



Universidad de Chile
Facultad de Ciencias Sociales
Departamento de Psicología

Triángulos Relacionales e Hipotetización en Psicoterapia Sistémico-Relacional

Memoria para optar al título profesional de Psicólogo/a

Autor:

Lic. Antonio Joaquín Baeza Henríquez

Profesor Patrocinante:

Dr. René Riquelme Vásquez.

RESUMEN

El trabajo consiste en una revisión de la literatura y discusión de los antecedentes teóricos acerca de los conceptos de Triángulo Relacional e Hipotetización, con el fin de establecer posibles relaciones entre ellos que sean útiles para el desarrollo de la psicoterapia sistémica. La idea fundamental extraída de esta memoria es que el Triángulo Relacional aparece al observador en cuanto éste se aproxima al fenómeno en una actitud de Curiosidad y, por otra parte, que el Triángulo Relacional es un espacio útil para que la Hipotetización se establezca como modus operandi del proceso de psicoterapia.

TABLA DE CONTENIDOS

INTRODUCCION	4
Planteamiento del Problema	4
Relevancia del tema y proyecciones	5
Tipo de Investigación	6
OBJETIVOS	7
Objetivo general.....	7
Objetivos específicos	7
BASES CONCEPTUALES DE LA PSICOTERAPIA SISTEMICA.....	8
Paradigma sistémico-relacional	9
Cibernética de Segundo Orden.....	11
Sistemas Vivos	12
TEORIA DE LOS SISTEMAS NATURALES DE BOWEN	14
Sistema Emocional, Sentimental e Intelectual.....	14
Familia: Sistema Natural, Emocional y Multigeneracional	15
Ansiedad Crónica y Fuerzas Contrabalanceadas.....	16
Diferenciación del Sí Mismo.....	16
TRIÁNGULO RELACIONAL	19
Sistemas tripersonales: Tríada y el Triángulo	20
Estructura de un Triángulo Relacional	21
Proceso emocional interpersonal de un Triángulo Relacional	24
Modos de formación y activación de Triángulos Relacionales.....	25
Función de un Triángulo	26
Otras nociones sobre Triángulos Relacionales	27
Destriangulación e Intervención en Triángulos Relacionales.....	29

HIPOTETIZACION EN PSICOTERAPIA SISTEMICA.....	30
Hipótesis como herramienta abductiva	31
Hipotetización y Curiosidad.....	31
Hipótesis de primer y segundo tipo	32
Puesta en juego de hipótesis en psicoterapia: Preguntas	33
TRIANGULO RELACIONAL A PARTIR DE UNA ACTITUD DE CURIOSIDAD.....	34
Curiosidad como condición de posibilidad para la observación de Triángulos Relacionales	34
Triángulo como relación entre relaciones.....	35
Curiosidad, aproximación estética y Triángulo	36
HIPOTETIZACIÓN A PARTIR DE TRIÁNGULOS RELACIONALES.....	36
Triángulo como espacio óptimo para formulación de hipótesis	37
Triángulo Relacional como marco de introducción de novedad.....	39
CONCLUSIONES	41

INTRODUCCION

La presente memoria consiste en una revisión y discusión de los aportes teóricos más relevantes respecto a los conceptos de Triángulo Relacional y de Hipotetización, entendiéndoles de acuerdo a los argumentos que conforman la epistemología, teoría y técnica de la psicoterapia sistémica y exponiendo posibles relaciones entre los dos conceptos que puedan ser útiles o que contribuyan al avance en la teorización y, finalmente, en la práctica clínica misma.

La tesis central de la presente memoria es que la noción de sistema tripersonal y, particularmente, la de Triángulo Relacional, en tanto unidad mínima de observación, proporciona una perspectiva útil en el proceso de Hipotetización, vale decir, el proceso y actitud de formulación, prueba y búsqueda de hipótesis relacionales e hipótesis sistémicas que permitan dar guía al diálogo terapéutico.

Planteamiento del Problema

Tanto la teoría de Bowen –donde surge la noción de Triángulo-, asociada al llamado ‘modelo transgeneracional’, como los desarrollos de la Escuela de Milán – quienes han trabajado en forma interesante el concepto de Hipotetización- vienen siendo referentes notorios de la orientación sistémico-relacional en psicoterapia durante, por lo menos, los últimos 30 años. Cada una de tales tradiciones ha logrado posicionar una visión relacional de lo psicológico y un abordaje del malestar subjetivo, logrando constituir una vía relevante dentro de la disciplina psicoterapéutica de nuestros años.

Sin embargo, si bien ambas tradiciones conceptuales y prácticas han de identificarse como ‘sistémicas’, la circulación y el diálogo entre ambas no se ha dado en forma notoria. Vienen configurándose como modelos en un avance que se ha caracterizado por un grado significativo de desvinculación, resultando ello en una patente ‘fragmentación’, en el discurso y en la acción, de la orientación sistémico-relacional. Así, puede resultar incluso extraño observar a un terapeuta formado bajo la influencia de Milán trabajando con la noción de triángulos en alguna pre-sesión, así como también puede serlo ver a terapeutas del llamado modelo ‘transgeneracional’ discutiendo acerca del uso de la irreverencia en determinada situación o proceso clínico. Ambas corrientes, dentro de lo sistémico-relacional, vienen configurando códigos particulares que definen y distinguen, con considerable acento, modos de trabajar y de interpretar el trabajo en psicoterapia.

Pese a lo anterior, es posible, mediante la síntesis de las bases conceptuales de la mirada sistémica y el atender, en un principio, a relaciones entre conceptos característicos de uno y otro modelo, proponer re-encuentros iniciales entre las dos tradiciones, aceptando en ello que pueda ser preciso re-plantear algunos aspectos de cada concepto y, por cierto, revisar los prejuicios que se puedan tener acerca de los planteamientos a la base de cada modelo y clarificarlos rigurosamente; en este caso, por ejemplo, puede tratarse de los prejuicios frente a los argumentos neo-darwinianos en la teoría de Bowen o de los aspectos en Milán que se refieren a la filosofía del lenguaje. Si bien, esto último excede los propósitos de la presente memoria, sí se propondrá aquí un diálogo entre los conceptos de Triángulo y de Hipotetización, representativos de cada una de las tradiciones. Esta circulación se enfocará en revisar la utilidad que cada concepto puede otorgar a la puesta en juego de cada otro.

De acuerdo a lo anterior, la pregunta de investigación del presente trabajo es la siguiente: *¿Cómo es que la observación de Triángulos relacionales en un sistema familiar humano puede ser útil en la formulación de hipótesis relacionales y su utilización en psicoterapia en contexto sistémico-relacional?*

Relevancia del tema y proyecciones

El abordaje de la teoría psicoterapéutica desde una perspectiva orientada a las relaciones constituye un radical giro no sólo en la forma de entender el malestar psicológico, sino que, ante todo, advierte acerca del dominio de posibilidad de acción en el que el psicoterapeuta se mueve, el cual es, de hecho, un dominio relacional (Andolfi, 2003; Minuchin, 1986; Minuchin y Fishman, 1983). En este sentido, la conceptualización relacional-sistémica se aleja de la tendencia histórica hacia el abordaje intrapsíquico y al establecimiento de “causas” respecto del síntoma, poniendo énfasis, en cambio, en los aspectos interaccionales implicados en el malestar (Minuchin y Fishman, 1983) y en una noción circular de la causalidad, entendiendo que la dualidad causa-efecto no proporciona la complejidad necesaria para comprender el funcionamiento de los sistemas (Maturana y Varela, 1994). El Triángulo Relacional es un planteamiento que, en buena medida, contribuye a otorgar tal mirada compleja y necesaria a la teoría psicoterapéutica, indicando incluso que no basta con la observación de relaciones diádicas para comprender el comportamiento individual y familiar, siendo preciso integrar las relaciones que se establecen con un tercero en el marco de observación y análisis.

Así, la presente investigación pretende convertirse en un aporte relevante en la comprensión teórica de la funcionalidad que el uso del concepto de Triángulo Relacional puede tener al conducir procesos psicoterapéuticos mediante la búsqueda, formulación, uso y prueba de hipótesis. Dado que, en el caso de esta memoria, se trata de un documento teórico, una forma de complementar lo que aquí se expone sería llevar a cabo estudios de caso en situaciones clínicas para poner en acción y a prueba las conclusiones aquí se precisan. Asimismo, es preciso realizar investigaciones teóricas acerca de las técnicas utilizadas en terapia que puedan corresponder o estar relacionadas con el marco de comprensión aquí propuesto.

Tipo de Investigación

La presente investigación, de tipo cualitativo, consiste en una revisión de la literatura especializada en psicoterapia sistémica. Al ser una memoria teórica, no implica muestreo ni corte –es tanto transversal como longitudinal.

La recolección de datos para el presente documento ha sido realizada, por tanto, mediante la *revisión de obra bibliográfica* –libros, artículos, apuntes– especializada en los distintos niveles conceptuales que componen el marco de comprensión sistémico-relacional de la psicoterapia: Epistemología, Paradigma, Teoría, Modelo y Técnica.

Asimismo, la técnica utilizada de selección y análisis de datos es el *análisis de contenido*, lo que permite indicar, mediante citas o alusiones, ciertas ideas o frases relevantes para el presente trabajo y, también, facilita la comparación entre las posiciones de distintos autores.

OBJETIVOS

Objetivo general

Presentar un planteamiento teórico acerca de la utilidad de la observación de Triángulos Relacionales en el proceso de Hipotetización llevado a cabo en un proceso de psicoterapia sistémico-relacional, con el fin de orientar futuras investigaciones empíricas al respecto.

Objetivos específicos

- Revisar la bibliografía y exponer las bases conceptuales epistemológicas y teóricas que fundamentan la psicoterapia sistémica-relacional
- Revisar la bibliografía, exponer y discutir el concepto de Triángulo Relacional: definición, algunos aspectos de su utilidad en psicoterapia
- Revisar la bibliografía, exponer y discutir el concepto de Hipotetización e Hipótesis: Su definición, sus aspectos y su utilidad en psicoterapia
- Presentar y discutir posibles relaciones entre los conceptos de Triángulo Relacional e Hipotetización
- Generar propuestas teóricas respecto de la observación de Triángulos Relacionales en psicoterapia sistémico-relacionales
- Proponer líneas de desarrollo para posibles investigaciones futuras en psicoterapia sistémico-relacional.

<p style="text-align: center;">Apartado 1</p> <p style="text-align: center;">REVISIÓN DE LA LITERATURA</p>
--

BASES CONCEPTUALES DE LA PSICOTERAPIA SISTEMICA

La psicología y la psicoterapia, en el tiempo moderno, han venido siendo pensadas y desarrolladas fundamentalmente en base al modelo médico, extrapolando los modos de comprensión de la patología orgánica al ámbito de lo psicológico (Gergen y Warhus, 2001; Andolfi, 2003). La ‘patología’ ‘mental’ o conductual, en tal sentido, ha sido históricamente situada en un ‘individuo índice’ —en quien se manifiesta el síntoma-, entendiéndosela como un fenómeno asociado a la disfunción de una parte del organismo o del ‘aparato psíquico’. Los procesos terapéuticos, por lo tanto, se planifican para intervenir en el individuo mismo, con el fin de observar una remisión del síntoma descrito.

Sin embargo, si bien lo descrito fue idea hegemónica durante parte importante de los siglos XIX y XX, algunas situaciones clínicas no encontraban tratamiento adecuado o eficaz a partir de tal modelo. Observaciones como la que Bowen (1991) distingue en los estériles esfuerzos de la terapia psicoanalítica para el tratamiento de trastornos emocionales severos fueron llevando a que este autor, de formación inicial en psicoanálisis, comenzara a poner a prueba nuevos intentos de intervención que consistían en incluir en el contexto terapéutico a todos los individuos que componen el sistema familiar del sujeto índice, obteniendo resultados satisfactorios en períodos relativamente menores de tiempo y que no habían sido observados anteriormente con el uso de las técnicas conductuales o analíticas.

La experiencia de Bowen (1991), así como observaciones similares también en Norteamérica (Bateson et al, 1991; Minuchin, 1986) o en Italia (Selvini-Palazzoli et al, 1985) llevaron a un número significativo de terapeutas a un cambio respecto de la definición de la unidad de análisis para la observación e intervención clínica; es decir, desde una terapia centrada en el individuo a una terapia basada en la relación (Minuchin, 1986; Andolfi, 2003; Gergen y Warhus, 2001). La psicoterapia sistémica, desde entonces, se ha venido configurando como una corriente significativa y

relevante dentro de la disciplina, nutriéndose paulatinamente de planteamientos teóricos filosóficos, matemáticos, biológicos y psicológicos en torno a la noción fundamental de *lo relacional*, de lo cual se da cuenta en los párrafos siguientes.

Paradigma sistémico-relacional

La idea de ser humano de la Modernidad es en sus fundamentos la de un ser dual compuesto de cuerpo y mente, o dicho de otro modo, animalidad y razón. A partir de ello, el análisis acerca del comportamiento residía en la razón del individuo y la responsabilidad recaería exclusivamente en el individuo mismo (Gergen y Warhus, 2001). Este punto de vista atomista se encuentra muy presente en los inicios mismos de la psicoterapia y, en particular, en los planteamientos del psicoanálisis, los cuales implican la máxima de que la ontogenia del sujeto transcurre desde una total animalidad a un dominio, en la medida de lo posible, de la razón (Gergen y Warhus, 2001; Molina, 2006). En este sentido, para el psicoanálisis, es en el aparato psíquico, dividido en uno u otro criterio tópico, donde reside toda posibilidad de explicación y, por cierto, de intervención respecto a los fenómenos conductuales y mentales.

A la dualidad cartesiana se suma el modelo médico clásico, desde el cual, como se menciona más arriba, se propone una extrapolación del modo de comprensión de las patologías orgánicas al dominio de lo “mental” y conductual, definiéndose así distintos signos, síntomas y cuadros psiquiátricos y psicológicos. Dicho de otro modo, la conducta ‘anormal’ ha de ser explicada como una disfunción situada en el sujeto, ya sea en su aparato psíquico, ya sea en su propio organismo (Gergen y Warhus, 2001). Muchos de los aspectos heredados del modelo médico son hoy elementos válidos en psicoterapia sistémica. Fundamentalmente, la noción de síntoma forma parte de importantes desarrollos respecto de esto (Minuchin, 1986; Bowen, 1991; Selvini-Palazzoli et al, 1985), aunque en un sentido distinto, según lo que, a continuación, se expone.

En el siglo XX, la observación de procesos comunicacionales y de dinámicas de interacción (Bateson et al, 1991; Bateson, 1998) y la crítica al psicoanálisis ortodoxo (Bowen, 1991), ponen en manifiesto la insuficiencia de los modelos centrados en el individuo para la comprensión de variados fenómenos complejos de conducta. A partir de ello toma fuerza la idea de que sólo se puede aspirar a una aproximación amplia al fenómeno humano mediante el alejamiento de las posiciones individualistas, dando lugar a un análisis de las relaciones entre los individuos (Andolfi, 2003; Bateson, 1998; Bowen, 1991; Minuchin, 1986). Minuchin, en función de esta aproximación relacional, caracteriza el cambio en la forma en que el terapeuta observa:

“

“Podemos comparar al terapeuta que trabaja con este marco de referencia [el individual o intrapsíquico] con un técnico que utiliza un vidrio de aumento. Los detalles del campo son claros, pero el campo está sumamente reducido. Al terapeuta que trabaja con el marco de referencia de la terapia estructural de familia lo podemos comparar con un técnico con lentes graduables. Puede acercarse cuando desea estudiar el campo intrapsíquico, pero también puede observar con un foco más amplio” (Minuchin, 1986: 22)

Bateson et al (1991), quien observó las relaciones en las familias de individuos diagnosticados con esquizofrenia, propone que tal patología habría de tener raíces importantes en pautas comunicacionales confusas con otros sujetos significativos, consistiendo ello en un desfase entre los niveles de comunicación, idea que fue conocida luego como doble vínculo. Tales estudios fueron cruciales en la historia de la psicoterapia sistémica y, por cierto, van de la mano con lo que, años después, teoriza Bateson (1988) en su concepción acerca de la naturaleza relacional de la mente:

“Consideremos un hombre que derriba un árbol con un hacha. Cada golpe del hacha es modificado o corregido, de acuerdo con la figura de la cara cortada del árbol que ha dejado el golpe anterior. Este proceso autocorrectivo (es decir, mental) es llevado a cabo por un sistema total, árbol-ojos-cerebro-músculo-hacha-golpe- árbol, y este sistema total es el que tiene características de mente inmanente” (Bateson, 1998).

Para Bateson (1998), la información con la que se puede trabajar se basa, fundamentalmente, en diferencias y, por tanto, en relaciones. Tal autor define un dato como un valor dado que, por sí solo, no implica información, en tanto no puede ser referido a otro dato. Cuando sí puede darse esa referencia, y el observador es capaz de señalar la diferencia entre ellos, nace la información. Como dice él mismo: “Una información es una diferencia que hace una diferencia” (Bateson, 1998: s.p.). La diferencia y, por ende la relación, no son en si misma, materiales. Sólo han de materializarse en los elementos que ellas unen. Más adelante se indica cómo, en la teoría de Bowen (1991; Kerr y Bowen, 1988), el proceso ansioso se entiende de forma similar a lo anterior.

En psicoterapia, el giro hacia lo relacional implica, por cierto, que el síntoma manifestado en el individuo deja de ser atribuido a una disfunción individual y, en

cambio, es comprendido como un fenómeno asociado a la intensidad y cualidad de las relaciones entabladas con otros significativos y/o próximos y que, por cierto, tendría funcionalidad en el mantenimiento de una pauta de interacción en la familia; dicho de otro modo, el síntoma en un sujeto índice puede ser funcional a la posición apacible de otro miembro del sistema familiar o, incluso, al equilibrio general de éste (Minuchin y Fishman, 1983; Kerr y Bowen, 1988; Bowen, 1991). De otro modo, también el síntoma ha sido entendido desde su valor comunicacional dentro del sistema familiar (Selvini-Pallazoli et al, 1980); en tanto sería posible, en un proceso terapéutico, proponer una segunda lectura acerca de la acción en que consiste el síntoma, orientada esta vez al espacio relacional próximo. Asimismo, de acuerdo al párrafo anterior, la ansiedad es comprendida como una condición interpersonal que se exterioriza a través de la corporalidad de cada individuo por medio del síntoma (Bowen, año; Luna et al, 2003).

La idea-fuerza del paradigma relacional es que tanto los comportamientos como su significación no son abordables satisfactoriamente mediante la observación de un individuo aislado, sino que son comprensibles en la medida en que se conocen las relaciones que el individuo establece con distintos elementos del entorno, las interacciones que se dan en el marco de tales relaciones y los grados de interdependencia que se observan en tales interacciones. Asimismo, no sería posible aproximarse adecuadamente a un conjunto de relaciones sin considerar aquellas que son esenciales: Las que el observador establece con lo observado.

Cibernética de Segundo Orden

La observación que un observador hace de un sistema relacional es parte de la complejidad del sistema mismo (Ludewig, 1989; Maturana y Varela, 1994; Von Foerster, 1991). Al observar un conjunto de relaciones entre elementos, sería incompleto no considerar, también, la relación que cada uno de tales elementos establece con el observador, en tanto éste influye, inherentemente, en cada una de las relaciones observadas. En psicoterapia, este aspecto no sólo tiene implicaciones epistemológicas y teóricas sino que también éticas, en tanto la atención en los efectos de la acción del terapeuta como observador está implicada en la responsabilidad que éste debe asumir en cada intervención y en su propio posicionamiento.

El paso desde el paradigma del observador externo al sistema -cibernética de primer orden (Wiener, 1979)- al del observador como parte activa de éste -cibernética de segundo orden (Von Foerster, 1991)- entrega al estudio de los sistemas vivos y a sus contextos de relación una aproximación compleja al acto de observar. Sin embargo, es necesario formularse dos preguntas acerca de la naturaleza de los

participantes implicados en la psicoterapia familiar: ¿Quién observa? y ¿Qué se observa? Para la segunda pregunta, rápido se puede responder -y con acierto- que se está observando a sistemas vivos en relación e interacción. Sin embargo, al responder la primera pregunta, es posible afirmar que no puede sino ser un sistema vivo el que observe y conozca acerca de otros sistemas vivos (Varela, 2000). Por ello es que es pertinente revisar los aportes teóricos acerca de las características y propiedades de los sistemas vivos.

Sistemas Vivos

Maturana y Varela (1973; 1994) comienzan a tratar de dar una respuesta consistente a la pregunta acerca de qué es lo que define a lo vivo. Así, luego de una serie de experimentos y estudios, tales autores llegan a la idea de que lo que define a un sistema vivo es que, en la red de generación de sus propios componentes, éstos se generan a sí mismos y a la propia red de generación, a lo cual se le llamó autopoiesis (Maturana y Varela, 1994). Ello sería lo que, a nivel microscópico, definiría el carácter viviente de una célula. Maturana (en Maturana y Varela, 1994), sin embargo, considera que, en sistemas vivos macrocelulares, si bien puede mantenerse la condición autopoietica, no es eso lo que le define como unidad viviente estable. Tal definición se basa, más bien, en que un organismo pluricelular está compuesto por células que sí son, en su nivel, definidas como vivas en la autopoiesis.

Los sistemas vivos están determinados por su estructura (Maturana y Varela, 1994). Tanto lo que pueden conocer como lo que pueden actuar se ve permitido y limitado por su totalidad de componentes y por las relaciones posibles entre éstos. Asimismo, los sistemas vivos están cerrados en su operar –clausura operacional (Maturana y Varela, 1994)-, no entablando interacciones directas o instructivas con elemento alguno del ambiente, sino que, en cambio, respondiendo activamente al efecto que la perturbación que uno u otro elemento produce en ellos mismos, a modo de gatillo. En la medida que el organismo va actuando según sus propios cambios producto de la interacción con un elemento del medio –interacción que sólo puede ser distinguida por un observador-, el organismo va ampliando su dominio cognoscitivo acerca de su mundo (Maturana y Varela, 1973).

Ahora, cuando se trata de la interacción entre dos sistemas vivos en un nicho ecológico particular, la coordinación entre ellos estará basada en cómo las estructuras de cada uno se van adaptando a la del otro, siempre manteniendo una organización estable. Esto es lo que se llama *acoplamiento estructural* (Maturana y Varela, 1973; Rosas y Sebastián, 2008), fenómeno que es posible de distinguir en distintos niveles;

así como dos bacterias se acoplan para convivir en una colonia, las estructuras de dos células óseas se acoplan para formar, con otras, un tejido óseo; dos perros se acoplan al momento de compartir ladridos y, por cierto, dos personas se acoplan al establecer cualquier acto social, por mínimo que sea. De hecho, es posible comprender a la familia como un sistema con una historia específica de interacciones entre sus componentes y, por tanto, de acoplamientos entre ellos.

Los matices entre los distintos niveles de acoplamiento se basan fundamentalmente en los grados de complejidad. Así, mientras en muchas especies las interacciones entre individuos logran ciertos grados de coordinación, entre los seres humanos es posible desarrollar coordinaciones de coordinaciones, lo cual, para Maturana y Varela (1973), ocurre en el uso y acción del lenguaje o, como tales autores prefieren decir, en el lenguajear. Así, podemos entender que en un sistema familiar, con una historia de interacciones y de acoplamientos, se contiene un constante uso y acción de lenguaje, lo que da cuenta de una secuencia de coordinación de coordinaciones conductuales entre ellos. Para la psicoterapia sistémico-relacional, la consideración del lenguaje como agente de configuración de los sistemas relacionales humanos se constituye en una idea central.

Por último, los sistemas vivos son sistemas homeostáticos, en tanto consisten en un conjunto de relaciones entre elementos que se coordinan para mantener ciertas condiciones variables –temperatura, presión arterial, pH, entre otras- dentro de un rango más o menos definido (Maturana y Varela, 1994). En ese sentido, la continuidad de la organización que define al sistema vivo –y, por tanto, su vida- dependerá de cómo las interacciones que éste lleve a cabo en su medio –y particularmente, con otros sistemas vivos- permitan que las variables antes mencionadas se mantengan dentro de un rango adecuado. Tanto el avance filogenético como ontogenético de las especies se ha basado, fundamentalmente, en cómo las acciones u omisiones de los organismos en sus relaciones entabladas con los otros elementos del mundo y con otros sistemas vivos son adaptativas, en tanto les permiten sobrevivir –pues se mantiene la continuidad de la organización- y reproducirse.

En ese sentido, el vivir en relación con los pares, en tanto ayuda al mantenimiento de la homeostasis, es un operar adaptativo. Sin embargo, el que varios organismos compartan en un nicho de forma sostenida en el tiempo implica una complejidad en el manejo de sus relaciones, lo cual se manifiesta, por ejemplo, en que se pueda observar violencia inter e intragrupal en muchas comunidades animales. En función de lo anterior, la Teoría de los Sistemas Naturales (Kerr y Bowen, 1988; Bowen, 1991), el marco de sentido del concepto de Triángulo Relacional, ha de basarse en, entre otros elementos, la idea de que establecer relaciones entre los

organismos humanos ha de ser un operar adaptativo tanto para los individuos como para la especie y que, en ese operar, se dan una serie de procesos ansiosos –de naturaleza relacional y exteriorizados en los individuos- que habrán de ser regulados en su particular contexto. En el siguiente apartado se exponen los fundamentos de los planteamientos de tal teoría.

TEORIA DE LOS SISTEMAS NATURALES DE BOWEN

Kerr y Bowen (1988) plantean la Teoría de los Sistemas Naturales (TSN) como una aproximación a la lógica del funcionamiento de las relaciones humanas. La teoría se basa en cómo los sistemas relacionales humanos tienden a repetir pautas de funcionamiento mientras se experimentan variadas situaciones vitales en un contexto biológico, psicológico y sociológico, el cual se manifiesta, principalmente, en las relaciones en las que se ve implicado cada individuo (Luna et al, 2003).

En la TSN es posible distinguir algunos supuestos básicos: a) Los fenómenos observados en los niveles biológico, psicológico y sociológico están interrelacionados; b) El ser humano es un producto de la evolución biológica, por lo que se ve regulado por procesos naturales similares a los que están presentes en otras especies vivas; c) El operar del ser humano es determinado por sus sistemas Emocional, Sentimental e Intelectual; d) La familia es un proceso emocional y relacional que transcurre entre generaciones; e) El ser humano es un ser crónicamente ansioso y proyecta tal ansiedad a los otros participantes de su sistema relacional próximo; y f) La proximidad y distancia actúan como dos fuerzas opuestas (Kerr y Bowen, 1988; Luna et al, 2003).

Sistema Emocional, Sentimental e Intelectual

En cuanto a los sistemas Emocional, Sentimental e Intelectual, Kerr y Bowen (1988) plantean que el primero es el más básico y fundamental, inherente a toda forma de vida, capacitando al individuo para obtener información desde el entorno, integrarla y responder en base a ella, lo cual puede ocurrir de acuerdo a un continuum entre lo innato y lo aprendido.

El Sistema Sentimental refiere a los “aspectos más superficiales, o menos primitivos, del funcionamiento del sistema emocional que son experimentados subjetivamente en relación a procesos intelectuales (...) es el responsable, en gran medida, de la atracción que los seres humanos tienen entre sí” (Luna et al, 2003: 34).

Es decir, se trata del sistema que otorga significado e intencionalidad a la interacción del ser humano con el entorno, con las otras formas de vida y, particularmente, con sus semejantes.

El Sistema Intelectual es mediado por el anterior respecto al Sistema Emocional y sería el resultado de la evolución reciente de la neocorteza y, por tanto, de los procesos cognitivos y de regulación consciente asociados a ella. Está relacionado con el control de impulsos, la articulación y comunicación de ideas y discurso complejo y, por cierto, permite realizar la distinción entre pensamiento y sentimiento, otorgando objetividad –en cuanto el individuo es capaz de percibirse a sí mismo como parte de un sistema- respecto a la conducta emocional. Así, el resultado final expresado en el ejercicio de las relaciones es producto del interjuego entre los tres sistemas, siendo el Sistema Emocional el sustrato básico (Kerr y Bowen, 1988). Tal interjuego es llevado a la observación por la TSN enfocándose en los distintos sistemas relacionales que conforman los seres humanos y, particularmente, en el más decisivo, a saber, la familia.

Familia: Sistema Natural, Emocional y Multigeneracional

La familia es el sistema relacional fundamental donde ocurre y transcurre la individuación del ser humano (Kerr y Bowen, 1988; Bowen, 1991; Minuchin, 1986), La familia aparece como un sistema natural, en tanto es posible de ser observado en toda cultura humana, sea en el modo que sea. Se le considera un producto de la evolución, en tanto el vínculo de proximidad ha venido consistiendo en una ventaja adaptativa, entregando mayores probabilidades de sobrevivencia hasta la edad de reproducción (Kerr y Bowen, 1988; Luna et al, 2003).

En un nivel estructural, la familia es entendida como campo emocional, en tanto se ve compuesta por una red compleja de relaciones entre miembros, los cuales influyen en la situación global del sistema y, a la vez, se ven influidos, en su situación individual, por el estado total de la familia. Por cierto, al hablar de “familia”, la TSN no se limitará nunca a la observación de sólo la familia nuclear, sino que, debido a la comprensión de que los “fundadores” del sistema –figuras parentales- fueron antes parte de un sistema fundado por otros, el análisis siempre será pensando en un mapa de 3 o más generaciones de la historia familiar; de lo contrario, se estaría pasando por alto información crucial y básica para entender el funcionamiento de tal campo emocional. Por ello, todo proceso familiar es un proceso multigeneracional (Kerr y Bowen, 1988; Andolfi, 2003; Luna et al, 2003).

Ansiedad Crónica y Fuerzas Contrabalanceadas

En cuanto a lo característico de las relaciones humanas, la TSN plantea que el ser humano padece, inevitablemente, de ansiedad crónica. Biológicamente, la aparición de la ansiedad aguda referida a una amenaza real y definida tiene propiedades altamente adaptativas, en tanto prepara al organismo para responder mejor a las condiciones del entorno. Sin embargo, el estar implicado en un sistema relacional va a causar al individuo, sin mayor tardanza, un estado de ansiedad referido a elementos no definidos del entorno y a situaciones que no necesariamente ocurrirán y que, debido a tal grado de incerteza, se vuelve crónica (Guerin et al, 1996; Kerr y Bowen, 1988; Luna et al, 2003).

Específicamente, las relaciones humanas son inestables en tanto entre dos individuos hay un movimiento fluctuante entre proximidad y distancia o, mejor dicho, entre juntidad –“togetherness”- e individualidad –“individuality”. Juntidad e Individualidad aparecen en la TSN como las ‘fuerzas contrabalanceadas’ presentes en los movimientos relacionales, los cuales, al primar por demasiado tiempo o con demasiada intensidad en una díada, generan ansiedad bajo dos formas: a) Ansiedad de Separación, a partir de demasiada individualidad y poca juntidad; y b) Ansiedad de Incorporación, a partir de demasiada juntidad y poca individualidad (Kerr y Bowen, 1988; Luna et al, 2003).

Diferenciación del Sí Mismo

Para Bowen (1991), el desarrollo vital del individuo consiste en un proceso progresivo de diferenciación en el grupo familiar. El sí mismo, en este sentido, comienza a definirse desde un estado de total dependencia –fusión- respecto a la madre y, en paralelo con la maduración física, va apareciendo en el aumento gradual de autonomía que la misma historia de interacciones con el medio va exigiéndole y otorgándole al organismo. Se trata, entonces, de un proceso implicado en la adaptación. En palabras de Varela (2000), el organismo se diferencia “en” su medio y no “de” él; la individuación, en ese sentido, va ocurriendo mientras el ser vivo se distingue en el medio pero sin dejar de estar en relación con él.

El *sí mismo* es entendido por Bowen (1988, en Luna et al, 2003) como una “unidad integral” que emergería entre factores celulares, genéticos y fisiológicos del individuo –implicados en su reactividad emocional- que operarían en conjunto con factores psicológicos. Se trataría de una unidad que va siendo capaz, en su historia de interacciones, de resolver la ansiedad crónica, ya sea de separación o de

incorporación; en otras palabras, tendría que ver con el manejo de “la interrelación entre los funcionamientos intelectual y emocional (...) y la habilidad de elegir entre guiar el propio funcionamiento por los pensamientos o por los sentimientos” (Luna et al, 2003: 47).

La diferenciación, en lo fundamental, refiere a cómo es que un individuo logra establecerse como una unidad en su propio contexto a partir del delineamiento de límites claros que permitan a un observador distinguirlo como elemento particular. Como la palabra lo indica, diferenciación es “crear diferencia”. El sí mismo, en ese sentido, sólo emerge cuando dibuja con progresiva nitidez los límites con su entorno y autorrefiere de aquello. Este definir-se no es un proceso del cual se espere una consolidación y finalización, sino que es un operar que se da continuamente y, de acuerdo a ello, está en constante construcción. Esto tiene que ver con que es muy poco probable que el ambiente alcance una estabilidad última; si, en un ambiente en constante cambio, un sí mismo se detiene en un punto, su operar será inevitablemente desadaptativo y conducirá al sistema vivo a su muerte (Varela, 2000).

De acuerdo a lo anterior, no se conoce individuo que haya logrado un nivel de diferenciación total respecto de su sistema familiar (Bowen, 1991; Luna et al, 2003). El apego emocional no resuelto respecto a la familia de origen es algo presente y se hace presente, en mayor o menor grado, en todos los seres humanos y se hace presente, por cierto, en cada una de las relaciones establecidas durante el ciclo vital. En cierta forma, el modo particular en que el apego emocional no se ha resuelto en el individuo proporciona pautas para entablar las relaciones en etapas posteriores de su vida; así, no resultaría tan extraño, por ejemplo, observar que ciertos aspectos disfuncionales en la relación entre una niña y su padre pueden verse reproducidos, con mayor o menor fidelidad, en la relación que la mujer luego establezca con su pareja. Si bien, la indiferenciación se asocia un relacionamiento con áreas disfuncionales significativas de parte del individuo adulto hacia su familia presente –y hacia todos los espacios en que el sujeto se desenvuelve-, ésta no puede resolverse si no es respecto de la familia de origen.

Puede considerarse que, a más bajo nivel de indiferenciación, menos facilitado fue el camino hacia la autonomía de individuo en el marco de su familia de origen. La competencia frente al ambiente, por tanto, se ve en desmedro, debido a que las dinámicas relacionales en el sistema familiar no permiten que la niña o niño establezca una relación uno a uno con el mundo; dicho de otro modo, la forma en que el niño va integrando el historial de sus interacciones con el ambiente se ve interferido y limitado por la presencia e influencia reiterativa de un otro significativo. La capacidad del sí mismo de ajustarse o adaptarse a posibles cambios en el ambiente –adaptatividad- no

se desarrolla, fundamentalmente, porque se le vuelve difícil a tal sí mismo distinguirse de otro.

El concepto de adaptatividad se relaciona estrechamente con el de diferenciación. De acuerdo a Bowen (1991) y Luna et al (2003), puede definirse la adaptatividad como la habilidad y disposición del individuo a realizar, en sus pautas de relacionamiento con otros y con el ambiente, los ajustes necesarios o convenientes que le permitan operar de modo más autónomo frente a los cambios ocurridos o anticipados que tengan lugar en los distintos contextos en los que se desenvuelve, sin que la escalada de ansiedad cause síntomas en el funcionamiento físico, mental y emocional ni en sí mismo ni en otros; es decir, manteniendo la reactividad emocional en un nivel adecuado.

Es posible distinguir variados niveles de desarrollo de adaptatividad entre dos o más individuos. Sin embargo, dado que cualquier reacción a un evento o situación estresora viene precedida de un determinado proceso interpersonal, aquella no puede ser predicha exclusivamente desde el nivel de adaptatividad desarrollado en un individuo, sino que ha de integrarse información acerca de la reactividad en el sistema familiar en conjunto. De hecho, para Kerr y Bowen (1988) sólo es posible conocer, de manera fiable, el nivel de adaptatividad en un individuo en momentos en que el sistema familiar pase por situaciones altamente estresantes. Esta idea es la que permite afirmar que el nivel de adaptatividad es “directamente proporcional al nivel de diferenciación” (Luna et al, 2003: 49).

El lograr un alto nivel de diferenciación, en cuanto implica mayor adaptatividad, permite que el operar del sí mismo en su relación con el ambiente sea más eficiente y genere un bienestar relativamente sostenido tanto en el vivir personal como en el vivir relacional. Ello, pues el individuo puede funcionar como una unidad emocional autónoma; es decir, tener la capacidad de pensar, sentir y actuar en función de la propia posición y no por servir exclusivamente a lo que otro pueda pensar al respecto, o bien, a evitar el conflicto con otros que mantengan posiciones contrarias entre sí. Un alto nivel de diferenciación capacita al individuo para resolver adecuadamente el malestar generado por una u otra situación estresora, sin verterlo repetitivamente en otro u otra, en el espacio subjetivo propio o, por cierto, en el propio cuerpo. Asimismo, un nivel adecuado de diferenciación permite al individuo asumir lo que Kerr y Bowen (1988) llaman Posición Yo: La capacidad de tomar una posición objetiva frente al sistema familiar, haciéndose responsable de ello. Se trata de “un modo activo de establecer una relación con [cada otro en] la familia” (Luna et al, 2003: 54).

Un bajo nivel de diferenciación, por su parte, está asociado a una rigidez en variados aspectos de la vida en relación a cada otro y al cierre del flujo de la ansiedad

en un espacio relacional reducido –un Triángulo, fundamentalmente- que conlleva a un aumento en la reactividad emocional. Asimismo, ello puede implicar la inhabilidad del individuo de operar como unidad emocional, en tanto su comportamiento emocional se ve atrapado entre el de otros y no facilita una interacción autónoma y adaptativa con el medio. Así, por ejemplo, es muy probable que una hija con una limitada diferenciación respecto a su madre tenga problemas para tomar decisiones respecto de su propia vida y sus relaciones de amistad o de pareja sin verse interferida por la influencia patente o internalizada de su madre. Más adelante se describe cómo es que los Triángulos son útiles para graficar estructuras y procesos vinculares como el anteriormente descrito.

Es posible señalar dos niveles distintos de diferenciación. Por un lado, el nivel básico de diferenciación refiere al apego emocional no resuelto respecto de la familia de origen. Se trata de un nivel con poca posibilidad de variación. Por otro lado, sin embargo, Kerr y Bowen (1988) plantean la idea de un nivel funcional de diferenciación, el cual refiere a aquel que el individuo manifiesta conforme al monto de ansiedad crónica presente en su sistema relacional. Así, en una circunstancia en que la reactividad emocional es baja, un individuo con un bajo nivel básico de diferenciación puede, no obstante, participar en la interacción mostrándose relativamente autónomo o, al menos, con menos contraste respecto a otro individuo con un nivel básico más alto. Sin embargo, en contextos de alta reactividad, se observa una primacía de los niveles básicos de cada uno de los individuos.

La diferenciación del sí mismo comienza a darse desde un estado en el que el espacio relacional de aquél presenta límites muy difusos y, por consiguiente, la escalada de ansiedad tiene un alto grado de potencialidad. De acuerdo a ello, Bowen (en Kerr y Bowen, 1988; en Luna et al, 2003), en su desarrollo acerca del concepto de Triángulo Relacional –expuesto a continuación-, asevera que la diferenciación del sí mismo ocurre en el marco de un Triángulo Relacional.

TRIÁNGULO RELACIONAL

Como se señala más arriba, Bowen (1991; Kerr y Bowen, 1988) explica que las relaciones entre dos personas siguen ciclos alternados, relativamente predecibles, de proximidad y distancia. A partir de eso, se señala que las diadas son, en sí mismas, inestables. Ello, pues la ansiedad crónica asociada a la relación interpersonal en una diada inestable no logra ser contenida y, en cambio, se manifiesta, también alternadamente, como ansiedad de separación y de incorporación. Dado que tal

inestabilidad es muy poco adaptativa, los individuos han desarrollado, a lo largo de la historia de la especie, un operar para estabilizar las relaciones diádicas mediante el desplazamiento de la tensión a un tercer elemento, sea éste otra persona, un animal, un objeto, una situación o un recuerdo, entre muchas otras opciones. A ello se le ha llamado *triangulación* y a la instancia relacional generada en tal operar, *Triángulo* (Kerr y Bowen, 1988; Bowen, 1991; Guerin et al, 1996; Luna et al, 2003). De acuerdo a los contrastes en los grados de diferenciación del sí mismo en quienes participen de estas instancias, se hace necesario distinguir entre los grupos de tres personas que sí forman un Triángulo y los que no.

Sistemas tripersonales: Tríada y el Triángulo

Para efectos de la presente memoria, entenderemos como *sistema tripersonal* una selección del observador, a partir de una red de vínculos entre individuos, de un espacio relacional formado por tres personas, sean cuáles sean las relaciones entre ellos mantenidas. Se trata de un sistema compuesto de tres díadas. Sin embargo, no todo sistema tripersonal es un Triángulo (Guerin et al, 1996; Luna et al, 2003). En un grupo de tres personas podemos encontrar dos configuraciones: la tríada y el Triángulo.

La *tríada* consiste en un sistema tripersonal abierto, donde cada una de las tres díadas corresponde a una relación de uno a uno, donde cada persona puede actuar frente a la otra sin limitarse por lo que el tercer individuo haga o diga frente a ello. Cada uno de los integrantes de una tríada presenta un alto nivel funcional –y esperablemente, también básico- de diferenciación del sí mismo, lo cual le permite funcionar a cada uno como una unidad emocional autónoma, con flexibilidad a la hora de optar por uno u otro comportamiento en general. Asimismo, en una tríada, cada individuo se siente libre para tomar una posición personal sin sentir la necesidad de cambiar la de los otros dos (Kerr y Bowen, 1988; Guerin et al, 1996; Luna et al, 2003).

En contraposición a lo anterior, un Triángulo, si bien puede no ser necesariamente desadaptativo cuando es momentáneo, sutil y rápidamente desactivado, al volverse reiterativo consiste en una pauta disfuncional, donde cada participante presenta un bajo nivel de diferenciación del sí mismo y, asociado a ello, no logra establecer relaciones uno a uno; al contrario, suele formar coaliciones o inmovilizarse pues actúa no en función de la propia posición personal, sino que de cómo el otro actuará respondiendo a ello (McGoldrick y Gerson, 1987). Como señala Guerin et al (1996: 71), “cada persona interviene en la relación entre las otras dos”.

Así como un bajo nivel de diferenciación del sí mismo implica un mayor grado de reactividad emocional en el individuo, el Triángulo Relacional también es un espacio donde las respuestas reactivas son altamente probables. Así, un Triángulo potencial, donde la ansiedad no ha manifestado aún desborde, puede verse activado fácilmente con cualquier elemento o situación estresora, disparando la reactividad en y entre los individuos. Sin embargo, el modo en que la escalada de ansiedad ocurre en un Triángulo está asociado con las características que se presenten en su estructura.

Estructura de un Triángulo Relacional

La estructura de un Triángulo está constituida, fundamentalmente, por los individuos que están en interrelación y el espacio relacional que hay entre ellos (Guerin et al, 1996). Se trata de la suma de componentes y relaciones en cuyo operar emerge el Triángulo como tal o, dicho de otro modo, son lo que, en total, constituyen la dimensión 'espacial' o los 'lugares' en el Triángulo.

En primer lugar, es posible distinguir posiciones en un Triángulo Relacional. Estas posiciones son planteadas en base a la información sobre la proximidad o distancia descrita en cada uno de los vínculos presentes. Kerr y Bowen (1988), de acuerdo a lo anterior, señalan los conceptos de *insider* y *outsider* para describir, respectivamente, a quienes ocupan la posición 'interior' o 'exterior' en el Triángulo. La posición de insider, la cual es asumida por dos de los tres participantes, es la de mayor comodidad relativa –teniendo claro que ninguno de los miembros de un Triángulo se siente plenamente cómodo-; dos individuos tienen la posibilidad de mantenerse estrechamente cercanos sin ahogarse en la ansiedad de incorporación, ya que ésta no se manifiesta gracias a la exclusión del tercer miembro. Se trata de dos individuos que 'dejan fuera' a un tercero de una 'zona' de comodidad. Y es a este tercero a quien se le llama, justamente, outsider.

La estructura también implica la posibilidad y el límite del movimiento. En ese sentido, los participantes de un Triángulo pueden no asumir siempre las mismas posiciones o, más exactamente, pueden moverse o no hacia una posición distinta o reaccionar para mantenerse en la posición actual. Según lo planteado por Kerr y Bowen (1988), es esperable que, a partir de la asunción de una posición outsider –que podemos llamar 'principio de outsiderización'- por parte de un individuo que acostumbra a operar como insider, éste genere una respuesta reactiva con el fin de mantenerse estable y seguro en lo cómodo. Asimismo, es también esperable observar en el outsider intentos de insiderización mediante, por ejemplo, el acercamiento a uno de los dos insiders. Sin embargo –y hé aquí un ejemplo básico del dinamismo y

complejidad de la formación triangular-, en la situación recién descrita, es muy probable que el otro insider manifieste, precisamente, el principio de outsiderización ya descrito. Así, un Triángulo aparece como una estructura en la que el movimiento corresponde a una disputa tácita por ocupar la posición más cómoda en el sistema relacional. De acuerdo a esto, es entendible que el Triángulo implique un monto considerable de reactividad emocional en cada individuo, lista para efervescer ante un aumento de estrés en el sistema.

El modelo insider-outsider propuesto por Kerr y Bowen (1988) es luego complementado por la tónica señalada por Guerin et al (1996), quien añade, junto a la posición interior y exterior, la posición de estar “atrapado en el medio”. La posición interior, que corresponde precisamente a la de insider, es caracterizada según tal autor, por: a) proximidad emocional; b) un programa común, en tanto los esfuerzos de los insiders se muestran unidos en una acción o secuencia de acciones que materializan la exclusión del outsider –por ejemplo, una madre que mantiene una tradición de “chismorrear” todas las tardes con su hija acerca de lo “inútil” que es su padre-; y c) la adhesión dependiente y recíproca, la incapacidad de operar de manera autónoma, lo cual es muestra precisa de indiferenciación. La definición de la posición exterior por parte de Guerin, sin embargo, presenta matices respecto a la de Bowen. En este caso, la posición exterior es comprendida, más que como algo incómoda, como la más distante respecto de cada uno de los otros dos participantes. Así, el distanciamiento puede ser tanto la consecuencia de la exclusión activa de los insiders, o bien, por el alejamiento activo por parte del outsider mismo. Este planteamiento adquiere sentido cuando se asocia al planteamiento de Fogarty (1975, en Guerin et al, 1996) de la persecución y el distanciamiento emocional, según el cual en cada individuo, de acuerdo con su historia de interacciones, se daría un predominio de ansiedad de separación –perseguidores o pursuiter- o de incorporación –distanciadores o distanciers-. De acuerdo a ello, la posición exterior puede ser incluso cómoda para un outsider, siempre y cuando sea posible señalarle como distanciador. Sin embargo, cabe acotar que, de todos modos, se entiende que, a diferencia de los insiders, quienes pueden mantener a raya la ansiedad de incorporación y de separación mediante la exclusión de los insiders y el vínculo estrecho respectivamente, los outsiders pueden mitigar la ansiedad de incorporación dentro del Triángulo pero no así la de separación –son sólo tres al menos en ese Triángulo-, viéndose en la necesidad de enfrentarla mediante el acercamiento a un cuarto individuo, inaugurando un Triángulo entrelazado al anterior (Kerr y Bowen, 1988, en Luna et al, 2003; Guerin et al, 1996; Andolfi, 2003).

Por su parte, la posición de 'atrapado en el medio' es planteada por Guerín et al (1996) para caracterizar la asumida por un individuo que se encuentra presionado por la tensión entre los otros dos miembros y se encuentra inmovilizado en la equidistancia. A partir de ello, es esperable que los esfuerzos de quien ocupa esa posición apunten hacia la conciliación entre las posiciones de los otros dos, lo cual suele ser infructuoso. Este esfuerzo, por cierto, puede darse tanto explícita o implícitamente; en este último caso, es probable que quien se encuentra atrapado en el medio manifieste un síntoma que logre unir momentáneamente a los otros dos, ya sea mediante la preocupación o mediante el rechazo. Este puede ser el caso de, por ejemplo, una hija que, frente a las constantes peleas de sus padres, presente un trastorno alimentario. La estructura triangular que implica que uno de sus miembros se encuentre en la posición recién descrita coincide, de cierta forma, con la 'triada rígida' que Minuchin (1986) denominó acotadamente como 'triangulación' y que es expuesta más adelante.

La estructura puede mostrar, a lo largo del tiempo, mayor o menor variación en su configuración; así, puede distinguirse desde Triángulos relativamente fluidos – donde las posiciones son asumidas alternadamente- a Triángulos con un alto grado de estabilidad y, por tanto, rigidez. Desde el punto de vista clínico, es posible señalar que es el polo estable el que tiene un carácter disfuncional en extremo.

La toma de posición en un Triángulo –o el mantenimiento de esta-, por su parte, también puede darse de distintos modos (Guerín et al, 1996). En primer lugar, el posicionamiento reactivo describe una reacción irreflexiva ante el comportamiento de los otros participantes del Triángulo. Un posicionamiento adaptativo, por su parte, paradójicamente, no es precisamente adaptativo, en cuanto una persona abandona un programa propio para comportarse en función del programa de otro o, incluso, internalizarlo como propio. El posicionamiento experimental, en tanto, propio de la intervención psicoterapéutica, "modificar la estructura y poner en evidencia el proceso" (pp. 96) mediante la propuesta de una asunción intencionada de una u otra posición. Finalmente, un posicionamiento funcional es el descrito por un individuo que adopta una posición personal segura y diferenciada, siendo sí mismo y dejando ser sí mismos a los otros, mediante la disposición física y mental tanto al encuentro como al desencuentro. De acuerdo a esta idea, en el momento en que uno de los participantes de un Triángulo logra posicionarse funcionalmente, el Triángulo es desactivado.

Otro aspecto implicado en la estructura de un Triángulo es el que se refiere a la distribución de la incomodidad y la localización del síntoma. El dolor en una formación triangular va a manifestarse distribuido de uno u otro modo de acuerdo a la interacción entre factores como, por ejemplo, la predominancia distanciador-persecutor en cada

uno de los participantes o los niveles básicos o funcionales de diferenciación. Así, de acuerdo a lo expuesto más arriba, mientras en un Triángulo donde el outsider aparece como distanciador, es muy probable que esa posición haya sido asumida activamente y, por tanto, sea una posición relativamente cómoda, en otro Triángulo donde el outsider se muestre como persecutor la incomodidad puede estar siendo vivida fundamentalmente por él, lo cual le mueve hacia la insiderización. De acuerdo a lo anterior, el síntoma no tiene porqué emerger, necesariamente, en el outsider, sino que su localización ha de depender de cómo se reparte la ansiedad. Así, es posible observar sintomatología tanto en individuos atrapados en el medio –como el ejemplo ya mencionado de la niña que desarrolla un trastorno alimentario para conciliar a sus padres-, como en insiders –el ejemplo descrito por Guerin et al (1996) de un niño insiderizado junto a su madre soltera que, en ese operar, ha terminado excluyendo y alejando a todas las parejas de ella y que sufre la pérdida en su falta de ganas de levantarse en la mañana- y en outsiders –el clásico padre ausente o ‘forzado a ausentarse’ que desarrolla alcoholismo.

Proceso emocional interpersonal de un Triángulo Relacional

En la estructura del Triángulo ocurren movimientos y cambios a partir del flujo una ‘energía emocional’ que Guerin et al (1996) denomina proceso. El proceso emocional interno de cada participante de un Triángulo se manifiesta en la relación con los otros y, en esa unión e interacción, emerge un dominio emergente que constituye el proceso emocional interpersonal, el cual ‘da vida’ a una estructura que es, más bien, descriptiva de la dinámica relacional.

El proceso emocional interpersonal de un Triángulo es observable, en primer lugar, en el estado individual de excitación emocional de cada uno de los participantes y cómo estos ocurren simultáneamente; así, un participante puede sentirse enojado, feliz, triste o de otro modo, en forma más o menos intensa y coincidiendo o no con el estado de los otros dos miembros. Como se indica más arriba, la interacción entre estos estados hará emerger un proceso interpersonal particular. En segundo lugar, se encuentran las diferencias entre los individuos respecto a la posibilidad de acción que cada uno tiene respecto a su excitación emocional. Así, se describe un continuo entre una interacción reactiva y una interacción reflexiva. Este aspecto está directamente relacionado con los niveles básico y funcional de diferenciación. En tercer lugar, es preciso atender a la variación entre la importancia atribuida a cada uno de los vínculos diádicos y al nivel de apego particular que muestran. Ello influye en la intensidad que el proceso tendrá; en ese sentido, dado que las relaciones dentro del sistema familiar

suelen ser más relevantes para los individuos, se espera que su proceso sea más intenso que el que se da en las múltiples triangulaciones breves que pueden ocurrir en un viaje en metro. En cuarto lugar, finalmente, el proceso también implica la diferencia entre los individuos en la sensibilidad frente a la expresión emocional de otros; el proceso emocional interpersonal no se compone, de acuerdo a lo anterior, sólo de la suma e interacción de los procesos emocionales individuales, sino que también, de hecho, de la calidad y cantidad de la percepción y respuesta que cada uno de los participantes muestra frente a los procesos de los otros y, por cierto, a las respuestas mismas de estos (Guerin et al, 1996).

La sobrecarga de intensidad en el proceso correspondiente a una díada se transfiere parcialmente a otra díada interconectada, inaugurando el proceso de triangulación. Ello, en el vivenciar, puede traducirse, según Guerin et al (1996), en “una confusión de los problemas y las tensiones emocionales” (pp. 127). Este excedente de tensión, en una estructura cerrada como la triangular, fluye continuamente dentro de las díadas y puede aparecer tanto como conflicto en una de ellas o en un síntoma en un participante en tanto aumenta el estrés en el sistema. Es justamente, en ese momento, en que se activa un Triángulo, limitando el movimiento individual y la libertad de decisión de cada individuo.

Modos de formación y activación de Triángulos Relacionales

Kerr y Bowen (1988; en Luna et al, 2003), así como Guerin et al (1996), describen distintas situaciones que pueden conllevar, directa o indirectamente, a la formación, consolidación o activación de un Triángulo, a saber:

- a) Una díada estable puede ser desestabilizada por la adición de un tercero. Puede tratarse, por ejemplo, de un tercer participante que se posiciona como un outsider persecutor frente a una díada tensa y de baja diferenciación que, por cierto, da lugar a la formación del Triángulo. A partir de los intentos de insiderización del outsider por medio de uno de los insiders, el otro participante de la díada interior presenta un principio de outsiderización;
- b) Una díada estable puede ser desestabilizada por la sustracción de un tercero. Puede ser el caso de una díada que acapara la comodidad relativa mediante la exclusión controlada del outsider y que, frente al alejamiento efectivo de este, vuelve a su inestabilidad definitoria hasta que ocurra algo como lo siguiente;

- c) Una díada inestable puede ser estabilizada por la adición de un tercero. Se trata de lo que Guerin et al (1996) llama “proceso reactivo del pacificador” y constituye la definición básica propuesta por Kerr y Bowen (1988) del proceso de triangulación y que se explica más arriba; y
- d) Una díada inestable puede ser estabilizada por la sustracción de una persona. En este caso, puede corresponder a un outsider persecutor que afecta la proximidad-distancia de los insiders que se retira por una u otra razón, o bien, por un insider muy potente a la hora de instar al otro insider a excluir al tercero y que desaparece del espacio relacional próximo. Este alejamiento puede ser tanto por una situación fortuita o por un esfuerzo voluntario.

La formación y activación de Triángulos describen un operar relacional que se mueve entre la tendencia a la estabilidad y al cambio o, dicho de otro modo, de la comodidad de lo invariable y la necesidad de la variación. Es, precisamente, a eso lo que se refiere, según Guerin et al (1996), el concepto de función.

Función de un Triángulo

Es preciso hacer el alcance de que la función no es una característica intrínseca de un sistema, sino que se trata de una propiedad que sólo puede ser definida por un observador (Maturana y Varela, 1994; Rosas y Sebastián, 2008). En ese sentido, el Triángulo no persigue, por naturaleza, la estabilización de la tensión de una díada, sino que, más bien, el Triángulo opera de acuerdo a su estructura y proceso y el observador, por su parte, vincula ello con lo ocurrido en cada una de las relaciones implicadas y, en esa acción, define una función para el Triángulo en particular.

El consenso en las observaciones lleva a Guerin et al (1996) a plantear algunas funciones fundamentales que son observables junto a otras de corte más particular. En primer lugar, el Triángulo contribuye a la contención de la tensión, en tanto la exclusión y estrecho vinculamiento que ocurren simultáneamente permiten mantener a raya, aunque no enfrentar efectivamente, la tensión irresuelta entre una o más diadas. Relacionado a lo anterior, otra función descrita tiene que ver con el desplazamiento del conflicto, en cuanto una díada evita el abordaje de un conflicto doloroso o molesto mediante el énfasis de una tensión con un tercer participante, permitiéndose la descarga del mismo monto de ansiedad. Otra función fundamental, siguiendo la misma línea, es la evitación de la intimidad entre alguna de las díadas, ya sea por evitar el enfrentamiento, evitar la emergencia de un conflicto latente o evitar el principio de

outsiderización en uno de los participantes del interior y, por tanto, el movimiento o variación de la estructura triangular rígida.

En términos generales, puede decirse que, mediante el alivio de la tensión, “los Triángulos evitan que la díada se rompa” (Guerin et al, 1996: 35). Esto puede tener consecuencias negativas o positivas, dependiendo del individuo. Sin embargo, lo paradójico del uso de la noción de función en la comprensión del Triángulo Relacional es que los Triángulos pueden describirse como “funcionales” sólo momentáneamente, pues su dinámica mantiene, justamente, estable un sistema relacional disfuncional. Dicho de otro modo, su función es mantener la disfunción. Sin embargo, cabe recordar el carácter adaptativo de la triangulación; en ese sentido, cuando esta ocurre en un período breve y es desactivada rápidamente, podría considerarse no disfuncional aunque, de todos modos, de reiterarse, ha de considerarse como un legítimo Triángulo.

Otras nociones sobre Triángulos Relacionales

Las ideas de Bowen respecto al concepto de Triángulo fueron bien atendidas y desarrolladas por colegas contemporáneos; fundamentalmente, el grupo de psicoterapeutas de la Child Guidance Clinic de Philadelphia –Haley y Minuchin, entre otros- publicó relevantes aportes teóricos que integraban la lógica que proponía Bowen. Haley (en Guerin et al, 1996), quien participó en la investigación de Bateson et al (1991), luego comenzó a ahondar su observación de los patrones relacionales en las familias de individuos diagnosticados con esquizofrenia, llegando a sugerir que, además de haber pautas comunicacionales confusas, en tales sistemas familiares hay una nebulosa delimitación de niveles en los sistemas de relación que, en tales casos, corresponden a los niveles generacionales. Dentro de ese marco de sentido, tal autor planteó la situación particular de que, en un contexto familiar u organizacional de al menos dos generaciones, una relación triádica en la que dos miembros comparten una generación de menor jerarquía y el otro es de una generación de mayor jerarquía y, en la cual, uno de los miembros de menor jerarquía forma una “coalición” con el miembro de mayor jerarquía en contraposición a su compañero de generación. Si a todo lo anterior, se le suma que la coalición entre las dos personas es negada, tal sistema relacional consiste en un *Triángulo perverso*.

Minuchin (1986), en tanto, a partir de la investigación en individuos con sintomatología psicósomática, plantea el concepto de *triada rígida* para caracterizar una forma particular de relacionamiento disfuncional entre la díada parental y uno de los hijos o hijas, asociado al desdibujamiento de los *límites* de los subsistemas que,

por definición para el autor, componen el sistema familiar; en particular, se refiere a lo difuso del límite entre el subconjunto “padres” y el subconjunto “hijos”. Tal configuración de disposiciones ha de asumir diferentes formas, a saber:

- a) *Triangulación* -palabra a la que Minuchin (1986) asigna una idea distinta y mucho más acotada respecto a Bowen y análoga a la estructura triangular que implica al miembro “atrapado en el medio” planteada por Guerin et al (1996)-, en la que cada uno de los padres requiere que el hijo se una a él frente o contra al otro padre. Se trata de una estructura disfuncional en la que el hijo se encuentra inmovilizado en el medio, puesto que cualquier acción puede ser considerada como un ataque por uno u otro padre; en palabras de Guerin et al (1996), se entiende al hijo como “atrapado en el medio”, corriendo el riesgo de volver outsider a cualquiera de sus dos padres, generando una respuesta reactiva en ellos;
- b) *Rodeo*, en la cual las tensiones y el estrés de la díada conyugal son negociados a través del hijo o hija, ayudando así a mantener la estabilidad en la relación entre los padres. Ello puede darse tanto mediante la valoración negativa de las acciones del niño o niña –‘ataque a la desviación’, donde ambos padres tratan de ‘abordar el problema de su hijo’ pero con ciertos problemas para ponerse de acuerdo en ello, o bien, puede darse lo mismo pero de una forma que, a simple vista, aparece como más ‘benevolente’: Considerar al hijo como ‘enfermo’ y actuar con sobreprotección hacia él; para Bowen (1991; Kerr y Bowen, 1988) o Guerin et al (1996), lo anterior también correspondería a un Triángulo; y
- c) *Coalición Estable*, con lo que Minuchin (1986), a diferencia de lo que explica en su noción de triangulación, se refiere a cuando uno de los padres se asocia, sostenidamente en el tiempo, al hijo en una coalición rígida hacia el otro padre. Esto también consistiría en un Triángulo en el desarrollo de Bowen.

En general, las diferencias en las conceptualizaciones acerca de los Triángulos entre Bowen y los dos autores anteriormente expuestos tienen que ver con la estabilidad temporal de las pautas relacionales, con el carácter patológico o no patológico atribuido a la formación triangular y con lo acotado o amplio del concepto mismo de Triángulo. Así, Bowen (en Kerr y Bowen, 1988) –así como también Guerin et al (1996)- concibe la triangulación como un operar que surge de la inestabilidad de las

díadas y, por tanto, puede darse incluso de modo muy sutil y momentáneo, no consistiendo necesariamente en una disposición disfuncional. De hecho, como ya se ha señalado, se trata de un operar adaptativo –en tanto contribuye a distribuir el flujo de la ansiedad en el espacio interpersonal- que sólo se vuelve disfuncional cuando se vuelve rígido y reiterativo, sea en su modo potencial y, sobre todo, en su modo activo.

Destriangulación e Intervención en Triángulos Relacionales

La destriangulación consiste por una parte, en la desactivación de sucesivos Triángulos entrelazados mediante el posicionamiento funcional de uno o más de sus participantes y, por otra, en un inicio de un progreso en el nivel básico de diferenciación en sus miembros (Kerr y Bowen, 1988; Guerin et al, 1996). En ese sentido, la destriangulación es considerable como uno de los fines a perseguir en psicoterapia sistémica-relacional, en tanto apunta a resolver genuinamente el apego emocional no resuelto en quienes consultan, a la prevención de la aparición de nuevos síntomas y al manejo efectivo de la ansiedad en el sistema consultante.

La promoción de posicionamientos experimentales es una de las formas de trabajar hacia la destriangulación. Se busca generar un movimiento novedoso en la estructura de los Triángulos y, a partir de ello, un cambio relevante en el proceso emocional interpersonal. Se trata, precisamente, de instar a ciertos miembros del sistema a cambiar la posición que ocupan, con el supuesto base de que, así, las posiciones de los otros también cambiarán, junto con los relacionamientos establecidos. Asimismo, es preciso que el individuo que realiza el movimiento observe, cuidadosamente, los cambios en su proceso emocional individual y en el interpersonal. Guerin et al (1996) proponen que sea el participante menos disfuncional del Triángulo quien intente sucesivas tomas de posiciones experimentales para, luego, lograr un posicionamiento funcional. Ello puede deberse al menor esfuerzo inicial que implica realizar el proceso con quien se encuentra menos alejado de tal modo de tomar posición.

La desactivación de un Triángulo mediante el posicionamiento funcional de uno de los participantes influirá muy probablemente, en los Triángulos adyacentes, sobre todo en los que también participa el miembro funcional en cuestión. Los Triángulos pasan a ser tríadas, sistemas tripersonales abiertos, donde la ansiedad fluye en forma más libre y puede distribuirse en un espacio relacional en crecimiento. Asimismo, el establecimiento de relaciones uno-a-uno permiten que los individuos operen en función de sí mismos y no de la presión que la relación de otros ejerzan; la destriangulación se trata, entonces, de un esfuerzo hacia la diferenciación de los sí

mismos que interactúan en el sistema en cuestión. El terapeuta está llamado, en ese sentido, a hipotetizar posibles posicionamientos novedosos en el sistema que consulta y a planificar una puesta en marcha efectiva y cuidadosa de ellos.

Intervenir en psicoterapia haciendo uso del concepto de Triángulo Relacional puede resultar complejo, fundamentalmente, pues tiene un alcance de segundo orden, en tanto el terapeuta es inevitablemente blanco de posibles triangulaciones por parte de cada uno de los miembros del sistema consultante. La responsabilidad del terapeuta al respecto, por tanto, consiste en mantenerse atento y consciente de cómo se está estableciendo el vínculo con cada individuo del sistema; cuáles movimientos emocionales potenciales y efectivos son observables en quienes consultan y en el terapeuta mismo, qué respuestas generan estos movimientos potenciales o efectivos en cada sujeto y, por cierto, las posibilidades de acción que son permitidas o limitadas por el modo particular en que se establece la relación en el coloquio terapéutico. Si bien, el terapeuta aparece inevitablemente como un tercero, es recomendable que procure tomar siempre posiciones funcionales, ya que la autonomía en la acción es condición de posibilidad del trabajo psicoterapéutico mismo.

La teoría acerca de los Triángulos y la observación de los mismos en el sistema familiar permite que el proceso terapéutico vaya ocurriendo y avanzando gracias a que facilitan la formulación de hipótesis relacionales y sistémicas. Su utilidad se expone en los párrafos siguientes.

HIPOTETIZACION EN PSICOTERAPIA SISTEMICA

Durante la historia del conocimiento moderno y contemporáneo, la hipótesis toma un lugar central. Se trata de la herramienta a la base del pensamiento científico y se hace presente, por cierto, en el estudio de la vida cotidiana y en la comprensión del proceso de individuación (Molina, 2006).

La hipótesis consiste en una explicación temporal de lo observado, la cual se inaugura como una suposición que ponemos a prueba para ver si sigue en pie o no (Selvini-Palazzoli et al, 1980; Andolfi, 2003). De acuerdo con Popper (1983), no se trata, de manera alguna, de una suposición que aspire a ser verificada, en tanto aceptada como verdad; en cambio, sólo puede aspirar a no ser falsada y a mantenerse vigente y aceptada. La ciencia, en ese sentido, funciona en base a un cuerpo de supuestos que otorgan coherencia a lo observado, mientras que guían o permiten cierta posibilidad de acción sobre ello. La psicoterapia sistémica utiliza las

hipótesis de manera similar pero no sólo en su avance como disciplina, sino que, particularmente, en el proceso terapéutico mismo.

Hipótesis como herramienta abductiva

Es preciso comprender la hipótesis a partir de sus propiedades lógicas. En ese sentido, la hipótesis tiene lugar bajo la forma de la abducción. La abducción es una de las formas lógicas de indagación mediante las cuales, según Peirce (en Molina, 2006), el sujeto produce las ideas. A diferencia de la deducción -donde la conclusión se encuentra ya contenida en las premisas- y de la inducción -donde se hacen planteamientos desde una idea general ya tenida-, la abducción es, para tal autor, la única forma genuina de creación de nuevas ideas.

El silogismo de la abducción es el siguiente: Se observa un hecho sorprendente C; si A fuese verdadera, C tendría lugar; luego, sí y solo sí, hay razones para sospechar que A es verdadera. Esta forma lógica implica, básicamente, que A es la explicación propuesta que el observador considera más adecuada y que, a partir de ello, le permite movilizarse mejor en un proceso de indagación hacia nuevas abducciones. Por cierto, la inferencia hipotética no se mueve en el dominio de lo absoluto ni tiene un carácter necesario, sino que es inherentemente probabilística.

Una hipótesis, por tanto, es una nueva idea que abre el paso a nuevas ideas. Se trata de un marcador que indica un camino posible a la investigación y sirve de base para futuras explicaciones posibles a hechos que han de aparecer frente al observador. En psicoterapia, así como en la investigación en general, el uso óptimo de las hipótesis está estrechamente relacionado con la actitud de quien indaga y el proceso que se genera a partir de tal actitud.

Hipotetización y Curiosidad

La Hipotetización consiste en el proceso de búsqueda, formulación, utilización y puesta a prueba de hipótesis (Selvini-Palazzoli et al, 1980; Andolfi, 2003). No se trata, de hecho, de las hipótesis mismas, sino que del proceso en el que el terapeuta las conecta y hace uso reflexivo de ellas, conduciendo la terapia a partir de y en función de ellas. Mientras la hipótesis busca orientar y focalizar la indagación y se centra en lo observado, la Hipotetización ha de comprenderse, por su parte, como un ejercicio de des-orientación y de des-focalización que ocurre en quien observa; se trata de una actitud en la que el terapeuta procura no cerrarse en la idea generada por una hipótesis en particular sino que, en cambio, establece una búsqueda constante de

nuevas hipótesis a partir de la que ya está en uso, introduciendo novedad, complejidad y movimiento a su trabajo.

De acuerdo a lo anterior, una actitud de Curiosidad es útil y necesaria en la indagación terapéutica (Cecchin, 1989; Andolfi, 2003). El terapeuta, al momento de aplicar Curiosidad, accede a experimentar puntos de vista novedosos y alternativos que, a su vez, producen más Curiosidad, dando lugar a una espiral generativa de nuevas explicaciones que otorguen sentido a lo tratado en el espacio psicoterapéutico. La Hipotetización es, de hecho, un motor del proceso terapéutico cuyo combustible es la Curiosidad. Se trata, en otras palabras, de un proceso dialógico que ocurre tanto en la conversación en el espacio terapéutico como en la interacción entre el observante y lo observado; se refiere tanto al diálogo entre las personas como al diálogo del observador con la situación.

Andolfi (2003), en relación a la Hipotetización y la Curiosidad, plantea que, frente a la imposibilidad que el terapeuta tiene de conocer el futuro efectivo del sistema consultante, la actitud de Curiosidad y la generatividad así facilitada permite a quienes participan del espacio terapéutico “buscar descripciones y explicaciones diferentes, incluso cuando parezca difícil imaginar otras” (Andolfi, 2003: 133). No se trata, entonces, de tratar de encontrar “la verdad” o lo que “realmente pasará” o, mucho menos, “lo que tiene que pasar”; en cambio, la Hipotetización busca proponer probables explicaciones o situaciones que contrasten con lo que el sistema consultante sostiene, pero que puedan parecer plausibles y, a partir de ello, faciliten la movilización y el cambio.

Hipótesis de primer y segundo tipo

Las hipótesis utilizadas en el proceso terapéutico variarán de acuerdo al momento en que aparecen y el espacio relacional que abarcan. Se trata, en cada uno de los casos, de hipótesis relacionales, en cuanto son referidas siempre al dominio relacional entre dos o más individuos, ya sea como estructura, proceso, función o interacción total de tales componentes.

Ugazio (en Andolfi, 2003) propone la distinción entre hipótesis de primer tipo e hipótesis de segundo tipo. Las primeras, las cuales ocurren en un primer momento terapéutico, consisten en explicaciones posibles sobre las intenciones y motivaciones presentes en cada relación establecida entre miembros del sistema consultante. Se trata de hipótesis de corte localizado que, en conjunto, permiten generar hipótesis de segundo tipo, las llamadas “hipótesis sistémicas”, que buscan proponer un modo de entender los principios relacionales fundamentales del operar del sistema familiar.

Puesta en juego de hipótesis en psicoterapia: Preguntas

La Hipotetización consiste, fundamentalmente, en un *modus operandi* del proceso psicoterapéutico que puede materializarse o hacerse operacional, por ejemplo, en el uso de preguntas. Es preciso que el terapeuta sea consciente de que, en cada pregunta o intervención que realiza en el espacio terapéutico, es posible encontrar ciertos supuestos a la base que, de todas maneras, operarán en el proceso. Así, por ejemplo, toda pregunta formulada tiene, a la base, una hipótesis (Selvini-Palazzoli et al, 1980). Por ejemplo: Si se pregunta “¿Cuántos hijos tiene?”, viene implícita la suposición de que el individuo a quien preguntamos sí tiene hijos. Si bien, la falta de prudencia en las intervenciones puede resultar perjudicial para el espacio terapéutico, la conciencia y responsabilización respecto a lo mismo permite, incluso, que las preguntas bien planificadas produzcan avances en el proceso. De hecho, se entiende que la pregunta es la principal herramienta de puesta a prueba de las hipótesis en psicoterapia (Andolfi, 2003).

En el uso de preguntas en psicoterapia sistémica, es posible distinguir entre preguntas lineales y preguntas circulares. Las primeras son aquellas en las que un individuo A consulta, interpela o pide cuenta a un individuo B acerca de las percepciones que el mismo B tiene acerca de su relación con otros. Se trata de preguntas fundamentalmente constatativas y pueden ir desde la recogida de datos personales hasta una pregunta referida a la emocionalidad de quien es consultado; sin embargo, una pregunta lineal puede ser también generativa si su forma y contenido introducen novedad y movilizan al sistema. Las preguntas circulares, por su parte, son mayor garantía de perturbación, novedad y generatividad, en tanto son menos comunes en la vida cotidiana e instan al individuo consultado a referirse desde otra posición. En este caso, por ejemplo, el individuo A consulta al individuo B acerca de cómo lo que hace el individuo C le impacta al mismo B.

La actitud de Curiosidad implica el protagonismo de la pregunta en el espacio psicoterapéutico. Esto no tiene que ver con una prohibición de no hablar si no es en forma de pregunta; de hecho, el diálogo enunciativo es también portador de hipótesis y puede ser igualmente generativo. No obstante, la pregunta es, por definición, una interacción que, por medio del lenguaje, genera un vacío, una tensión que el otro es invitado a resolver. La pregunta, en ese sentido, cuando es utilizada de un modo responsable, es la principal garante de una construcción compartida del proceso terapéutico y del quiebre de sentido que lo hace avanzar.

Apartado 2**PLANTEAMIENTOS DEL MEMORISTA****TRIANGULO RELACIONAL A PARTIR DE UNA ACTITUD DE CURIOSIDAD*****Curiosidad como condición de posibilidad para la observación de Triángulos Relacionales***

Dado que el observar no es algo que ocurre desde lo observado a lo observante sino que, por el contrario, es algo que el observador –en tanto se define como quien ‘observa’ ‘algo’- hace ‘en’ o ‘sobre’ el elemento observado, resulta coherente señalar que la forma y contenido de lo que observamos en un momento determinado estará inherentemente vinculada a cómo el individuo se posiciona en su mundo y, por tanto, cómo decide observar. A partir de ello, es preciso decir que la actitud particular de observación que el terapeuta tome en el espacio terapéutico favorecerá la emergencia de ciertos elementos y, también, hará menos probable la aparición de otros. La observación de Triángulos relacionales en un sistema es posible bajo ese principio; sólo aparecerán al terapeuta-observador mediante el uso de una actitud observacional adecuada, la que, en este caso, es la de Curiosidad.

Un Triángulo Relacional, como tal, no aparece a simple vista, tal como sí podría hacerlo, por ejemplo, el individuo o, incluso, la díada. No se trata de una estructura fácil de concebir sin el conocimiento del concepto, ya que, dentro de la trama relacional plasmada en el diagrama familiar, un sistema tripersonal como el Triángulo resulta algo forzado de distinguir operacionalmente. Tampoco es simple incluirlo en la conversación terapéutica como unidad de observación o trabajo ya que implica ir más allá de las preguntas directas o lineales y de la información constatativa que cada uno de los consultantes suele traer al espacio terapéutico. Por ello, el terapeuta-observador ha de procurar poner mayor esfuerzo en realizar una indagación que vaya más allá de lo meramente descriptivo y vaya siendo generativa y perturbadora en el transcurso del proceso terapéutico. Por tanto, el Triángulo Relacional aparecerá, si y sólo si, a partir de una actitud de Curiosidad.

Dado que, para Cecchin (1989), la actitud de Curiosidad permite escapar de la tendencia a formular explicaciones de causa-efecto, alejándose de la posibilidad de

que tal modelo cierre la conversación en cuestión, puede plantearse que la observación de Triángulos permite al terapeuta-observador establecer, con claridad, que el malestar indicado en alguno de los individuos que participan en una situación clínica no puede explicarse mediante su consideración como efecto de alguna otra condición o aspecto aparecido en otro lugar en su historia o en su sistema familiar. El concepto de Triángulo se funda en una noción compleja de influencia, la cual cuestiona lo diádico como fuente de explicaciones. Lo diádico, por cierto, incluye la díada causa-efecto; aparece ahí, por lo menos, un tercer elemento que, teniendo en cuenta al individuo o aspecto índice como elemento activo en el sistema relacional, aumenta, considerablemente, las posibilidades de formular relaciones causales en un orden distinto, el cual puede ser el circular –A está implicado en que B ocurra, así como B está implicado en que A ocurra. Así, una noción circular de las relaciones causales observadas impide el cierre del diálogo acerca del problema y sugiere la necesidad de responsabilización por parte de cada actor implicado.

La noción de Triángulo Relacional no sólo posibilita evitar encerrarse en la lógica causa-efecto durante la conducción de un proceso de psicoterapia, sino que, incluso, es un planteamiento conceptual que surge a partir de ello.

Triángulo como relación entre relaciones

En términos algo más específicos, el Triángulo Relacional puede entenderse como una relación entre relaciones, visible a partir de una actitud de Curiosidad. En este sentido, el esfuerzo indagativo de explicarse la relación entre A y B también mediante la observación de la relación entre B y C puede considerarse el paso inaugural de la aparición del Triángulo a quien observa; a continuación, en un acto de cierta connotación gestáltica, es esperable que el observador se vea atraído o seducido a ‘cerrar’ el dibujo triangular mediante la pregunta por el vínculo entre A y C. Así, es probable que, al ampliar el preguntarse por las relaciones entre individuos con preguntarse por las relaciones entre relaciones, la unidad de observación que emergerá primero sea, precisamente, un sistema tripersonal y, particularmente, el Triángulo.

Ante la pregunta de por qué, de entre los posibles tipos de sistemas tripersonales, el Triángulo es el que más probablemente aparecerá en la observación, puede plantearse que aquel se hace visible a partir del supuesto de que el operar de cierta relación está vinculado al de otra relación de manera significativamente potente y rígida. Esto tiene que ver con que, debido a la ansiedad crónica inherente a las relaciones humanas, es muy poco probable lograr observar tríadas, puesto que la

triangulación invade cada uno de los vínculos de la red en tanto es el operar adaptativo que permite conllevar aquella ansiedad.

El re-mapeo de la red relacional como una red de Triángulos entrelazados se hace posible a través de la iteración de la serie de formulaciones que, como se explica más arriba, permiten la emergencia del Triángulo. La posibilidad de acción sobre los puntos precisos de la red relacional para movilizar el sistema tiene que ver, en tanto, con la depuración y selección de las hipótesis de primer tipo que permitan la génesis de las de segundo tipo; en particular, hablamos de la selección de cada uno de los Triángulos que, en su conjunto y teniendo en cuenta el entrelazamiento, permitan plantear una explicación consistente acerca del operar global del sistema, el cual va más allá y parte de descripciones particulares surgidas en la conversación en terapia.

Curiosidad, aproximación estética y Triángulo

Una actitud de Curiosidad aplicada a la observación en psicoterapia implica también, para Cecchin (1989), una aproximación estética frente al fenómeno. Esto se refiere a alejarse de la tendencia a observar y evaluar descripciones formuladas por quienes consultan para acercarse a la observación de patrones en las mismas; ello permite abrir el interés en investigar cómo tales descripciones vienen ajustándose entre sí, trayendo a primer plano ciertos patrones en el interactuar. Atender a estos aspectos abre un espectro amplio de respuestas posibles a los participantes del espacio terapéutico.

De acuerdo a lo anterior, la observación de Triángulos consiste, en sí misma, en la distinción de patrones en el interactuar entre cada uno de los miembros. Puede observarse a partir de un cúmulo de descripciones particulares, pero sólo es a partir de la relación que emergen las pautas reiterativas que sugieren una configuración particular de las interacciones entre determinados individuos. Así, la posición particular que cierto individuo ocupe en un triángulo determinado ha de definirse por un hilo que vincula descripciones –por un patrón- y no por una aseveración aislada. Así y, por cierto, puede entenderse el Triángulo como patrón de patrones.

HIPOTETIZACIÓN A PARTIR DE TRIÁNGULOS RELACIONALES

El Triángulo Relacional se inaugura como un espacio útil para hipotetizar, en tanto se trata de una hipótesis pensada para dar lugar a otras hipótesis. Asimismo, el Triángulo puede consistir en un espacio ‘sobre’ el cual hipotetizar, usándose como

marco de sentido para comprender una u otra situación que aparezca en terapia. Ambas ideas nos llevan a la idea de que, a la inversa de lo indicado en los párrafos anteriores, es ahora el Triángulo a partir de donde puede surgir la Hipotetización. De todos modos, en este caso no ha de plantearse el Triángulo como condición de posibilidad para la Hipotetización, pues no existen mayores problemas para hipotetizar sin el uso de Triángulos; más bien, el Triángulo Relacional aparece ahora como una alternativa útil para la actitud hipotética, un marco de sentido que el observador puede elegir o no para guiar la indagación en el espacio terapéutico.

Triángulo como espacio óptimo para formulación de hipótesis

Para llevar la comprensión de la utilidad del Triángulo en la Hipotetización a un nivel que otorgue posibilidad de acción, conviene situarnos en el mapa de la estructura, proceso y función del Triángulo. Ello nos permite generar hipótesis más precisas acerca del operar de la formación triangular y, asimismo, permite acotar posibles puntos de intervención. Al respecto, hay una serie de aspectos en la noción de Triángulo que pueden servir de molde para posibles hipótesis, a saber:

En la estructura:

- El comprender la presencia de sintomatología en un determinado individuo a partir de la posición que ocupa en un Triángulo y de la predominancia persecutor/distanciador observada en él o ella; así, se puede evitar el quedarse cerrados en que quien aloja el síntoma en el Triángulo observado corresponde 'siempre' al outsider, pensando no sólo en una posición asumida sino que, también, en un movimiento entre éstas;
- Poder formular hipótesis acerca de las posiciones que cierto individuo tendería a asumir en futuras formaciones triangulares, mediante el análisis de la recurrencia de la toma de una u otra posición en cada uno de los Triángulos pasados y actuales; así, el terapeuta puede poner en juego la hipótesis de que, por ejemplo, una persona que, en el pasado, fue reiterativamente outsider en una cantidad significativa de Triángulos, o bien, actuó tal posición de forma muy intensa, esté disponiéndose y aceptando ser dispuesto como outsider en las relaciones actuales por 'deuteroaprendizaje' –aprendizaje del contexto-, pudiéndose comprender desde ahí uno u otro fenómeno observado en torno a él o ella;
- También desde la idea del 'aprendizaje del contexto' y de la observación del grado de estabilidad y fluidez tanto de cada uno de individuos de un

Triángulo como del Triángulo en sí, es posible hipotetizar qué tanta rigidez pueden mostrar individuos y el sistema tripersonal en los posibles posicionamientos experimentales que se propongan e intenten en el futuro del proceso terapéutico; así, el terapeuta puede manejar la idea de que si uno de los individuos de la trama ha participado en Triángulos predominantemente fluidos, es más esperable de él que se muestre con más condiciones para moverse hacia un modo más funcional de posicionarse, mientras que, por otro lado, quienes participan en Triángulos más estabilizados se mostrarán más resistentes al cambio en el relacionamiento;

- En relación con lo anterior, una hipótesis que puede ser muy funcional para el trabajo terapéutico es que puede ser más conveniente realizar una intervención por posicionamiento experimental en un individuo que, en su historia de interacciones, haya participado más en Triángulos fluidos, pensando en que pueda estar más 'habitado' o 'entrenado' en el movimiento intra-triangular, vale decir, entre ser insider, outsider o 'estar en el medio.

En el proceso:

- El análisis de la sensibilidad que uno u otro individuo ha mostrado respecto de las emociones de los otros en los distintos Triángulos que han formado durante su historia de interacciones puede llevarnos a hipotetizar sobre la emoción particular -vista en otros- bajo la cual se podría estar fundamentando la serie de movimientos de un individuo respecto a su red relacional; así, mientras en un Triángulo la rigidez de la posición de un insider 'muy sensible a la culpa' se deba a una especie de lealtad excesiva a otro insider que apela a ella mediante el uso de la culpa, en otro Triángulo puede ser que un outsider 'muy sensible al rechazo' se distancie de los insiders y se quede inmóvil allí;
- Asimismo, y en relación a la estructura, los altos niveles de reactividad presentes en ciertos Triángulos podrían tratar de explicarse mediante la observación de la distribución de la incomodidad en los Triángulos adyacentes donde participa cada uno de los miembros del Triángulo al que se atiende en el momento; en este sentido, no sería inadecuado poner en juego la hipótesis de que, en un Triángulo muy reactivo, están convergiendo tres individuos que, en otros Triángulos, están cargando con la incomodidad

o, dicho de otro modo, están siendo recipiente del flujo de la ansiedad desde otros Triángulos.

Respecto a la función, la generación de hipótesis tiene un aspecto aún más particular para cada situación clínica que en el caso de la estructura y el proceso, ya que, en tanto la función es función designada por el observador y no inherente, es necesario revisar qué elementos particulares del sistema consultante se está contribuyendo a mantener y que, a su vez, ayudan a mantener rígido el sistema de creencias del sistema. De todos modos, la hipótesis general y generativa respecto a la función es que, mediante el uso del Triángulo como hipótesis, emergerán ciertas tensiones que están irresueltas y están siendo evitadas en el sistema y que, mediante la estructura y el proceso, están siendo desplazadas logrando que aparezcan aquellos problemas que se manifiestan como “los” problemas del sistema que consulta.

Triángulo Relacional como marco de introducción de novedad

Dado que el Triángulo es una manera no común de pensar las tensiones interpersonales en la vida cotidiana, es muy probable que las intervenciones que el terapeuta haga basándose en las hipótesis surgidas del Triángulo sean significativamente novedosas para quienes consultan. En ese sentido, el Triángulo tiene un importante potencial respecto a generar aquellas explicaciones frente a las que los consultantes responden “Nunca lo había pensado así”.

De acuerdo a lo anterior, quienes participan en un Triángulo y, de alguna manera, lo logran visibilizar, tienen un universo más amplio de posibilidad de acción. La intervención, entonces, ahora puede ser facilitada gracias a la ayuda del consultante mismo, quien, ante la apertura de un proceso reflexivo a partir de la novedad, puede comenzar a sorprenderse también de la posición rígida que, hasta ese momento, podría haber estado asumiendo sin darse cuenta. Consecuente a la constatación de un estado anterior de rigidez, es probable que aparezca un sentimiento emergente de tener una cantidad creciente de alternativas de pensar y, por tanto, de actuar respecto a una u otra problemática.

Asimismo, el terapeuta, mediante la necesaria toma de posición funcional –la que, de no serlo, puede resultar perjudicial tanto para el proceso terapéutico como la sus participantes, incluido quien interviene-, presenta una novedad que consiste en la puesta a prueba de una nueva forma de manejar un sistema tripersonal, en la cual un individuo les pueda demostrar, al menos dentro del espacio terapéutico, que es posible

establecer relaciones uno a uno y que el abordaje de las problemáticas relacionales resulta distinto y más provechoso bajo esa forma.

CONCLUSIONES

El Triángulo Relacional es más que un concepto acotado en una escuela acotada de la psicoterapia sistémico-relacional. Se trata de una forma de relacionamiento que puede ser observada mucho más allá del sistema familiar, aunque su concepción teórica haya surgido desde el estudio de ello. El Triángulo es, en cierta medida, una de las descripciones más gráficas y consistentes de lo ventajoso que es establecer relaciones uno-a-uno con los otros. Se trata, por tanto, de un avance conceptual que no es privativo del que viene siendo llamado “modelo transgeneracional”; si bien, el desarrollo del concepto incluye ‘lo transgeneracional’ como espacio de indagación, su disponibilidad puede alcanzar a la generalidad de los modos de trabajo que vienen sosteniendo una orientación sistémico-relacional, incluido el modelo de Milán.

El Triángulo es un fenómeno que aparece en el acto de la observación. Sin embargo, no es posible, en ese sentido, que una persona se encuentre, casualmente, con un Triángulo Relacional; es preciso adoptar, como ya se ha dicho anteriormente, una actitud observacional de Curiosidad para lograr tal observación. Este aspecto es uno de los fundamentales en el pensamiento en torno a la psicoterapia sistémica y una de sus principales contribuciones al entendimiento del acto de conocer; no sólo somos quienes planteamos los conceptos para explicarnos los fenómenos; también somos los responsables de que su uso sea provechoso en el trabajo terapéutico y en la vida misma.

La Hipotetización, en ese sentido, resulta no sólo favorecida por la observación de los Triángulos en psicoterapia, sino que la actitud de curiosidad que aquella implica resulta ser la condición que hace posible su aparición. Así, no hay Triángulos sin Hipotetización y, si bien sí puede haber Hipotetización sin la observación de Triángulos, la presencia de estos últimos contribuye a resultados muy atractivos y particulares en el trabajo terapéutico, en tanto proponen un repertorio amplio de posibles preguntas y aspectos sobre los cuales hipotetizar, ya sea respecto a la estructura, el proceso emocional interpersonal o a la función. Ello constituye una respuesta a la pregunta de investigación de la presente memoria y, en la medida que logra formularse tal respuesta, consigue abordar los objetivos general y específico, en la medida que se consigue presentar un planteamiento teórico que, a partir de la síntesis de la historia de aportes en ambas tradiciones, pone en diálogo ambos

conceptos y da lugar a la posibilidad y propuesta de futuras investigaciones. Se inaugura, por tanto, una potencial hebra de desarrollo teórico y práctico.

Los desarrollos de Milán y de la línea Bowen-Guerin, en tanto se definen como orientados a lo sistémico-relacional, no sólo comparten ello como denominación, sino que tienen en común un cúmulo significativo de bases conceptuales, algunas explícitamente y otras que requieren el desarrollo de un diálogo entre ellas, basado en los potentes puntos en común que mantienen, como sucede en la interacción entre Maturana-Varela y la TSN de Bowen. En ambas líneas de desarrollo están presentes los planteamientos batesonianos respecto a lo relacional y lo ecológico, los aportes de la teoría de la comunicación, la crítica a los modelos tradicionales basados en la individualización y en el modelo explicativo de causa-efecto y la re-conceptualización del síntoma a partir de su funcionalidad y su valor comunicativo. La suma de todo ello hace visible una plataforma argumental compartida de volumen considerable. Sin embargo, hay énfasis y ámbitos en que cada una se ha apoyado y que le viene distinguiendo marcadamente de la otra; mientras Bowen ha asentado una base importante en los desarrollos neo-darwinistas –a partir de los cuales plantea su teoría como una explicación de una ‘naturaleza’ de las relaciones humanas-, el grupo de Milán ha tendido, por su parte, relevantes vínculos con la filosofía de la ciencia y del lenguaje.

Lo aquí planteado persigue, por tanto, contribuir al encuentro entre las dos tradiciones cuyo avance sin mayor diálogo es el núcleo del problema de investigación. No se busca, en este esfuerzo, promover de manera alguna una futura convergencia o fusión de modelos para constituir una única ‘vía sistémica’; ello implicaría pérdida en la riqueza otorgada por la diferencia y por la presencia de la discusión. La propuesta va, en cambio, hacia la promoción de encuentros como ‘cruces’ entre las dos vías, sin que ello impida o detenga el desarrollo independiente de cada una. No se trata de propiciar una homologación de contenidos y técnicas, sino de iniciar un diálogo sostenido que permita que cada tradición se enriquezca con los aportes que la otra viene entregando a la clínica sistémica. Tampoco se trata, asimismo, de que esto quede sólo en un ‘affaire’ o en un intercambio conceptual situado y momentáneo, como un hito aislado que no implique una transformación en cada línea de desarrollo.

De acuerdo a lo anterior, un paso necesario para posibilitar el diálogo es el cuestionamiento de los prejuicios que cada tradición mantiene acerca de los ámbitos de interés, los conceptos y los modos de trabajo que viene mostrando la otra. En este

caso particular, sería destacable proponer, como alternativa a la noción rígida de un 'modelo transgeneracional', la idea de 'lo transgeneracional' como ámbito de indagación posible de ser abordado más allá de los límites que vienen manteniéndose entre las distintas líneas de avance en la orientación sistémico-relacional, así como también considerar a la observación de Triángulos relacionales como una de muchas herramientas disponibles para una conducción terapéutica que se lleva a cabo mediante la hipotetización, más que como un principio rector o un constructo que acapare la reflexión sobre cada caso.

La memoria que aquí concluye ha sido un intento de contribuir teóricamente a la comprensión de la relación entre Triángulo Relacional e Hipotetización; el paso siguiente ahora es poner a prueba en la práctica terapéutica misma las hipótesis planteadas en estas páginas, ya sea para refutarla, para darle más consistencia pero, nunca, para convertirles en verdades.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANDOLFI, M. (2003). *El Coloquio Relacional*. Barcelona: Paidós (Orig. 2000)
- BATESON, G. (1988). *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Lohlé-Lumen (Orig. 1971)
- BATESON, G., JACKSON, D., HALEY, J., WEAKLAND, J. (1991). "Hacia una teoría de la esquizofrenia". Buenos Aires: Almagesto, 1ra edición (Orig. 1956).
- BOWEN, M. (1991). *De la Familia al Individuo: La Diferenciación del Sí Mismo en el Sistema Familiar*. Barcelona: Paidós, 1ra edición (Orig. 1971).
- CECCHIN, G. (1989). "Nueva visita a la Hipotetización, circularidad y neutralidad: Una invitación a la Curiosidad". Buenos Aires: *Sistemas Familiares*, Abril de 1989.
- GERGEN, K. y WARHUS, L. (2001). "La Terapia como Construcción Social: Dimensiones, Deliberaciones y Divergencias". Buenos Aires: *Sistemas Familiares*, 17, 1.
- GUERIN, P., FOGARTY, T., FAY, L., GILBERT, J. (1996). *Triángulos Relacionales: El a-b-c de la Psicoterapia*. Buenos Aires: Amorrortu, 1ra edición
- KERR, M. y BOWEN, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York: W.W. Norton and Company.
- LUDEWIG, K. (1989). "10 + 1 guías o preguntas-guía. Lineamientos de una teoría clínica en el ámbito psicosocial con fundamento sistémico". Buenos Aires: *Sistemas familiares*, 5, 2, 21-36. (Orig. 1987)
- LUNA, C., PORTELA, S., ROJAS, C. (2003). "Exploración y Reflexiones acerca de los Procesos Emocionales-Relacionales de la Propia Familia de Origen, Vinculadas a la Formación del Terapeuta, desde la Teoría de los Sistemas Naturales de Murray Bowen: un Estudio de Casos mediante la Utilización de Diagramas Familiares o Genogramas". Memoria para optar al título profesional de Psicólogo/a. Santiago. Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile; 33-120.

MATURANA, H. y VARELA, F. (1973). *El Árbol del Conocimiento*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria, 1ra edición.

MATURANA, H. y VARELA, F. (1994). *De Máquinas y Seres Vivos: Autopoiesis, la Organización de Lo Vivo*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria, 6ta edición (Orig. 1973).

MATURANA, H. (1989). "Lenguaje y Realidad: El Origen de lo Humano". Santiago de Chile: *Archivos de Biología y Medicina Experimental*, 22; 77-81

McGOLDRICK, M. y GERSON, R. (1987). *Genogramas en la Evaluación Familiar*. Barcelona: Editorial Gedisa (Orig. Año)

MINUCHIN, S. (1986). *Familias y Terapia Familiar*. Barcelona: Editorial Paidós (Orig. 1974).

MINUCHIN, S. y FISHMAN, C. (1983). *Técnicas de Terapia Familiar*. Barcelona: Editorial Paidós (Orig. 1981).

MOLINA, V. (2006). "Educación, Evolución e Individuación". Santiago de Chile: *PRELAC*, 2.

POPPER, K. (1983). *Conjeturas y refutaciones: El desarrollo del conocimiento científico*. Barcelona: Editorial Paidós.

ROSAS, R. y SEBASTIAN, C. (2008). *Piaget, Vigotski y Maturana: Constructivismo a tres voces*. Buenos Aires: Aique Grupo Editor, 1ra edición.

SELVINI-PALAZZOLI, M., BOSCOLO, L., CECCHIN, G. Y PRATA, G. (1985). "Hipotetización-Circularidad-Neutralidad: tres directrices para la conducción de la sesión". Las Palmas de Gran Canaria: *Clínica y Análisis Grupal*, 41, 532-546

VARELA, F. (2000). *El Fenómeno de la Vida*. Santiago de Chile: Dolmen Ediciones, 1ra edición.

VON FOERSTER, H. (1991). Las semillas de la cibernética. Barcelona: Gedisa (Orig. Año)

WIENER, N. (1979). *Cibernética y Sociedad*. Buenos Aires: Sudamericana, 1ra edición (Orig. Año)