

Máster en Psicología Infantil y Juvenil

Técnicas y estrategias de intervención III

Enfoque Sistémico: Técnica Rejilla familiar

Éste es un documento de trabajo.

Recoge la ficha básica de la técnica de la *Rejilla Familiar*, que se trabaja en el vídeo de Técnicas y Estrategias de intervención para adolescentes de 12-18 años desde el enfoque sistémico.

Este documento pretende ser un instrumento para que, antes de visionar el vídeo, os familiaricéis con el caso y con la técnica que allí se trabajará. De este modo, podréis seguir la simulación realizada.

Citar como:

Quiroga, P. (2018). *Técnicas y estrategias de intervención infantojuvenil desde el enfoque sistémico 12-18 años*. Material de trabajo no publicado.

Nombre de la técnica: REJILLA FAMILIAR

Descripción del caso

El núcleo familiar se compone de Jesús de 46 años, Asun de 44, y sus dos hijos, Dani de 17 y Julia de 13.

Los padres solicitan terapia preocupados por la conducta de Dani; en el último año han tenido peleas muy fuertes con él en casa, en las que el chico se ha mostrado muy agresivo con gritos, empujones y golpes a puertas y paredes. Los padres sospechan que pueda tener algún tipo de problema de impulsividad grave y le amenazan con llevarlo al psiquiatra para que le pauten tratamiento farmacológico.

Ellos se quejan de que los fines de semana sale toda la noche y llega al día siguiente sin avisarlos, no conocen a sus amigos ni saben con quién va. En el instituto no hace nada, tampoco estudia ni hace los deberes. En casa tampoco colabora con las tareas domésticas.

Cuando le reclaman que tiene que cumplir con sus obligaciones, él les contesta con agresividad, a veces insultándolos, sobretodo a la madre.

Dani a su vez se queja de que sus padres le están controlando la mayoría del tiempo, reivindica que casi tiene la mayoría de edad y que ya es mayor para hacer muchas cosas, y decidir sobre su propia vida. Así y todo, reconoce que pierde los papeles en algunos momentos de las discusiones y no le gusta verse así, después se siente mal y a veces les pide disculpas.

Dani cursa bachillerato, este año está repitiendo primero. Cuando acabó la ESO no tenía muy claro qué hacer y sus padres le convencieron para empezar bachillerato.

En el instituto lo describen como un chico inteligente, con personalidad y buenas habilidades sociales pero poco motivado para los estudios.

Los padres reconocen que fuera del ámbito de la familia todo el mundo tiene una buena imagen de su hijo, lo ven como alguien educado, amigo de sus amigos y que "sabe estar".

Historia familiar

Ambos padres son hijos de inmigrantes andaluces, describen a sus familias como humildes y luchadoras, sacrificándose para sacar a sus hijos adelante.

Jesús es el menor de 3 hermanos, de niño fue un chico introvertido y sensible que sufrió bullying en la escuela. En casa era obediente y cuando sus padres discutían, él se aislaba encerrándose en sí mismo. Reconoce que las discusiones en general no le gustan nada.

Asun es la mayor de 3 hermanas, sus padres tenían un bar y ella los ayudaba. Siempre ha ejercido el rol clásico de 'hermana mayor' ocupándose de sus hermanas y ayudando en el negocio familiar. Recuerda a su madre como una mujer ansiosa, controladora y muy sufridora por todo.

Su familia le ha transmitido los valores del esfuerzo y el “sacrificio por la familia”. Quizás por ese motivo ve a su hijo como un egoísta que solo mira por sus intereses sin tener en cuenta las necesidades de los demás.

Dani fue un niño muy deseado por ambos, ya de pequeño lo recuerdan “muy movido” y consentido por ellos; cuando de niño se empeñaba en algo les costaba ponerle límites. Su padre ha sido siempre más comprensivo y su madre más normativa.

Julia siempre ha sido una niña tranquila y responsable, los padres la presentan como la hija modélica. La relación entre los dos hermanos ha sido siempre distante.

Observaciones sobre la evaluación e intervenciones previas

Se realizan 3 entrevistas iniciales con toda la familia siguiendo el protocolo de evaluación. Se efectúa una sesión posterior solo con los padres y otra individual únicamente con Dani.

En estas dos últimas entrevistas, tanto Dani como sus padres reconocen parte de responsabilidad en el mantenimiento del ciclo sintomático. El terapeuta anima a cada parte a que haga un esfuerzo de cambio: a Dani proponiéndole gestos de mayor colaboración en casa, y a los padres que se retiren un poco del lugar de control y que sea el padre el que trate con el chico los temas más conflictivos.

En la 6ª sesión, el padre no asistió por motivos laborales, la familia se muestra desmotivada, los conflictos entre la madre y Dani no han disminuido. El terapeuta les propone trabajar con la técnica de la *Rejilla familiar* en esa sesión para salir un poco de los problemas cotidianos y poder conectar con otros aspectos de la familia.

La dinámica relacional

En las sesiones la tensión entre ellos se nota de inmediato, Dani se muestra nervioso saltando a la primera contra sus padres, por su lado la madre le reprocha lo egoísta que es, mostrándose enfadada y muy dolida.

El padre intenta apaciguar los ánimos con una actitud conciliadora pero no consigue calmar ni a uno ni a otro.

El chico siente que su madre está todo el rato encima suyo intentándolo controlar.

La hermana se muestra angustiada cuando se discuten en sesión, “le sabe mal” ver a sus padres así, se queda callada, mira al suelo, pero no toma partido en el conflicto.

Los padres tienen estilos educativos opuestos entre sí; mientras la madre es partidaria de un mayor control y de quitarle privilegios si hace falta, (dinero, salidas...) el padre, en cambio, prefiere darle más libertad y algo de dinero para evitar el enfrentamiento directo.

TÉCNICA: Rejilla familiar

1. OBJETIVO

- Desfocalizar el problema y centrarse en "la familia", destacar los elementos comunes familiares, el estilo familiar, recuperando el sentido de pertenencia familiar.
- Ayudar a afianzar el proceso de formación/construcción de la identidad de los miembros de la familia en esta nueva etapa del ciclo vital.

2. DESTINATARIO/S

Esta técnica es recomendable aplicarla en familias con niños a partir de 12 años, incluyendo si es posible a padres y hermanos en la sesión. Resulta muy útil para familias que están muy atrapadas en dinámicas del control/conflicto, en las que el diálogo se limita a reproches mutuos acerca de los mismos temas conflictivos que se repiten incansablemente día tras día.

3. ROLES:

- Rol 1: *Terapeuta* (representado en el vídeo por Pablo Quiroga)
- Rol 2: Dani (representado por Marcela San Cristóbal)
- Rol 3: Asun, madre de Dani (representada por María Martín)
- Rol 4: Julia, hermana de Dani (representada por Susana Andrade).

4. MATERIAL

Una cartulina blanca y rotulador negro para escribir en ella.

5. DESARROLLO

1. Función del terapeuta

El terapeuta tiene que desempeñar un rol activo en la sesión, propiciando un clima distendido y facilitando que la familia pueda ir "poniendo en palabras" aspectos de los otros y de uno mismo que seguramente no habían sido nunca explicitados.

El profesional actúa como un "rastreador" de capacidades y competencias de la familia, adoptando una "mirada apreciativa" hacia cada miembro y la familia en general, para ayudarles a que ellos mismos se puedan ir percibiendo de una manera más positiva. La técnica de la *Rejilla Familiar* que trabajaremos es una adaptación de Silvana Recio de la técnica del mismo nombre de Dallos (1991).

2. Sesiones previas de preparación

Es importante realizar previamente como mínimo alguna sesión con el hijo en individual y otra a solas con los padres. El objetivo de éstas es: 1) ver si van a ser capaces de reconocer aspectos positivos del otro, 2) negociar con el adolescente que se va a dedicar una sesión a trabajar con esta técnica, y 3) asegurarse de que los padres van a ser capaces de mencionar aspectos positivos de su hijo, preparando así el terreno para aplicar la técnica. Si el nivel de rencor es muy elevado y todavía no son capaces de mencionar nada en positivo mejor no aplicar la técnica de momento pues podría resultar contraproducente.

3. Contextualización y explicación de la técnica

Comenzamos la entrevista explicándoles que les vamos a proponer una tarea para realizar en familia, explicando también por qué puede ser interesante aplicarla en este momento del proceso terapéutico y clarificando cuál es el objetivo que se persigue.

Les podemos plantear que en situaciones de bloqueo como el suyo, esta técnica nos puede ayudar a indagar otros aspectos de cada uno de los miembros de la familia que no han salido a relucir en las sesiones previas; con el objetivo de conocer como se ve esta familia a sí misma, para que puedan tener una percepción más positiva entre ellos y como familia en general.

Sacamos la cartulina con la tabla previamente dibujada y le pedimos a alguno de ellos que nos ayude escribir lo que vamos a ir diciendo (podemos por ejemplo pedirle al hijo señalado como “problemático” que sea él quien escriba, así le otorgamos un rol más activo en la tarea).

4. Descripción de los padres

Comenzamos pidiendo a un padre que describa a cada miembro de la familia, empezando por el hijo mayor, la hija menor, el otro padre y después a él mismo.

Se le pide que señale de cada uno 3 características positivas de la manera de ser y después un aspecto en que podría mejorar.

Después se le pedirá al otro padre que haga lo mismo.

(Se les puede preguntar por ejemplo qué características de su hijo o hija le recuerdan a sí mismos cuando tenían su edad, positivas o no tanto)

5. Descripción del hijo

Pedimos lo mismo al hijo, preguntando primero por la descripción de los padres, luego de la hermana y después de él mismo.

6. Descripción de la hermana.

Le pedimos que describa a los padres, luego al hermano y por último a ella misma.

7. Observación y análisis del cuadro.

Colocamos el cuadro en un lado de la sala, y pedimos a la familia que se coloquen junto a nosotros para poder observar el cuadro con mayor detenimiento.

Lo contemplamos conjuntamente con la familia haciendo un repaso de las descripciones señalando similitudes entre sí, buscando características comunes entre las dos generaciones, e interesándonos por patrones que quizás vienen ya de generaciones anteriores... (por ejemplo: "veo que compartís con vuestro hijo la cualidad del esfuerzo y la perseverancia, ¿este es un valor que os han transmitido también vuestros padres (los abuelos de los niños)?").

Aspectos importantes a tener en cuenta:

- Las descripciones pueden ser palabras o también frases, lo importante es que reflejen con exactitud la característica que se quieren transmitir.
- Los adjetivos de las características personales tienen que ser entendidos por el resto de miembros de la familia, hay que pedir aclaraciones si es necesario.
- No aceptaremos adjetivos que sean ofensivos y/o connotaciones peyorativas, en todo caso los reformularemos proponiendo otros que incluyan aspectos no tan negativos, por ejemplo, si dicen "egoísta" buscamos una descripción más aceptable más neutra (menos "condenatoria" o con menos juicios) por ej. "alguien que mira por sí mismo".

Bibliografía y Referencias

Dallos, R. (1991). *Sistemas de creencias familiares, terapia y cambio*. Barcelona: Paidós Ibérica.

Linares, J.L, Campo, C. y Campo López, C. (2000). *Tras la honorable fachada: los trastornos depresivos desde una perspectiva relacional*. Barcelona: Paidós Ibérica.