
Intervencions i tècniques per a adolescents (12-18 anys). Enfocament sistèmic

PID_00247996

Marcela San Cristóbal Bustos

Temps mínim de dedicació recomanat: 2 hores



Índex

Introducció	5
1. Metàfores	7
1.1. En quin sentit fem servir les metàfores?	7
1.2. Creem metàfores!	9
1.3. Moment per a metàfores	11
1.4. La tècnica adaptada a l'adolescència	11
2. Escultures	13
2.1. Com desenvolupem una escultura?	13
2.2. Quan és recomanable?	14
2.3. La tècnica adaptada a l'adolescència	14
3. Escenificació	16
3.1. En què consisteix l'escenificació?	16
3.2. En què ens pot ajudar l'escenificació?	17
3.3. La tècnica adaptada a l'adolescència	18
4. Sabotatge benèvol	19
4.1. En què consisteix?	19
4.2. La tècnica adaptada a l'adolescència	20
5. Manipulació al poder	21
5.1. Com hem d'intervenir?	21
5.2. La intervenció adaptada a l'adolescència	22
6. Conclusions	23
Bibliografia	25

Introducció

La intervenció amb famílies que tenen fills adolescents és un tema de gran interès i atenció dins de la teràpia familiar sistèmica (TFS). Hi ha diferents formes d'abordatge i s'han desenvolupat diferents recursos per als desafiaments que ens proposa cada cas a les sessions.

L'adolescència és el període d'evolució de la infantesa a l'adulthood en el qual conflueixen diversos temes: el desenvolupament físic, la cerca d'identitat, el desenvolupament de l'autonomia, la manera de relacionar-nos amb el món i les relacions socials. Tots aquests elements units fan que aquesta sigui una etapa bastant complexa i que, per tant, per poder superar-la sigui necessari que hi intervinguin diferents sistemes, el familiar, l'escolar i el social, entre d'altres.

En relació amb els desafiaments de la família per acompanyar l'adolescent en aquest procés, el psicòleg Valentín Escudero (2011) ens descriu el nivell de canvi que ha d'assumir l'entorn familiar:

«La familia ha de transformarse en su conjunto: las normas y las rutinas de la convivencia, los roles de autoridad y decisión, la distancia emocional y el afecto físico, la distribución del tiempo, y el espacio en el hogar. Y también hay una exigencia de cambio psicológico: las relaciones familiares cambian y la definición que hacen los padres de sí mismos como padres y como pareja se ve en ocasiones desafiada por la realidad de las nuevas relaciones que se producen ante la transformación de un hijo en su adolescencia.»

Per tant, tal com hem descrit, l'adolescència és un moment crucial que comporta un canvi familiar i que pot generar diferents situacions en les quals la família se senti desbordada i incapaç de contenir tot aquest procés. La TFS es presenta com una opció per ajudar aquestes famílies a enfrontar aquest canvi i a trobar les eines necessàries per solucionar les dificultats que fins ara no han pogut resoldre.

Una part important que afavoreix el canvi familiar es basa en el fet que el psicoterapeuta pugui realitzar un diagnòstic relacional que li permeti detectar les interaccions disfuncionals que s'amaguen darrere de la problemàtica. En aquest punt cal treballar aquests patrons amb diferents intervencions i tècniques.

Aquest material té com a fi mostrar algunes de les intervencions i tècniques útils que us podran servir en la vostra pràctica professional.

Abans de començar és necessari aclarir dues coses:

- 1) És important que reviseu el material obligatori de lectura sobre els principis de la teràpia familiar sistèmica prèviament, ja que, amb la presentació del contingut d'aquest document, donem per descomptat que ja coneixeu

certs conceptes i sabeu què proposa aquest enfocament. D'aquesta manera, evitem ser repetitius i podem enfocar aquest material des d'un punt de vista més professional.

- 2) És important deixar clar que totes les intervencions i tècniques que proposa la TFS no estan pensades per a cap edat en particular, per la qual cosa no es basen en l'edat dels fills en concret. Més aviat, tots els recursos proposats inicialment poden ser útils en qualsevol família o sistema. Tenint en compte el que hem dit anteriorment, hem fet una selecció a partir de la nostra experiència professional, en la qual desenvoluparem intervencions i tècniques que han estat efectives en les famílies que tenen fills adolescents, tant per les característiques de l'etapa com per les característiques de la família que ve a la consulta.

Per anar acabant aquesta introducció, hem deixat una cosa molt important per al final: hem d'aturar-nos en el factor fonamental sense el qual qualsevol intervenció o tècnica no tindrà efecte, per molt que existeixi un bon diagnòstic. Aquest factor es diu **aliança terapèutica**, i és la condició *sine qua non* perquè qualsevol procés psicoterapèutic pugui desenvolupar-se amb èxit.

Per als que no tingueu clar aquest concepte, podem dir que és la capacitat per crear un espai de seguretat, és a dir, un espai en el qual tots els membres de la família se sentin amb prou confiança com per obrir-se i parlar del que és difícil sense sentir que pot haver-hi futures represàlies tant per part del terapeuta com per part de la resta de membres de la família. És important, per tant, que quan duquem a terme les tècniques/intervencions en una sessió s'hagi fet un treball relacional previ amb la família.

Dit això, ara estudiarem diferents tècniques d'intervenció, començant per una de clàssica: l'ús i la creació de metàfores. Posteriorment, us mostrarem l'escultura, una tècnica que desenvolupa el llenguatge no verbal. Seguirem amb una tècnica molt potent, l'escenificació; a continuació, parlarem d'una tècnica especialment adequada per a adolescents rebels, el sabotatge benèvol, i, finalment, us presentarem la tècnica de la manipulació al poder, una intervenció que intenta restaurar la jerarquia paterna.

1. Metàfores

L'ús de metàfores ha estat present des dels inicis de la teràpia familiar sistèmica (TFS) i, fins ara, ha seguit sent una eina molt útil per a la majoria dels terapeutes que seguim aquest enfocament. És un recurs diferent que pot marcar canvis en el ritme de la sessió, ja que, aparentment, la família la rep com una intervenció «més lleugera». En ocasions fins i tot es produeixen metàfores inesperadament en la sessió, la qual cosa dona al terapeuta l'opció d'agafar-les i desenvolupar-les.

En un primer moment, la metàfora ajuda a crear una trobada entre la família i el terapeuta. Durant la teràpia facilita l'accés a punts conflictius i dolorosos de forma no intrusiva, no amenaçadora. Reactiva i amplifica els diferents significats donats al símptoma en la comunicació familiar.

Per definir l'ús d'una metàfora diríem que «per referir-nos a un tòpic determinat, usem un vehicle que no s'hi associa típicament» (Beyebach i Navarro, 1995).

Exemples de la vida quotidiana

Alguns exemples de la vida quotidiana i que, a més, poden ser vàlids per a la teràpia podrien ser els següents: quan ens referim al tòpic que una relació és com una planta i que cal regar-la cada dia, o quan parlem de la flor de la vida per referir-nos a la joventut.

A la idea anterior podem afegir la següent de Beyebach i Navarro (1995):

«La metáfora establece una similitud entre dos ideas aparentemente distintas, de forma que se produzca en las personas una disonancia semántica que se puede resolver dando una comprensión innovadora de la idea.»

1.1. En quin sentit fem servir les metàfores?

La manera de fer servir les metàfores és un debat que es produeix entre dues posicions diferents:

- 1) La primera, la **interpretativa**, es desenvolupa més aviat en la psicoanàlisi. El terapeuta ha d'interpretar les metàfores que *porta* el pacient. En TFS es fa servir aquest tipus d'enfocament quan s'interpreta el significat del símptoma.
- 2) La segona i la que volem destacar en aquest material és la **comunicativa**. És a dir, les metàfores es fan servir per comunicar-se, per introduir informació nova i per produir algun canvi. Segons Haley (Beyebach i Navarro, 1995), aquest punt de vista permet al terapeuta enviar missatges directament a l'inconscient.

Ens basem en aquesta segona posició per desenvolupar la tècnica de la teràpia familiar sistèmica, ja que, incorporant, a més, una influència més cognitiva, podem dir que la metàfora permet organitzar la informació d'una manera més integrada, facilitant l'adquisició de conceptes (informació, missatge) i transmetent continguts d'una manera més flexible.

Les metàfores es poden fer servir en diferents situacions clíniques per transmetre informació, des d'una concreta i específica a una altra de més global, des de suggerir canvis de comportament o de visions de si mateixos a aspectes rellevants del seu entorn.

Hem trobat una classificació feta per Barker (1987) en la qual distingeix els tipus de metàfora en psicoteràpia següents:

- **Històries llargues i elaborades.** Es fan servir per tractar situacions complexes i són elaborades, detallades i acurades. Aquest mètode requereix un gran coneixement de la família per part del terapeuta. Cada membre té un personatge; en la sessió es planteja un problema que es vol resoldre i es fa una descripció de les alternatives per abordar-lo. Per exemple, en el cas dels nens i adolescents, a l'hora de realitzar un *feedback* de les vivències que han tingut, l'elaboració d'un conte en el qual pugui detallar situacions i emocions pot ser un recurs molt potent com a devolució.
- **Anècdotes i històries curtes.** Es fan servir per aconseguir un objectiu terapèutic concret o per reforçar un canvi. Aquestes històries se centren en un o dos aspectes que cal treballar o reforçar. Un exemple conegut és la història de Pere i el llop, amb la qual estariem treballant l'honestedat.
- **Analogies símls o frases metafòriques breus.** Serveixen per il·lustrar o destacar en poques paraules un punt molt concret. Solen ser imatges i expressions relacionades amb la vida quotidiana. Per exemple, quan parlem en termes futbolístics i diem que a algú de la família «li traiem la targeta groga»: quan un fill adolescent ha suspès alguna matèria o ha arribat tard, per indicar que la seva conducta està en observació i qüestionament.
- **Metàfores relacionals.** Són preguntes que formula el terapeuta per generar certes reflexions en la família sobre el paper de cadascú en la relació familiar. Per exemple, quan en una sessió el terapeuta pregunta a la família què ha fet ell per generar una determinada reacció en algun membre de la família (enuig, ràbia, pena, una absència). Implícitament això fa que els membres de la família restants també es qüestionin les seves accions i la influència que tenen en els altres.
- **Tasques metafòriques.** En aquest tipus de metàfora intervé l'acció, és a dir, són «deures» que el terapeuta mana fer i que es poden executar tant a la sessió com en l'interval entre cada trobada. Per exemple, si no es resol la situació familiar, el terapeuta pot demanar que cada membre porti un dia

a la setmana una motxilla carregada amb pedres, que simbolitzin el pes que porta cadascun i el que comparteixen.

- **Objectes metafòrics.** Es fan servir durant l'entrevista per representar determinades situacions. Poden ser objectes comuns que representin algun significat i que serveixin per orientar l'entrevista o tota la teràpia. Per exemple, agafar el bastó de l'avi i interpretar-lo com a símbol del poder en la família. D'aquesta manera, durant la sessió el terapeuta anirà donant el bastó a la persona que detecti que en aquell moment té el poder.
- **Metàfora artística.** Són dibuixos o escultures. Una metàfora no necessàriament ha de ser oral, pot ser una acció, una posició, un gest, un objecte, una tasca ritualitzada. Per exemple, portar pintures clàssiques que representin emocions, dibuixos animats o cançons de grups actuals que representin l'estat emocional de la família.

En aquest punt ens aturarem un moment, ja que aquest tipus de metàfora és especialment útil per a treballar amb nens i adolescents perquè ajuda a entregar el missatge d'una manera més gràfica i més propera per a ells. És molt important que el terapeuta estigui atent i que es preocupi perquè la informació/missatge que vol comunicar arribi a tots els membres de la família. Amb això ens referim al fet que cal tenir un tipus de llenguatge accessible i utilitzar tots els recursos terapèutics perquè els nens i els adolescents entenguin el que passa al seu sistema familiar.

1.2. Creem metàfores!

Moltes vegades les metàfores que fem servir són espontànies, les suggereix la família o són de coneixement universal, però quan necessitem comunicar un missatge potent o fer especial atenció a algun aspecte important es recomana que les metàfores tinguin les característiques següents:

- 1) **Originalitat.** Buscar una metàfora que es faci servir poc o crear-ne una a mida són dues tècniques que habitualment tenen un gran impacte familiar.
- 2) **Adaptació al món del pacient.** La metàfora ha d'ajustar-se a la seva forma de vida i a les seves experiències.
- 3) **Via de sortida.** Quan generem imatges tan potents, com a terapeutes hem de tenir en compte que aquestes imatges/històries no siguin estàtiques i que tinguin la possibilitat d'evolucionar o de sortir de la situació conflictiva actual (Beyebach i Navarro, 1995).
- 4) **Inclusió d'una dimensió temporal.** Les metàfores creades han de parlar d'un determinat temps, època o moment; un aspecte **relacional**, o sigui, que inclogui una mirada des de la relació i manifestació de **recursos**, la qual cosa implica que es mostrin possibilitats d'evolució en la història.

Exemple

En una granja, on ja gairebé no quedaven camps, fa uns anys (dimensió temporal) vivia un camperol solitari... Un dia hi va aparèixer un nen i va declarar: «Jo d'aquí no em moc» (aspecte relacional). El camperol al principi es va enfadar i no ho va acceptar. A poc a poc va començar a acostumar-se (dimensió de recursos) al nen perquè el feia sentir...

Quan es crea una metàfora, els passos a seguir per construir-la són els següents:

- 1) Cal tenir un **objectiu terapèutic clar**, sigui específic o general.
- 2) **La intervenció és adequada?** Cal valorar si la metàfora és la intervenció o tècnica adequada per a la situació de la família.
- 3) **Incorporació de la posició del pacient.** En la creació de la metàfora cal incorporar la mirada, la postura del pacient, el seu llenguatge, la seva experiència, els seus oficis, les seves aficions i els símbols universals.
- 4) **Coherència.** La història ha de ser detallada per aconseguir una imatge clara i precisa del que volem transmetre. Cal tenir en compte que tingui les dimensions suggerides (temporal, relacional, de recursos) i prevenir les possibles lectures negatives que se li puguin donar. Cal cuidar molt aquest últim aspecte perquè no es transmeti un altre missatge.
- 5) **Quan s'elabora?** La creació de la metàfora dependrà del tipus, si ens basem en la classificació de Barker (1987, pàg. 8). Normalment en els formats de contes o devolucions llargues solen preparar-se amb temps, prèviament a la sessió. En altres circumstàncies, ja sigui amb l'equip o en solitari, en la mateixa sessió s'utilitza la metàfora per intervenir de manera puntual. Moltes vegades sorgeix de manera espontània a partir del contingut que ofereix la família.
- 6) **Transmissió de la metàfora.** Les metàfores no només s'expliquen, sinó que a partir d'elles es genera un procés en què participa la persona que les escolta. El terapeuta pot incitar a cocrear-ne una per transmetre-la. De què depèn?
 - Dependrà de la relació amb el terapeuta, que ha de ser de confiança i de col·laboració.
 - No es necessita una preparació especial de l'ambient per fer una metàfora però, en cas que sigui necessari donar-li més impacte, es pot insinuar el tema abans d'explicar la metàfora. Habitualment no és necessària la preparació de l'ambient, però en alguns casos certes insinuacions prèvies poden ajudar l'impacte.
 - Si són analogies curtes es pot indagar en les impressions que provoquen al moment; si són llargues, és preferible fer-ho al final de la sessió.
 - Cal observar les reaccions de la família, sobretot pel que fa a la comunicació no verbal, ja que podem adonar-nos de l'impacte que té la metàfora. Si observem les reaccions, podem reaccionar i corregir la nostra actuació sobre la marxa.
- 7) **La continuació de la metàfora.** Podem donar certa continuïtat a la metàfora assignant tasques o obrint la sessió següent amb una pregunta relacionada.

Hi ha moments en què és la família qui tanca la metàfora i qui li dona un final. Això és molt positiu, ja que demostra que la família és capaç de donar una solució metafòrica al problema.

1.3. Moment per a metàfores

Les metàfores poden ser utilitzades en diferents situacions terapèutiques; no obstant això, hi ha alguns casos específics en què la utilització d'aquest recurs és més que recomanable:

- Quan la família que tenim a la consulta no es mostri cooperadora, quan no accepti les idees o les visions que aporta el terapeuta de forma directa o quan els pacients o les famílies tendeixin a intel·lectualitzar el missatge i evitin rebre'l íntegrament.
- Quan vulguem augmentar l'eficàcia de la comunicació en intensitat, claredat, rapidesa, durada del missatge i per poder portar a la sessió situacions difícils d'afrontar.
- Quan vulguem facilitar la disposició de la família a assumir més responsabilitat en el canvi.

1.4. La tècnica adaptada a l'adolescència

En la nostra experiència, utilitzar les metàfores en sessions amb famílies amb adolescents obre un ventall de possibilitats, ja que la metàfora té un **valor inclusiu**, perquè el llenguatge metafòric pot facilitar en moltes ocasions la comunicació entre ells i els seus pares, la qual cosa possibilita l'enteniment de les dinàmiques familiars. Aquest tipus de missatge i informació té més *feeling*, capta l'atenció dels nens i adolescents i en fomenta la participació.

Per acabar, exposem un exemple de metàfora en format de conte, un fragment elaborat prèviament per a una família amb un adolescent de tretze anys, desqualificador, distant i amb una actitud de superioritat amb la seva família i els seus amics. L'objectiu era que assimilés la seva història familiar: el pare de la família va abandonar-lo juntament amb el seu germà.

Metàfores detallades i elaborades acuradament

Hi havia una vegada en una illa molt llunyana un clan molt petitó, molt petitó compost per cinc integrants. Era un clan molt exclusiu i, per tant, no podia entrar-hi ningú nou. Si algú s'acostava als seus membres, s'ho agafaven amb molta desconfiança, molta molta desconfiança.

El clan estava format pel cap, un búfal amb molt de caràcter que s'ocupava de la protecció i de la seguretat del clan. També hi havia l'esposa búfala, que es preocupava dels aspectes interns del clan, com tenir cura dels tres petits bufals: dues femelles i, enmig, un mascle. Eren molt entremaliats i divertits, observaven tot el que els envoltava.

Els petits, de vegades, no entenien què passava quan es produïa una lluita contra algú, perquè no sabien contra qui. Van fer grans travessies i van migrar a diferents llocs perquè el pare búfal, el cap del clan, estava sempre preocupat. Sempre estava observant, però mai no se sabia a qui; discutint, defensant-se i enfadant-se. Dins del clan cridava i, de vegades, s'enfadava tant que feia mal.

Durant uns anys, a la illa va passar de tot: va haver-hi tempestes, tornados; van passar fred i de vegades gana. El clan búfal va canviar d'hàbitat, però ho passava malament; de vegades era divertit per als petits, però altres vegades feia por i causava inseguretat, no sabien què passaria el dia de demà. Els bufalets anaven jugant, adaptant-se, però sabien que alguna cosa no anava bé. La mare búfal intentava que tot estigués tranquil i que fluís, però fins i tot ella s'acabava atabalant. L'orgull del búfal pare de vegades li impedia veure que el clan no se sentia bé, i ja estaven començant a cansar-se de la situació [...]. Tots deien que tenia **orgull** de rei, però, en realitat, ell mostrava d'una manera molt diferent el que sentia. Era un búfal molt sensible, i el prenien per un búfal orgullós. Era tan sensible que fins i tot els sorolls li semblaven nocius; de vegades es tornava boig només pel soroll d'una tempesta. Però el que ningú no podia veure, perquè ell no ho expressava, és que aquest orgull aparent no era sinó un mur que ocultava una mescla de por, de sensació de perill, d'haver viscut tanta bogeria quan era petit, de no saber demanar ajuda, de no trobar noves maneres de ser. Tot això és el que s'amagava en aquest orgull.

2. Escultures

Les escultures són una tècnica psicodramàtica que va ser desenvolupada per terapeutes familiars partidaris d'utilitzar tècniques actives (Moreno, 2014). Les escultures familiars es basen en l'obtenció d'informació del sistema i la realització d'intervencions terapèutiques efectives utilitzant un nivell de comunicació no verbal.

És una tècnica que pot donar molta informació en moments en els quals és difícil obtenir més detalls de les dinàmiques familiars. L'objectiu és explorar el que la família comunica i revela de si mateixa.

2.1. Com desenvolupem una escultura?

Procés

En les escultures se sol·licita a la família que presenti d'una manera especial la imatge que té de si mateixa: mitjançant la disposició de cossos a l'espai, l'adaptació de les fisonomies o posicions, les distàncies entre els membres i l'adreça de les mirades...

Es recomana que els comentaris dels participants només s'acceptin un cop executada la petició. Hi ha diverses maneres de proposar aquesta tècnica, una molt utilitzada és demanar dues escultures:

- 1) **Escultura del present.** L'escultor, un integrant de la família, ha de representar la família com la veu en el moment actual, amb les interaccions que tenen en aquest moment.
- 2) **Escultura del futur.** L'escultor ha de representar com veu la família d'aquí a una quantitat determinada d'anys (u, cinc o deu habitualment).

També es poden demanar les escultures que reflecteixin determinades situacions i, depenent de l'objectiu que tingui el terapeuta, es poden demanar escultures familiars a diferents membres per conèixer les diferents mirades davant d'un mateix problema.

A partir de les escultures surten els mites i els fantasmes que caracteritzen aquesta família. Les escultures ofereixen al terapeuta un espai ric en informacions sobre les quals és possible elaborar noves lectures i redefinicions del sistema, és a dir, noves estratègies d'intervenció.

Exemples d'escultures

Per exemple, es pot demanar a un dels fills que faci una escultura del moment en què tots discuteixen, una escultura del passat abans que es produís un fet important o una escultura de les relacions amb els avis, etc.

2.2. Quan és recomanable?

Les escultures ens permeten treballar amb famílies que tenen tendència a evitar les tensions emocionals i a explicar conflictes subjacents. En aquests casos, com que es fa servir la comunicació no verbal o analògica es pot observar que no hi ha absència de vida emocional ni afectiva, sinó que s'eviten per protegir la família, i per això tots hi col·laboren.

2.3. La tècnica adaptada a l'adolescència

Habitualment la petició que sigui el fill adolescent l'escultor d'una de les escultures familiars és un exercici molt interessant, sobretot si és un dels membres més reservats de la família. Generalment són més observadors i poden tenir una visió que pot aportar molta informació a l'hora de valorar les relacions.

Per acabar, posarem un exemple d'aquesta tècnica amb fotografies: una família monomarental amb una filla de divuit anys i amb greus problemes de comunicació entre mare i filla. Se'ls ha demanat que cadascuna faci una escultura de la relació que tenen. Com veureu, l'escultura de la filla (figura 2) és preocupant per les emocions que transmet, de buit i descontrol. Per a ella va ser molt difícil explicar-ho a la sessió.

Figura 1. Mare i filla d'esquena



Figura 2. Mare agenollada



Figura 3. Mare i filla d'esquena i donant-se les mans



3. Escenificació

D'acord amb Minuchin (1984), quan les famílies estan en teràpia i s'entra en un **mode verbal** que transmet solament una part de la vivència total, davant de les preguntes que el terapeuta faci, les respostes seran acurades o transmetran el que ells perceben del que ha passat. És a dir, hi ha una quantitat d'informació que està filtrada, oculta i cega a la qual el terapeuta no pot accedir mitjançant el relat verbal, a diferència del que passa quan la família **interactua**. En aquest cas els membres es mostren en interacció familiar, com si estiguessin fora de la sessió. D'aquesta manera ens mostren les regles familiars, les pautes de conducta, la comunicació verbal i la no verbal. En definitiva, d'aquesta manera la família ens deixa veure molta informació fonamental que verbalment seria difícil d'extreure.

Així doncs, la tècnica de l'escenificació permet observar la interacció familiar a la sessió, on el terapeuta té el control de la situació per poder introduir elements nous i conèixer més la família.

3.1. En què consisteix l'escenificació?

En l'escenificació el terapeuta proposa revivre una escena d'una situació conflictiva a la consulta amb tots els membres de la família, amb la característica que ell pot intervenir en el procés de les maneres següents:

- Augmentant la intensitat de certs moments.
- Perllongant la durada de la intervenció si ho creu necessari.
- Fent participar altres membres per saber com intervindrien o què senten.
- Indicant diferents maneres d'interacció, com possibles solucions.
- Realitzant propostes experimentals per valorar l'índole del problema, la flexibilitat de les interaccions i trobar solucions alternatives.

La tasca del terapeuta és arribar a la informació que els membres de la família no consideren pertinent i que ens expressarien verbalment. És important destacar que quan les famílies executen una escenificació, la intensitat de la situació pot ser similar a la de la vida real. Això pot generar un espai potent per al canvi.

Un dels factors importants és que en aquesta situació el terapeuta tingui el control del context i la possibilitat de verificar les regles del sistema aliant-se d'una manera diferencial amb els membres de la família o formant coalicions contra ells. El terapeuta pot observar la flexibilitat del sistema mentre el pressiona. També té el control temporal, ja que té la facultat de prosseguir o delimitar l'acció.

3.2. En què ens pot ajudar l'escenificació?

- 1) El terapeuta obtindrà una visió de les regles que presideixen i de les pautes d'interacció dins d'una família.
- 2) Les problemàtiques exposades en l'escenificació es tornen accessibles al present i en la relació amb el terapeuta.
- 3) Les famílies se centren exclusivament en el problema i aparten altres temes.

L'escenificació requereix un terapeuta actiu, que pugui moure's còmodament si les respostes d'algú no es poden predir. Segons Minuchin (1984), és molt important que el terapeuta se senti còmode en situacions obertes en les quals no solament es promou el desplegament de la informació, sinó també en les quals ha pressionat les persones i ha vivenciat la retroalimentació enfront de la seva ingerència.

A més de millorar la qualitat i la quantitat de la informació, cal destacar altres avantatges terapèutics:

- Facilita la formació del sistema terapèutic, ja que el terapeuta no és només un observador, sinó que també participa en la teràpia i fa que augmenti el compromís de la família amb ell.
- Al moment de l'escenificació es produeix un qüestionament de la situació determinada, ja que, quan es presenta l'escena, s'assenyala la persona malalta o el pacient identificat. Però escenificar la situació permet que s'hi incorporin més membres, no només un; o sigui, que la unitat d'observació i intervenció s'amplia. Passa de pacient patològic a família disfuncional.
- El sistema terapèutic ofereix un context per experimentar situacions concretes. Aquest aspecte és molt útil per als nens o famílies amb un origen cultural que no coincideix amb el del terapeuta. Així doncs, les directives del terapeuta poden ser més clares si es fa servir un llenguatge concret. Per exemple, escenificar una situació amb una família provinent del Marroc permetrà al terapeuta indicar unes pautes concretament acompanyades dels moviments de l'escenificació. El mateix passarà si es fa amb nens, que poden incorporar millor els canvis realitzant específicament les propostes a la teràpia.

Hi ha el risc que el terapeuta sigui absorbit pel sistema familiar i que la família el trianguli o el forci a ocupar un lloc central. No obstant això, el terapeuta pot reprendre el seu rol proposant una altra escenificació i posicionant-se com a observador sense intervenir-hi. Així el terapeuta podrà tornar a la seva posició i mantenir una certa distància.

3.3. La tècnica adaptada a l'adolescència

L'escenificació, a causa del seu origen dramàtic, pot ser un factor d'acostament o allunyament de l'adolescent. No obstant això, si el terapeuta té una bona relació amb l'adolescent pot ser una gran oportunitat perquè exposi el seu punt de vista o sensació sobre la situació conflictiva determinada que es dona a la família. El fet de tenir un observador i un suport extern pot facilitar la recepció de directrius que el condueixen a una nova manera d'interactuar.

4. Sabotatge benèvol

El sabotatge benèvol és una intervenció eficaç molt utilitzada en les famílies amb fills, especialment en adolescents, per a tractar les dificultats que tenen els pares a l'hora d'educar-los. És una aportació que s'ha desenvolupat a l'escola de Palo Alto.

D'acord amb Fischer, Weakland i Segal (1988), la tècnica se centra en un tema tan comú com la rebel·lia o el fet que els fills no facin cas. Aquesta actitud es pot manifestar de diferents maneres. En els problemes quotidians, els fills no fan les tasques de casa que se'ls manen, com mantenir l'habitació ordenada, parar la taula, etc. També es pot manifestar en temes escolars, ja que, per falta de dedicació, pot ser que l'adolescent no aprovi algunes assignatures. També pot ser que no compleixi les normes de casa, arribi tard, sigui esquerp i tracti malament la família o, el més extrem, que els pares estiguin preocupats pel consum de drogues, pel risc de tenir problemes greus amb la llei, etc. Si aquesta conducta es cronifica, es convertirà en un problema difícil de gestionar.

Aquesta situació passa a moltes famílies que tenen un adolescent a casa perquè quan creixen els fills la família ha d'anar adaptant-se i canviant les maneres d'actuar. L'adolescència requereix una altra manera de relacionar-se; si no és així, els pares perden l'autoritat. És per això que en algunes situacions familiars, quan hi ha una confrontació, l'adolescent pot desafiar els seus pares i que es creï una escalada. En aquests casos, l'adult juga en desavantatge, perquè l'adolescent no té la intenció d'arribar a un acord, sinó més aviat de mantenir reforçada la seva opinió o actitud.

Llavors les solucions sobreutilitzades perden pes i eficàcia. La rebel·lia és un objectiu per a un adolescent, per la qual cosa cada vegada que s'oposi a alguna cosa se sentirà satisfet, encara que els pares intentin raonar-hi.

Està força clar que les solucions que s'intenten dur a terme creen i mantenen el problema, però els pares no s'atreveixen a canviar d'estratègia perquè entenen/temen que la reacció del fill sigui de rebel·lia total i perdin l'escàs control que tenen.

4.1. En què consisteix?

El terapeuta instruirà els pares perquè utilitzin un sabotatge benèvol, és a dir, els pares adoptaran una posició basada a admetre francament davant el fill que són incapaços de controlar el seu comportament. L'adolescent s'adona ràpidament que la seva actitud de defensa i desafiament no té sentit, ja que

els seus pares s'han posat en una posició de feblesa. Per a cada situació que generava conflicte anteriorment ha de buscar una nova reacció, en la qual quedi en evidència que els pares es mostren incapaços i maldestres.

Exemples

Se li diu a l'adolescent que als pares els agradaria que arribés a una hora determinada, però anticipen que no poden fer res perquè això es compleixi. Després, quan el fill efectivament arribi més tard, els pares trigaran a obrir, mostraran que tenen son i que estan despreocupats, molt adormits; es disculparan per haver trigat a obrir. L'endemà no faran comentaris sobre aquest tema.

Es mostraran ineficaços i s'oblidaran de rentar-li la roba, cuinaran fatal, amb molta sal i demanaran disculpes per tenir uns dies tan maldestres.

Si l'adolescent no es fa el llit, la mare l'hi farà, però posarà molles al llit. Quan ell es queixi, ella es disculparà argumentant que en aquest moment tenia gana i que estava menjant pa. Si no es renta la roba, es perdrà temporalment la seva samarreta favorita, la qual cosa farà que la mare reconegui que l'ha rentada però que no recorda on l'ha posada.

Els pares no han de mostrar-se en cap moment sarcàstics o punitius sobre aquests actes de sabotatge, sinó que han de disculpar-se sempre. Gran part de l'eficàcia del sabotatge benèvol resideix en un doble procés de reestructuració: l'adolescent perd les ganes de rebel·lar-se, ja que no li queden motius per fer-ho i, virtualment, inverteix la dinàmica de la interacció familiar.

El sabotatge benèvol dona lloc a una situació en la qual els pares es tornen obertament permissius i desvalguts, però ocultament punitius, d'una manera contra la qual l'adolescent no pot rebel·lar-se. Aquest canvi impedeix una «solució» inútil que contribueix a mantenir el problema.

4.2. La tècnica adaptada a l'adolescència

Aquesta tècnica és especialment eficaç en aquesta etapa, ja que es compon d'intervencions estratègiques que desarmen l'adolescent i que permeten que els pares recuperin l'autoritat. Té un alt valor d'efectivitat, sempre que els pares puguin executar bé l'estratègia. Com a terapeutes hem de ser convincents a l'hora de treballar en aquesta línia.

5. Manipulació al poder

Provinent de la línia estratègica, aquesta tècnica resulta útil en casos amb fills adolescents amb dificultats molt importants, com delinqüència, deserció escolar, violència, consum de drogues, etc. (Madanes, 1982).

S'entén que la jerarquia es defineix dins de la família per les seqüències repetitives basades en el fet de qui comunica a qui el que ha de fer. En aquest cas, la disfunció que es produeix és que el fill és qui estableix la jerarquia (Madanes, 1982). La família, en aquests casos, presenta una incongruència en la jerarquia familiar; el jove es troba en una posició de poder superior que la dels seus pares. En el sistema familiar es presenten dues jerarquies incongruents presents en la família:

- 1) D'una banda, hi ha el fill, inepte, ineficient i dependent de la protecció dels seus pares.
- 2) D'altra banda, aquests pares són dominats per la conducta del fill, ja que, quan li demanen que es comporti, el fill amenaça de posar-se en perill.

Es produeix la paradoxa que el fill domina però, al seu torn, depèn dels pares. El jove té el poder, i cal canviar aquesta situació.

Això s'explica perquè el fill adolescent, amb les dificultats que té i els trastorns que provoca el seu fracàs a la vida, es converteix en el focus en el qual se centren els pares, que necessiten estar a la seva disposició. Així doncs, els pares tenen com a objectiu superar els seus propis errors i mantenir-se units.

5.1. Com hem d'intervenir?

La finalitat és redistribuir el poder. El terapeuta ha d'intervenir en la situació perquè es modifiquin aquestes seqüències, perquè els pares siguin els quals donin ordres i el fill faci cas. En aquests casos és recomanable un enfocament simple i directe. En aquest enfocament el terapeuta només fa servir el significat literal de les paraules amb la finalitat d'evitar qualsevol confusió.

A més, es posaran objectius concrets que apuntin al restabliment de rols, per exemple, anar a l'institut, ajudar en els quefers de casa, etc. El procés terapèutic consisteix a organitzar la família perquè això passi. El terapeuta haurà de promoure la capacitat d'elaborar i executar regles. En aquests casos els pares solen mostrar-se incompetents, és per això que el terapeuta treballarà per promoure les seves competències, per recuperar el poder i l'autoritat. El contingut de les seqüències comunicacionals ha de servir perquè els pares fixin les expectatives

que tenen respecte al fill i les regles que ha de seguir, i estableixin les conseqüències que tindrà que no les compleixi. A més, s'hauran de contrarestar les seqüències que desqualifiquin aquesta jerarquia.

5.2. La intervenció adaptada a l'adolescència

Aquest mètode proposa una línia d'intervenció per a situacions cada vegada més comunes, però no per això menys greus, que es donen en certes famílies, en les quals és el fill qui dirigeix i organitza les situacions. Els pares, tant per acció com per omissió, lliuren aquest poder i després s'hi sotmeten. Aquesta intervenció no deixa de ser un enfortiment del sistema patern. Els pares recuperaran la seva capacitat de posar límits i normes.

6. Conclusions

Després d'haver descrit i explicat aquests recursos, i d'haver valorat que us seran de gran utilitat en les sessions amb famílies i adolescents, només ens queda animar-vos, com a professionals que s'estan formant en aquest enfocament, a treballar en la figura del terapeuta, és a dir, a aprofundir en les vostres pròpies històries familiars. Això us servirà per conèixer el tipus de relacions que s'han donat en el vostre nucli familiar i per saber de quina manera han influït en els terapeutes que sou ara.

Finalment, volem proposar-vos una cosa molt important, que us recordeu de l'adolescent que va ser i que valoreu la fortalesa que va tenir per superar aquesta etapa. I, amb tot això, ara heu d'intentar empatitzar amb els adolescents que us trobeu a la sala de teràpia.

Bibliografia

- Barker, P. (1987). *L'uso della metafora in psicoterapia*. Badajoz: Astrolabio Editorial.
- Beyebach, M. i Navarro, J. (2010). Uso de metáforas en terapia familiar. A *Avanços en teràpia familiar sistèmica* cap. 3, ed. original 1995. Madrid: Paidós.
- Escudero, V. (2011). *Adolescentes y familias en conflicto, Manual de tratamiento*. La Corunya: Fundació Meniños.
- Fischer, R., Weakland, J. H., i Segal, L. (1988). *La táctica del cambio. Cómo abreviar la psicoterapia*. Buenos Aires: Herder.
- Madanes, C. (1993). *La terapia familiar estratégica*, ed. original 1982. Buenos Aires: Amorrortu.
- Minuchin, S. i Fishman, H. C. (2004). *Técnicas de terapia familiar*, ed. original 1984. Buenos Aires: Paidós.
- Minuchin, S. (1977). *Familias y terapia familiar*, ed. original, 1974. Barcelona: Gedisa.
- Moreno, A. (2015). *Manual de terapia sistèmica*, ed. original 2014. Bilbao: Descleé de Brouwer.
- Ochoa d'Alda, I. (1995). *Enfoques en terapia familiar sistèmica*. Barcelona: Herder.

