

La escuela para padres y las constelaciones familiares: una experiencia de intervención

JOSÉ LUIS SENCIÓN-ACOSTA,¹ IGNACIO AVELINO-RUBIO,²
MA. GUADALUPE MARTÍNEZ-GONZÁLEZ,³ BAUDELIO LARA-GARCÍA⁴



Resumen

El nulo o el poco establecimiento de normas y límites dentro del núcleo familiar afectan a sus integrantes para respetar y aceptar de forma adecuada, a su vez, los límites y normas de las diferentes instituciones a los que se integran, así como a las figuras que representan autoridad. Esto se ve reflejado en alumnos de bachillerato, entre otros niveles educativos, quienes manifiestan dificultad para adecuarse a los grupos a que son destinados, con problemas para la asimilación y seguimiento de normas y reglas establecidas por la escuela. El trabajo dentro del modelo de Constelaciones familiares, permite que los padres de familia conozcan y den cuenta de la forma en que han establecido el orden y los límites dentro de su núcleo familiar.

Descriptor: Constelaciones Familiares, Orden, Límites, Escuela de Padres.

The School for Parents and Family Constellations: an Experience of Intervention

Abstract

The null or the few establishment of norms and limits within the familiar nucleus affect their members to respect and to accept of suitable form, as well, the limits and norms of the different institutions from which they are integrated, as well as from the figures that represent authority. This is reflected in high school students, among others educative levels, that indicate difficulty to adapt themselves to the groups to that they are destined, with problems for the assimilation and pursuit of norms and rules established by the school. The work within the model of familiar Constellations, allows that the family parents know and give account of the form in which they have established the order and the limits within his familiar nucleus.

Key words: Familiar Constellations, Order, Limits, Parents' school.

Artículo recibido el 2/03/2011
Artículo aceptado el 12/09/2011
Declarado sin conflicto de interés

- 1 Profesor Asociado de la escuela preparatoria No. 6 de la Universidad de Guadalajara. Doctorante en Psicología. sencionjl@hotmail.com
- 2 Profesor del Departamento de Psicología Aplicada del Centro Universitario de Ciencias de la Salud. ignacio_avelino@hotmail.com
- 3 Profesora de la Escuela Preparatoria No. 11 de la Universidad de Guadalajara. ma.guadalupe_martinez@yahoo.com.mx
- 4 Profesor investigador del Centro de Estudios sobre Aprendizaje y Desarrollo, Departamento de Psicología Básica, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. baulara@yahoo.com

Introducción

En México, la Escuela de Padres un espacio de información, formación y reflexión dirigido a padres y madres, sobre aspectos relacionados con las funciones parentales. En otros países, como España, “es un recurso de apoyo a las familias con hijos menores, para que puedan desarrollar adecuadamente sus funciones educativas y socializadoras, y superar situaciones de necesidad y riesgo social; es un programa de carácter preventivo que contribuye a modificaciones de conductas y a la adquisición de pautas saludables de dinámica familiar” (Duran Gervilla, Agustín *et al.*, 2004).

Sin embargo, en nuestro país sólo se realiza en forma oficial en escuelas de preescolar, primaria y secundaria, quedando generalmente vulnerable el nivel bachillerato y licenciatura, por la visión de que en esos grados los alumnos ya adolescentes y jóvenes son “autogestivos”, y los padres deciden que ellos son los responsables de su formación; dejando de lado su función de padres que es uno de los trabajos más importantes, comprometidos y gratificantes, pero al mismo tiempo más difíciles.

Familia, orden y establecimiento de límites

La familia, sea nuclear o extensa, es vista aquí como un sistema desde la perspectiva de la teoría general de sistemas de Ludwig Von Bertalanffy (1981); ahí se entienden los sistemas como conjuntos de elementos interrelacionados en los que toda modificación de uno de ellos modifica en forma global a todos. El miembro o individuo de la familia tiene una dinámica propia y se relaciona con los otros miembros familiares a través de comportamientos concretos y comunicaciones verbales y no verbales. Aunado a ello, la familia también tiene una estructura, un funcionamiento y una dinámica que le son propios, y a la vez establece intercambios con otros sistemas más amplios de su entorno para asegurar el mantenimiento de su equilibrio y evolucionar. “De esta manera, la familia está impregnada por la influencia de las normas y valores de estos sistemas que la rodean... Los valores influyen inevitablemente en las experiencias vividas, en las opciones familiares y en la conclusión de nuestra historia” (Langlois Doris y Lise, 2010). Es esta visión que de largo plazo, que se establece una vez que los padres dentro de su primer sistema (familiar) logran establecer límites y orden, se

ve reflejada en otros sistemas a través de los hijos en los diferentes contextos donde se relacionan o se incorporan. Así pues, estos valores y normas se convierten en reglas, que son el pilar del comportamiento tanto dentro de la familia como fuera de ella.

Las reglas internas rigen lo que se puede hacer y lo que no se puede hacer, marcan los límites de hasta dónde se puede llegar y deben ser respetados. Existen reglas implícitas y reglas explícitas. En ambos casos son conocidas por todos los miembros de la familia. Muchas de estas son nombradas e identificadas, así como conocidas las consecuencias de su transgresión; hay otras que no se comentan nunca, se manifiestan inconscientemente, y por lo tanto son más difíciles de cuestionar o ubicar. Nina Canault (2009), menciona que “seamos hombres o mujeres, hemos de considerar que es nuestro deber transmitir a nuestros descendientes nuestra cultura, nuestros valores, nuestra ética...”.

Toda sociedad necesita tener normas y leyes como marco dentro del cual las personas viven y se relacionan unas con otras. Son normas y leyes claras, que no admiten muchas interpretaciones y que nos dan seguridad. Como característica primordial estas normas están asociadas a un castigo o responsabilidad por incumplimiento, consiguiendo que cada cual sea responsable de las consecuencias de sus conductas. De igual forma, dentro del sistema familiar deben existir estos límites.

Antiguamente, fijar límites, poner normas y ejercer la autoridad parecía una tarea fácil, con menos complicaciones. La norma no cumplida se convertía en una clara sanción. Los límites eran los mismos, o muy parecidos, a niveles familiar y social. Los objetivos de la sociedad coincidían generalmente con los de la familia. Esto convertía a cada adulto en “autoridad” frente a todos los hijos e hijas, propios o ajenos. Y las normas eran casi siempre las mismas para todas las personas adultas. Cuando no funcionaban, aparecían la agresividad verbal y física, las amenazas y el miedo a las consecuencias por haberse saltado el límite. Actualmente, la situación ha cambiado, y las relaciones interpersonales dentro de la familia son más abiertas y cercanas. Ha aumentado el diálogo, y se intenta que los modos sean más positivos. Pero algo está fallando. La autoridad y la disciplina, que antes se apoyaban en la imposición, ahora suelen ser de difícil puesta en práctica.

Resulta complicado conjugar en un modelo el respeto a los sentimientos, el diálogo y el desarrollo de responsabilidades por un lado, con el ejercicio de la

autoridad y la disciplina por el otro. En esta situación los límites intergeneracionales se vuelven difusos y la autoridad paterna se ha perdido. Sin reglas relacionales no es posible generar un contexto emocional constructivo y amable; por el contrario, en este desorden intergeneracional, padres e hijos discuten desde un nivel jerárquico de igual a igual en la defensa de sus intereses, o bien, las diferencias entre los miembros se evaden eludiendo los conflictos. Con este referente, los alumnos llegan a la escuela, donde denotan algunas de estas conductas, con aparente dificultad para poder diferenciar que es otro contexto.

Actualmente la relación padres-hijos ha evolucionado y es más estrecha, pero los métodos de control, los recursos con los que se contaba antes (agresiones físicas, castigos excesivos...), ahora no son considerados como adecuados. La disciplina sigue siendo tan importante en la educación de un adolescente como durante el resto de la infancia. La diferencia es que, conforme se van haciendo cada vez mayores, los adolescentes cuestionan cada vez más las normas y límites que sus padres les imponen. Sin embargo la disciplina es una herramienta básica en la formación de una persona responsable y estable, así que es muy importante tener unas normas y límites bien definidos y exigir que todos los respeten.

Con valores cambiantes que distan de lo tradicional, la juventud atraviesa por varios fenómenos: la era del "todo vale", la generación "Nini" (ni estudia ni trabaja); padres que temen imponer normas; roles que están "invertidos", una adultez "adolescentizada"... Si el ejercicio de la norma proporciona placer, está bien. Si es para divertirse, ¡qué mejor!... La juventud está sumida en la era del "todo bien" y del "todo vale", en la que los límites parecen haberse esfumado y las normas de vida y de convivencia, extinguido. La diferencia entre lo bueno y lo malo, entre lo sano y lo perjudicial y entre lo violento y lo pacífico, va perdiendo sentido para un sector que -valga la obviedad- constituirá el futuro de la sociedad.

Las constelaciones familiares:

Bert Hellinger, autor de las constelaciones familiares, sostiene que la ausencia de roles en el proceso de socialización, que tiene que ver con valores y normas, están ligados a los límites. En las constelaciones familiares se observa la transmisión de generación tras generación de patrones conductuales y discursivos que le confieren características únicas y

personales en la forma de resolver sus problemas, pero también en la manera de manifestar sus patologías emocionales. En la génesis de estas patologías emocionales los hijos, al formar parte del sistema familiar, participan en todos los acontecimientos que vive la familia, beneficiándose o perjudicándose de las consecuencias de estos.

El objetivo de una constelación familiar es el de *restablecer un orden en el sistema familiar*, pues para Hellinger (2005), cada tragedia familiar descansa sobre una trasgresión de las leyes que rigen el sistema. Una de estas leyes es *el sentimiento de pertenencia*. Cuando se ha excluido o expulsado a un miembro de la familia, siempre hay quien, más tarde, se sentirá inconscientemente implicado en el destino de la persona excluida y retomará la exclusión como si fuera propia. La conciencia de clan supera al individuo y vela para que nadie quede excluido. Para que todo vuelva al orden, será imperativo que la persona recupere su lugar, si es necesario bajo la forma de un sustituto.

La segunda ley sistémica concierne a *la presencia*: cada uno debe tener su lugar según una jerarquía cronológica muy bien definida; significa que los padres van antes que los hijos y los antepasados o ascendientes antes que los descendientes. Si este orden y pertenencia es trastocado se presenta el caos en la familia, por lo que es importante establecer el orden y pertenencia en la familia a través de límites muy claros y precisos, para lo cual, son muy útiles las constelaciones familiares.

Es muy importante tener en cuenta la pertenencia, el equilibrio y el orden en la familia, pues el terapeuta de constelaciones muestra las consecuencias emocionales en los miembros de los sistemas de hijos y padres por no respetar los lugares (orden, límites y pertenencia), está respetando la organización total y particular del sistema familiar. Puesto que los sistemas vivos tienen intercambio constante de información, se movemos por retroalimentación; no son sistemas aislados y por ello la conexión entre las partes y la interacción obliga a percatarse de los problemas dentro del contexto.

Las constelaciones familiares se reconocen como un recurso técnico de alto valor diagnóstico y terapéutico, que no sólo descubre lo oculto en la dinámica familiar, sino que también esboza caminos hacia un reordenamiento dentro de los parámetros que Hellinger formula como los "órdenes del amor", que son leyes y órdenes de compensación que preservan el equilibrio en los sistemas.

Una experiencia de intervención

El presente trabajo describe las líneas generales de una experiencia de intervención a través de un programa de escuela para padres bajo el enfoque de las constelaciones familiares con padres de familia de estudiantes de la escuela preparatoria número 6 de la Universidad de Guadalajara. En esta escuela, los alumnos que acuden a este nivel escolar proviene de una estructura socioeconómica media baja a baja, de acuerdo a las zonas de procedencia, mismas que son consideradas periféricas, de contextos familiares disfuncionales, donde existe poca claridad de las reglas y límites en que deben actuar los hijos; en la dinámica familiar las funciones han sido trastocadas, y alguno de los cónyuges no cumple con las funciones que le corresponden, lo que genera inconformidad y disgusto en la pareja; o bien, alguno de los hijos, habitualmente el mayor, es parentalizado y opera como un pequeño padre/madre de sus hermanos.

La escuela de padres se dirige, fundamentalmente, a padres con hijos en este nivel educativo. Se imparte en la Escuela preparatoria 6 de la Universidad de Guadalajara desde el ciclo escolar 2009 A, en 12 sesiones por ciclo, de 3 horas de duración, una vez a la semana. Así mismo, actualmente se desarrolla en la escuela preparatoria número 7 de la Universidad de Guadalajara. Ahí se han impartido 3 sesiones de 3 horas de duración, una vez al mes; se pretende formalizar un calendario y efectuar una sesión a la semana durante 12 semanas, por ciclo escolar.

Como dato relacionado, la facultad de psicología de la Universidad de Colima, preocupada por la problemática que refleja sus alumnos en cuanto al orden y el establecimiento de límites, se ha ocupado de implementar la Escuela a Padres, tomando este modelo de constelaciones familiares, y se han impartido dos sesiones de 4 horas de duración cada una, previéndose establecer una sesión por mes durante un ciclo escolar.

En el proyecto, utilizando el modelo de constelaciones familiares, se retoma en su esencia la terapia sistémica, para restablecer el orden y el establecimiento de límites claros dentro del sistema familiar y, por lo tanto para que desde ahí, el sistema pueda transmitir normas y reglas a los subsistemas familiares, puesto que la familia incluye a todos sus miembros, y la totalidad es más que la suma de sus partes.

En este proyecto se utilizó una encuesta inicial y un cuestionario de evaluación; para el efecto, se en-

tregó a los asistentes un manual elaborado *ex profeso* (Sención Acosta, 2009), donde los participantes recuperan información familiar y realizan un genograma y su árbol genealógico para trabajar con la repetición de conductas y pautas disciplinarias en su familia de origen.

El equipo docente está formado por un psicólogo capacitado en constelaciones familiares, dos prestadores de servicio social con perfil de psicólogos y un pedagogo docente encargado de la escuela para padres.

El proyecto pretende proporcionar capacitación a los participantes para ejercer su función como padres; facilitar la toma de conciencia entre los participantes para que se den cuenta de la trasgresión de límites y orden que efectúan en su núcleo familiar; así como promover el intercambio y retroalimentaciones de experiencias entre los padres asistentes durante su participación en las sesiones de constelaciones familiares.

Originalmente, se vislumbraba que el proyecto se realizara sólo durante un semestre escolar en la escuela preparatoria 6 de la Universidad de Guadalajara, pero continuó dos más. Los participantes, con sed de descubrir su historia, su impacto en su presente, honrar a los antepasados, incluir a los excluidos, ordenar y poner a cada quien en su lugar, reclamaron seguir participando; no permitieron quedarse nuevamente huérfanos con tanto poco, querían una herencia, esa otra herencia donde ellos mismos disfrutaran su trabajo y su contribución al darse cuenta de su proceso. Esta tarea, que ellos mismos se imponían, en cada sesión reportaban sus avances más que sus retrocesos, más que estancarse, porque una vez iniciado el viaje, no podían parar... Su compromiso los fue haciendo plenos, con mayor sabiduría, dispuestos a ayudar a aquél que se atoraba; con gusto compartían sus dolores, las dificultades y penas se disminuían y pesaban menos si estaban todos. Aprendieron de la comunicación no verbal de sus cuerpos, a leer los acomodados en el campo del conocimiento, a respetar el proceso personal de cada uno de ellos, y sobre todo a no juzgarse... A fin de cuentas, ¿quiénes eran ellos para hacerlo, cómo podrían ellos castigar o maldecir a sus antepasados si no estuvieron allá y entonces? Todo lo contrario, estaban en el aquí y el ahora, dispuestos a tomar su destino como tal, a honrarlo, pues sólo de esta manera podrían cambiarlo, si se quedaban en el dolor, el odio, el pasado, entonces se perdían de la oportunidad de transformarse en seres activos.

La genealogía con sus herramientas como el genograma y el árbol fueron esenciales para comenzar la trayectoria del viaje, sin embargo, no hubiese sido posible la modificación de esquemas, la toma de conciencia, llevar a cabo la tarea y sobre todo, el asumirse como responsables de su pasado y transformar así, su presente, sin las sesiones de las constelaciones familiares. Cada sesión donde se prestaban a ser actores de otras historias, o ser ellos mismos sus representantes de sí mismos, o en última instancia, sólo ser espectadores, los llevó a descubrir nuevas pautas, nuevos enredos y por lo tanto asumir nuevos retos. Ellos, al contar su historia, adquirieron mayor importancia, constataron datos y hechos; fueron sus propias experiencias, percepciones y apreciaciones personales las que marcaron y ofrecieron la ocasión y la posición adecuada para ir avanzando, equilibrando pasado y presente. Se abrió un abanico de elecciones y el ser responsable de que su trayectoria, la posibilidad de que su camino mejore en el futuro; se dio una perspectiva para corregir lo que ellos mismos han trazado, mejorando ellos lo hacen sus descendientes; ahora saben que sus decisiones tienen peso y sus actos de hoy tendrán una influencia en el futuro.

Ser padres implicó un compromiso para ellos, donde pueden heredar a sus hijos algo mejor de lo que recibieron. Fue una muestra de amor, de nutrición afectiva y ayuda, pues el recibir frutos de este trabajo no se congeló ni se gastó en las sesiones; lo transmitieron a otros miembros de sus familias; la mayoría invitó e involucró a otros a participar, a ordenar y sanar con sus duelos. Padres de familia que a su vez se convirtieron en hijos trayendo a uno de sus padres para trabajar conjuntamente en la recuperación de su historia. Hermanos entregando el lugar que le correspondía a otro hermano; hijos recuperando su lugar de hijos dejando el lugar a su padre o madre, para así poder ser esposa o esposo... La complejidad de las interacciones en cada seno de estas familias se caracterizó por la gran variedad de lazos que existían entre sus miembros. La observación de estas interacciones permitió ver los modos repetitivos de relación a través de las generaciones, las formas repetitivas de funcionamiento y del no hacer.

El trabajo mostró un avance en el trabajo con los padres de familia, con quienes se trabajó en un acuerdo consensuado entre el facilitador y los representantes de cada familia que consintieron constelar. Al realizarse preguntas y respuestas e involucrar a otros participantes en el ejercicio, el impacto se desarrolló al develar verdades ocultas y muy potentes que provocaban un movimiento en la conciencia de la persona, a la vez que un alivio profundo porque ya su condición no podrá ser la misma que una vez fue. Ese movimiento fue un avance significativo en sus vidas, porque su presencia en el mundo de la familia y con quienes les rodean será auténtica, no responderá a un condicionamiento de un lugar equivocado en el que se tuvo que ejercer un rol que no le correspondía. La carga ya no existe más y se renueva el espíritu vital; esta vez cada uno puede encontrar un camino diferente en el que tendrá que trabajar a través de su voluntad de sentido con una visión mucho más clara. El bloqueo ha cedido y ahora existe un vacío fértil en el que cada cual ira construyendo una presencia en el mundo desde sí mismo y no desde los otros.

Referencias

- BERTALANFFY, L. V. (1981). *La teoría general de los sistemas. Fundamentos, desarrollo y aplicaciones*. México: Fondo de Cultura Económica.
- CANAULT, N. (2009). *Cómo pagamos los errores de nuestros antepasados. Una Introducción a la psicogenealogía*. Barcelona: Obelisco.
- DURÁN GERVILLA, A. et al. (2004). *Manual didáctico para la escuela de padres*. Valencia: Generalitat Valenciana, Conselleria de Sanitat / Fundación para el estudio, prevención y asistencia a las drogodependencias.
- HELLINGER, B. (2005). *Los órdenes del amor*. Barcelona: Herder.
- HELLINGER, B. (2002). *Religión, psicoterapia y cura de almas*. Barcelona: Herder.
- LANGLOIS, D. y L. (2010). *Psicogenealogía. Cómo transformar la herencia psicológica*. Barcelona: Obelisco.
- SENCIÓN ACOSTA, J. L. (2009). *Nuestro presente: lugar donde habitan nuestros antepasados*. Zapopan, Jalisco: Umbral Digital.
- WEBER, G. et al. (1999). *Felicidad Dual. Bert Hellinger y su psicoterapia sistémica*. Barcelona: Herder.