, Paola Andrea Agudelo Hurtado, Sol Anlly Escobar Loaiza, Yorledy Andrea Ciro López

Resumen

El artículo sustenta la interpretación entre la noción de cambio 1 y cambio 2 de Watzlawick, Weakland y Fisch en la Terapia Familiar Sistémica. El enfoque usado fue cualitativo, con abordaje hermenéutico, favoreciendo la gestión documental. Los resultados se presentan en tres categorías: cambio 1, cambio 2 y Terapia Familiar Sistémica. La técnica de suscitar información fue la revisión bibliográfica. La muestra compendiada para la elaboración del trabajo fue de cincuenta textos. La investigación arroja que las características que rigen la noción de cambio 1 y cambio 2, propuestas por Watzlawick, Weakland y Fisch, son aplicables en la Terapia Familiar Sistémica, en donde el cambio 1 es patinar en más de lo mismo, y el cambio 2 acontece espontáneo; como un salto ilógico que reestructura el sistema.

Palabras clave: Cambio 1, cambio 2, Terapia Familiar Sistémica.

Abstract

The following article supports the interpretation between Watzlawick, Weakland and Fisch's notion of change 1 and change 2 in Systemic Family Therapy. The approach used was qualitative, with an hermeneutical approach, favors the documental management. The results are presented in three (3) categories: change 1, change 2 and Systemic Family Therapy. The literature review was the technique used for eliciting information. The sample contains fifty texts. The research shows that the characteristics that govern the notion of change1 and change 2 proposed by Watzlawick, Weakland and Fisch are applicable in Systemic Family Therapy, in which change 1 is skating in more of the same and change 2 becomes spontaneous as an illogical leap that restructures the system.

Keywords: Change 1, Change 2 and Systemic Family Therapy.

Para citar este artículo

Pacheco, F. M., Agudelo, P. A., Escobar, S. A., y Ciro, Y. A. (2021). Relación entre la noción de cambio 1 y cambio 2 en la Terapia Familiar Sistémica, según Watzlawick, Weakland y Fisch. *Tempus Psicológico*, 4(2). <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.4.2.3397.2021>

Recibido: 26/08/2019 - Aprobado el 20/01/2020

Artículo de revisión

ISSN - 2619-6336



Relación entre la noción de cambio 1 y cambio 2 en la Terapia Familiar Sistémica, según Watzlawick, Weakland y Fisch

Relationship between the notion of change 1 and change 2 in Systemic Family Therapy, according to Watzlawic, Weakland and Fisch

Flor María Pacheco Arango¹
Paola Andrea Agudelo Hurtado²
Sol Anlly Escobar Loaiza³
Yorledy Andrea Ciro López⁴

¹ Psicóloga, docente de Cátedra, Colegio Parroquial Nuestra Señora de Chiquinquirá. Email: flor.pachecoar@amigo.edu.co

² Psicóloga, Fundación de Atención a la Niñez (FAN). E-mail: paola.agudelour@amigo.edu.co

³ Trabajadora Social de la Corporación para investigaciones biológicas. E-mail: sol.escobarlo@amigo.edu.co

⁴ Trabajadora Social, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Profesional social del Proyecto Construye Bien de la Alcaldía de Medellín. Email: andrecirolopez@gmail.com

Introducción

“Lo esencial es invisible a los ojos”

Antoine de Saint-Exupéry (1978)

Lo característico en esquemas teóricos y metodológicos, en relación con procesos de cambio, es encontrar que es un fenómeno complejo que no puede estudiarse en sí mismo. El artículo tuvo el propósito de interpretar la relación entre la noción de cambio 1 y cambio 2 llevado al contexto de la Terapia Familiar Sistémica, de acuerdo con lo expuesto por Watzlawick, Weakland y Fisch en su libro Cambio: formación y solución de los problemas humanos (1985), ya que como dicen ellos:

Multitud de libros y de teorías se han ocupado del modo de cambiar a las gentes (...) una trama conceptual ilustrada con ejemplos tomados de múltiples y diversos sectores que abre nuevas sendas para una mejor comprensión de cómo los individuos se enredan entre las mallas de sus mutuos problemas y cómo puede ayudárseles a salir de estos laberintos humanos (p. 1)

Ya que los consultantes van a terapia con la esperanza de obtener un cambio, que en ocasiones es un fenómeno de difícil distinción en el proceso. De igual manera, se intentó responder a las siguientes preguntas: ¿Que entiende la Terapia Familiar Sistémica por cambio 1 y cambio 2? ¿Es evidente el cambio 1 y el cambio 2 en la Terapia Familiar Sistémica? ¿Es necesario que haya un cambio 1 para que ocurra un cambio 2 en la Terapia Familiar Sistémica?

Para dilucidar estos interrogantes se hizo una revisión general de libros, investigaciones, ensayos y otros artículos que tienen correlación con el tema de cambio en la Terapia Familiar Sistémica, centrándonos en sus características, diferencias y similitudes para así realizar interpretación, análisis, inferencias y conclusiones de la información.

Un estudio reciente, que pretende comprender los factores que movilizan al cambio en el encuentro terapéutico, es elaborado por medio de las experiencias resilientes del terapeuta, que fueron generadoras de cambio por medio de expresiones plásticas, concluye en Páez (2016) que “la expresión plástica, de esta manera se constituye en un mediador que promueve el cambio, al incentivar mecanismos apreciativos en el mismo consultante” (p. 353).

Otro estudio, realizado por González, (2014) con un equipo de terapeutas y diez familias con diez sesiones grabadas para analizar a nivel individual y comparativo similitudes y diferencias, teniendo en cuenta el discurso de los consultantes y los relatos dominantes desde la terapia narrativa, muestra entre los resultados que “en definitiva, el cambio en las personas es una consecuencia del diálogo entre el sistema consultante y el terapeuta” (p. 52).

Ahora bien, la Terapia Familiar Sistémica es un espacio de intervención relacional desde la comunicación y el lenguaje, con el objetivo de propiciar cambios al interior de esta. Por lo tanto, identificar el cambio permite al terapeuta y sistema consultante evidenciar el avance del proceso y los objetivos logrados.

La tradición de la Escuela de Palo Alto y sus representantes: Watzlawick, Weakland y Fisch, han planteado que hay maneras de observar las reestructuraciones que surgen del abordaje estratégico durante la sesión terapéutica. A esto le han llamado cambio 1, que significa más de lo mismo, que ocurre a nivel interno del sistema, pero no lo modifica. Y cambio 2, que solo puede ser introducido desde el exterior, representado por una ruptura entre las reglas que gobiernan el sistema y ocurre de forma paradójica reestructurándolo en uno nuevo.

Por lo tanto, se consideró importante indagar y establecer las características de cada cambio en el contexto de la Terapia Familiar Sistémica, por medio de la teoría rastreada, para establecer diferencias y similitudes entre ellos y así dar respuesta e interpretar la relación entre la noción de cambio 1 y cambio 2.

Método

La investigación es ejecutada bajo el enfoque de investigación cualitativo, justificado en lo que dice Walker (1983, citado por Quecedo y Castaño) donde “se centra en el descubrimiento de constructos y proposiciones a partir de una base de datos o fuentes de evidencia” (p. 10).

El método fue de alcance hermenéutico, lo cual plantea: “mediante la confrontación constante, en un proceso de diálogo, en el cual los dialogantes están abiertos siempre al ser del otro” (Ángel, 2011, p. 20).

Como modalidad se manejó el estado del arte, que admitió “aproximarse a través de fuentes documentales a un verdadero laberinto de perspectivas epistemológicas, posturas ideológicas y supuestos implícitos y explícitos” (Vélez y Galeano, 2002, p. 15), logrando con la información recopilada relacionar los contenidos.

La técnica usada fue la lectura crítica, la cual como plantea Delgado (2013) “solo es posible cuando el lector, previamente, ha comprendido el significado y el sentido de lo que dice el texto” (p. 1). Para el análisis de la investigación, se manejó la categorización en relación con lo que plantean Torres et al., (2002) donde refiere que la categorización “constituye un mecanismo esencial en la reducción de la información recolectada” (p. 110). Una vez recopilados los datos, se clasificaron, organizaron por categorías y se relacionaron para definir el contenido del artículo.

Esta investigación se basó en la modalidad del estado del arte, que permitió una búsqueda detallada de la información para relacionar los contenidos encontrados. Los textos seleccionados son en su mayoría citados por Paul Watzlawick, y otros textos que aportan a la escritura del artículo en relación con el cambio 1, cambio 2 y la Terapia Familiar Sistémica.

Todos los textos cumplen con el criterio general de la fuente de información, posibilitando la apropiación de los contenidos. Para el desarrollo de la investigación se revisaron 30 libros y 22 artículos, entre ellos, 12 pertenecientes a la categoría cambio 1; 15 corresponden a la categoría cambio 2; 19 a la categoría Terapia Familiar Sistémica; 2 textos de antecedentes y 5 que corresponden a la metodología implementada. El rastreo bibliográfico conduce hacia el cumplimiento del objetivo de la búsqueda.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados del artículo según las distintas categorías de análisis de los textos consultados, con la información correspondiente: título, autor, año, editorial, tipo de texto y palabras clave.

Tabla 1. Resultados de los estudios relacionados con Cambio 1

Autor y nombre del texto	Palabras Clave
Watzlawick, P., Weakland, J., & Fisch, R. (1985). Cambio formación y solución de los problemas humanos. Cuarta Edición. Barcelona: Herder.	Persistencia, comunicación, construcción de la realidad, problemas, cambio1, cambio 2, reestructuración, teoría cibernética y teoría de grupos.
Shomaly, D. (1994). Comunicación, Metacomunicación y Paradoja: la Vigencia de la “Escuela de Palo Alto”. Revista de humanidades, (2)95-102. Santiago: Universidad Nacional Andrés Bello.	Cambio 1, Cambio 2, terapia- familiar.
Navarro Góngora, J. (1992). Técnicas y programas en terapia familiar. Barcelona: Paidós.	Cambio 1, cambio 2, solución de problemas, síntoma, terapia familiar, intervenciones y técnicas.
Watzlawick, P., & Nardone, G. (1999). Terapia Breve: Filosofía y Arte. Barcelona: Herder.	Psicoterapia efectiva, reencuadre, realidad, cambio terapéutico y problemas.
Ceberio, M., & Watzlawick, P. (1998). La Construcción del Universo-Interacciones Epistemología y Clínica Sistémica. Barcelona: Herder.	Epistemología, constructivismo, pensamiento sistémico, ciencia del cambio, circularidad, conocimiento y realidades diferentes.
Watzlawick, P. (1984). El arte de amargarse la vida. Primera Edición. Barcelona: Herder.	Comunicación, más de lo mismo, adaptaciones y soluciones.
Demicheli, G. (1994). Comunicación en terapia familiar sistémica. Chile: Universidad de Valparaíso.	Comunicación, paradoja, cambio 1, cambio 2 y familia.
Camacho, J. (2006). Panorámica de la terapia sistémica: La construcción del cambio con individuos, parejas y familias. Medellín: El Búho.	Sistema, Terapia Familiar Sistémica, cambio 1 y cambio 2.
Watzlawick, P., & Krieg, P. (1995). El ojo del observador: contribuciones al constructivismo. Gedisa.	Objetividad, observador, constructivismo, paradoja, realidad, diálogo, verdad, conocimiento.
Watzlawick, P. (1994), ¿Efecto o Causa? En Watzlawick, P. (Comp), La Realidad Inventada. Gedisa.	Lenguaje y construcción de la realidad.
Nardone, G., Loriedo, C., Zeig, J. & Watzlawick, P. (2008). Hipnosis y terapias hipnóticas. Novagrafik.	Persistencia, problemas, hipnosis y diálogo.
Ceberio, M. (2017). Querer y no lograr: soluciones intentadas fallidas. Revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales, (35)99-116.	Cambio, solución, resistencia, psicoterapia y síntoma.

Tabla 2. Resultados de los estudios relacionados con Cambio 2

Autor y nombre del texto	Palabras Clave
Fisch, R., Weakland, J., & Segal, L. (1984). La táctica del cambio. Cómo abreviar la terapia. Herder.	El “comprador fingido”, el paciente restrictivo, enfermedad, problema, entrevista inicial, postura del paciente, resistencia, soluciones intentadas, tratamiento y persistencia.
Watzlawick, P. (1992). La coleta del barón de Münchhausen. Psicoterapia y realidad. Herder.	Resistencia, doble vínculo, percepciones, sentimientos, grandes metas, confrontación e interpretación, soluciones intentadas, pequeños cambios, adaptación y terapia familiar.
Fishman, H. C. (1988). El cambio familiar: desarrollo de modelos. Gedisa.	Cambio y modelo.
Soria, R. (2010). Tratamiento sistémico en problemas familiares. Análisis de caso. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 13 (3)87-104.	Terapia familiar sistémica y cambio.
Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. (1991). Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas. (4a. ed.). Herder.	Lenguaje, interacción, totalidad, prescripción del síntoma, resistencia, paradoja, retroalimentación, problemas, solución, dobles vínculos terapéuticos y la ilusión de las alternativas.
Rizo, G, M. (2011). Reseña de “Teoría de la comunicación humana” de Paul Watzlawick. Revista Razón y Palabra. 16 (75), 1-14.	Enfoque sistémico, Escuela de Palo Alto, comunicación humana, interacción y Paul
Watzlawick, P. (1989). El Lenguaje del Cambio. La nueva técnica de la comunicación terapéutica. (4a. ed.). Herder.	Terapia familiar, terapia estratégica y psicoterapia.
Nardone, G. y Claudette, P. (2006). Conocer a través del cambio. Herder.	Solución intentada, síntomas, cambio, terapia, persistencia y efecto mariposa.
Watzlawick, P. (1989). El Lenguaje del Cambio. La nueva técnica de la comunicación terapéutica. (4a. ed.) Herder.	Lenguaje, resistencia, cambio, más de lo mismo, síntoma, soluciones intentadas, problema y doble vínculo.
Watzlawick, P. (1995). El sentido del sinsentido o el sinsentido del sentido. Herder.	Cambio y sistema.
Marcos, J. & Garrido, M. (2009). La Terapia Familiar en el tratamiento de las adicciones. Revista virtual Apuntes de Psicología. 27(2)339-362.	Psicoterapia familiar, adicciones, modelos de terapia familiar, eficacia de la terapia familiar y cambio.
Hernández, A. (2004). Psicoterapia sistémica breve: la construcción del cambio con individuos, parejas y familias. Medellín: Búho.	Psicoterapia sistémica breve y cambio.
Keeney, B. (2001). Estética del cambio. Paidós.	Cibernética, cambio, estabilidad, retroalimentación y familia.
Nardone, G. y Watzlawick, P. (1989) El arte del cambio. Herder.	Terapia familiar, terapia estratégica y psicoterapia.
Watzlawick, P., Weakland, J., & Fisch, R. (1985). Cambio formación y solución de los problemas humanos. (4a. ed.). Herder.	Persistencia, comunicación, construcción de la realidad, problemas, cambio1, cambio 2, reestructuración, teoría cibernética y teoría de grupos.

Tabla 3. Resultados de los estudios relacionados con Terapia Familiar Sistémica

Autor y nombre del texto	Palabras Clave
Pérez, E., Sota, T., Simal, T., Edroso, L., Celaya, L. y Etxebeste, J. (2018). Una experiencia de Terapia Familiar Sistémica en la Red Extra hospitalaria de Salud Mental de Álava y el impacto de esta atención en las familias derivadas desde la Unidad de Salud Mental Infanto-Juvenil. (38)137–144. Álava: Redes Digital.	Terapia familiar sistémica, red extrahospitalaria de salud mental, demanda, intervención y salud mental infanto-juvenil.
Espinal, I., Gimeno, A. y González, F. (2006). El Enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. Revista internacional de sistemas, (14) 21-34.	Terapia familiar sistémica, intervención familiar, cambio- resistencia al cambio.
Rodríguez-Bustamante, A. (2016). La comunicación familiar. Una lectura desde la terapia familiar sistémica. Revista Latinoamericana de Estudios de Familia, (8) 26-43.	Terapia familiar y cambio.
Hoffman, L. (1987). Fundamentos de la terapia familiar. Un marco conceptual para el cambio de sistemas. Fondo de cultura económica.	Terapia familiar, cambios de primero y segundo orden, paradoja, persistencia y soluciones.
Erice, S. (2015). La utilización de las metáforas en la formación de terapeutas de acuerdo con el modelo de Edith Tilmans – Ostyn (32) 95 -104.	Pauta, intervención y terapia.
Aponte, H. (2000). Los valores y los cambios de hoy cómo contextualizan la terapia familiar sistémica. Revista de la Facultad de Trabajo Social UPB, 17(17), 25–39	Familia, moralidad, terapeutas, valores, cambios y terapia familiar.
Nardone, G y Selekman, M, (2013), Hartarse, vomitar, torturarse: La terapia en tiempo breve. Herder.	Persistencia, diálogo, problema, solución, terapia, cambio individual, cambio sistémico, terapia familiar.
Haley, J. (1999). Terapia para resolver problemas. Amorrortu.	Problemas Humanos, unidad social y directivas.
Montesano, A. (2013) La perspectiva narrativa en terapia familiar sistémica. Revista de psicoterapia. 23(89)4–50.	Terapia Narrativa, cambio y familia.
Beyebach, M, (1999). Introducción a la terapia breve basada en soluciones. Intervención y prevención en salud mental. Amarú.	Más de lo mismo, terapia, juego de lenguaje, solución y narrativa.
Gil, k., Montoya, L., Ocampo, L., Orozco, L. y Pineda, P. (2016). La metáfora en terapia familiar: autores de referencia, uso y aportes a la práctica terapéutica. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, (49)146-163.	Terapia familiar, terapeuta, metáfora y cambio.

Minuchin, S. (2004). Familia y Terapia Familiar. Gedisa.	Terapia estructural, sistema familiar y subsistemas.
Ortiz, D. (2008). La Terapia Familiar Sistémica. Quito-Ecuador: Abya-Yala/Universidad Politécnica Salesiana.	Constructivismo, funcionamiento, sistema familiar y contextos.
González, A. (2018). La reformulación circular como herramienta principal del cambio en tiempo breve. El zarandeo cognitivo, (38)95-107.	Reformulación y circularidad.
Garciandía, J. y Samper, J. (2010). La terapia familiar en la resignificación transgeneracional del incesto. Revista Colombiana de Psiquiatría, 39 (1)134-152.	Incesto, familia y terapia familiar.
Nardone, G. y Watzlawick, P. (1997). Terapia breve estratégica pasos hacia un cambio de percepción de la realidad. Paidós.	Terapia breve, psicoterapia, cibernética y lenguaje.
Jiménez, Oliva. (1995). La alternativa sistémica, cibernética y sinérgica. Revista de filosofía de las ciencias de la vida.3 (4)195 – 206.	Cibernética, sistémica, sinérgica, exploración, trascendencia y cambio cualitativo.
Villarreal, D. y Paz, A. (2015). Terapia familiar sistémica: una aproximación a la teoría y la práctica clínica. Revista de avances en psicología interacciones, 1(1)45-55.	Terapia familiar, psicoterapia y psicología clínica.
Navarro Góngora, J. y Beyebach, M. (1995). Avances en terapia familiar sistémica. Paidós.	Estrategia psicoterapéutica, entrevista, técnicas de la terapia familiar y terapia sistémica.

Con lo expuesto hasta aquí, se puede entrever que Watzlawick, Weakland y Fisch, proveen en su propuesta de cambio unas características que permiten categorizar la noción de cambio 1 y cambio 2 en la Terapia Familiar Sistémica. De otro lado, en los hallazgos, la mayoría de escritores citan los autores del libro cambio como referente de sustento, pero no realizan la división o e interpretación de la relación entre la noción de cambio 1 y cambio 2.

La aparición de lo simple: el cambio 1, cuando no logramos escapar de lo mismo

Para iniciar, el cambio como solución a los problemas humanos en la Terapia Familiar Sistémica precisa de algunas condiciones, que entre ellas Watzlawick, Weakland y Fisch (1985) refieren que “es la desviación con respecto a alguna norma” (p. 51). Por tanto, la familia la regulan normas, que para obtener un cambio hay que movilizarlas. Esto evidencia un cambio 1.

A partir de la teoría de los grupos matemáticos, Shomaly (1994) hace evidente una propiedad del cambio 1, al decir que “pueden producir cambios al interior de grupos sin cambiar la naturaleza paramétrica del mismo” (p. 95). En este sentido, desde la percepción de familia como grupo, los mismos miembros no podrían generar cambios en las reglas que los rigen.

Ahora bien, si la teoría de los conjuntos nos acerca a la distinción de lo que es un cambio 1, la teoría de tipos lógicos nos encamina en lo que es el cambio 2, cuando menciona Navarro Góngora (1992)

que en “el cambio 1 el sistema permanece idéntico a sí mismo” (p. 89). Este ocurre a nivel individual, impidiendo que atravesase el sistema hacia un cambio 2.

De igual forma, sucede en sistemas que generan pequeños cambios a nivel de sus miembros, en donde el cambio no perdura en el tiempo, ni repercute en la estructura del sistema. Por el deseo de cambio inmediato generan ansiedad, obstaculizando que emerja lo esperado. Watzlawick y Nardone (1999) refieren al respecto que “comprender lo que sucede, no necesariamente implica un trampolín al cambio en lo pragmático” (p. 26).

En el camino hacia el cambio hay una co-construcción de representaciones y significados entre terapeuta y sistema consultante. Según los autores Nardone, Lorio, Zeig y Watzlawick (2008) ha de tenerse en cuenta que “preguntar antes que afirmar induce a la otra persona a participar” (p. 136), permitiendo una conversación que catapulte el cambio del cambio.

Por otra parte, hay incidencias en la ocurrencia del cambio, por ejemplo: cuando la realidad es vista a través de la percepción y de los sentidos, y la atención está puesta en individualismos, no permite tener en cuenta el todo, impidiendo de esta manera establecer las condiciones para el cambio 1. En este sentido, la estrategia basada en soluciones repetidas, no admite transformación de universos. Ceberio y Watzlawick (1998) a esto afirman que “nuestros esfuerzos por lograr una mejor y más feliz calidad de vida generan resultados igualmente desastrosos (...) los medios de transporte, cada vez más rápidos, nos dejan con menos y menos tiempo” (p. 13).

Otro aspecto a tener en cuenta desde la concepción sistémica de la familia en la terapia familiar, en el Modelo Estratégico de Demicheli (1994) lo reafirma con la aparición de persistencia ante la tensión que genera la promoción al cambio 1, cuando el sistema “se aferra al estado homeostático alcanzado. A veces la solución terapéutica puede consistir, por ejemplo, en reemplazar un problema o conducta frecuente/inmanejable, por otra menos frecuente y manejable” (p. 8).

Cuando en el cambio 1, al intento de cambiar el sistema y este permanece idéntico, es sugerida la utilización de la paradoja, ya que para este tipo de casos prescriben el problema, haciéndolo “crónico si se siguen utilizando (obviamente sin éxito) las estrategias de solución probadas sin éxito” (Watzlawick y Krieg, 1995, p. 141). En efecto, mantener una solución constante no admite una variación del problema.

Así mismo, surge un dilema al ambicionar resolver los problemas aplicando más de lo mismo, es decir sin crear nuevas soluciones que trasciendan los problemas, generando más sufrimiento. Lo que ha hecho buscar nuevas alternativas en producir teorías conducidas a trascender las soluciones intentadas. Watzlawick (1984), refiere “aplica más cantidad de la misma «solución» y se cosecha precisamente más cantidad de la misma miseria” (p.13).

Otro argumento, cuando el problema empeora y la solución no inserta el cambio, que por el contrario acentúa el problema, dice “cuantas veces tendemos a aplicar soluciones memorizadas y reiteramos el más de lo mismo, mientras que continuamos aplicando fórmulas con esquemas repetitivos” (Ceberio, 2017, p. 101).

Entonces, cuando el problema persiste después de la solución aplicada, como plantea Watzlawick (1994) es porque hay una reacción de la causa, donde “la solución crea el problema” (p. 120) habilitando una cadena de sucesos problemáticos con la solución intentada.

Cambio 2: cambio del cambio

Cuando un consultante determina que ha obtenido el cambio esperado de forma repentina, y que “las mejoras que aparecen lentamente, paso a paso —explica el terapeuta— son las que probablemente se transformen en cambios más consolidados, cambios que permiten asimismo una adaptación gradual” (Fisch, Weakland y Segal, 1984, p. 200). El terapeuta puede decir que hay una mejora en el proceso. Sin embargo, ha de realizar acompañamiento al consultante en aras de verificar la consistencia del mismo.

En el mismo sentido, en un trabajo terapéutico es trascendental para el terapeuta, identificar el tan anhelado cambio 2, por lo que mueve la estructura familiar abriendo la caja de pandora como instrumento fundamental para el cambio, el cual Watzlawick, (1992) nos dice, que “llamaremos el cambio espontáneo, es decir, el modo de resolver problemas en los asuntos corrientes de la vida, sin ayuda de los conocimientos de expertos, de teorías sofisticadas y de un esfuerzo concentrado” (p. 102). Es decir, con lo simple es provocado el cambio 2, donde el elemento esencial es el lenguaje construido con el otro, a partir de las experiencias generadoras de cambios.

Otra manera de prestar atención al cambio 2 es que puede ocurrir sin interposición de las soluciones intentadas, cuando el sistema está listo “el cambio sistémico surge cuando la organización traspasa los límites de sus organismos de retroalimentación usuales para regular y mantener la homeostasis”. (Fishman, 1988, p. 278), o sea, dentro del mismo sistema hay un quiebre entre las leyes que regulan a sus miembros, y así se vuelven parte de la solución.

Desde una diferente perspectiva, del modelo estructural, los problemas son mantenidos en la estructura familiar. Por lo tanto, la intervención terapéutica debe estar centrada en el análisis de la dinámica familiar que refuerza el problema y no en el problema en sí mismo. El logro final en este modelo de terapia, según a Soria (2010) sería: “la organización de la familia como un todo” (p.104). Para una vez así, intentar movilizarlo hacia el cambio 2.

Una experticia para ambientar el cambio es promovida a través del lenguaje y del diálogo tejido entre terapeuta y sistema consultante, de tal forma que “la comunicación como sistema no debe entenderse sobre la base de un simple modelo de acción y reacción, por compleja que sea su formulación. Como sistema, debe entenderse a un nivel transaccional” (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1991, p. 44), por lo tanto, en la terapia familiar es articulado todo mensaje comunicacional que aportan los miembros, trascendiendo de ser simples emisores y receptores a co-constructores de la estructura de cambio.

Sobre el mismo aspecto, añade Rizo (2011) “la comunicación es un sistema abierto de interacciones, inscritas siempre en un contexto determinado” (p. 2). En este caso, el terapeuta ha de estar presto a todo mensaje que genera la interacción durante la sesión, con escucha global del sistema, e involucrándose de tal forma que pueda instaurar el cambio 2.

Otra cosa importante desde el lenguaje, es estar atento a la simplicidad de los elementos que constituyen la comunicación, porque “puede influir en estados de ánimo, opiniones, comportamientos y, sobre todo, en las decisiones” (Watzlawick, 1989, p. 11). Identificando estas características del lenguaje, puede permearse una conversación de tal manera que ambiente y empodere al sistema para la probabilidad del cambio 2.

El lenguaje, por tanto, tiene muchas formas de usarse de acuerdo al objetivo deseado. También es un diálogo que puede crear la necesidad de un cambio del cambio, manejando estrategias acordes a la estructura y modelo de la familia, como lo plantea Nardone y Claudette (2006), al utilizar “un diá-

logo estratégico induce al cambio mediante la utilización adecuada y deliberada de formas de lenguaje poéticas y retóricas que crean una emoción en el paciente” (p. 69).

En la comunicación, también es tenido en cuenta el terapeuta y su estilo, ya que tienen incidencia a la hora de intervenir e incentivar el sistema al cambio 2. Como menciona Watzlawick (1989) “toda comunicación dirigida a otra persona transmite algo” (p. 178). Lo anterior, admite en el terapeuta hacer que la conversación sea intencionada para estimular la conexión con el sistema, de tal manera, que produzca los efectos deseados.

A partir de lo metodológico, Watzlawick (1995) en la estrategia de pequeños pasos, plantea, bajo el principio de solución de casos catastróficos que “la receta no consiste en preguntarse en qué debemos hacer para mejorar las cosas, sino en formularse la preguntar extremadamente nihilista, de qué deberíamos hacer para que la situación se torne completamente” (p. 23). Con esto, lo que pretende el autor es que pueda contemplarse todas las posibilidades del sistema desde una supuesta negatividad y que así surja una solución viable.

De igual forma, en la terapia estratégica breve Marcos y Garrido (2009), constituyen que en la intervención de familias con adolescentes que consumen, puede ser de utilidad emplear la técnica de la reestructuración para movilizar al cambio desde los patrones de interacción (p. 344). Por lo que no sería necesario saber mucho del problema para solucionarlo, sino centrarse en las soluciones posibles.

Además, Hernández (2004), dice que puede promoverse el cambio con la técnica de la confrontación, donde los consultantes se “enfrenten con sus propias premisas, mostrándoles sus contradicciones o induciendo alguna exageración” (p. 325). Esta alternativa es utilizada en casos en los que las soluciones intentadas no generan cambios, teniendo en cuenta que la alianza terapéutica esté consolidada para ser cuidadoso del sistema y no ser invasivos.

Otro método de trabajo con las familias para generar cambios es la retroalimentación, como lo expone Keeney (2001) “para que una terapia tenga éxito debe crear formas alternativas de retroalimentación, que muestren un camino para un cambio adecuado” (p. 84). Por consiguiente, es importante el reconocimiento a la familia en la constancia y permanencia del cambio, al igual que darle una estabilidad y control al nuevo aprendizaje, a la adaptación y evolución del problema, con la intención de que desaparezca o hallen nuevas alternativas.

Luego, para la viabilidad del cambio, es interesante fijarse en las características de lo humano que proponen Nardone y Watzlawick (1989) “reafirmando siempre que el cambio ha tenido lugar gracias a las dotes personales del paciente” (p. 126). En efecto, el terapeuta es el encargado de detectar y potenciar estas habilidades que pueden emerger del sistema consultante.

Podemos concluir, a partir de las características rastreadas de cambio 1 y cambio 2 según Watzlawick, Weakland, y Fisch (1985) que mencionan:

- a) El cambio 2 es aplicado a aquello que dentro de la perspectiva del cambio 1 parece constituir una solución.
- b) Mientras que el cambio 1 parece basarse siempre en el sentido común, el cambio 2 aparece habitualmente como extraño, inesperado y desatinado.
- c) Aborda la situación en su «ahora y aquí». La pregunta crucial correspondiente es ¿qué? y no ¿por qué?
- d) Libera la situación de la trampa engendradora de paradojas (p. 107).

Reafirmamos que las anteriores características del cambio son viables para la intervención en la Terapia Familiar Sistémica.

Terapia Familiar Sistémica, cambio 1 y cambio 2

En primer lugar, hay casos de terapia individual en donde las soluciones intentadas no mejoran el problema, es entonces cuando es sugerida la terapia familiar, un ejemplo de esto, lo esbozan Pérez, Sota, Simal, Edroso, Celaya, Viguerad, y Etxebeste, (2018)

Paciente de nueve años diagnosticado con trastornos de las emociones, se propuso TFS por estancamiento del caso, en donde se trabajó con los padres y hermano, abordando la separación de sus familias de origen y conciliación familiar. A través de siete sesiones se logró evidenciar una mejoría, lo cual permitió alta médica (p. 142).

La familia, desde la perspectiva sistémica, funciona por reglas de interacción y un orden jerárquico con el que los miembros interactúan entre sí. Además, tienen reglas que responden a metarreglas de un orden superior y son las que median el cambio. En este sentido, el terapeuta tiene que conocer el funcionamiento del sistema para poder realizar cualquier forma de intervención, que en algunos casos presenta resistencia, como dice Espinal, Gimeno y González, (2006) “en esta línea apuntan Watzlawick, Weakland y Fisch (1974) al hablar de la incapacidad de algunos sistemas para generar metarreglas” (p. 4).

Por una parte, la familia como sistema abierto, interactúa con su entorno por medio de espacios comunicativos, en la Terapia Familiar Sistémica la comunicación adquiere relevancia, de acuerdo a lo citado por Rodríguez (2016) “(...) el terapeuta ha de conocer la teoría de la comunicación y apropiarse de elementos claves (...) desde allí potenciar las capacidades familiares de cambio” (p. 37). Es por esto, que el terapeuta debe ejercitarse, formarse y actualizarse en las teorías que acompañan el ejercicio de producir cambios.

Otra mirada holística desde la obra de Hoffman (1987) es la relación sistémica que sucede entre terapeuta y familia, donde “ambos forman parte de un campo más extenso en que terapeuta, familia y cierto número de otros elementos actúan y reaccionan unos sobre otros, de maneras impredecibles” (p. 20). Es evidente, la cibernética de segundo orden que funciona en el sistema consultante y terapeuta en la Terapia Familiar.

Luego, es recomendado el autoconocimiento del terapeuta para la intervención en la Terapia Familiar Sistémica, en el modelo formativo de Tilmans-Ostyn, la propuesta es a “un mejor conocimiento de sí mismos como terapeutas, descubran sus fragilidades y habilidades, y hagan posible la comprensión de lo que les hace facilitar, o al contrario, frenar el proceso de cambio en sus pacientes” (Erice, 2015, p. 95).

Además, como dice Aponte (2000), en la “voluntad y la libertad de hacer algo diferente esta la semilla del cambio” (p. 31). He aquí, la diversificación como habilidad del terapeuta, respetando los valores de los consultantes, teniendo presente la diversidad, y el hacer lo no intentado hasta el momento.

Así mismo, en la Terapia Familiar es permitido al terapeuta maniobrar con el sistema consultante, para identificar características que viabilicen el cambio, Nardone y Selekman (2013) aseveran, que el terapeuta debe “establecer con los clientes quién formará parte del sistema determinado por la solución” (p. 100). Contribuyendo en que las partes del sistema asuman un papel interactivo en la solución.

De igual forma, en la primera sesión con la familia, el terapeuta debe precisar el problema, ya que la “tarea del terapeuta que es comprender el problema y formularlo de manera tal que pueda hacerse algo al respecto. Si ha de cambiar a la familia, deberá ingresar en su universo y provocar el cambio actuando dentro de él” (Haley, 1999, p. 45). Es involucrarse en el sistema, de tal manera, que consiga desestabilizarlo, perturbarlo hacia un cambio 2.

Con lo anterior, la comprensión del problema llevaría a reescribirlo, transformarlo al cambio, Montesano (2013) dice: “el problema reside en la descripción del problema, y que, consecuentemente, el cambio consiste en describir los problemas de manera diferente, generando diferentes acuerdos y diferentes consecuencias” (p. 7).

En el mismo sentido, entender el problema y saber hacia dónde es dirigida la solución, es un reto dialéctico para empoderar al sistema consultante como protagonista de su cambio. Beyebach (1999) citando a Miller y de Shazer, reafirman esto cuando dicen: “el terapeuta debe ser un experto conversador, es decir, alguien capaz de interactuar con las familias de tal modo que consigan ayudarse a sí mismas, alcanzar los objetivos que ellas mismas se proponen” (p. 5).

Otros medios para trabajar en la solución de problemas en las familias es la metáfora; Gil, Montoya, Ocampo, Orozco y Pineda (2016) la describen como un “puente que conecta lo que se piensa, a través del lenguaje, con lo que se quiere expresar, a través de la experiencia” (p. 5). Es decir, una manera de introducir nueva información al sistema para que creen nuevas formas y significaciones.

Para el mismo caso, de la obtención de un cambio en la terapia familiar, hay formas estratégicas de manipular el contexto de relaciones de tal manera que modifique la dinámica familiar. Minuchin (2004), lo dice:

La terapia de familia recurre a técnicas que alteran el contexto inmediato de las personas de tal modo que sus posiciones cambian. Al cambiar la relación entre una persona y el contexto familiar en que se mueve, se modifica consecuentemente su experiencia subjetiva. (p. 36).

Un aspecto central en relación al proceso terapéutico es el manejo de la circularidad, aspecto dirigido tácticamente en donde es comprometido al sistema con el problema, en el cual cada miembro está interrelacionado con el otro y viceversa en la construcción de la solución, además como lo expone Ortiz (2008), en

La teoría general de los sistemas sostiene que “el sistema funciona como un todo, algo que afecta a una parte, afecta a todo el sistema”, por lo tanto, un cambio, por más pequeño que sea, puede tener consecuencias, algunas veces inimaginables (p. 154).

Ahora, cuando el objetivo terapéutico está focalizado en movilizar la queja inicial, ha sido usado el zarandeo cognitivo, una técnica en donde través de la devolución es desestabilizado el sistema consultante en términos relacionales y de reestructuración, con el propósito de proyectar el cambio 2, logrando una apreciación diferente del problema. Esta manera de reformulación circular es explicada por González (2018), así:

Terapeuta a paciente: veo entonces a un pitufo gruñón, que ata cabos sueltos de la esposa, sobre la desconfianza que a ella la hacía huir. Al presentar al paciente una nueva versión del problema (...) conectando su historia a las conductas que él critica de la esposa, claramente le hace un click, al menos para pensar en algo que nunca antes pensó. Lo que tomaba como verdad absoluta no es sino otra forma (ahora) de ver la misma historia. (p. 106).

También, una historia es resignificada en el espacio terapéutico mediante la conversación, moviendo relatos del mundo interior y exterior de los hablantes, admitiendo como sistema reconocerse a partir de la escucha. Según Garcíandía y Samper (2010), refieren que John Shotter, diría en el mismo contexto, al hablar de nuevas realidades y comprensiones, que estas “estallan desde dentro de la conversación terapéutica significando y resignificando las experiencias, la identidad y la vida cotidiana de una manera que permite nuevas acciones anteriormente no pensadas” (p. 149).

Igualmente, sucede con el lenguaje, que tiene la posibilidad de crear nuevos significados para res-paldar nuevas realidades en los consultantes, desde la comprensión de la experiencia vivida, al interior de la conversación.

Ahora bien, desde la terapia breve también aporta la retórica o hipnosis, donde se utiliza un juego de palabras para realizar una reestructuración del sistema consultante, que le varíe su forma de pensarse el problema, esto lo propone Nardone y Watzlawick (1997), en

la reestructuración o habilidad de construir mediante artificios comunicativos una realidad que lle-va al paciente a una perspectiva diferente respecto a su problema y lo induce de esta forma a cambiar sus emociones y reacciones a través de una forma sutil de persuasión (p. 85).

Por lo tanto, la terapia familiar invita a una mirada del mundo real desde sus dimensiones y para no sesgarnos con los hechos, ya que esto impide ver diversas soluciones. Según Jiménez y Oliva (1995),

Es solo en fecha reciente cuando se empieza a reconocer que las visiones paradójicas que cons-truyen los hombres en su pensamiento se originan en las limitadas capacidades del individuo, las cuales impiden a hombres, mujeres, en lo individual y colectivamente, tener un conocimiento suficiente de las dimensiones y cualidades de la gran diversidad inherente a cada conjunto de hechos y fenómenos reales (p. 198).

Puntualizando, la Terapia Familiar Sistémica es un enfoque que trabaja con las familias con el objetivo de ser un mediador en la resolución de problemas a nivel relacional. En donde el terapeuta es un elemento fundamental para la intervención. Ya que, entre muchas otras cosas, tiene la tarea de explicar la equifinalidad como el resultado de diferentes causas, construir el objetivo terapéutico para el cambio.

El terapeuta contribuye al cambio, sin atribuirse causalidad de este, en un esfuerzo de generar con-diciones adecuadas que faciliten el cambio que la familia desea y en la medida en que están posibili-tados de hacerlo. Para que el “cambio” pueda darse, han de considerarse principios que aporten a este objetivo. (Villarreal, 2015, p. 53).

Para finalizar, podríamos preguntarnos sobre la eficacia de la terapia familiar y llegar a algunas con-clusiones que Navarro Góngora (1995), expresa:

A veces el cambio es efímero y tan sólo demuestra que es posible. Son varias las fórmulas de cam-bio: hablar de un problema que hasta entonces era imposible de nombrar. Intensificar emociones, lo que permite la adopción de nuevas soluciones o actitudes. Cambio cognitivo que permite ver el problema desde una perspectiva nueva. Cambio conductual, que implica adoptar un nuevo comportamiento. Develamiento de pensamientos, historias o secretos (p.36).

Con lo dicho anteriormente, nada puede asegurar el vigor del cambio en el tiempo, tal vez, solo podría existir en el presente.

Discusión y conclusiones

En la categoría de cambio 1 a partir de la revisión documental evidenciamos que los autores coinci-den que en la noción de cambio 1 el sistema permanece idéntico e igualmente aparece la persistencia en el cambio, las estrategias basadas en soluciones son repetidas e intentos fallidos que no permiten transformaciones en el sistema consultante.

Desde la interpretación de la noción de cambio 2, podemos decir que, para este tipo de cambio, ni el terapeuta, ni el sistema consultante pueden saber con certeza la verificación del cambio, ya que puede presentarse por pasos pequeños a cambios importantes, que al final representan el cambio definitivo o deseado; además no es posible saber si los cambios perduran o no en el tiempo, esto dependería de las posibilidades de sus miembros.

Además, el cambio 2, por hacer parte de la teoría sistémica es entendido como un ejercicio que sucede al interior de la sesión terapéutica, atravesado por el lenguaje, la teoría de la comunicación humana, que privilegia el diálogo como estrategia de intervención y es regulado por las leyes de la teoría de sistemas, en donde este cambio 2 implica una reestructuración.

En la Terapia Familiar Sistémica podemos mencionar que un cambio 1 y 2 desde los autores de la investigación, infieren que la pericia del terapeuta ayuda a movilizar la estructura perturbando el sistema consultante para lograr un cambio 2, es decir, involucrase dentro sistema consultante, empujándolo mediante la conversación.

En general lo que el estudio permite deducir es el carácter central que desempeña el terapeuta sistémico al interior de la Terapia Familiar Sistémica, en cuanto a su autoconocimiento, la habilidad de conducir la sesión mediante un lenguaje.

Otro punto que arroja la investigación es la importancia en la formación teórica del terapeuta para identificar las características de cada uno de los cambios y poder conducirlo hacia el cambio 2. El cambio 2, extraño y paradójico es el cambio anhelado por todos los consultantes, unos alcanzan un cambio 1, otros avanzan sin salir del cambio 1 y tal vez unos pocos realizan el salto al cambio 2.

Cabe mencionar que una de limitaciones de esta investigación, fue que encontramos poco material teórico que argumente sobre las categorías de cambio 1 y cambio 2, exigiendo indagar otras posturas sobre el tema de cambio.

Uno de los hallazgos encontrados en la investigación es analizar ¿Qué tipo de cambio 1 o 2 se genera en el terapeuta? Teniendo presente que todo el tiempo es el gestor del cambio. Esto lo dejamos para futuras investigaciones después de la interpretación de los resultados encontrados. Otra sugerencia es profundizar sobre los casos y ejemplificaciones de las experiencias terapéuticas.

Referencias

- Ángel, D. (2011). La hermenéutica y los métodos de investigación en ciencias sociales. *Revista Estudios de Filosofía* (44)9-37. Medellín: Universidad de Antioquia. <http://www.redalyc.org/pdf/3798/379846115002.pdf>.
- Aponte, H. (2000). Los valores y los cambios de hoy cómo contextualizan la terapia familiar sistémica. *Revista de la facultad de trabajo social UPB*. 17(17), 25-39.
- Ceberio, M. (2017). Querer y no lograr: soluciones intentadas fallidas. *Revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales*, (35), 99-116. <http://redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/204>
- Ceberio, M., & Watzlawick, P. (1998). *La Construcción del Universo-Interacciones Epistemología y Clínica Sistémica*. Herder.

- Beyebach, M. (1999). *Introducción a la terapia breve basada en soluciones. Intervención y prevención en salud mental*. Amarú. <https://psyciencia.com/wp-content/uploads/2012/12/Terapia-breve-centrada-en-las-soluciones.pdf>.
- Camacho, J. (2006). *Panorámica de la terapia sistémica: La construcción del cambio con individuos, parejas y familias*. El Búho. <https://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo33.pdf>
- Delgado, C. (2013). *La lectura crítica, una herramienta de formación del pensamiento crítico en la universidad*. <http://www.redem.org/la-lectura-critica-una-herramienta-de-formacion-del-pensamiento-critico-en-la-universidad/>
- Demicheli, G. (1994). *Comunicación en terapia familiar sistémica*. Chile: Universidad de Valparaíso. file:///C:/Users/FLOR/Desktop/TEXTOS%20GRADO%20FLOR/Textos%20antecedentes/15%20Comunicacion-y-Terapia-Familiar.pdf
- Erice, S. (2015). La utilización de las metáforas en la formación de terapeutas de acuerdo con el modelo de Edith Tilmans. *Ostyn* (32) 95 -104. file:///C:/Users/USE/Downloads/29-312-1-PB.pdf.
- Espinal, I., Gimeno, A. y González, F. (2006). El Enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. *Revista internacional de sistemas*, (14) 21-34. <https://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>.
- Fisch, R., Weakland, J., & Segal, L. (1984). *La táctica del cambio. Cómo abreviar la terapia*. Herder. https://www.academia.edu/11673797/Fisch_Weakland_Segal_La_tactica_del_cambio_Como_abreviar_la_terapia.
- Fishman, H. C. (1988). *El cambio familiar: desarrollo de modelos*. Gedisa. Disponible en: [https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=8WtgDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA277&dq=Fishman,+H.+Ch.+\(1988\).+El+cambio+familiar:+desarrollo+de+modelos,&ots=OgF397vgf8&sig=-HUFqx0ll-ILsh69hTffQ834P-c#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=8WtgDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA277&dq=Fishman,+H.+Ch.+(1988).+El+cambio+familiar:+desarrollo+de+modelos,&ots=OgF397vgf8&sig=-HUFqx0ll-ILsh69hTffQ834P-c#v=onepage&q&f=false).
- Garciandía, J. y Samper, J. (2010) La terapia familiar en la resignificación transgeneracional del incesto. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39(1), 134-152. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v39n1/v39n1a10.pdf>.
- Gil, k., Montoya, L., Ocampo, L., Orozco, L. y Pineda, P. (2016). La metáfora en terapia familiar: autores de referencia, uso y aportes a la práctica terapéutica. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (49)146-163. <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/802/1322>.
- González, A. (2018). La reformulación circular como herramienta principal del cambio en tiempo breve. *El zarandeo cognitivo* (38)95–107. <http://www.redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/229>.
- González, A. (2014). Terapia sistémica y violencia familiar: una experiencia de investigación e intervención. *Quaderns of Psicologia*, 16(2), 43–55. <https://www.quadernsdepsicologia.cat/article/view/v16-n2-barbosa/1196-pdf-es>
- Haley, J. (1999). *Terapia para Resolver Problemas*. Amorrortu. <https://es.scribd.com/doc/186043490/Jay-Haley-Terapia-Para-Resolver-Problemas>.
- Hernández, A. (2004). *Psicoterapia sistémica breve: la construcción del cambio con individuos, parejas y familias*. Búho.
- Hoffman, L. (1987). *Fundamentos de la terapia familiar. Un marco conceptual para el cambio de sistemas*. Fondo de cultura económica. www.academia.edu/9244111/Hoffman_Lynn_Fundamentos_De_La_Terapia_Familiar.

- Jiménez, Oliva. (1995). La alternativa sistémica, cibernética y sinérgica. *Revista de Filosofía de las Ciencias de la Vida*, 3(4), 195 – 206.
- Keeney, B. (2001). *Estética del cambio*. Paidós. <https://www.casadellibro.com/>
- Marcos, J. & Garrido, M. (2009). La Terapia Familiar en el tratamiento de las adicciones. *Revista virtual Apuntes de Psicología*, 27(2), 339-362. http://www.enlinea.cij.gob.mx/Cursos/Hospitalizacion/pdf/Marcos_Juan.pdf
- Minuchin, S. (2004). *Familia y Terapia Familiar*. Gedisa.
- Montesano, A. (2013). La perspectiva narrativa en terapia familiar sistémica. *Revista de psicoterapia*, 23(89), 4–50. file:///C:/Users/USE/Downloads/LaperspectivanarrativaenTerapiaFamiliarSistmica_adrianmontesano.pdf.
- Nardone, G. y Claudette, P. (2006). *Conocer a través del cambio*. Herder.
- Nardone, G., Loredio, C., Zeig, J. & Watzlawick, P. (2008). *Hipnosis y terapias hipnóticas. Una guía que desvela el verdadero poder de la hipnosis*. Novagrafik.
- Nardone, G y Selekmán, M. (2013). *Hartarse, vomitar, torturarse: La terapia en tiempo breve*. Herder.
- Nardone, G. y Watzlawick, P. (1989) *El arte del cambio*. Herder. <https://punto-cero.org/wp-content/uploads/2018/02/el-arte-del-cambio.pdf>
- Nardone, G. y Watzlawick, P. (1997) *Terapia breve estratégica pasos hacia un cambio de percepción de la realidad*. Paidós. https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/29/28315_Terapia_breve_Estrategica.pdf.
- Navarro Góngora, J. (1992). *Técnicas y programas en terapia familiar*. Paidós.
- Navarro Góngora, J. y Beyebach, M. (1995). *Avances en terapia familiar sistémica*. Paidós.
- Ortiz, D. (2008). *La Terapia Familiar Sistémica*. Abya-Yala/Universidad Politécnica Salesiana. <http://www.dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/6096/1/Terapia%20familiar%20sistemica.pdf>.
- Páez Cala ML. (2016) Experiencias resilientes del terapeuta generadoras de cambio a través de expresiones plásticas. *Archivos de Medicina*, 16(2), 345-357. <http://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/viewFile/1834/2035>
- Pérez, E., Sota, T., Simal, T., Edroso, L., Celaya, L. y Etxebeste, J. (2018). Una experiencia de Terapia Familiar Sistémica en la Red Extra hospitalaria de Salud Mental de Álava y el impacto de esta atención en las familias derivadas desde la Unidad de Salud Mental Infante-Juvenil. *Álava: Redes Digital*, (38)137–144. <http://www.redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/242>.
- Quecedo R. y Castaño C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista Psicodidáctica*, (14), 5-39.
- Rizo, G, M. (2011). Reseña de “Teoría de la comunicación humana” de Paul Watzlawick. *Revista Razón y Palabra*. 16(75), 1- 14. <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199518706028.pdf>
- Rodríguez-Bustamante, A. (2016). La comunicación familiar. Una lectura desde la terapia familiar sistémica. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, (8), 26-43. http://revlatinofamilia.ualdas.edu.co/downloads/Rlef8_3.pdf.
- Torres, A. Et al. (2002). *Investigar en educación y pedagogía*. Pasto: Universidad de Nariño.
- Saint-Exupéry, A. (1998). *El principito*. Editora latinoamericana.
- Shomaly, D. (1994). Comunicación, Metacomunicación y Paradoja: la Vigencia de la “Escuela de Palo Alto”. *Revista de humanidades*, (2), 95-102. <https://drive.google.com/file/d/1EVt7MalOR-QU-PUE51d-GxudZpL1GOh3R/view?ts=5bc67dfb>.

- Soria, R. (2010). Tratamiento sistémico en problemas familiares. Análisis de caso. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 13(3), 87-104. <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol13num3/Vol13No3Art5.pdf>
- Villarreal, D. y Paz, A. (2015). Terapia familiar sistémica: una aproximación a la teoría y la práctica clínica. *Revista de Avances en Psicología Interacciones*, 1(1)45-55.
- Vélez, O., & Galeano, M. (2002). *Investigación cualitativa*. El estado del arte. Medellín. Centro de investigaciones sociales y humanas. Universidad de Antioquia.
- Watzlawick, P. (1984). *El arte de amargarse la vida*. Herder.
- Watzlawick, P. (1989). *El Lenguaje del Cambio. La nueva técnica de la comunicación terapéutica* (4ª. ed.). Herder.
- Watzlawick, P. (1992). *La coleta del barón de Münchhausen. Psicoterapia y realidad*. Herder.
- Watzlawick, P. (1994), ¿Efecto o Causa? En P. Watzlawick (Comp) *La Realidad Inventada*, (4ª. ed.). Gedisa.
- Watzlawick, P. (1995). *El sentido del sinsentido o el sinsentido del sentido*. Herder.
- Watzlawick, P., & Krieg, P. (1995). *El ojo del observador: contribuciones al constructivismo*. Gedisa.
- Watzlawick, P., & Nardone, G. (1999). *Terapia Breve: Filosofía y Arte*. Herder. <http://reader.digital-books.pro/book/preview/17691/>
- Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. (1991). *Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas* (4ª. ed.). Herder.
- Watzlawick, P., Weakland, J., & Fisch, R. (1985). *Cambio formación y solución de los problemas humanos* (4ª. ed.). Herder.