



CENTRO UNIVERSITARIO  
INDOAMERICANO

*Conocer para Trascender*

CENTRO UNIVERSITARIO INDOAMERICANO

---

---

*INCORPORADA A LA UNAM, CLAVE 8909-25*

**“EL NIDO VACÍO. LOS CONFLICTOS DE LA  
PAREJA COMO EXPRESIÓN DE UNA  
AUSENCIA DE PROYECTOS. ESTRATEGIAS  
DE INTERVENCIÓN DESDE UN ENFOQUE  
SISTÉMICO.”**

**TESINA**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**  
P R E S E N T A:

**EDNA PATRICIA BARBARIN RIVERA**

ASESOR: LIC. LILIA URIBE OLIVERA

TLALNEPANTLA DE BAZ, ESTADO DE MÉXICO

2007.

**AGRADECIMIENTOS**



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A ti Dios, por todas las bondades que me has otorgado, por darme la fuerza, sabiduría y empeño, para poder concluir esta etapa de mi vida.

A mis padres, que fueron los que me brindaron su amor y su apoyo económico y moral, para realizar este sueño. Los amo y que Dios los Bendiga.

A mi hermana Navil, por su apoyo y cariño y porque con sus actitudes me ha enseñado que hay que luchar por lo que se desea. Te amo nena sigue así.

A mi esposo Alejandro que me ha apoyado en todo momento y el cual es el motor de mi vida, mi compañero en este sueño y en todos, Gracias Te Amo.

A ti Alessandra que por el simple hecho de existir me has dado la mayor felicidad, te dedico este y todos mis logros, porque todos son pensando en ti, Gracias Mi Amor Te Amo.

Y por ultimo a la Lic. Lilia Uribe, por sus enseñanzas y paciencia. Gracias en verdad aprendí mucho.

## ÍNDICE

<b>Agradecimientos.....</b>	<b>1</b>
<b>Resumen.....</b>	<b>2</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>3</b>
<b>Justificación.....</b>	<b>5</b>
<b>1.- Antecedentes Teóricos.....</b>	<b>7</b>
1.1 Antecedentes del Enfoque Sistémico	
1.2 Modelos de Terapia Sistémica	
1.3 Modelo Estructural	
<b>2.- El ciclo vital de la familia.....</b>	<b>31</b>
2.1 La Familia como un Ciclo	
2.2 El ciclo vital de la familia por Milton Erikson	
2.3 El ciclo vital de la familia por Lauro Estrada	
2.4 El Ciclo Vital en el Enfoque Estructural	
<b>3.- El nido vacío.....</b>	<b>61</b>
3.1 Características del Nido vacío	
3.2 Conflictos y Crisis en el Nido Vacío	
3.2.1 El Impacto del Nido Vacío en la Mujer	
3.2.2 El Impacto del Nido Vacío en el Hombre	
3.2.3 El Impacto del Nido Vacío en la Pareja	
<b>Estrategias de Intervención.....</b>	<b>73</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>81</b>
<b>Glosario.....</b>	<b>84</b>
<b>Referencias Bibliograficas.....</b>	<b>91</b>

## RESUMEN

El presente trabajo retoma el sistema familiar desde el modelo estructural retomando las etapas por las que transita durante su desarrollo, enfatizando en las consecuencias y crisis que aparecen en el momento en que los hijos se van del hogar, planteando diversas estrategias terapéuticas, para familias que se encuentren en el nido vacío, este tiempo hace alusión al sentimiento de pérdida, por lo tanto en este cambio hay crisis que pueden desencadenar diversos conflictos que afecten al sistema y que no permiten un reencuentro con la pareja ni una independencia total por parte de los hijos. Generándose así una ausencia de proyectos en común, por lo que en muchos casos se llega a la separación como una manera de resolver esta etapa, por otro lado hay familias transgeneracionales que pueden impedir la separación al no permitir que ningún miembro salga del sistema, o bien en el mejor de los casos las parejas se reencuentra.

**Palabras Clave:** *Sistema Familiar, Modelo Estructural, Ciclo Vital de la Familia, Nido Vacío.*

## INTRODUCCIÓN

El estudio de la familia se ha abordado desde diferentes enfoques teóricos y metodológicos, la sociología, la psicología, la economía, la antropología, la historia, entre otras múltiples disciplinas han reconocido su importancia, como el espacio privilegiado de reproducción biológica, y material de los individuos, así como institución trasmisora de los valores de la sociedad, ya que a partir de ésta se reproduce la cultura, se adquiere la lengua materna, se organizan los sentimientos y se conforma la identidad del individuo.

Por lo tanto la presente tesina retoma este tópico, ya que es un aspecto que la psicología debe integrar y estudiar de manera constante, ya que solo así se podrá entender de una manera más efectiva al individuo y a la sociedad en general.

Por otro lado en el estudio de la familia se han considerado diversas aproximaciones y definiciones, por lo que se decidió retomar el Modelo Estructural, ya que este reconoce a la familia como un sistema, es decir, un conjunto de elementos en interacción constante, en donde el cambio en cualquiera de estos elementos modifican la relación de todos.

Esta aproximación surge a partir de La Teoría General de los Sistemas, propuesta por Bertalanffy, y conceptualiza a la familia en términos de un sistema abierto que funciona en relación con su amplio contexto social cultural y que evoluciona a lo largo de un ciclo de vida. Ante esto se puede decir que cambia y se transforma a lo largo del tiempo, a través de un ciclo.

En función de esta visión se retomo no sólo a la familia a través del Modelo Estructural, sino además, reconocer en ella a un sistema que evoluciona a través del tiempo en un ciclo, con una historia, un nacimiento y un desarrollo, apareciendo así un ciclo vital, en donde se reproduce, declina y también se muere. Estos ciclos se presentan en determinados momentos dentro del desarrollo de la misma, atravesando por etapas o periodos vitales, y como todo ser vivo acompañado de épocas de salud y enfermedad. Por ello dentro de cada

ciclo, la familia debe enfrentar diversas tareas y crisis que son características a cada etapa, se deben resolver los conflictos presentes, seguir su camino y continuar hacia un crecimiento saludable. Si esto no se logra, si se brincan etapas, o se regresa a ciclos anteriores, o bien si se detienen en algún momento de los periodos, las luchas y las tensiones pueden llegar a ser intolerables o bien persistir a través de toda una vida.

Ante esto se decidió abarcar dentro del ciclo vital de la familia, el periodo familiar, en que los hijos se van y la pareja se reencuentra nuevamente, periodo conocido como nido vacío. Haciendo énfasis en los conflictos que se presentan en la pareja y la familia, en el momento en que los hijos se van del hogar e indicando las consecuencias de la no resolución de los conflictos y la ausencia de un proyecto común.

Por lo tanto el objetivo es revisar el sistema familiar mediante las etapas por las que transita durante su desarrollo, enfatizando experiencias y crisis que aparecen en el momento en que los hijos se van del hogar, a través de los diversos modelos de terapia sistémica, prestando especial atención en el modelo estructural. Planteando así las diferentes etapas del ciclo vital de la familia y la pareja, acentuando las características del nido vacío, las consecuencias de la no resolución de las crisis y conflictos. Por último se integran diversas estrategias de intervención para las parejas que se encuentran en este momento del ciclo vital de la familia.

## JUSTIFICACIÓN

El ser humano es un ser social, que desde la antigüedad buscó reunirse con sus semejantes para llevar a cabo sus actividades, así la familia, con todos los cambios sufridos a través de la historia ha llegado a estructurarse como se percibe en la actualidad y constituye indudablemente la institución más antigua e importante de la sociedad.

Al considerar esto la psicología a partir de los últimos 20 años ha tenido una evolución acelerada. Han aparecido un gran número de escuelas e instituciones que se encargan de la investigación de la familia y de la difusión de la terapia familiar. Sin embargo la gama de características y tipos de familia es incontable, provocando que día a día se generen nuevas interrogantes respecto a las diversidades de familias.

Por lo tanto, la presente investigación teórica está centrada en la familia, debido a la trascendencia adquirida en cada individuo y en la sociedad en general. Aunque el interés fundamental es la familia a partir de su ciclo y con especial énfasis en el momento en que los hijos se van del hogar.

Retomar a la familia como un ciclo implica reconocer etapas o periodos vitales, donde se presentan alternadamente épocas de salud y enfermedad, con características particulares en cada una de ellas. Es por ello que el momento en que los hijos se van del hogar es un momento crucial para los individuos y para la familia en general, esto ocurre ya que los roles de padres vividos durante la crianza, hacen que frecuentemente los individuos se olviden a sí mismos y la pareja pase a segundo término, por lo que el momento en que los hijos se van y la pareja se reencuentra, resulta muy difícil y conflictivo de sobrellevar, ya que es el encuentro de dos desconocidos forzados a convivir.

Aunado a lo anterior, cada integrante de la pareja continúa con su ciclo de desarrollo personal, por lo que para este momento habrán llegado a los 50 años de edad aproximadamente, por lo que en este instante los individuos atraviesan un periodo en donde la declinación se hace presente, aunada a la jubilación,



menopausia y todas las características bio-psico-sociales de esta etapa del desarrollo evolutivo de los seres humanos.

Ante esto, no nos sorprende que en los últimos años la tasa de divorcios haya aumentado después de que los hijos se han ido, siendo esta la única opción para un matrimonio infeliz unido por el compromiso común de crianza y cuidado de los hijos. De hecho las estadísticas hablan de que el 11% de los divorcios ocurren entre personas que han estado casadas durante 20 a más años. Siendo estas parejas más propensas a ver el divorcio como un fracaso personal. (INEGI, 2007)

Por lo tanto el cuestionamiento central, que se pretende resolver es el de identificar ¿Cuáles son los conflictos que se presentan en la pareja y la familia, en el momento en que los hijos se van del hogar?, periodo conocido como nido vacío, e indicar ¿Cuáles son las consecuencias de la no resolución de los conflictos y la ausencia de un proyecto común?

## **1. ANTECEDENTES TEÓRICOS**

En este capítulo se delimitan los aspectos más representativos de la Teoría General de los Sistemas, expuestos por el vienés Ludwig von Bertalanffy, principios válidos para la comprensión del origen, estructura y fenómenos que se presentan en cualquier tipo de sistema.

De igual manera se retomarán de los distintos modelos de terapia familiar sistémica, mismos que surgen a partir de la Teoría General de los Sistemas tales como: Históricamente Orientado, Terapia Familiar Estratégica, La Escuela de Milán, El modelo constructivista de terapia familiar, El enfoque Interaccional y El Modelo Estructural, se conocerán sus concepciones de familia y la forma en que trabajan los diversos conflictos que se presentan dentro del individuo y el sistema en general, esto se hará con la finalidad de identificar diversas visiones cuyas bases tienen como piedra angular a la Teoría General de los Sistemas.

### **1.1 Antecedentes del Enfoque Sistémico**

La Teoría Familia Sistémica, se fundamenta en la Teoría General de los Sistemas: expuesta por Von Bertalanffy (1984). Según sus propias palabras, es el creador de una ciencia nueva a la que denomina Teoría General de los Sistemas, dice que el objetivo de esta teoría es la formulación de principios válidos para sistemas en general, sea cual fuere la naturaleza de sus elementos, componentes y las relaciones o fuerzas reinantes entre ellos; la concibe como una ciencia de la totalidad y la ubica como una disciplina con un enfoque lógico-matemático, aplicable a varias ciencias empíricas, propone formular y derivar aquellos principios generales aplicados a todos los sistemas.

En la teoría general de los sistemas es posible identificar tres aspectos principales: ciencia, tecnología y filosofía. Su ubicación como ciencia de los sistemas, tiene que ver con la exploración y la explicación científica de los sistemas en las diferentes ciencias, donde no solo se estudia a sus elementos por separado sino básicamente a las relaciones que entre sus elementos se

establecen, su interacción, estructura y dinámica, así como el juego de sus diversos procesos implica la exploración científica de todos y de totalidades.

El segundo aspecto está relacionado con la tecnología, o sea los problemas que surgen en la tecnología y la sociedad moderna, dado que los medios tradicionales ya no son suficientes ni adecuados, impone así actitudes de naturaleza holística, generalistas o interdisciplinarios

Y el tercero se refiere a la filosofía de los sistemas, la reorientación del pensamiento y la visión del mundo resultante de la introducción del sistema como nuevo paradigma científico, en contraste al paradigma analítico mecanicista, unidireccional causal.

Dentro de la teoría general de los sistemas, el concepto sistema posee una gran relevancia. Es por ello que Bertalanffy (1984), conceptualiza a los sistemas como un complejo de elementos en interacción. "Todo organismo con un orden dinámico de partes y procesos en los que se ejercen fuerzas recíprocas".

Postula tres premisas básicas:

1. Los sistemas existen dentro de sistemas: cada sistema existe dentro de otro más grande.
2. Los sistemas son abiertos: es consecuencia del anterior. Cada sistema que se examine, excepto el menor o mayor, recibe y descarga algo en los otros sistemas, generalmente en los contiguos. Los sistemas abiertos se caracterizan por un proceso de cambio infinito con su entorno, que son los otros sistemas. Cuando el intercambio cesa, el sistema se desintegra, esto es, pierde sus fuentes de energía.
3. Las funciones de un sistema dependen de su estructura: para los sistemas biológicos y mecánicos esta afirmación es intuitiva. Los tejidos musculares por ejemplo, se contraen porque están constituidos por una estructura celular que permite contracciones.

Según Bertalanffy (1984), sistema es un conjunto de unidades recíprocamente relacionadas. De ahí se deducen dos conceptos: propósito (u objetivo) y globalismo (o totalidad):

- Propósito u objetivo: todo sistema tiene uno o algunos propósitos. Los elementos (u objetos), como también las relaciones, definen una distribución que trata siempre de alcanzar un objetivo.
- Globalismo o totalidad: un cambio en una de las unidades del sistema, con probabilidad producirá cambios en las otras. El efecto total se presenta como un ajuste a todo el sistema. Hay una relación de causa/efecto. De estos cambios y ajustes, se derivan dos fenómenos: entropía y homeostasia.
- Entropía: es la tendencia de los sistemas a desgastarse, a desintegrarse, para el relajamiento de los estándares y un aumento de la aleatoriedad. La entropía aumenta con el correr del tiempo. Si aumenta la información, disminuye la entropía, pues la información es la base de la configuración y del orden. De aquí nace la negentropía, o sea, la información como medio o instrumento de ordenación del sistema.
- Homeostasia: es el equilibrio dinámico entre las partes del sistema. Los sistemas tienen una tendencia a adaptarse con el fin de alcanzar un equilibrio interno frente a los cambios externos del entorno.

La clasificación de los sistemas, es otro elemento central de la teoría, Bertalanffy expone los sistemas cerrados y sistemas abiertos.

- Los sistemas cerrados: son aquellos ocupados por la física, aquellos que están aislados del mundo circundante. No intercambian energía ni información con su medio, manteniéndose aislado al exterior. El sistema cerrado es todo aquel en el cual la corriente de entrada y salida, se encuentra intercalada y alimentándose a sí mismo. (Jonansen, 1986; citado en Eguiluz, 1991).
- Los sistemas abiertos: son todos aquellos organismos vivos. En ellos se da una continua incorporación y eliminación de materia, esto se

da ya que los sistemas vivos recurren a un continuo intercambio de componentes pudiendo ser, positiva y negativa. Ante esto se mantiene una constante entrada y salida de energía, un aumento y disminución de sus componentes, por lo que se pueden reproducir cambios y como consecuencia darse una evolución. (Bertalanffy, 1984).

Además de esta clasificación (Bertalanffy en 1984) propone que los sistemas presentan ciertas características que se enumerarán a continuación:

1. Insumos y productos. Todos los sistemas dependen de algunos insumos para generar las actividades que finalmente originarán el logro de una meta. Todos los sistemas originan algunos productos que otros sistemas necesitan.
2. Información: Es definida, por una expresión isomorfa, es una medida de la organización. Cuando el estudio refiere la interdependencia entre el individuo y su medio, entonces cambia el concepto de energía por el de información, es decir hay un intercambio de información (conducta-comunicación).
3. Transformación. Todos los sistemas son transformadores de entradas en salidas "inputs-outputs". Entre las entradas se pueden incluir informaciones. Lo que recibe el sistema es modificado por éste de tal modo que la forma de la salida difiere de la forma de entrada.
4. Entropía. La entropía está relacionada con la tendencia natural de los objetos a caer en un estado de desorden. Todos los sistemas no vivos tienden hacia el desorden; si se los deja aislados, perderán con el tiempo todo movimiento, convirtiéndose en una masa inerte.
5. Regulación. Si los sistemas son conjuntos de componentes interrelacionados e interdependientes en interacción, los componentes interactuantes deben ser regulados (manejados) de alguna manera para que los objetivos (las metas) del sistema finalmente se realicen.

6. Jerarquía. Generalmente todos los sistemas son complejos, integrados por subsistemas más pequeños. El término "jerarquía" implica la introducción de sistemas en otros sistemas.
7. Diferenciación. En los sistemas complejos las unidades especializadas desempeñan funciones especializadas. Esta diferenciación de las funciones por componentes es una característica de todos los sistemas y permite al sistema focal adaptarse a su ambiente.
8. Equifinalidad. Esta característica de los sistemas abiertos afirma que los resultados finales se pueden lograr con diferentes condiciones iniciales y de maneras diferentes. Contrasta con la relación de causa y efecto del sistema cerrado, que indica que sólo existe un camino óptimo para lograr un objetivo dado. Para las organizaciones complejas implica poseer diversidad de entradas que se pueden utilizar y la posibilidad de transformar las mismas, de diversa manera, es decir flexibilidad y adaptabilidad.

Además de estas características es importante contemplar otros conceptos relevantes dentro de la Teoría General de los Sistemas como son: retroalimentación, totalidad, morfogénesis, morfostasis y circularidad, mismos que explican a continuación.

*\*Retroalimentación:* Es el mantenimiento homeostático de un estado característico o la búsqueda de unión y meta, se basa en cadenas causales circulares y en mecanismos que devuelven información acerca de desviaciones con respecto al estado por mantener o la meta a alcanzar.

*\*Totalidad.* El todo es algo más y diferente de la suma de las partes que lo componen, significa que las características constitutivas no son explicables a partir de las partes aisladas.

*\*Morfogénesis:* Se refiere a la formación y desarrollo de las estructuras de un sistema. Un sistema debe modificar su estructura básica, para lo cual se apoya en una retroalimentación positiva (Ortiz, 1994; citado en Ramírez, 1995).

\**Morfostasis*. Es la capacidad de un sistema de mantener su estructura en un ambiente cambiante.

\**Circularidad*. Es la característica en términos de comunicación (intercambio de información dentro del sistema y entre éste y el medio ambiente), haciendo referencia a la secuencia de causas y efectos.

De esta manera estos son sólo algunos de los conceptos y bases generales que la Teoría General de los Sistemas, creada por Bertalanffy, desarrolló, por lo que podemos notar que esta Teoría, provocó que el pensamiento científico sufriera una reorientación, al dirigir su atención a los fenómenos de la realidad vistos como totalidades.

Ante esto el campo de la psicología no pudo quedarse al margen y por ello se consideró la repercusión de las fuerzas históricas que determinan el desarrollo de individuos y comunidades a partir de determinados sistemas socioculturales. Ello implica el hablar de organizaciones con elementos mutuamente interdependientes y no aislar fenómenos. Por lo que a continuación se presentarán los diversos modelos de terapia sistémica, que surgen a partir del trabajo de Bertalanffy.

## **1.2 Modelos de Terapia Sistémica**

En el campo psicológico, la Teoría General de los Sistemas, y sus conceptos básicos, son rescatados por terapeutas familiares. En primer lugar se retoma la idea de *sistema* ya que estos consideran a la familia como un sistema abierto, en donde hay un continuo intercambio de información entre sus componentes. Es decir la familia es un sistema abierto en transformación, que se mantiene en un continuo intercambio de energía e información. (Freidenberg, 1995; citado en Rojas, 1997).

Dentro de la Teoría General de los Sistemas hay tres conceptos centrales, que permiten comprender el funcionamiento de la familia: a) la familia puede verse como un sistema en constante transformación, b) se explica como un sistema autogobernado, y c) es un sistema abierto en interacción con otros sistemas.

En cuanto a la *totalidad*, se refiere a que cada una de las partes que conforman a un sistema vivo, se relacionan entre sí, de esta manera cada elemento influye sobre otros, es por ello que la totalidad no es solo la suma de sus partes (Garduño, 1991; citado en Ramírez, 1995). Por ello, en un sistema familiar, tres o dos personas que se relacionan, no son independientes, existe una interacción, por lo que al estudiar el contexto entero, se puede entender la conducta del individuo. Ante esto se puede estudiar a un individuo simple o a una nación como totalidad, lo cual significa que se toma en cuenta el contexto en el que ocurre la conducta, evento o la situación.

Respecto a la *homeostasis* (Jackson 1957; citado en Ramírez, 1995) conceptualiza a la familia como un sistema, el cual es mantenido por un balance interno llamado homeostasis, con una tendencia a permanecer igual, es decir, al equilibrio sano o a una retroalimentación negativa. De hecho aquí pueden existir sistemas familiares rígidos y de alguna manera cerrados, que se protegen ante la amenaza de perder su estabilidad.

Acerca de la *morfogénesis* se puede decir que es una tendencia al cambio para transformar el sistema, por ello es que en las familias funcionales el sistema tiene la capacidad de innovar y así generar un desarrollo. Se dan cambios en la estructura familiar y el sistema se adapta a las condiciones nuevas, por lo que hay flexibilidad y estructuración. Por eso la familia tiene procesos en los que se presentan periodos de estabilidad (homeostasis) y periodos de cambio (morfogénesis), según las necesidades del sistema.

La *retroalimentación* por su lado, es la capacidad de los seres vivos para auto modificarse, generándose así la posibilidad de aprender. Ésta se divide en positiva y negativa, siendo la primera el proceso mediante el cual el mecanismo homeostático se rompe. Mientras que la retroalimentación negativa, se concibe como un elemento regulador, aquí no se rompe con la homeostasis pero tampoco hay un cambio. (Becvar, 1982; citado en Rojas, 1997).

La *circularidad*, se refiere a la secuencia de causas y efectos, los modelos básicos de circularidad son concernientes a la cibernética, en la cual los elementos de un



sistema son contingencias recíprocas, ya que la influencia de ciertas conductas afecta a otras. Es decir, que un elemento influye sobre los integrantes de la familia y viceversa, por lo que hay una interacción circular.

Los terapeutas familiares rescataron estos conceptos básicos, y así surgieron diversos modelos de terapia sistémica.

Los modelos que se conocen en la terapia familiar son: el históricamente orientado representado por Murray Bowen, Norman Paul e Ivan Nagy; el de terapia familiar estratégica, de Milton Ericsson y desarrollado por Jay Haley; La Escuela de Milán, encabezado por Mara Selvini Palazzoli, Luigi Bisco, Guiliiana Prata y Gianfranco Cecchini Selvini; el constructivista de terapia familiar, con el austriaco Michel White como uno de sus principales exponentes; el enfoque interaccional de Palo Alto, California y Bowen; y el estructural, formulado por Salvador Minuchin. (Ramírez, 1995).

**\*El enfoque históricamente orientado:** Se llama así porque hace hincapié en el pasado, con una visión multigeneracional. Esta terapia describe a la familia como un conjunto discreto de individuos, con ideaciones y emociones reprimidas, y el objetivo es producir insight y comprensión, así como expresar emociones. Al terapeuta le interesan los recuerdos y las motivaciones de cada miembro de la familia. Se hace hincapié en el pasado para hallar las causas del síntoma, así como los medios para cambiarlo. Su método es interpretativo.

Murria Bowen es el de mayor influencia entre las terapias históricas. Su método es asesorar a los miembros de la familia para que vuelvan a sus familias de origen, ofreciéndoles un camino para lograr la individuación y la autonomía personal por la vía de la familia. Su teoría de la transmisión multigeneracional de enfermedades emocionales, postula que el surgimiento de la enfermedad emocional en un miembro de una familia tiene su origen en la dificultad que anteriormente tuvieron integrantes de la familia para separarse de la familia nuclear, dificultad que pasa de generación en generación, plantea que para entender la dificultad para individuarse en una persona, se deben identificar las pautas originales del pasado, pero que en el presente ejercen un gran dominio

sobre la persona, para lo que se vale del genograma. En su teoría busca la diferenciación del self maduro y autónomo para cada miembro.

Otro terapeuta que enfatiza el pasado es Norman Paul, quien retoma la teoría de la represión freudiana aplicándola a la unidad familiar y no al individuo. Sostiene que si nos remontamos a un hecho del pasado que ha estado cerrado y lo revivimos, producirá una abreacción y entonces el síntoma anexo a tal hecho desaparecerá.

Ivan Nagy opera una gran parte de su terapia bajo el marco psicoanalítico, pero en ocasiones emplea datos del pasado para construir paradójicas intervenciones multigeneracionales. Su aportación más importante es "El libro de cuentas de la familia", que consiste en un sistema multigeneracional de obligaciones y deudas que deben pagarse con el tiempo; no importa cuándo ocurrió una injusticia, siempre en algún punto futuro habrá un paso tendente a la retribución, aunque no necesariamente por el deudor original. Se redefine el comportamiento sintomático como prueba de lealtad familiar e indecoro de un sacrificio del desarrollo individual a los intereses del grupo. Se aparta de una posición lineal y se acerca a una epistemología circular.

**\*Terapia Familiar Estratégica:** se desarrolla a partir de la terapia estratégica de Milton Ericsson, el terapeuta asume la responsabilidad de plantear una estrategia a fin de resolver los problemas del cliente, estableciendo objetivos claros, que entrañan la solución del problema presentado, diseñando una estrategia específica para cada problema y para cada sistema familiar.

La terapia se centra en el contexto social de los dilemas humanos, por lo que la tarea consiste en programar una intervención en la situación social. Entre sus objetivos se encuentra el de ayudar a las personas a sobrellevar las crisis que enfrentan en determinadas etapas de la vida familiar con la finalidad de pasar a la etapa siguiente. Otro objetivo es impedir repeticiones de secuencias de comportamiento e introducir mayor complejidad y alternativas, para alcanzar los objetivos propuestos, se programan varias etapas en la terapia.

Se da relevancia a las jerarquías, al considerar que los sistemas patológicos se pueden describir en términos de una jerarquía que funciona incorrectamente, plantea que la técnica terapéutica debe ser directiva y planificarse.

La terapia se centra en esas secuencias reiteradas de comportamiento. Concibe que el síntoma es la cristalización de una secuencia que tiene lugar dentro de una organización social, este modelo establece que el propio terapeuta debe incluirse dentro del problema.

**\*La Escuela de Milán:** Mara Selvini Palzzoli en 1968 organizó el Instituto de Estudios Familiares en Milán que en su base estaba integrado por los psiquiatras: Luigi Boscoso, Guiliana Prata, Gianfranco Cecchini Selvini; este grupo trabajó durante diez años y creó un enfoque de sistemas familiares que aplicó con familias de anoréxicos. La manera de trabajo consiste en que terapeuta y familia se reúnen en un espacio, mientras que en otra habitación haya colaboradores con una cámara de observación, los observadores pueden pedir a uno de los terapeutas que salga de la habitación para solicitarle mayor información o bien hacer una sugerencia, al terminar la sesión los terapeutas salen para consultar con los observadores y se comparten opiniones, luego los terapeutas regresan para hacer una intervención o una recomendación, esta puede ser un ritual, una tarea o una prescripción para toda la familia, si un miembro de la familia no se ha presentado se le envía una carta en la que se le hace notar su ausencia (Ramírez, 1995).

La terapia inicia con la primera llamada telefónica, donde se presta atención a los detalles. Para la primera sesión se requiere que esté presente toda la familia. Antes de cada sesión el grupo se reúne para comentar la sesión previa. El tratamiento consta de 10 sesiones aproximadamente, con un intervalo de un mes o más. Una característica del terapeuta es la neutralidad, la cual es la capacidad de evitar aliarse con los miembros de la familia y de evitar los juicios morales.

La escuela de Milán genera la idea de la doble atadura a la que llaman contraparadoja; esto es la connotación positiva del síntoma que se encuentra vinculado con otros comportamientos. La aportación, es la implementación de la

hipótesis, que sirve para explicar el síntoma en la familia y cómo embonan todas las piezas. La hipótesis debe de ser circular y relacional; es decir, organizar todos los datos confusos, anexos al síntoma, que tengan sentido en el marco de las relaciones familiares. La elaboración de la hipótesis sirve para: organizar los datos, dicha estructura permite al terapeuta tener una idea que seguir al efectuar la entrevista y además sugiere el significado que el comportamiento sintomático tiene en la familia. En esta escuela se desarrolla el cuestionamiento circular.

**\*El modelo constructivista de terapia familiar:** Propone que no podemos aprender la realidad o una realidad única como si tomásemos una fotografía, sino que construimos lo que sabemos a través de la interacción social y dentro de las limitaciones de nuestro sistema nervioso. Por lo tanto vamos construyendo la realidad.

El paradigma narrativo, plantea que las analogías y metáforas utilizadas determinan nuestra forma de ver y estudiar el mundo, no podemos conocer la realidad objetivamente. El conocimiento es un proceso interpretativo, para interpretar y construir necesitamos ciertas guías, las analogías o modelos sirven como mapas.

Los seres humanos necesitamos organizar nuestras experiencias de manera que nos proporcione una historia coherente sobre nosotros mismos y el mundo circundante. A esta historia se le puede llamar narrativa, la cual se forma seleccionando los hechos de acuerdo con nuestra historia dominante.

Michael White y Epsom, son los representantes más importantes del modelo narrativo o interpretativo, aquí la conducta de los miembros de la familia da significado a los acontecimientos, por lo que el objetivo de la terapia es identificar alternativas que permitan a las personas representar nuevos significados que sea mas abiertos, mas útiles y mas satisfactorios. El método que utiliza White es la externalización del problema, para ubicarlo como algo separado del paciente y rastrea cómo ha influenciado en su vida, se tratan de ubicar los acontecimientos excepcionales en los que el sujeto se comporta de manera diferente. Se trabaja con historias que evocan historias.

**\*Modelo estructural:** Su representante es Minuchin en 1986, este señala que la familia es el contexto natural para crecer, en donde los miembros de una familia se relacionan de acuerdo a ciertas reglas que constituyen la estructura familiar a la cual define como "el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia.

Así, la familia es un sistema abierto y su totalidad la conforman las relaciones entre sus miembros; la familia como sistema se autorregula (presenta períodos de homeostasis y períodos de morfogénesis); la familia se relaciona con otros sistemas (familia de origen, comunidad, etc.); la familia en su interior se conforma de subsistemas: individual, conyugal, parental, fraterno; en su interior sus miembros interactúan entre sí y por tanto se afectan unos a otros, siendo entonces que los conflictos familiares han de presentarse cuando existe una disfunción en las interrelaciones que establecen los miembros de la familia; es decir, que un conflicto individual en cualquiera de ellos es la manifestación de un conflicto familiar. La meta de la terapia estructural es establecer cambios en la interacción familiar de manera que ésta sea funcional, con base en el aquí y ahora (Barker, 1983; citado en Ramírez, 1995).

Dentro de la estructura familiar se pueden identificar las siguientes formas de interacción: Los límites, que "están constituidos por las reglas que definen quienes participan y de qué manera lo hacen en la familia. "Tienen la función de proteger la diferenciación del sistema" (Minuchin, 1990). Los límites al interior del sistema se establecen entre los subsistemas familiares (individual, conyugal, parental y fraterno) y pueden ser de tres tipos:

**Claros:** que definen las reglas de interacción con precisión. **Difusos** que no definen las reglas de interacción con precisión y caracterizan a las familias con miembros muy dependientes entre sí. **Rígidos** que definen interacciones en las que los miembros de la familia son independientes, desligados.

Los límites al exterior del sistema implican reglas de interacción entre la familia y otros sistemas.

a) Jerarquía, que hace referencia al miembro con mayor poder en la familia.

- b) Centralidad, miembro con base en el cual gira la mayor parte de las interacciones familiares; dicho miembro puede destacarse por cuestiones positivas o negativas.
- c) Periferia, miembro menos implicado en las interacciones familiares.
- d) Alianzas, se refieren a la unión de dos o más personas para obtener un beneficio sin dañar a otro.
- e) Coaliciones, que son la unión de dos o más personas para dañar a otra.
- f) Hijo (a) Parental, es aquel miembro de la familia que asume el papel de padre o madre.

La intervención terapéutica desde la perspectiva del Modelo Estructural se dirige a los cambios en la estructura familiar disfuncional, para entonces eliminar el síntoma; la unidad de intervención terapéutica es el sistema familiar, por lo que modificar la estructura, con jerarquías y límites claramente establecidos es la base de la terapia.

**\*El modelo sistémico interaccional:** Los primeros estudios se encuentran en las investigaciones realizadas por el grupo de Palo Alto California. Por un lado, hay que mencionar el proyecto dirigido por Bateson, que desarrolló la teoría del doble vínculo, y trabajó en Palo Alto de 1952 a 1962. Centró sus estudios en el tema de la paradoja en la comunicación y trabajó con familias de pacientes esquizofrénicos. Formaban el equipo Bateson, Weakland, Haley, Jackson y Fry. Por otro lado, al terminar el proyecto, Jackson creó en Palo Alto el Instituto de Investigaciones Mentales (Ramírez, 1995).

En 1954, Jackson da una conferencia titulada Homeostasis Familiar, en la misma conceptualiza la familia en términos de sistema interaccional poniendo el acento en el carácter equilibrador que posee todo síntoma individual. Al finalizar la conferencia fue abordado por Bateson e invitado a integrar el equipo sobre: Comunicación en la esquizofrenia.

Esta teoría se centra en que la persona se encuentra inserta en un "sistema" siendo los miembros de ese sistema interdependientes. Por tanto, un cambio en un miembro afecta a todos los miembros del sistema. El síntoma tiene valor de conducta comunicativo; el síntoma es un fragmento de conducta que ejerce efectos profundos sobre todos los que rodean al paciente; el síntoma cumple la función de mantener en equilibrio el sistema. La terapia va dirigida a intervenir activamente en el sistema para modificar las secuencias comunicativas defectuosas. Se trataba de cambiar el medio relacional en que vive la persona, no sacarla de este medio e intentar cambiarla a ella. Ya que el síntoma de cualquier miembro de la familia en un momento determinado se ve como expresión de un sistema familiar disfuncionante. Para comprender el síntoma se debe comprender no solo al portador del síntoma, sino también a la familia y al sistema familiar, ya que el síntoma cumple la función de mantener el equilibrio del sistema familiar.

Por otro lado es decisivo el trabajo de Paul Watzlawick (MIR, Mental Research Institut, Palo Alto, Ca). En Palo Alto, Watzlawick y sus colegas (en especial, Gregory Bateson) desarrollaron la teoría del Doble Vínculo (Double Bind), aunque su mayor aportación, en colaboración también con Gregory Bateson, es en el campo de la Pragmática de la comunicación humana.

Según Watzlawick, existen 5 axiomas en su teoría de la comunicación entre dos individuos. Si uno de estos, por alguna razón, no funciona, la comunicación puede fracasar:

- Es imposible no comunicarse: Todo comportamiento es una forma de comunicación. Como no existe forma contraria al comportamiento ("no-comportamiento" o "anti-comportamiento"), tampoco existe "no-comunicación".
- Toda comunicación tiene un nivel de contenido y un nivel de relación, de tal manera que el último clasifica al primero, y es, por tanto, una metacomunicación: Esto significa que toda comunicación tiene, además del significado de las palabras, más información sobre cómo el que habla quiere ser entendido y que le entiendan, así cómo la persona receptora va

a entender el mensaje; y cómo el primero ve su relación con el receptor de la información.

- La naturaleza de una relación depende de la puntuación de las secuencias comunicacionales entre las personas comunicantes: tanto el emisor como el receptor de la comunicación, estructuran el flujo de la comunicación de diferente forma y así, interpretan su propio comportamiento y del otro, dependiendo de las marcas de puntuación que establezcan. La comunicación humana no puede ser resuelta en un plano causa-efecto, sino que es un proceso cíclico.
- La comunicación humana implica dos modalidades: la digital y la analógica: La comunicación no implica simplemente las palabras habladas (comunicación digital: *lo que se dice*); también es importante la comunicación no verbal (o comunicación analógica: *cómo se dice*).

Los intercambios comunicacionales pueden ser tanto simétricos como complementarios: dependiendo de si la relación de las personas comunicantes está basada en intercambios igualitarios, es decir, tienden a igualar su conducta recíproca; o si está basada en intercambios aditivos, es decir, donde uno y otro se complementan, produciendo un acoplamiento recíproco de la relación.

Una vez revisadas las diversas terapias familiares sistémicas que surgieron a partir de la Teoría General de los Sistemas, es importante profundizar en el modelo estructural, ya que este modelo es el que da sustento teórico al trabajo, siendo parte primordial, en la concepción del ciclo vital y en el periodo conocido como nido vacío

### **1.3 Modelo Estructural.**

Entre los modelos de terapia familia, el llamado estructural se desarrolla a partir de la segunda mitad del siglo XX y tiene como representante fundamental al doctor Salvador Minuchin. Los conceptos y estrategias más relevantes, se identifican en dos de sus libros: Familias y Terapia Familiar y Técnicas de Terapia Familiar.



Dentro de su biografía podemos retomar los siguientes aspectos: Psiquiatra y psicólogo infantil argentino, se distinguió por su trabajo con grupos de familias de hijos delincuentes. Dirigió por diez años la Clínica de Orientación Infantil, en sus obras abarcó conflictos de diversa naturaleza en distintos sectores sociales; en este periodo trabajó con Braulio Montalvo, Jay Haley y otros para instaurar el tratamiento terapéutico en su totalidad de tipo familiar. Sobre esa base, Minuchin establece que la terapia familiar deja de ser un proceso experimental, empleado solamente en lugares especializados, para convertirse en una modalidad terapéutica que se practica en los centros de salud mental de Estados Unidos, creando así nuevos modelos para estudiar y tratar la influencia de la familia en el mantenimiento de síntomas psicósomáticos en el niño. Trabajó con familias de diabéticos asmáticos, en donde logra exacerbar y ampliar el umbral emocional habitual de la familia en beneficio de ella misma.

De esta forma Minuchin innovó una forma de aplicar los planteamientos teóricos de los pioneros en Terapia Familiar, aunque utilizando para ello su propio enfoque: el estructural, el cual parte de la idea de que el hombre es un ser social y que la familia como contexto social es lo que afecta al hombre.

Postula tres axiomas para la terapia familiar:

- 1.- La vida psíquica de un individuo no es exclusivamente un proceso interno, pues el individuo influye sobre su contexto y es influido por éste por secuencias repetidas de interacción.
- 2.- Las modificaciones en una estructura familiar contribuyen a la producción de cambios en la conducta y en los procesos psíquicos internos de los miembros de ese sistema.
- 3.- Plantea que cuando un terapeuta trabaja con un paciente o con la familia su conducta influye en ese contexto.

Dentro de los conceptos más importantes que plantea y que son básicos en el modelo estructural de terapia familiar, podemos retomar los siguientes:

a) *Concepto de familia*: Minuchin en 1986, señala que la familia es el grupo más importante para el individuo, ya que la familia es un sistema que opera a través de transacciones repetidas estableciendo pautas acerca de la manera, cuándo y con quien relacionarse. Estas interacciones regulan la conducta de los miembros de la familia y son mantenidos por dos sistemas de coacción. El primero es genérico e implica las reglas que gobiernan la organización familiar. Y el segundo es idiosincrático e implica las expectativas mutuas de los diversos miembros de la familia. El origen de estas expectativas se da por años de negociaciones explícitas e implícitas entre los miembros de la familia.

También establece que la familia es un grupo social natural que determina las respuestas de sus miembros a través de estímulos desde el exterior, su organización y estructura tamizan y califican la experiencia de sus integrantes. Minuchin, señala que la familia es el contexto natural para crecer, en donde los miembros de una familia se relacionan de acuerdo a ciertas reglas que constituyen la estructura familiar a la cual define como "el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia. Así, la familia es un sistema abierto y su totalidad la conforman las relaciones entre sus miembros; la familia como sistema se autorregula (presenta períodos de homeostasis y períodos de morfogénesis); la familia se relaciona con otros sistemas (familia de origen, comunidad, etc.);

Según Salvador Minuchin, la familia es un sistema que opera dentro de otros sistemas más amplios y tiene tres características:

- Su estructura es la de un sistema sociocultural abierto, siempre en proceso de transformación.
- Se desarrolla en una serie de etapas marcadas por crisis que la obligan a modificar su estructura, sin perder por ello su identidad.
- Es capaz de adaptarse a las circunstancias cambiantes del entorno modificando sus reglas y comportamientos par acoplarse a las demandas externas.

- En el sistema familiar, el conflicto de uno de sus miembros resulta ser la manifestación de un conflicto familiar.

b) *Estructura Familiar*: Es el conjunto invisible de demandas que organiza los modos en que interactúan los miembros de la familia. Estas interacciones operan a través de pautas transaccionales, los cuales van estableciendo de qué manera, cuando y con quien relacionarse.

c) *Concepto de Holón*: surge a partir de la necesidad de Arthur Koestler, a no emplear más expresiones como “todo-parte o subtodo”. Por ello se creó este término, para designar aquellas entidades de rostro doble en los niveles intermedios de cualquier jerarquía, surge de la palabra Holón del griego holos (todo), con el sufijo on (como el protón o neutrón), que evoca una partícula o una parte (Minuchin y Fishman, 1992). Un Holón es un todo y una parte al mismo tiempo. Cada Holón es competencia de los demás y despliega su energía a favor de su autonomía y de su autoconservación como un todo.

c.1) Holón Individual. Contiene los determinantes históricos del individuo, aportes del contexto social (escuela, sociedad, trabajo, etc.), y el influjo como un sistema multi-individual perteneciente a otros subsistemas más vastos donde el influjo es solo un continuo circular (Minuchin y Fishman, 1992).

c.2) Holón Conyugal: Esta conformado por la pareja, cada cónyuge lleva consigo una ideología que debe compartir con ese otro, asimismo negociar las preferencias, para con ello ganar pertenencia, quedando así establecida la base de las interacciones.

Minuchin en 1983, establece que el sistema conyugal se construye cuando dos adultos de sexo diferente se unen con la intención expresada de construir una familia. Posee tareas y funciones específicas vitales para el buen funcionamiento del grupo. Las principales cualidades requeridas son la complementariedad y la acomodación mutua. Tanto el esposo como la esposa deben ceder parte de su individualidad para lograr un sentido de pertenencia.

c.3) Holón Parental: Esta incluye la crianza de los hijos y funciones de sociabilización. El niño aprende a vivenciar la autoridad y a conocer el estilo de vida con la que su familia afronta conflictos y negociaciones. Este subsistema tiene que modificarse a medida que los hijos crecen y sus necesidades cambian (Minuchin y Fishman, 1992).

Aquí surgen las relaciones afectivas y comunicacionales dadas entre padres e hijos. Cuando nace el primer hijo, inicia la formación de un nuevo nivel, ante esto el subsistema conyugal debe diferenciarse, para desempeñar las tareas de socializar al hijo sin renunciar al mutuo apoyo que caracterizará al subsistema conyugal. Es necesario trazar un límite que permita el acceso del niño a ambos padres y al mismo tiempo que lo excluya de las relaciones conyugales (Minuchin, 1983; citado en Eguiluz, 1991).

c.4) Holón Fraternal: Dentro de éste, los hijos se apoyan entre sí, se atacan, aprenden unos de otros o se toman como chivos emisarios, cooperan, comparten o negocian. Este subsistema es formado a partir de que hay más de un hijo en la familia, ya que solo así los hijos aprenden a llevar relaciones de camaradería, a cooperar, a compartir y a negociar, pero también a recelar, envidiar y pelear con sus pares.

Dentro de este Holón o subsistema, se promueve el sentimiento de pertenencia a un grupo, para Minuchin este subsistema, es un laboratorio social donde los niños aprenden a experimentar relaciones con sus iguales, a lograr amigos y aliados, a aguardar las apariencias cuando ceden y a obtener reconocimiento por sus habilidades.

Ante esto podemos decir que la familia en su interior esta conformada por los subsistemas: individual, conyugal, parental, fraternal, sus miembros interactúan entre sí y por tanto se afectan unos a otros, siendo entonces que los conflictos familiares han de presentarse cuando existe una disfunción en las interrelaciones que establecen los miembros de la familia; es decir, que un conflicto individual en cualquiera de ellos es la manifestación de un conflicto familiar. La meta de la

terapia estructural es establecer cambios en la interacción familiar de manera que ésta sea funcional, con base en el aquí y ahora (Barker, 1983; Ramírez, 1995).

d) *Límites*: Son reglas que deciden quienes participan en el sistema, funcionan como reguladores de las conductas de sus miembros, además permiten la diferenciación y desarrollo de la estructura. Un disturbio en los límites es indicador de una estructura disfuncional (Minuchin, 1974).

Los límites son determinados por las conductas interaccionales que la familia muestre hacia los miembros de la misma, o personas externas al sistema. Las reglas o límites definen en donde, cuando y bajo que condiciones los miembros deben actuar.

Existen tres tipos de límites, los cuales se describen a continuación:

d.1) Límites Flexibles: Son las normas o reglas que son claras y que además cambian dependiendo de las necesidades del sistema. Además no existen interferencias entre los subsistemas, por lo que se definen las reglas de interacción con precisión (Minuchin, 1986).

d.2) Límites Difusos y Amalgamados: Estos se caracterizan porque no presentan reglas claras, además es por ello que los miembros de la familia invaden el espacio de los demás miembros, no se definen las reglas de interacción con precisión y se caracteriza en familias cuyos miembros son muy dependientes entre sí. Por lo que a este tipo de familia se le ha llamado muégano o familias amalgamadas (Umbarguer, 1991).

d.3) Límites Rígidos: Son las reglas o normas dentro de la familia que no cambian cuando es necesario por lo que mantienen el equilibrio del sistema, aunque este requiera cambiar de acuerdo a las necesidades del contexto a los que el subsistema se enfrenta.

Los límites rígidos se caracterizan por la dificultad de diferenciación que existe entre los subsistemas. Cuando existe este tipo de límite, es porque hay una falta de interacción entre los individuos que la componen (Ortiz, 1994; citado en Ramírez, 1995). Por lo tanto las interacciones entre los miembros de la

familia son independientes y desligadas. En familias desacopladas, existe mucha distancia entre sus miembros y es porque los límites de los subsistemas son rígidos.

Los límites al exterior del sistema implican reglas de interacción entre la familia y otros sistemas. Por ello las perturbaciones se presentan cuando los límites de quienes participan en los subsistemas se vuelven inadecuadamente rígidos o débiles y de este modo estorban a un intercambio adaptativo con los subsistemas circundantes (Umbarguer, 1991).

*Jerarquía:* Se define en términos de concentración de poder (Minuchin, 1986). Hace referencia al miembro con mayor poder en la familia.

El concepto tiene un triple significado:

- Tiene la función de poder y su estructura en la familia. Este aspecto pertenece a la diferenciación de roles entre padres e hijos, así como los límites entre las generaciones.
- Se refiere a la organización de una jerarquía lógica, en la cual un orden menor, es un elemento dentro de un orden mayor.
- Hay un aumento de la jerarquía en los niveles del sistema (Hoffman, 1992).

*Centralidad:* Se hace referencia a que la mayoría de las interacciones de una familia se encuentran girando alrededor de un solo miembro, dicho miembro puede destacarse por cuestiones positivas o negativas.

*Periferia:* Es el distanciamiento emocional y físico de una persona hacia su núcleo familiar, de igual manera se hace referencia al miembro menos implicado en las interacciones familiares. Un ejemplo son los casos en que los padres en su núcleo familiar, se muestran distantes y poco participativos a las necesidades que como sistemas requieren, sin embargo en su ámbito social y laboral son funcionales.

*Alianza:* Es cuando dos o mas miembros de un sistema se unen para obtener un beneficio, esto se da sin el fin de dañar a otro miembro del sistema.

En la técnica terapéutica estructural, es importante hacer un desbalance cuando la alianza siempre es entre los mismos miembros, por lo que el terapeuta debe unirse a un miembro o a un subsistema temporalmente a expensas de los otros miembros, ya que de esta forma, la familia tendrá nuevas perspectivas, roles y soluciones, para que de esta manera puedan estar dispuestas al cambio.

*Coaliciones:* Cuando las uniones tienen la finalidad de hacer daño a un tercero, se denominan coaliciones (Minuchin, 1986). Estas coaliciones sirven principalmente para desviar el conflicto o para designar al chivo emisario o paciente identificado.

*Triangulación:* Se refiere a la expansión del conflicto, ya sea en una relación diádica o la inclusión de una tercera persona. La triangulación cubre un conflicto manifiesto o encubierto, por ejemplo, cuando un progenitor se vale de un miembro del sistema para atacar a otro miembro del mismo.

*Paciente identificado:* Es el miembro de la familia que presenta un síntoma, según el reporte de la propia familia. Por ello la mayoría de las familias que asisten a tratamiento psicológico, lo hacen a causa de un miembro (padre/madre/hijos), con problemas o sintomático. Se ha considerado al síntoma como un acto comunicativo que sirve como una especie de contrato entre dos o más personas, y que ocurre a menudo cuando una persona está en una situación difícil de escapar.

*Hijo Parental:* es cuando los hijos o cualquier miembro de la familia asumen roles sexuales y generacionales inapropiados, así como características estereotipadas que se les asignan. A los niños buenos y sumisos generalmente se les asigna el rol de parentalización, de manera inconsciente y se espera que los niños actúen como adultos, en tanto que los adultos actúen como niños, en el sentido de renunciar a ciertas funciones ejecutivas esenciales, al igual que sexuales, ya que los hijos del mismo sexo o del opuesto se utilizan como sustituto del cónyuge. Minuchin y Fishman mencionan que en el hijo parental se delega la autoridad de cuidar y disciplinar a los hermanos y demás miembros del núcleo. Además los hijos se vuelven los custodios físicos y psicológicos de uno o ambos padres si perciben su insaciable necesidad de consuelo.

Después de haber hecho una revisión teórica a los componentes estructurales se puede considerar que la familia ideal, según Minuchin, es aquella que presenta límites claros y flexibles al interior del sistema, por lo que no hay interferencia entre los subsistemas, y las reglas imperantes sufren los cambios adecuados según las necesidades de las transiciones relacionadas al ciclo vital, no hay presencia de miembros periféricos, la mayor jerarquía es distribuida en el subsistema conyugal; hay alianzas alternadas y la inexistencia de coaliciones y triangulaciones. Los límites por su lado son claros, no hay conflictos en la interacción con los miembros de otros sistemas.

Por otro lado Umbarger (1983), Minuchin (1986) y Hoffman (1992) señalan que una estructura disfuncional tendría todas o algunas de las siguientes características: límites difusos y/o rígidos al interior y/o exterior del sistema, la jerarquía no sería compartida en el subsistema parental, presencia de hijo (a) parental, centralidad negativa, coaliciones, algún miembro periférico. Esta estructura posibilitaría la presencia de un síntoma en alguno de los miembros de la familia.

La intervención terapéutica desde la perspectiva del Modelo Estructural se dirige a los cambios en la estructura familiar disfuncional para entonces eliminar el síntoma; la unidad de intervención terapéutica es la familia. Y la terapia ha de encaminarse a lograr en mayor medida una estructura familiar como la de la familia ideal.

Ante esto podemos recapitular que la Teoría General de los Sistemas expuesta por Bertalanffy (1984), es una teoría con principios válidos para sistemas en general y es una ciencia de la totalidad, siendo una propuesta innovadora e útil para las ciencias sociales, es retomada por la psicología para ser la base de diversos modelos de terapia sistémica.

Ante esto uno de los modelos que surgen es el estructural planteado por Minuchin (1986), este señala que la familia es un sistema abierto y su totalidad la conforman las relaciones entre sus miembros la familia como sistema se autorregula mediante ciertas reglas que constituyen la estructura familiar a la cual



define como "el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia. Además la familia en su interior se conforma de subsistemas: individual, conyugal, parental, fraterno; en su interior sus miembros interactúan entre sí y por tanto se afectan unos a otros, siendo entonces que los conflictos familiares han de presentarse cuando existe una disfunción en las interrelaciones que establecen los miembros de la familia; es decir, que un conflicto individual en cualquiera de ellos es la manifestación de un conflicto familiar.

En base a lo anterior, el modelo planteado por Minuchin es parte esencial del trabajo, ya que retoma ciertos puntos específicos que son de interés fundamental en la tesina, ya que considera a la familia en función de su estructura siendo esto un elemento fundamental, de igual manera es el caso del ciclo vital, mismo que se revisará a continuación.

## 2. EL CICLO VITAL DE LA FAMILIA

En este capítulo se revisarán las etapas del ciclo vital, retomando a diferentes autores extranjeros como Milton H. Erickson y Lauro Estrada y Salvador Minuchin con el Enfoque Estructural. Estos autores se retoman, ya que su concepción sobre ciclo vital, es fundamental dentro de esta temática, siendo percepciones con diferencias y similitudes, pero de alguna manera centrales para la comprensión del ciclo vital. Por un lado se retoma a Milton H. Erickson, ya que es un pionero en lo que a ciclo vital desde un enfoque sistémico se refiere, en un segundo momento se considera a Lauro Estrada, ya que su visión es de alguna manera reciente y aunque es una visión psicodinámica, retoma aspectos referentes a lo económico y sexual dentro del ciclo vital, mismos que Milton Erickson, no contempla, y por último está Salvador Minuchin, que si bien es cierto no retoma de manera amplia el ciclo vital, puntualiza en aspectos centrales dentro de la estructura de la familia en cada periodo del ciclo de vida.

Recordemos que como se mencionó en el capítulo anterior, el origen de el Enfoque Estructural, recae en la Teoría General de los Sistemas, planteada por Bertalanffy (1968), dicho autor es creador de una teoría lógico-matemática, con principios válidos para sistemas generales concebidos como totalidad, siendo un sistema un conjunto de elementos en interacción, en donde existen sistemas abiertos y cerrados. Ante esto surgen diversos modelos de terapia familiar sistémica cuyas bases se centran en la teoría general de los sistemas, entre éstas está la planteada por Minuchin (1986).

El enfoque estructural, parte de la idea de que el hombre es un ser social y que la familia como contexto social es lo que afecta al hombre, siendo la familia un sistema abierto que funciona en relación con su amplio contexto social cultural y que evoluciona a lo largo de un ciclo vital. Por lo tanto a continuación se describirán las diversas etapas del ciclo vital de la familia, para de esta manera ubicar el momento conocido como nido vacío.

## **2.1 La Familia como un Ciclo**

En el estudio de la familia se contemplan ciclos, que se presentan en determinados momentos dentro del desarrollo de la misma, en donde se cruza por etapas o periodos vitales, acompañados de épocas de salud y enfermedad. Por eso la familia se debe considerar en función de un ciclo en donde se despliegan las funciones de nacer, crecer, reproducirse y morir (Estrada, 1997).

Se entiende por ciclo vital, al desarrollo de la familia, el cual transcurre en etapas que siguen una progresión de complejidad creciente, en donde existen periodos de equilibrio y adaptación, y también periodos de desequilibrio a consecuencia de su paso de un estadio simple a uno más complejo. (Torres, 1994; citado en Estrada, 1997).

Ante esto el concepto de ciclo vital, ha sido una herramienta indispensable para los terapeutas familiares. Es por ello que varios autores como: Milton Erikson, Lauro Estrada y Salvador Minuchin, retomaron el ciclo vital de la familia planteando las características y transacciones a las que la familia se enfrenta en cada etapa, incluso Minuchin y Fishman (1992), lo consideran como un modelo que brinda la base para establecer con prontitud la ubicación del estadio de desarrollo de la familia y las metas terapéuticas.

En la literatura de la psicología los datos más precisos acerca del estudio del ciclo vital se encuentran en la década de los treinta, Charlotte Buhler en Douglas K, (1974), estudió el curso de vida, mediante biografías y autobiografías.

Desarrollando una metodología para el estudio de estas biografías y ordenando progresivamente las fases de los cambios en eventos básicos, sus actitudes y su realización durante el ciclo de vida. Describe cinco fases biológicas:

1. Crecimiento progresivo, abarca del nacimiento a los 15 años.
2. Continuación del crecimiento combinando con la habilidad para reproducirse sexualmente, 15-25 años.

3. Estabilidad del crecimiento, 25-45 años.
4. Disminución de la reproducción sexual, 45-65 años
5. Crecimiento regresivo y declinación biológica, 65 años en adelante.

En la década de los treinta E. Duvall y Reuben Hill (1976), en la conferencia nacional de la vida de la familia, conceptualizaron a la familia como una colección de ciclos de vida individuales. Describieron el ciclo vital en ocho etapas: (Rojas, 1997)

1. Establecimiento (recién casados sin hijos)
2. Nuevos Padres (desde el nacimiento hasta los tres años)
3. Familias con hijos preescolares (niño de 3 a 6 años y tal vez hermanos menores)
4. Familias con hijos escolares (hijo mayor entre 6 y 12 años, tal vez otros menores)
5. Familias con adolescentes (el hijo mayor entre 13 y 20 años)
6. Familias como "centro de lanzamiento" (abandono del hogar del hijo mayor hasta la salida del último hijo)
7. Familia en los años medios (nido vacío hasta la jubilación)
8. Familias en la vejez (desde la jubilación hasta la muerte de uno o de ambos esposos)

Rodgers (1962) trató de perfeccionar este esquema aumentándolo a veinticuatro etapas. Estableciendo una nueva etapa no solo cuando el hijo mayor pasa a una categoría de edad a la próxima, sino también cuando el hijo menor lo hace (Rojas, 1997).

Posteriormente Virginia Satir en 1972, describió las diez etapas naturales y comunes por las que atraviesa una familia. Señala cada fase como una crisis de

angustia temporal, que requiere un periodo de ajuste, así como una nueva integración.

- a. La primera crisis es la concepción, el embarazo y el nacimiento del hijo.
- b. La segunda crisis sobreviene cuando el niño comienza a hablar.
- c. La tercera crisis sobreviene cuando el niño hace sus primeros contactos fuera de la familia, sobre todo en la escuela.
- d. La cuarta crisis es cuando el niño entra en la adolescencia
- e. Quinta crisis es cuando el hijo se convierte en adulto y deja el hogar para independizarse.
- f. Sexta crisis cuando el adulto joven se casa y los parentescos políticos deben ser aceptados por la familia.
- g. La séptima es la menopausia en la mujer.
- h. El octavo es el climaterio en el hombre, la crisis está centrada más en el sentimiento de perder la potencia que en cualquier otra cosa.
- i. La novena es cuando los padres se convierten en abuelos
- j. Y la última es cuando la muerte toca a uno de los cónyuges y después al otro.

Haley en 1973, describe el modelo de ciclo vital desarrollado por Milton Erickson, que se divide en seis periodos:

- a. Periodo de Galanteo
- b. El matrimonio y sus consecuencias
- c. El nacimiento de los hijos y el trato con ellos.
- d. Dificultades matrimoniales del periodo intermedio

- e. El destete de los padres
- f. El retiro de la vida activa y la vejez

Por otro lado Pollak en 1965 describe cuatro fases por las que la pareja atraviesa a lo largo de sus ciclos: (Rojas, 1997)

- a) Antes de la llegada de los hijos
- b) La crianza de los hijos
- c) Cuando los hijos se van del hogar y
- d) Después de que los hijos se van.

Por su lado Carter y McGoldrick (1989), establecen que el curso vital de las familias evoluciona a través de una secuencia de etapas universal, por lo que se le denomina normativo, a pesar de las diferencias culturales. Identifican que el ciclo vital de la familia está compuesto por el nacimiento, crianza de los hijos, la partida de éstos del hogar y la muerte de algún miembro. Todos estos producen un cambio adaptativo en la composición familiar. Además del ciclo vital normativo existen ciclos vitales alternativos, como sucede en la separación o divorcio, la muerte prematura y la incidencia de una enfermedad crónica en el sistema familiar. En estas ocasiones, el ciclo normal se trunca y los miembros de la familia deben adaptarse a la nueva situación para seguir viviendo.

Otra manera de concebir el ciclo vital es en función de las siguientes etapas: (Carter y McGoldrick, 1989).

1. Contacto: comienza cuando los componentes de futura pareja se conocen.
2. Establecimiento de la relación: La relación se va consolidando se crea una serie de expectativas de futuro y una primera definición de la relación. Los miembros de la pareja negocian sus pautas de intimidad, como comunicarse, etc.

3. Formalización de la Relación: La relación adquiere un carácter formal mediante el contrato matrimonial, que señala la transición de la vida de noviazgo a la nueva vida de casados.
4. Luna de miel: cuando los cónyuges comienzan a compartir su nueva vida de casados se produce un contraste entre las expectativas generadas en la segunda etapa y la realidad que conlleva la convivencia. Es necesaria una división de las funciones que desempeñará cada miembro de la pareja, la creación de pautas de convivencia y una segunda definición de la relación.
5. Creación del grupo Familiar: comprende importantes subetapas, que son el matrimonio con niños pequeños, el matrimonio con chicos en edad escolar, el matrimonio con hijos adolescentes y el matrimonio con hijos jóvenes en edad de emanciparse. Es necesario que los cónyuges desarrollen habilidades parentales, de comunicación y negociación. La evolución del grupo familiar es en función de modificarse y establecer nuevas negociaciones de la relación y nuevos repartos de roles a medida que los chicos van creciendo.
6. La segunda pareja: cuando los jóvenes se emancipan, los padres han de retomar su relación como pareja, que ha estado mediatizada por los hijos durante muchos años. Normalmente se tiene que enfrentar a la jubilación, a la separación y muerte de seres queridos y a la suya propia.

Otro autor es Salvador Minuchin (1986) divide el ciclo vital en las siguientes etapas:

1. La formación de la pareja
2. La familia con hijos pequeños
3. La familia con hijos en edad escolar
4. La familia con hijos adultos

Establece que la familia busca ayuda cuando se ha estancado en una etapa de su ciclo vital, buscando en la terapia crear una crisis que ayude a continuar su propia evolución natural. Este autor es de interés para este tópico, por lo que mas adelante se revisará de manera más específica el ciclo vital.

Lauro Estrada Inda en 1987 menciona seis etapas en cuatro grandes áreas: identidad sexualidad, economía y fortalecimiento del yo. Hace referencias a familia mexicanas de clase media y divide su ciclo vital de la siguiente manera:

1. El desprendimiento
2. El encuentro
3. Los hijos
4. La adolescencia
5. El re-encuentro
6. La vejez

En 1973 el Dr. Luis Leñero realizó una investigación en México describiendo tres etapas que siguen la cronología de la vida, las que se subdividen en varias etapas subetapas:

1. Etapa constitutiva de la familia
  - a) Periodo preliminar
  - b) Periodo familiar de recién casados
2. Etapa procreativa
  - a) Etapa inicial de procreación
  - b) Periodo de procreación avanzada y final



### 3. Etapa final.

Si bien es cierto que no hay mucha bibliografía respecto al ciclo vital de la familia mexicana, todos los autores aquí mencionados le consideran gran importancia al tema, ya sea para el diagnóstico o tratamiento. También es importante señalar que en las etapas del ciclo vital de la familia, se encuentra que distintos autores nombran diferentes etapas, aunque esto no quiere decir que estas sean distintas entre sí, puesto que los eventos son los mismos, es solo un nombre diferente el que recibe la etapa.

Además, no se puede señalar por la forma en que se exponen las diferentes posturas cuales son las correctas o incorrectas, aunque se considera que M.Erickson, Lauro Estrada y Salvador Minuchin son los que más enriquecen y organizan la tesina, por lo que se realizará un análisis más detallado de las etapas a las que se refieren.

Se retoma en primer lugar a Milton Erickson, ya que es uno de los primeros terapeutas que trabajó con el grupo familiar, desarrollo la terapia familia estratégica, cuyos objetivos se centran en ayudar a la persona a sobrellevar las crisis que enfrentan en determinadas etapas de la vida con la finalidad de pasar a la siguiente etapa y siendo que la base de la presente tesina es el ciclo vital, se cree que este modelo de terapia familiar sistémica, es importante como un primer momento para comenzar a identificar a la familia y sus problemáticas a través de un ciclo.

#### **2.2 El ciclo vital de la familia por Milton Erikson**

Milton Erikson retoma los procesos vitales normales u ordinarios y plantea que cualquiera que sea la etapa de la vida familiar, la transición a la siguiente constituye un hilo crucial en el desarrollo de una persona y su familia. Considera que los síntomas aparecen cuando el ciclo vital en curso de una familia o de otro grupo natural se disloca o interrumpe. El síntoma es una señal de que la familia enfrenta dificultades para superar una etapa del ciclo vital.

De acuerdo a lo que propone Erikson, el ciclo vital se divide en los siguientes periodos: galanteo, el matrimonio y sus consecuencias, el nacimiento de los hijos, el matrimonio en el periodo intermedio (con hijos adolescentes), el destete de los padres, el retiro de la vida activa y la vejez.

***El periodo de Galanteo:*** Cuando la gente joven se gradúa del status juvenil y pasa al de adulto joven, ingresa en una completa red social que requiere diversas clases de conducta. Los jóvenes deben superar deficiencias personales, ser capaces de asociarse con gente de su edad, alcanzar un status adecuado en su red social, haberse desenganchado de su familia de origen y contar con una sociedad lo suficiente estable como para permitir que la fase de galanteo llegue a completarse.

Las dificultades adoptan muchas formas como excesiva preocupación por las deficiencias físicas, conducta social desafortunada, procesos mentales defectuosos, temores que estorben la movilidad de la persona, miedos frente al sexo opuesto, etc.

Aunque asociemos el periodo de galanteo con la juventud, un problema suscitado en esta etapa puede prolongarse durante años; también es posible que, con la edad, al hombre o a la mujer le resulte cada vez más difícil salir de ella. Al respecto Erickson comenta “Existe un periodo de la vida en que la gente joven aprende a galantear y a participar en esta actividad, y cuanto más se demore dicho proceso en un chico, más periférico llegará a ser respecto a la red social”.

Por otro lado en algunas culturas, la selección de una pareja es definida explícitamente como un derecho de los padres; pero incluso en las culturas con ideas más románticas respecto al matrimonio, el hijo no es del todo libre en la selección de compañías del sexo opuesto. Tan pronto como un hombre joven se aventura fuera de su propia familia y se asocia seriamente con una mujer joven, dos parejas de padres se convierten en parte del proceso de decisiones. Incluso los jóvenes que eligen pareja en forma rencorosa, precisamente porque sus padres se oponen a la elección, también están atrapados por la imbricación parental, porque su elección no es independiente.

***El matrimonio y sus consecuencias:*** La importancia de una ceremonia matrimonial, no sólo para la pareja sino para toda la familia, comienza a hacerse más evidente ahora que mucha gente joven renuncia a ella. Los rituales que quizá parezcan superficiales a los jóvenes, pueden construir hitos importantes entre etapas, que ayudan a todos los involucrados a modificar las formas de relación mutua. En la mayoría de las culturas, las ceremonias que rodean al nacimiento, la pubertad, el matrimonio y la muerte son protegidas, como algo crucial para la estabilidad de la vida. Para muchas parejas, el periodo de la luna de miel y el tiempo que transcurre antes de que tengan hijos, es un periodo delicioso, aunque para otros no lo es, puede producirse una tensión desquiciante, capaz de romper el vínculo marital.

Aunque el acto simbólico de contraer matrimonio tiene un significado diferente para cada uno, es, ante todo, un acuerdo de que la joven pareja se compromete mutuamente de por vida. A veces se sienten atrapados y comienzan a rebelarse, disputando por cuestiones de autoridad; o se sienten libres para ser ellos mismos y se comportan en formas que al otro cónyuge le parecen inesperadas, este movimiento hacia la intimidad sin límites tal vez sea bienvenido, pero también puede atemorizar.

Cuando la pareja casada empieza a convivir, debe elaborar una cantidad de acuerdos, necesarios para cualquier par de personas que viven en íntima asociación. Deben acordar nuevas maneras de manejarse con sus familias de origen, sus padres, los aspectos prácticos de la vida en común, y las diferencias sutiles y gruesas que existen entre ellos como individuos.

A medida que va elaborando una nueva relación mutua, la joven pareja también debe diseñar modos de encarar los desacuerdos. Es frecuente que durante este periodo inicial eviten la discusión abierta o las manifestaciones críticas, debido al aura benevolente que rodea al nuevo matrimonio y a que no desean herir sus respectivos sentimientos. Con el tiempo, las evitadas áreas de controversia se van ampliando y los miembros de la pareja se descubren una y otra vez al borde de una pelea y misteriosamente irritables el uno para con el otro. Lo más habitual es que una persona traiga a colación un punto de menor importancia, que la otra

responda de manera similar y que termine en una pelea abierta que muestra cuestiones hasta entonces comunicadas solo de manera indirecta.

En el transcurso de este proceso elaboran modos de resolver los desacuerdos y de dejar cosas en claro. A veces las soluciones son en sí mismas insatisfactorias y provocan un creciente descontento, que emergen más tarde en el matrimonio. La mayoría de las decisiones que hace una pareja recién casada, no sólo están influidas por lo que cada uno aprendió en su respectiva familia, sino también por las intrincadas alianzas actuales con los padres, alianzas que constituyen un aspecto inevitable del matrimonio. Cuando el matrimonio queda atrapado en conflictos con la parentela, es posible que se desarrollen síntomas, éstos se generan ya que la organización jerárquica no está bien establecida, puede ocurrir que las abuelas comienzan a ocupar el papel de la madre o bien no se pueden generar coaliciones entre los miembros de generaciones diversas, provocando un posición periférica hacia un miembro del sistema, que en la mayoría de los casos suele ser el padre.

Es por ello que plantar fronteras a través de límites claros entre la familia extensa y nuclear es, una vez más, uno de los objetivos de este momento del ciclo familiar. Donde un nuevo sistema comienza a consolidarse, y otro empieza a declinar.

***El Nacimiento de Hijos y el Trato con Ellos:*** Parte de la aventura de la familia consiste en que justamente, cuando empiezan a resolver los problemas de una etapa, la siguiente ha comenzado a proveer nuevas oportunidades. Una pareja joven que durante el primer periodo matrimonial ha elaborado un modo afectuoso de convivencia, se encuentra con que el nacimiento de un niño plantea otras cuestiones.

Cuando surge un problema durante este periodo no es fácil determinar la causa, porque en el sistema familiar son muchos y diversos los ordenamientos establecidos que se revisan como resultado de la llegada de un hijo. El tipo de juego elaborado por una pareja antes del primer hijo, es un juego íntimo de dos. Han aprendido a tratarse y han encontrado los modos de resolver muchas

cuestiones. Con el nacimiento de un niño, están auténticamente en un triángulo. No es un triángulo con un extraño, ante esto es posible que se desarrolle un nuevo tipo de celos cuando un miembro de la pareja siente que el otro está más apegado al niño que a él o a ella. Muchas de las cuestiones que enfrenta la pareja empiezan a ser tratadas a través del hijo, en la medida en que éste se convierte en un chivo emisario y en excusa para los nuevos problemas y para los viejos aun no resueltos.

En muchos casos, el casamiento se precipita debido a un embarazo y la joven pareja nunca tiene la experiencia de vivir juntos en una sociedad de dos. El matrimonio comienza como un triángulo y sigue así hasta que los hijos dejan el hogar. Frecuentemente, un matrimonio que ha sido forzado de este modo se convierte en un problema, ya que aun no se ha aprendido el rol de cónyuge y las circunstancias obligan a aprender el rol de padre y madre. No se resuelven los conflictos típicos que se dan al momento de formar la pareja y se dejan para después, por lo que comienza la acumulación de conflictos no resueltos. De hecho en algunos casos, el hijo es la excusa para el matrimonio y puede ser acusado de todas las dificultades matrimoniales, convirtiéndose en un chivo emisario.

Con el nacimiento de un hijo, la joven pareja queda más distanciada de sus respectivas familias de origen y a la vez más enredada en el sistema familiar. Ya que siendo padres, adoptan este rol y dejan un poco de lado el rol de hijos, por lo que se individualizan en mayor medida como adultos independientes; sin embargo el niño los introduce más en la red total de parientes, se modifican los viejos vínculos y se forman otros nuevos, como el de abuelos.

Si un matrimonio joven sobrevive al nacimiento de los hijos, durante un periodo de años, ambos cónyuges están excesivamente ocupados en el cuidado de los pequeños. Aunque cada nacimiento modifica la índole de la situación y hace surgir tanto cuestiones viejas como nuevas.

En la época del cuidado de los hijos pequeños, se plantea un problema especial a las mujeres. El ser madres es algo que ellas anticipan como una forma de

autorrealización. Pero el cuidado de los niños puede ser una fuente de frustración personal, ya que se puede renunciar a un proyecto personal, pueden existir una saturación de demandas, no solo por parte del hijo sino también del cónyuge. Por lo tanto se cree que se deja de ser mujer o individuo, para ser únicamente madre y esposa, por lo que los sueños, y expectativas se dejan de lado.

Por su lado el marido habitualmente puede participar con adultos en su mundo de trabajo y disfrutar de los niños como una dimensión adicional de su vida. La esposa que se encuentra en buena medida limitada a la conversación con niños, también puede sentirse denigrada con el rótulo de ser solamente ama de casa y madre. El anhelo de una mayor participación en el mundo adulto para el que se preparó puede hacerla sentir insatisfecha y envidiosa de las actividades de su marido. El matrimonio tal vez empiece a erosionarse en la medida en que la esposa requiere mas ayuda de su marido en la crianza de los niños y mas actividades adultas, mientras él se siente agobiado por su mujer e hijos estorbado en su trabajo.

A pesar de las dificultades que se suscitan por los niños pequeños, el periodo más común de crisis es cuando los hijos comienzan la escolaridad y adquieren una mayor involucración con la sociedad. Es cuando ellos y sus progenitores dan los primeros pasos hacia el desenganche mutuo.

***Dificultades matrimoniales del periodo intermedio:*** En este momento la pareja ha estado casada durante diez o quince años. Marido y mujer están alcanzando los años medios de sus ciclos vitales. Suele ser éste uno de los mejores periodos de la vida. El marido tal vez esté disfrutando del éxito por el que ambos han trabajado. Al mismo tiempo, ella está mas libre porque los niños plantean menos exigencias; le es posible desarrollar su talento y continuar su propia carrera. Las dificultades iniciales que eventualmente experimentó la pareja se han resuelto con el paso del tiempo y su enfoque de la vida ha madurado. Es un periodo en que la relación matrimonial se profundiza y amplía, y se han forjado relaciones estables con la familia extensa y con un círculo de amigos. La difícil crianza de los niños pequeños ha quedado atrás, y ha sido remplazada por el placer compartido de presenciar como los hijos crecen y se desarrollan de manera sorprendente.

A medida que los niños crecen, la familia cambia, las pautas previas pueden resultar inadecuadas, y tal vez surjan crisis. En esta etapa la pareja está en condiciones de recapitular y valorar si desean compartir con el otro el resto de su vida o bien si prefieren cerrar el ciclo y darse la oportunidad de iniciar una nueva relación. Uno o ambos esposos pueden sentir la necesidad de una ruptura en este momento para que la vida sea menos miserable, antes de envejecer más. Los años medios quizás obliguen a una pareja a decidir si seguirán juntos o tomaran caminos separados. Este periodo en que los hijos están menos en casa, también obliga a los padres a comprender que los hijos terminaran por irse de todo y entonces ellos quedarán solos y frente a frente. En muchos casos han acordado seguir juntos en interés de los hijos y al ver aproximarse el momento en que estos se marcharán, entran en un estado de turbulencia conyugal.

En estos años medios pueden sobrevenir graves tensiones y también el divorcio, aun cuando la pareja haya superado muchas crisis previas. Frecuentemente, la pareja ha probado diversos modos de reconciliar las diferencias y ha regresado a las viejas pautas a pesar del sufrimiento. Una pauta típica para estabilizar el matrimonio, es que la pareja se comunique a través de los hijos; por eso si éstos dejan el hogar y la pareja vuelve a quedar frente a frente, surge una crisis.

***El destete de los padres:*** La familia ingresa en un periodo de crisis cuando los hijos comienzan a irse, el matrimonio entra en un estado de turbulencia, que cede progresivamente a medida que los hijos se van y los padres elaboran una nueva relación como pareja. Logran resolver sus conflictos y se las arreglan para permitir que los hijos tengan sus propias parejas y carreras, haciendo la transición a la condición de abuelos.

A veces la turbulencia de los padres sobreviene cuando el hijo mayor deja el hogar, mientras que en otras familias la perturbación parece empeorar progresivamente a medida que se van yendo los hijos, y en otras, cuando está por marcharse el menor del sistema.

Una dificultad marital que puede emerger en esta época, es que los padres se encuentran sin nada que decirse ni compartir. Durante años no han conversado

de nada, excepto de los niños. A veces, la pareja empieza a disputar en torno de las mismas cuestiones por las que disputaban antes de que llegaran los hijos, esto se da ya que estas cuestiones no se resolvieron sino simplemente se dejaron de lado con la llegada de los niños, ahora resurgen. Con frecuencia el conflicto lleva a la separación o al divorcio, lo cual puede parecer trágico a un observador después de un matrimonio tan prolongado.

Sin embargo una vez que el proceso de destete es visto como algo recíproco, resulta claro que no solo son los padres quienes benévola y servicialmente se aferran a un hijo, sino que el hijo también se prende de los padres. No parece ser accidental el que la gente enloquezca- se haga esquizofrénica- preferentemente alrededor de los veinte años, la edad en que se espera que los hijos dejan el hogar y la familia atraviesa un periodo de turbulencia. La esquizofrenia y otras perturbaciones graves pueden visualizarse como un intento extremo de resolver el conflicto. El sistema funciona como si la separación fuera algo desastroso, por lo que el sistema se cierra e impide la retroalimentación.

***El retiro de la vida activa y la vejez:*** Cuando una pareja logra liberar a sus hijos de manera que estén menos involucrados con ella, suelen llegar a un periodo de relativa armonía. Aunque el retiro de la vida activa puede complicar su problema, pues se hallan frente a frente veinticuatro horas al día. No es raro que en esta época cuando alguno de los hijos o el último de los hijos sea soltero se desarrolle un síntoma incapacitante, esto se da ya que este síntoma psicossomático genera una unión entre el hijo y los padres y lo hace permanecer en casa como compañero. Este síntoma motiva una demanda de atención y cuidados hacia la persona enferma.

Con el tiempo, por supuesto, uno de los cónyuges muere, y el otro queda solo y buscando una manera de involucrarse con la familia. A veces, una persona mayor puede encontrar una función útil; otras veces, en la medida en que los tiempos cambian y los viejos son vistos como carentes de importancia para la acción de la generación más joven, resulta meramente superflua. En esta etapa, la familia debe enfrentar el difícil problema de cuidar de la persona mayor o enviarla a un hogar de ancianos donde otros cuiden de ella. Este también es un punto crítico



que no suele ser de fácil manejo. Pero del modo como los jóvenes cuidan de los viejos, deviene el modelo de cómo se cuidará de ellos cuando, a su vez, envejecan, pues el ciclo familiar se renueva sin fin (Haley, 1973).

Otro autor que se retomará, es Lauro Estrada, este autor es importante en la presente tesina, ya que su visión de la familia nos remite a un enfoque integral holístico por ser una visión relativamente reciente respecto a este tópico (1997), que además reúne planteamientos del enfoque psicodinámico, aunque retoma el enfoque sistémico en varios aspectos, por ello es que es importante para el trabajo identificar otras percepciones del ciclo vital.

Estrada al igual que Erickson, consideran al ciclo vital de manera similar, de hecho nombran de cierta forma equivalente las diversas etapas, la única diferencia recae en que Estrada retoma cuatro grandes áreas (Identidad, sexualidad, economía y fortalecimiento del yo) para conceptualizar a la familia como un ciclo. A continuación pues se plantearán su percepción, para así más adelante poder identificar las similitudes y diferencias.

### **2.3 El ciclo vital de la familia por Lauro Estrada**

Estrada considera que la familia se enfrenta a fases críticas que se presentan en momentos especiales. Los períodos que debemos contemplar son: desprendimiento, encuentro, el nacimiento de los hijos, la adolescencia, el reencuentro, la vejez. (Estrada, 1997).

Al igual que Erickson y Minuchin; Estrada considera que dentro de cada ciclo, la familia debe enfrentar diversas tareas y crisis que son características a cada etapa, se deben resolver los conflictos presentes, seguir su camino y continuar hacia un crecimiento saludable. Si esto no se logra, o bien si se brincan etapas, o se regresan a ciclos anteriores, o bien si se detienen en algún momento de los periodos, las luchas y las tensiones pueden llegar a ser intolerables o bien persistir a través de toda una vida.

Dentro de las crisis que generalmente se presentan, podemos vivirlas en cuatro grandes áreas. (Estrada, 1997).

- Ψ Área de Identidad: Se refiere a una constante reorientación interpersonal, el sentimiento de ser uno mismo requiere continuas modificaciones a cada paso de la edad.
- Ψ Área de sexualidad: los cambios que se presentan en las funciones sexuales, hasta soportar los efectos del declinar sexual al ocaso de la vida
- Ψ Área de la economía: dividir las labores entre el proveedor y el que cuida del hogar, así como la adaptación a los cambios sociales (la jubilación, desempleo, etc.).
- Ψ Área del fortalecimiento del yo: aprender el papel de esposo y esposa, además de la libertad para expresar la propia personalidad y mantener así el sentimiento de identidad. Además se debe de interactuar entre la familia y sociedad.

Por ello en cada momento se deben contemplar estas áreas para que mediante una relación saludable y una efectiva adaptación a cada área según el momento y mediante un intercambio de satisfactores materiales y emocionales se puedan solucionar las crisis que se presentan a lo largo del ciclo vital de la familia.

Así la familia debe confronta tareas en cada uno de estas etapas tales como: la unión de dos seres con una meta común, el advenimiento de los hijos, el educarlos en sus funciones sexuales y sociales, el soltarlos a tiempo para la formación de nuevas unidades y el quedar la pareja sola nuevamente. Si la pareja cumple con estas funciones, será una familia sana, y si en alguna de ellas fracasa o se detiene, será una familia enferma.

## **El ciclo vital.**

***El desprendimiento:*** El desarrollo del individuo se encuentra primeramente en una situación de dependencia y aprendizaje, llega a su término cuando éste alcanza su identidad, adquiere la capacidad de vivir íntimamente con una persona del sexo opuesto y piensa en la formación de una familia. A este momento se le llama desprendimiento, sin embargo este proceso no es nada sencillo, primero

por el dolor y la nostalgia que provoca toda despedida, y segundo por la incertidumbre ante lo desconocido, y la falta de confianza en que la decisión respecto a la elección de una pareja haya sido la correcta.

Se encuentran dos corrientes en pugna, la una que va a favor del desprendimiento y de la vida; y la otra que tiende a fijar, a detener o a regresar el proceso creativo a etapas anteriores. (Estrada, 1997). Incluso muchos jóvenes no encuentran la estabilidad con ninguna persona, y por otro lado hay muchos matrimonios que aún con muchos años de unión no se han podido desprender genuinamente de sus respectivas familias de origen, de hecho hay algunos que se quedan adheridos a la familia para siempre, ya que no es fácil reunir a dos familias que, aunque tengan historias semejantes, siempre tendrán su propio código de mensajes y señales ya establecidos.

Además es muy común que en el momento que se está dando esta separación, los esposos creen grandes expectativas respecto al otro, adjudicando cualidades idealizadas. O que se tenga la esperanza de que el otro solucionara los problemas o bien que se sienta lo suficiente prepotente para solucionar los problemas del otro. Ante esto no debemos olvidar que las fibras vitales de la familia se encuentran situadas en la alianza de la pareja, por lo que si esta alianza no esta bien cimentada será muy difícil que la familia persista en el tiempo.

***El encuentro:*** Se trata de adaptarse al matrimonio, adaptarse a la personalidad del otro para facilitar la interrelación, adaptarse a los roles que cada uno habrá de desempeñar, adaptar sus antiguos patrones de conducta familiar aprendidos en sus respectivas familias de origen a la nueva relación de pareja, y por último conseguir una unión sexual que satisfaga las necesidades de ambos. Aprender el rol de cónyuge no es tarea sencilla, ya que sintonizarse con un desconocido, requiere de un gran valor y una gran capacidad para limitar las propias necesidades en beneficio de una relación que empieza.

La calidad del matrimonio o de la unión, depende en gran parte del grado de satisfacción y complementariedad que se le puedan dar a las expectativas de

cada uno de los cónyuges, expectativas que abarcan todas aquellas necesidades y deseos que se esperan satisfacer a través del matrimonio.

Es en esta etapa se consolidan las bases de el Contrato Matrimonial. (Sager, 1972, citado en Estrada, 1997). El matrimonio funciona bajo las reglas de un contrato matrimonial, sin que este haya sido verbalizado por ninguna de las partes. Y este es todo lo que cada uno piensa acerca de sus obligaciones y deberes dentro del matrimonio, así como de los bienes y beneficios que espera recibir del mismo, dicho contrato esta basado en aspectos recíprocos acerca de lo que cada uno piensa dar y lo que espera recibir del otro. Estas expectativas están basadas en su historia, en las experiencias que ha compartido durante varios años dentro del seno de su familia.

También hay un contrato individual, que cuando no es cumplido aparece poco a poco la desilusión, el resentimiento y el enojo, generándose así problemas serios a futuro. Por otro lado hay ocasiones en que el matrimonio opera bajo contratos diferentes. Otras causas que generan crisis en este momento es cuando las expectativas son imposibles de obtener debido a situaciones ajenas e irremediables. Como por ejemplo un bajo coeficiente intelectual. También existen expectativas que superan la realidad. Como la idea de alcanzar riquezas o encontrar al príncipe azul.

Por lo tanto no debemos olvidar que el matrimonio es una etapa de ajustes y reacomodos, de planes y de realizaciones, y de altibajos emocionales, que requiere de mucha adaptación, para que se logre una resolución efectiva, y así poder enfrentar el siguiente periodo, ya que este periodo requiere que la pareja este de alguna manera consolidada, para así enfrentar las nuevas tareas de crianza.

***Cuando los hijos llegan:*** Actualmente la decisión de tener hijos se ha ido separando cada vez más de la decisión de casarse. Sin embargo cuando se presenta la llegada de un niño se requiere de algunos cambios, como un espacio físico y emocional en la recién formada familia. Esto plantea la necesidad de reestructurar el contrato matrimonial y las reglas que

hasta entonces han venido rigiendo a este matrimonio. Se requerirá del apoyo mutuo para no perder el anclaje emocional entre ambos a pesar de la aparición de cada nuevo miembro. Es necesario que la pareja adquiera un nuevo anclaje de relación emocional con el niño.

Continuando con una situación ideal, diríamos que deberá contarse con la seguridad de que existan consideración y cuidados para la nueva madre y su bebé, dado que esta nueva relación, echará a andar un sin fin de nuevas funciones y operaciones al interior de la familia, y una gran cantidad del tiempo, preocupación y cuidados de la antes esposa y ahora madre, estarán destinados al recién nacido. La función del padre es fundamental en esos momentos, ya que debe de cumplir con ciertas funciones maternas para su propia esposa y después con su hijo.

Todo lo hasta entonces vivido sufrirá cambios, por un lado la economía familiar deja de ser de dos para convertirse en una triada, la educación a los hijos se convierte en una fuente de preocupación económica y formar un pequeño patrimonio resulta primordial. Siendo esto una tarea difícil, genera tensión y ansiedad misma que puede provocar en algunos casos el culpar a los hijos por los fracasos económicos, considerándolos como un obstáculo en la superación económica de los padres. Otro factor que se ve alterado son las relaciones sexuales, ya que con el embarazo y las primeras semanas de lactancia se alterarán las relaciones, se echarán andar nuevas funciones como el amamantamiento y la simbiótica con el nuevo integrante y en gran escala se excluirá el sexo parental de los cónyuges.

Además, es necesario la mayor parte de las veces aprender el rol de madre al igual que el de padre, y para esto es indispensable la ayuda y el apoyo del compañero, al grado de que inclusive sea posible intercambiar roles cuando sea preciso. Aunque también es fundamental mantener la capacidad de expresar su individualidad y su identidad, ya que es relativamente fácil caer en el problema de utilizar al niño, ya sea para agredir a la pareja, o en espera de ver realizados en el hijo los propios sueños.

Es importante resaltar que el niño facilita la inclusión del sistema familiar en el contexto social y cultural del ambiente a través de la escuela y los amigos. Aunque también el padre e incluso actualmente la madre establece el vínculo con el mundo externo, sirven de conexión con el mundo social, la madre forma parte del círculo social, ya que en este momento ya hay mujeres que trabajan y que a la vez se dedican a la crianza, por eso no nos sorprende que hoy por hoy el padre también tenga que modificarse y desarrolle lo que se acepta como conducta maternal. Es por ello que todos los miembros de la familia establecen cierto contacto con el mundo externo y se adaptan en el sistema familiar de acuerdo a las necesidades. Esto se da ya que es muy frecuente que personas o familias se acerquen a compartir con el grupo familiar a través de los niños, situación que representa un reto y una fuerte demanda de tipo social.

Por otro lado la situación se complica, en mayor o en menor medida, cuando la llegada es a causa de un embarazo no deseado o no planeado, o cuando no se ha podido acoplar cada miembro de la pareja al otro, o cuando no se ha logrado la estabilidad laboral, económica, social o emocional que se requiere. Tanto en estos casos como en la situación ideal, la llegada de los hijos impone a la pareja un reto: la posibilidad de enfrentar un cambio en sus vidas y sacar a flote su capacidad de adaptación, de sortear la crisis. Por ello la educación sexual y la planificación familiar juegan aquí un papel primordial.

***La familia con hijos adolescentes:*** Período por demás satanizado y temido, el niño o la niña, iniciarán este período cuando lleguen a la pubertad, esa parte de la adolescencia que se caracteriza por todos aquellos cambios hormonales y físicos que habrán de modificar ese cuerpo, hasta ese momento infantil, en un cuerpo adulto, con todas las capacidades que este mismo tiene, incluida la reproducción. Todos estos cambios, aún cuando haya información proporcionada por la escuela, la familia o los amigos son vividos por el adolescente en una forma ambivalente, ya que por un lado hay temor e incertidumbre y por el otro esperanza e ilusión. Su cuerpo cambia vertiginosa e irregularmente, sus gustos, sus estados de ánimo, sus sentimientos, sus

pensamientos se ven modificados y esto tiene repercusiones en su propia percepción y en la percepción que otros tienen de él.

El adolescente se va a ir preparando para el logro de la seguridad y autonomía necesarias para formar su propia vida. Por lo tanto la familia se enfrenta al grave problema de permitir independencia, sin que se caiga en el libertinaje, es un momento en que los límites se deben volver flexibles, para que de esta manera se pueda propiciar la comunicación sin ser entrometido, para poder establecer reglas en y para el hogar, sin caer en la rigidez, de permitir la experimentación sin poner en peligro la integridad. Es por ello que los padres y con ellos toda la familia, también deberían de transformarse a la par con el adolescente. Además la llegada de los hijos a la adolescencia reactiva sin que nos demos cuenta nuestra propia adolescencia, por ello esta etapa es la que pone más a prueba la flexibilidad de la familia.

***Cuando los hijos se van:*** En este momento la familia original vuelve a ser de dos miembros, este periodo normalmente es conocido como nido vacío (Mc Iver, 1937; citado en Estrada 1997), expresión que se suele asociar con la depresión que una madre experimenta cuando se queda sin ocupación.

El nido vacío es el momento en el que los hijos se marchan para iniciar otro tipo de convivencia, bien sea para formar una nueva familia, por motivos profesionales o en busca de independencia. La vida de los padres se ve modificada por la emancipación de los hijos. De pronto se encuentran solos y no saben que hacer en su propia casa, los hijos ya no están y eso supone una serie de cambios en sus vidas. Tendrán que aceptar su ausencia y adaptarse a la nueva situación, pero sobre todo tendrán que superar la sensación de vacío y soledad que se experimenta cuando los hijos se marchan del hogar. Para este tiempo los padres ya se encuentran cercanos a los 50 años de edad

En términos generales si las cosas han marchado bien en las etapas precedentes, se podrá sobrellevar esta etapa, siendo positivo en el desarrollo de los cónyuges, de los individuos y de la pareja, siempre y cuando sus experiencias acumuladas,

sus sueños y expectativas, se retomen. Sin embargo en la mayoría de los casos este es un momento difícil de sobrellevar.

Las crisis mas frecuentes que se presentan en esta etapa son ( Estrada, 1997):

- Ψ Se muestran de una manera más clara las limitaciones inherentes a uno mismo, que anteriormente había sido posible postergar o negar. Además la biología humana tiende a declinarse.
- Ψ Hay una constante reorientación interpersonal.
- Ψ La jubilación y dificultades para encontrar trabajo.
- Ψ Reavivación de conflictos anteriores.
- Ψ Se presenta una declinación de las funciones sexuales.
- Ψ Hay que reforzar o generar defensas sociales adaptativas, en interacción entre la familia y sociedad.
- Ψ El uso de los hijos o nietos con fines de satisfacción de las propias necesidades o de llenar sus vacíos de identidad.
- Ψ Sentimiento de soledad.
- Ψ Falta de confrontación mediante una negación mutua de la edad y los acontecimientos presentes

**La vejez:** Así como a todo organismo le toca llegar a su plenitud, la familia que en un determinado momento se formó, poco a poco llega al momento de su declinación y de su muerte. Los hijos uno a uno han ido formando sus propias familias y los ahora abuelos pueden verse como una gran ayuda o como un gran estorbo, ya que se tiende a ignorar a los viejos a sentir impaciencia con ellos e incluso a negarlos.

Los problemas que aparecen con el retiro, al encararse con el final de la vida y la aparición de afecciones físicas y mentales, se combinan con lo poco que hace la



sociedad para con las personas de edad, agravando aún más las dificultades que experimentan las personas de la tercera edad.

Uno de los problemas que frecuentemente se encuentra es aquél de dos esposos ya viejos, cuando el es jubilado y regresa a su casa, esta vez regresa para siempre, e invade los terrenos que antes sólo fueron el dominio de su esposa. Parece imposible, que este simple hecho represente una situación amenazante a la individualidad y a la diferenciación de ambos. Esta situación sólo puede ser aliviada mediante el límite claro de los espacios en donde cada quien pueda funcionar independientemente. De lo contrario existe el peligro que se lleguen a perder la estima y el respeto y aparezcan la ansiedad, la tensión y los estados depresivos.

Otra problemática que se presenta en las parejas de viejos, es aquella en la que los mismos hijos no les permiten una intimidad adecuada, se establece una sobreprotección de hijos a padres en donde no se les permite vivir en libertad. Los hijos tienen la idea de que los padres, ya no requieren su propio espacio o intimidad, y el hecho de estar solos los arriesga y los vuelve vulnerables. Es por ello que con el pretexto de cuidarlos, se cuelgan de ellos, imponiéndoles cargas emocionales muy fuertes e impidiéndoles un desarrollo individual y conyugal adecuado.

El último autor por revisar, es Salvador Minuchin con el enfoque estructural, este autor es de vital importancia, por los conceptos que genera respecto a la familia y al enfoque sistémico, aunque si bien es cierto que respecto al ciclo vital de la familia como tal, la información que proporciona es limitada, sin embargo su concepción de familia es lo que resulta importante y rescatable dentro de la tesis y es por eso que los autores anteriores se retomaron, ya que permiten complementar el ciclo vital de familia, desde una percepción sistémica.

#### **2.4 El Ciclo Vital en el Enfoque Estructural**

El desarrollo de la familia según el modelo estructural transcurre en etapas que siguen una progresión de complejidad creciente. Hay periodos de equilibrio y adaptación, caracterizados por el dominio de las tareas y aptitudes. Por ello en cada etapa el individuo debe crear tareas que sirvan para su desarrollo.

Cada generación es influenciada e influencia a las otras, ya que el desarrollo en la mayoría de las familias implica transiciones simultáneas (Fritz, 1985). Por eso los eventos que ocurren en algún estadio del ciclo de vida, tienen un fuerte impacto en las relaciones de otro estadio, por lo que esta situación obliga, ya sea a cambios de primer orden o cambios de segundo orden; en los primeros no se cambia la estructura del sistema, mientras que los segundos requieren de un cambio en la estructura familiar, y si estos cambios son manejados adecuadamente se llega exitosamente a la siguiente fase. (Minuchin, 1986).

Minuchin en 1981 concibe que la familia atraviesa por ciertas etapas de crecimiento y envejecimiento. Debe enfrentar periodos de crisis y transición. Es importante aclarar que este esquema de desarrollo solo es válido para la familia de clase media, compuesta por el marido, la esposa y dos hijos como promedio. El enfoque estructural concibe cuatro etapas que son:

***La Formación de Pareja:*** En esta etapa se elaboran las pautas de interacción que forman la nueva estructura del sistema conyugal, las cuales deben establecerse por medio de la negociación de las fronteras que regularán la relación de la nueva unidad con las familias de origen, los amigos y el trabajo, así como el vecindario y otros contextos importantes. La pareja debe definir nuevas pautas para la relación con los demás. La tarea consiste en mantener los contactos y al mismo tiempo crear un sistema cuyas fronteras sean claras que permitan el crecimiento de la pareja. Se deberán crear reglas respecto al estilo y expectativas de ambos, sobre intimidad, jerarquías, pautas de cooperación, etc.

Se elaboran las pautas de interacción que forman la nueva estructura del sistema conyugal, las cuales deben establecerse por medio de la negociación de las fronteras. La pareja debe definir nuevas pautas para la relación con los demás. La tarea consiste en mantener los contactos y al mismo tiempo crear un sistema cuyas fronteras sean claras en la medida suficiente para permitir el crecimiento de la pareja. Deberán crear reglas sobre intimidad, jerarquías, sectores de especialización y pericia, así como pautas de cooperación.

Sobre todo, deben de aprender a enfrentar los conflictos que inevitablemente surgen cuando dos personas se encuentran en el inicio de la formación de un nuevo sistema. Pero para formar el nuevo sistema, cada uno tiene que convertirse en parte. Y esto se experimenta *como pérdida de individualidad*.

**La familia con hijos pequeños:** La segunda etapa sobreviene con el nacimiento del primer hijo y esto hace posible nuevos sistemas: parental, madre - hijo y padre-hijo. El sistema conyugal se debe reorganizar para enfrentar las nuevas tareas, por lo tanto, las reglas cambian. Los padres deben asumir la responsabilidad del cuidado del hijo y adaptarse a aspectos de la personalidad de éste, al mismo tiempo la familia tiene que negociar contactos nuevos con el mundo exterior, como lo son los abuelos, tíos, tías, primos, etc. Cuando nace otro hijo, se deberán de cambiar nuevamente las pautas en torno del primero.

**La familia con hijos en edad escolar o adolescentes:** En esta etapa se produce un cambio brusco por la entrada a la escuela de los hijos, la familia tiene que relacionarse con un sistema nuevo. Toda la familia debe elaborar nuevas pautas. Como ayudar en las tareas escolares, las reglas sobre la hora de acostarse, el tiempo para el estudio, el esparcimiento, etc. El crecimiento del niño va introduciendo elementos nuevos en el sistema familiar. Por lo tanto, la familia deberá negociar ciertos ajustes, modificar ciertas reglas. Los nuevos límites entre progenitor e hijo deberán ser renegociados y ajustados.

Con la adolescencia, el grupo de pares cobra mucho poder, en estos momentos el sistema se enfrenta con un sistema poderoso y competitivo, por lo que los temas de la autonomía y el control, se tienen que renegociar a todos los niveles. Por último, en este estadio comienza el proceso de separación, por lo que este cambio tiene gran impacto en la familia.

**La familia con hijos adultos:** En la cuarta y última etapa, los hijos, ahora adultos jóvenes, han creado sus propios compromisos con un estilo de vida, una carrera, amigos y, por fin, un cónyuge. La familia originaria vuelve a ser de dos miembros, esta nueva etapa requiere una clara organización cuyo eje será el modo en que padres e hijos se deben relacionar como padres y seres adultos. Este periodo se

le conoce con el nombre del “nido vacío” y se le define como una etapa de pérdida, pero puede serlo también de un notable desarrollo si los cónyuges como individuos y como pareja, aprovechan sus experiencias acumuladas, sus sueños y sus expectativas para realizar posibilidades inalcanzables mientras debían dedicarse a la crianza de los hijos.

Ya para finalizar el presente capítulo es necesario realizar una comparación entre las principales crisis del ciclo de vida. Por lo tanto el siguiente cuadro resume las metas y el aspecto específico a superar dentro de cada etapa del ciclo vital, mostrando así algunas similitudes y diferencias en cuanto a la percepción que tiene los autores antes mencionados en lo que al ciclo de vida de la familia se refiere.

Milton Erickson	Lauro Estrada	Salvador Minuchin
<p><b>Periodo de Galanteo:</b> Meta El joven adulto se asocie con gente de su edad, se desengancha de la familia de origen. <b>Matrimonio:</b> Meta Elaborar acuerdos necesarios con las familias de origen y la vida en común. Se deben encarar los desacuerdos</p>	<p><b>Desprendimiento:</b> Hay dolor y Nostalgia, incertidumbre ante lo desconocido. Meta: Generar un contrato Matrimonial y Adaptarse a el matrimonio, a los roles, adaptar antiguos patrones de conducta aprendidos con las familias de origen, conseguir una unión sexual que satisfaga las necesidades de ambos.</p>	<p><b>La Formación de la Pareja:</b> Meta: Estructurar el Holón conyugal, negociar las fronteras, mantener contactos y al mismo tiempo crear un Holón cuyas fronteras sean nítidas. Se deberán armonizar los estilos y expectativas, creando reglas sobre intimidad y jerarquías y además aprender a enfrentar los conflictos.</p>
<p><b>El nacimiento de los hijos:</b> Meta La crianza de los hijos, modificando la índole de la situación con cada nacimiento.</p>	<p><b>Cuando los hijos llegan:</b> Meta: generar cambios en el espacio físico y emocional, reestructurar el contrato matrimonial. Adaptarse a la cantidad de tiempo, preocupación y cuidados que un hijo genera. El padre deberá cumplir con ciertas funciones maternas. Aprender el rol de padres.</p>	<p><b>La Familia con Hijos Pequeños:</b> Meta: Se crean nuevos Holones (madre-hijo, padre-hijo). El Holón conyugal se debe reorganizar para enfrentar las nuevas tareas. Hay que negociar contactos nuevos con el mundo exterior. Cuando nace otro hijo se quiebran las pautas establecidas y se genera Holón fraternal</p>
<p><b>El Periodo Intermedio:</b> Hay más tiempo libre ya que los niños plantean menos exigencias, se observa como los hijos crecen y se desarrollan. La pareja puede disfrutar del éxito y reafirmar el matrimonio o bien replantearse si desean seguir juntos En la adolescencia hay que mantener el ordenamiento jerárquico previo</p>	<p><b>Los hijos/ La Adolescencia</b> El niño facilita que penetre el sistema familiar con otros grupos sociales. Negociar límites y mantener la jerarquía. Hay que renovar el contrato matrimonial y se requiere de un fuerte apoyo ya que inicia el climaterio.</p>	<p><b>La familia con hijos en edad escolar o adolescentes:</b> <b>Meta</b> Elaborar nuevas pautas (tiempo para estudio, hora de acostarse, etc.). Con la adolescencia el grupo de los pares cobra mucho poder, aquí la meta es renegociar los temas de autonomía y control</p>
<p><b>Destete de los Padres:</b> Los hijos comienzan a irse, Meta: elabora una nueva relación como pareja, permitir que los hijos tengan sus propias parejas y carreras, haciendo la transición a la condición de abuelos</p>	<p><b>El re-encuentro</b> Enfrentarse nuevamente con uno mismo y con el compañero. Hay que hacer lugar a nuevos miembros de la familia. Se deberá continuar en la búsqueda de nuevos estímulos y nuevas metas para el matrimonio.</p>	<p><b>La familia con hijos adultos:</b> La familia originaria vuelve a ser de dos miembros. Meta: Una nueva organización en la que padres e hijos se relacionarán como adultos. El subsistema de los cónyuges vuelve a ser el Holón familiar esencial para ambos y con los nietos, tendrán que elaborar nuevas relaciones.</p>
<p><b>Retiro de la vida activa y la vejez:</b> La pareja logra liberar a sus hijos en la mayoría de los casos, se presenta la jubilación. Se da la muerte de uno de los cónyuges. Los jóvenes cuidan de los viejos,</p>	<p><b>La vejez</b> El esposo invade los terrenos que antes fueron de la esposa. Se necesita aceptar realísticamente las propias capacidades, así como las limitaciones y aceptar la dependencia cuando sea necesaria.</p>	

Como se puede ver existen varias similitudes, ya que aunque con palabras diferentes o conceptos diversos, en términos generales los tres autores contemplan de manera equivalente al ciclo vital y lo complementan, como periodos en los que se presentan crisis y tareas que la familia debe enfrentar para de esta manera superar esa etapa y continuar con la siguiente.

Sin embargo, ya que se conocieron las metas y las características típicas de cada etapa, para poder llegar al objetivo de la tesina es importante identificar las crisis que se presentan en cada momento ya que de esta manera se identificará porque es que el momento del nido vacío, resulta ser un torbellino y porque hasta se puede llegar a la separación. Por lo tanto hay que conocer las crisis no resueltas en cada etapa.

Es importante aclarar que en todas las familias existen una gran variedad de crisis no resueltas, ya que no debemos olvidar que cada familia es diferente y que además las familias en ocasiones experimentan divorcios, abandonos, nuevos casamientos o muertes, por lo que estos episodios alteran el curso del ciclo vital, además la economía y la cultura también se vuelven factores que afectan el rumbo del ciclo. Sin embargo, las crisis que a continuación se expondrán son las que pudieran resultar típicas o más comunes en cada etapa.

Posterior al cuadro se expondrán detalladamente las características del nido vacío, al igual que las crisis que sobrevienen en esta etapa, presentando los conflictos, los rezagos y las crisis sobrellevadas aparentemente por la familia, las cuales tienen su expresión en la forma como viven el desprendimiento de los hijos y el reencuentro de la pareja. Y de cómo en ocasiones las crisis no resueltas pueden generar una ausencia de proyectos en común y en ocasiones la separación de la pareja. Por lo tanto a continuación se presenta un cuadro de las crisis que frecuentemente se presentan en los sistemas familiares.

<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La formación de pareja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se encuentra estabilidad con ninguna persona</li> <li>• Matrimonios que no se desprenden de sus respectivas familias.</li> <li>• No se genera o no queda claro el Contrato Matrimonial o se opera bajo contratos diferentes.</li> <li>• Las expectativas previas al matrimonio no se obtienen.</li> <li>• Los límites no son claros por el contrario se rigidiza respecto a la familia extensa</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La Familia con hijos pequeños</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se pueden formar coaliciones, uno de los padres se coligarán con el hijo contra el cónyuge, manteniéndolo en posición periférica.</li> <li>• Utilizar al niño, ya sea para agredir a la pareja. O para ver realizados los propios sueños.</li> <li>• Embarazo no deseado o no planeado, cuando aun no se ha podido acoplar con la pareja</li> <li>• Se desarrollan celos cuando un miembro de la pareja siente que el otro está más apegado al niño.</li> <li>• Las cuestiones que enfrenta la pareja empiezan a ser tratadas a través de los hijos.</li> <li>• El ser madres como fuente de frustración personal.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La familia con hijos en edad escolar o adolescentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se acuerda seguir juntos en interés de los hijos.</li> <li>• La pareja se comunica a través de los hijos.</li> <li>• Lucha por el poder y se pueden alterar las jerarquías.</li> <li>• Al idealizar el papel de padres, se puede llegar a la frustración.</li> <li>• Revivir la adolescencia de los padres, genera ciertos conflictos.</li> <li>• El climaterio de los padres</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La familia con hijos adultos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los padres se encuentran sin nada que decirse ni compartir.</li> <li>• Se puede desarrollar un síntoma incapacitante.</li> <li>• La jubilación y La declinación en las capacidades físicas.</li> </ul>

### **3. EL NIDO VACÍO**

En este capítulo se revisarán las características centrales del periodo conocido como nido vacío, prestando especial atención en la pareja, para lo cual se abordarán las crisis y consecuencias que de manera individual y marital afectan al sistema familiar al momento en que los hijos se van del hogar.

Como se mencionó anteriormente el nido vacío es una etapa del ciclo vital de la familia, este se desarrolla a través de etapas que siguen una progresión de complejidad creciente, en donde existen periodos de equilibrio y adaptación y también periodos de desequilibrio. Las etapas del ciclo vital que plantea Minuchin son: Formación de la Pareja, Familias con hijos pequeños, Familia con hijos en edad escolar y/o adolescente y el Nido vacío.

Minuchin, desarrollo el modelo estructural de terapia familiar (1986), basándose en la Teoría General de los Sistemas (Bertalanffy, 1976), señala que la familia es el contexto natural para crecer, en donde los miembros de una familia se relacionan de acuerdo a ciertas reglas que constituyen la estructura familiar a la cual define como "el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia.

Así, la familia es un sistema abierto y su totalidad la conforman las relaciones entre sus miembros; la familia como sistema se autorregula (presenta períodos de homeostasis y períodos de morfogénesis); la familia se relaciona con otros sistemas (familia de origen, familia de origen, comunidad, etc.); la familia en su interior se conforma de subsistemas: individual, conyugal, parental y fraterno.

El desarrollo de la familia transcurre en etapas que siguen una progresión de complejidad creciente" (Minuchin y Fishman, 1993) Cada etapa requiere de nuevas reglas de interacción familiar, tanto al interior como al exterior del sistema. Sin embargo, hay familias que pueden permanecer en una misma etapa a pesar de que el sistema familiar requiere de una transformación (nacimiento de un hijo (a), crecimiento de los hijos (as) con lo que ello implica



como puede ser ingreso al ámbito educativo formal, cambio de nivel escolar, cambio de escuela, alejamiento del hogar por cuestiones de trabajo, por estudios, matrimonio, etc.). Este estancamiento en alguna etapa del ciclo vital puede llevar a la disfuncionalidad familiar.

Ante esto este capítulo se centrará en el momento en que los hijos se van del hogar y como la pareja y la familia en general, pueden estancarse o bien sobrellevar esta crisis a través de una separación, esto ante la ausencia de proyectos en común, por parte de los padres.

### **3.1 Características del Nido Vacío**

Este suceso es comúnmente conocido como el síndrome del nido vacío, nombre dado por McIver en 1937 (en Estrada Inda, 1987), cuando se refiere al aislamiento y a la depresión de la pareja cuando terminan las actividades de crianza. Este periodo comienza con el encaminar o lanzamiento de los hijos (alrededor de los 45 años y continua hasta que los padres se retiran o llegan a los 65 años, que es la edad de jubilación (Dubai, 1971, en Rojas 1997)

Cada etapa tiene sus propios problemas, en ésta el matrimonio vuelve a tomar una gran importancia, ya que están solos como al principio de su relación. Es claro que para esta época el matrimonio habrá experimentado muchos cambios. Han vivido todo el proceso del encuentro, crianza de los hijos, la mutua cooperación, el desarrollo de la amistad y actualmente estarán viviendo la despedida de los hijos.

Este ciclo es importante porque en él se manejan los problemas de tres y aun de cuatro generaciones; En primer lugar la pareja está viviendo la separación de sus hijos. En segundo lugar es muy probable que todavía vivan sus padres y que estén en situación de jubilación, acercándose a la ancianidad y en algunos casos viviendo en la misma casa. Además, los hijos jóvenes empiezan a partir del hogar para casarse, para estudiar, o trabajar en algún lugar diferente. Y por último en algunos casos, se empiezan a vivir las nuevas relaciones con los nietos (Rage, E, 1997).

En esta etapa las parejas entran en un estado de turbulencia hasta que todos los hijos se van y ellos vuelven a crear nuevamente una relación de pareja, logrando resolver sus conflictos y permitiendo a su vez que los hijos tengan sus propias parejas y carreras haciendo también la transición al papel de abuelos. Claro que esto solo sucede en el mejor de los casos, ya que no siempre la conclusión es alentadora y la pareja termina por separarse ante la ausencia de proyectos en común y ante la falta de una comunicación efectiva. Pero esta resolución se da ya ante una serie de factores nuevos e inesperados, en los individuos, en la pareja y en la familia, mismos que conoceremos a continuación.

Los principales aspectos de este ciclo son los siguientes:

- Esta etapa comienza con la partida del primer hijo. El lanzamiento de los hijos, es quizá la tarea inicial de la pareja en esta etapa, es renunciar en cierta forma a la gratificación que se obtiene al vivir el papel de padres, para así poder encaminar a los hijos a su nuevo estilo de vida.
- Se da el desarrollo de una relación de adulto a adulto entre los hijos que han alcanzado la adultez. Por lo que hay que renegociar las relaciones.
- Con la salida de los hijos se empieza un nuevo tipo de relación familiar. Hay una serie de readaptaciones que van desde la reestructuración del aspecto físico del territorio hasta vivir el duelo de la separación.
- Se entablarán nuevas relaciones con la familia política. Si la salida de los hijos se debe a que se van a casar, como usualmente sucede en México, entonces este hecho cobra especial importancia, en este aspecto se puede presentar el choque de valores, que supone ceder en muchas de las ilusiones que se habían hecho acerca de la vida del hijo o hija.
- La definición previa de familia es ampliada por medio de los matrimonios de los hijos adultos, que enlazan a la familia con otros sistemas

familiares y con la llegada de los nietos que implica un nuevo aprendizaje.

- Es frecuente que algunos padres vivan una sensación de pérdida. Otros posiblemente, vivirán una sensación de alivio y, finalmente, para otros será una anticipación para nuevas oportunidades.
- Haley (1986), comenta que no se puede predecir un patrón único en el lanzamiento de los hijos. Algunas veces sobrevienen problemas entre los padres cuando el hijo mayor se va de la casa. Más aún, en ciertas familias se va haciendo peor progresivamente con la partida de cada uno de los hijos, se han reportado casos en que los padres que han encaminado a sus hijos uno por uno no han encontrado mayor dificultad. Sin embargo de pronto se encontraron en un conflicto cuando un hijo en particular abandonó la casa. Esto se da, por la problemática particular del hijo, ya que éste había mantenido a los padres unidos por una preocupación mutua.

Esto ocurre ya que hay centralidad en un miembro de la familia, ya sea para plantearlo como el chivo emisario o bien como el de más poder o jerarquía, por ello es que la familia se cree, que funciona a través de este miembro, por lo que su partida significaría, una amenaza o bien hasta la destrucción del sistema familiar.

- El grado de éxito que los padres hayan tenido con sus propios padres, problemas de autonomía, responsabilidad y cercanía con sus familias de origen, influirá en el éxito que tendrán al manejar esta etapa con sus propios hijos adultos. (Rage, E, 1997)
- Para este momento los problemas no resueltos podrían ser encadenados y alterar el equilibrio de la familia.
- Marido y mujer se enfrentan a un periodo en el que volverán a estar juntos; viviendo experiencias nuevas y renovando su relación de pareja o bien dejarse llevar por la ansiedad, por los problemas de la salud, la

incompatibilidad de intereses o simplemente el hecho de volverse viejos. Finalmente los cónyuges pueden asumir un nuevo rol durante este momento de su vida, el de ser abuelos.

- Esta época se caracteriza también por las entradas y salidas de miembros al sistema familiar, surge el nacimiento de una nueva generación, se crean nuevos roles: los padres se hacen abuelos y cada generación avanza un paso a su desarrollo. Paralelamente o posteriormente el desarrollo familiar sigue con la muerte de la generación mayor.
- El tiempo libre y su utilización se puede presentar como un problema para la pareja. Esto se da ya que tras la jubilación y sin las responsabilidades de la crianza los individuos perciben que aparece una vida con escasa actividad, sin deberes ni obligaciones y sí con mucho tiempo libre. La pareja se encuentra frente a frente sin nada que hacer y sin nada que decirse.
- Puede haber una disminución en las funciones físicas y un incremento de síntomas independientes del estrés diario. Lo que declina son las funciones sensoriales y perceptivas, de las que destacan problemas visuales, auditivos y motores.
- Los problemas de los jóvenes usualmente tendrán un impacto negativo sobre la generación mayor. Sobre todo los problemas económicos que los hijos tienen al empezar sus propias familias. Sin embargo la prolongación de la dependencia financiera dificulta la autonomía entre padres e hijos. De hecho el apoyo económico puede utilizarse como una herramienta de control e interdependencia, un ejemplo sería, “porque te mantengo tengo la facultad de intervenir en tu nueva familia y en tus decisiones”.
- Por último los padres tendrán que afrontar la realidad de sus propios padres, sus enfermedades físicas, su mayor necesidad de dependencia y la muerte.

Ante esto el objetivo de esta etapa es encaminar a los hijos hacia la autonomía e interdependencia adulta. Siendo una época de fructificación y logro para la pareja, ya que es una nueva oportunidad para realizar juntos actividades que antes no pudieron realizar y explorar juntos nuevos caminos, realizar viajes, cambiarse a una casa más adecuada, tomar juntos clases, reanudar viejas amistades, etc.

Ante esto los diversos cambios dramáticos experimentados por el adulto en este momento del ciclo vital, resultan difíciles de sobrellevar, trayendo consigo diversas crisis y consecuencias que repercuten tanto en el individuo, como en la pareja y por ende en el sistema familiar. Es por ello que se plantearán las diversas crisis de manera más específica

### **3.2 Conflictos y Crisis en el Nido Vacío**

Esta fase coincide casi siempre con una etapa individual de suma importancia, el hombre recibe el impacto de la fisiología que declina y además se dan cambios sociales y familiares. Se presentan algunas enfermedades como: la artritis, diabetes, enfermedades cardíacas, reumatismo, lesiones ortopédicas, alteraciones mentales y nerviosas. Además hay cambios en el aspecto sexuales en cuanto a frecuencia e intensidad, hay disminución

Al hablar de crisis, se refiere a los cambios dramáticos experimentados por el adulto durante su ciclo, los cuales son tanto psicológicos como de comportamiento (Rojas, 1997). Entre los conflictos y crisis que se presentan en esta época están los siguientes:

- La necesidad de admitir y hacer lugar a nuevos miembros en la familia, como son los cónyuges de sus hijos.
- El nacimiento de los nietos.
- La jubilación

- La declinación en la capacidad física, que va acompañada casi siempre de quejas en uno mismo y en el compañero, así como de la aparición de enfermedades.
- El problema económico de los hijos que inician una nueva familia.
- El generar una independencia con los hijos y nietos para otra vez formar una pareja.
- Enfrentarse nuevamente con uno mismo y con el compañero.
- Resurgen los viejos problemas y aparecen también las viejas artimañas para controlarlos.
- Otra de las dificultades de este momento suele ser que la pareja se encuentra sin nada que decirse o que compartir ya que han pasado muchos años hablando solamente de los hijos y es frecuente que cuando estos ya no están presentes, la pareja regresa a temores por los que peleaba desde el inicio de su relación
- Puede darse la muerte de alguno de los cónyuges.
- La independencia de los padres puede generar un conflicto, si la independencia no se ha trabajado correctamente, habrá alteraciones por la cercanía, lo que incrementa la tensión marital.
- Los padres tendrán que afrontar la realidad de sus propios padres, sus enfermedades físicas, incluso la muerte.
- Se entablarán nuevas relaciones con la familia política.
- Hay un choque de valores, que supone ceder en muchas de las ilusiones que se habían hecho acerca de la vida de los hijos.

No debemos olvidar que el síndrome del nido vacío, supone que existen problemas para uno o los dos progenitores. Quizá podrá reflejar una época de depresión y soledad, que si no se maneja adecuadamente podrá conducir a

una separación, divorcio, enfermedades, sensación derrotante de pérdida y aun a la muerte misma.

Una vez que se conoce el impacto general que produce en la familia, este momento del ciclo vital, es necesario, identificar las consecuencias que se presentan de manera individual y marital, al momento del nido vacío. Por lo tanto a continuación se presentan los efectos que producen en la mujer, el hombre y en la pareja, el momento en que los hijos se van.

### **3.2.1 El Impacto del Nido Vacío en la Mujer**

El rol social de la maternidad es extraordinariamente demandante, pero cuando la madre empieza a ser más competente en su rol, es cuando los hijos empiezan a dejar el hogar (Lobata, 1972; en Garret, 1982; citado en Rojas 1997) técnicamente hablando, la maternidad no termina cuando los hijos llegan a la adultez, sin embargo, el rol diario de las actividades maternas si se ve modificado, sobre todo cuando la maternidad ha sido la ocupación femenina primaria.

El principal problema al que se enfrentan las madres durante el nido vacío es el de descubrir un nuevo sentido así como otros roles sociales que les permitan establecer su identidad. En muchas ocasiones la imagen ideal del futuro no sobrepasa el punto de la maternidad, con excepción de tener ocasionalmente pensamientos sobre la felicidad de convertirse en abuela.

Consecuentemente, encuentran la transición de la “post-crianza o post-maternidad” como un periodo de soledad, descanso o descontento. Esto debido a que no han pensado mucho con quien pasarán el tiempo una vez que los hijos se hayan ido. Y ya que muchas mujeres pusieron el rol materno por encima de su identidad personal, por lo que su vida nunca llega a ser la misma.

Por eso aquellas mujeres que además de su propio papel de esposa y madre, se han preocupado por desarrollar su propia individualidad, tendrán una transición mas suave, mientras las que se dedicaron exclusivamente a las

necesidades de la familia, ignorando las propias, tendrán más dificultades en esta etapa, a no ser que se sigan ocupando de los hijos y de los nietos.

Desde que el cuidado de la casa es ahora mínimo, con solo la atención del marido, llenar las propias horas con actividades satisfactorias puede parecer o no un problema; Por un lado si se intenta formar parte de la fuerza laboral, la mayoría de los trabajos accesibles son de sueldos bajos, ofrecen pocos retos, requieren de un mínimo de inteligencia y tienen pocas oportunidades de progreso. También pueden elegir pertenecer a algún comité, hacer trabajos voluntarios o socializar más activamente. Otras mujeres deciden ingresar a la universidad y realizar alguna carrera o especialidad. Asimismo hay mujeres que pueden dedicarse a pasar mas tiempo ayudando a su pareja en el trabajo, donde llegarán a encontrar un rol significativo. Sin embargo hay algunas que prefieren dedicarse a un pasatiempo como: la lectura, la jardinería o continuar con su rutina de amas de casa, ver televisión, comedias, factores que pueden contribuir a la pérdida de la identidad y no encontrar un sentido a su vida

Además de los cambios que se producen en este momento del ciclo vital, para este momento de la vida adulta, las mujeres se enfrentan a diversos cambios fisiológicos, como es la menopausia, esto ocurre entre la mitad de la década de los cuarentas y principios de la de los cincuentas. Esta situación puede aumentar la problemática de esta etapa, porque se le añadirán algunos problemas a los ya existentes, entre los síntomas fisiológicos que suelen acompañar a la menopausia están los bochornos, los sudores fríos, los niveles bajos de estrógeno, mismos que pueden producir: sequedad en la piel, menos lubricación vaginal, huesos más frágiles, y un posible aumento en problemas cardiacos (Rage, E, 1997). Y desde el punto de vista psicológico, hay diversas reacciones como son la depresión, cambios de humor, angustia, etc.

Ante esto son muchos los cambios y posiciones que adopta una mujer después del periodo de la crianza, muchas tiene problemas para encontrar un nuevo rol que le de sentido a su vida, o bien hay quienes pueden verlo como una posibilidad de renovación. Sin embargo sea cual sea el camino que se adopte



es importante recordar que es un periodo de transición y de una nueva búsqueda de la identidad personal.

### **3.2.1 El Impacto del Nido Vacío en el Hombre**

El hombre también sufre cambios importantes en su desarrollo, principalmente con la llegada de la jubilación. Mientras la mujer atraviesa por un periodo de transición en tanto al rol maternal, el hombre se enfrenta con uno de los cambios más importantes de los últimos años de su vida.

La identidad de la mayoría de los hombres se determina principalmente por el aspecto laboral. Los hombres que poseen su propio negocio tienen sentimientos más positivos hacia su trabajo, para ellos, este representa más que sólo una forma de hacer dinero, su propia realización. La jubilación generalmente la percibe en forma más suave, porque están bien preparados para cambiar hacia otros roles y porque gozan de mayor solvencia económica.

Por el contrario, los empleados ven su trabajo como la parte primordial del sistema social y económico, por lo tanto asocian a la jubilación con una experiencia que cortará su contacto con otros en el mundo social y que de una forma u otra, limitará o modificará su situación financiera.

Sin embargo, para la mayoría implica una época de gran temor. Tendrán que afrontar la realidad de tener más tiempo libre, cuando no se han creado intereses ajenos a los laborales, la jubilación se verá como un tiempo de insatisfacción. Por último, el retiro se hace más atractivo cuando el esposo y la esposa comparten intereses comunes en alguna actividad.

Por otra parte M. Barragán (1986) agrega que durante este momento pueden surgir problemas sobre todo en torno a valores diferentes que implican diversas apreciaciones y evaluaciones del éxito logrado y de lo que aun hace falta en términos de aspiraciones futuras. Hay también conflictos por habilidades físicas que han disminuido, por la pérdida del atractivo y viejas dudas de lo adecuado sobre la selección del cónyuge, esto puede llevar a relaciones extramaritales habitualmente con personas más jóvenes. (Rage, E, 1997).

En relación a lo anterior, muchos hombres conciben la partida de los hijos como una pérdida personal, y al mismo tiempo, este hecho les puede recordar que están en la parte más tardía de su vida, y esto puede generar reacciones como son las relaciones extramaritales o bien la compulsión por posesiones materiales, como puede ser la compra de un auto deportivo, una lancha, etc. (Rage, E, 1997)

Ante esto no podemos minimizar el impacto que en los hombres, se presenta ante el nido vacío, ya que se enfrentarán no solo a la pérdida de los hijos, sino también a la de su empleo, por ello al igual que la mujer, enfrentan cambios sociales y familiares, que de alguna manera afectarán a la pareja y al sistema familiar.

### **3.2.2 El Impacto del Nido Vacío en la Pareja**

Es importante rescatar que cada etapa tiene sus propios problemas, sin embargo en ésta, el matrimonio vuelve a tomar gran importancia. Están solos como al principio de su relación. Es necesario, por tanto, reenfocar, revisar y establecer diferentes arreglos en el mismo. Hay más tiempo para la autorreflexión.

Stuart 1980, en (Rage, E, 1997), comenta que la partida del último hijo requiere un nuevo patrón de interacción entre los padres. Ya que ahora se tendrán que comunicar nuevamente como pareja y ya no como padres, por eso es que en este momento es cuando se pueden hacer presentes la ausencia de proyectos como pareja.

Haley (1986), habla de la necesidad que tienen los padres de elaborar una nueva relación de pareja. No es raro que se encuentren con que no tienen nada que decirse el uno al otro o nada que compartir, porque durante años no han hablado de ellos, sino más bien de los hijos. Si ellos han compartido la toma de decisiones con sus hijos deben empezar a tomar ellos solos la mayor parte de las decisiones. Al igual que si los padres pasaban mucho de su tiempo libre con sus hijos, deben empezar a planear y a disfrutar actividades ellos

solos. Deben aprender a hablar sobre otros asuntos que no sean sus hijos y sus hazañas.

Además, la pareja algunas veces empieza a pelearse por las mismas cosas por las que peleaban antes de que vinieran los hijos, ya que estos asuntos nunca fueron realmente solucionados sino sólo hechos a lado. Por otro lado el matrimonio de los hijos algunas veces motiva o fomenta a los padres a pensar en el propio, o bien a revivir los viejos conflictos que se presentan ahora en la nueva pareja

Otra manera de enfrentar la pérdida, es por medio de aventuras extramaritales, ya que ven estas como un escape o una negación a la edad, también se puede dar la separación o el divorcio. O bien algunos padres prefieren vivir esta etapa vicariamente a través de los hijos casados y los nietos.

Por ello es que el lanzamiento de los hijos puede ser una experiencia triste, sin embargo no se deben olvidar las experiencias positivas que acompañan a esta etapa: ya que ahora la pareja dispone de más tiempo para dedicarse el uno al otro, tiene más independencia económica y deja atrás muchas decisiones estresantes y además pueden esperar con ilusión a los nietos, sin tener todas las preocupaciones y responsabilidades inherentes a la crianza de los mismos.

Por lo tanto lo importante aquí es elaborar una nueva relación de pareja, ya que los cónyuges, pueden aprovechar sus experiencias acumuladas, sus sueños y sus expectativas para realizar posibilidades inalcanzables mientras debían dedicarse a la crianza de los hijos (Minuchin, 1981).

Son diversos los cambio, las crisis y las consecuencias, a las que la familia se enfrenta en este momento, sin embargo es importante, la búsqueda de diversas estrategias, que permitan a la familia, la independencia y el reencuentro, ya que de lo contrario, el resultado puede ser la separación como una ausencia de proyectos. Una vez revisado el nido vacío es importante ver alternativas, que fortalezcan el sistema familiar.

## ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

Las estrategias de intervención son diversas sugerencias para el terapeuta que tiene casos en donde las familias se encuentran en el momento del ciclo vital conocido como nido vacío. En un primer momento se retomarán generalidades que el terapeuta debe considerar al momento de la terapia, para posteriormente presentar diversas sugerencias respecto a actitudes que el terapeuta deberá tomar al momento de la terapia y para finalizar se presentará un listado de estrategias para casos con nido vacío:

- Consideraciones generales:

Para comenzar hay que establecer con prontitud el vínculo entre el estadio de desarrollo de la familia y las metas terapéuticas. De hecho es por eso que conocer el ciclo vital es una herramienta indispensable. Minuchin y Fishman (1992), lo consideran “como un modelo que brinda la base para establecer con prontitud la ubicación del estadio de desarrollo de la familia y las metas terapéuticas”.

Posteriormente hay que tener presente que la familia no es una entidad estática. Está en proceso de cambio continuo, lo mismo que sus contextos sociales. El sistema familiar tiende al mismo tiempo a la conservación y a la evolución. Por lo que puede ser que se este trabajando cierta problemática y de repente surja una nueva crisis, que impida seguir trabando con el anterior conflicto esto es común ya que es un sistema abierto con constantes modificaciones e intercambios de información. Ante esto hay que retomar, lo que para la familia resulta urgente resolver.

Además es común que los miembros de la familia individualicen en uno de ellos la localización del problema. Creen que la causa es la patología internalizada de ese individuo. Esperan que el terapeuta se concentre en él y procure cambiarlos. Para el terapeuta en cambio, el paciente individualizado es solo el portador del síntoma; la causa del problema son ciertas interacciones disfuncionales de la familia. Será preciso ampliar las fluctuaciones para que el sistema familiar avance hacia una forma más compleja de organización, que

permita enfrentar mejor las circunstancias actuales de la familia. (Minuchin, 1984). La familia presenta a un paciente identificado, pero el terapeuta no solo deberá centrar la terapia en el sino en las interacciones del sistema familiar.

No debemos olvidar que la familia brinda un reconocimiento al terapeuta y lo invita como un especialista a introducirse en su sistema, por lo que tiene un nivel jerárquico alto, además la familia le esta brindando cualidades para que sea una agente que los ayude a modificar una situación que sustenta o produce malestar o sufrimiento.

La intervención del terapeuta activa dentro del sistema familiar los mecanismos destinados a preservar la homeostasis. En el curso de la historia compartida de la familia, se han instituido reglas que definen las relaciones reciprocas de sus miembros y todo desafío a esas reglas será contrariado de manera automática. Por ello es que en algunas ocasiones las intervenciones del terapeuta no son recibidas de manera positiva y esta es una manera de proteger al sistema. De hecho la misma deserción en la terapia pudiera ser resultado de esto. Además no se debe olvidar que el terapeuta tiene su propio código genético y sus experiencias de vida.

La familia que acude a la terapia ha estado luchando durante cierto tiempo por resolver los problemas que los movieron a solicitar asistencia, por lo que se habrá reducido su capacidad para buscar modalidades nuevas. Además en la mayoría de los casos ven la terapia como ultimo recurso para resolver la situación estresante del sistema.

Y por ultimo hay que recordar que cada etapa tiene sus propios problemas. En está, el matrimonio vuelve a tomar gran importancia. Están solos como al principio de su relación, por lo que es necesario reenfocar, revisar y establecer diferentes arreglos en el mismo. Generar un nuevo contrato matrimonial.

- Actitudes del terapeuta:

Debe existir **coparticipación** por parte del terapeuta, esto es involucrarse con la familia, experimentar la realidad como sus miembros la conciben y

envolverse en las interacciones repetidas que dan forma a la estructura familiar. Aunque éste sólo verá la realidad desde la perspectiva que tiene en el sistema, por lo que la realidad siempre será parcial y toda verdad es a medias. Coparticipar es convertirse en un agente de cambio que obre dentro de las reglas del sistema familiar, para así producir un modo de vida diferente, más productivo. No olvidemos que el terapeuta se convierte en un miembro del sistema, una persona con una jerarquía elevada, ya que él es el líder de este sistema y él fomentará el cambio en el sistema familiar a través del discurso.

Para lograr esta coparticipación el terapeuta de familia no puede observar y sondear desde afuera. Tiene que **compenetrarse** en un sistema de personas interdependientes, debe responder a las circunstancias en armonía con las reglas del sistema. Y ante esto no debemos olvidar que los sondeos son permitidos siempre y cuando sean tolerables para el sistema mismo de lo contrario si se sobrepasa el umbral el sistema mismo lo corregirá. Por lo tanto preguntar y cuestionar será la base en la participación del terapeuta.

Así mismo se debe considerar que estas observaciones permiten identificar las interacciones del sistema y de esta manera nos dan pautas para generalizaciones hacia las estructuras. Por otro lado el terapeuta debe tomar cierta posición de **liderazgo** y como cualquier líder, deberá adaptarse, seducir, someterse, apoyar, dirigir, sugerir y obedecer a fin de conducir. Y no debe olvidar que va a conducir un sistema del que es miembro.

El terapeuta pudiera hacer ciertas hipótesis iniciales, que se pudieran someter a prueba mediante la coparticipación. El problema que motiva la demanda puede ser una pista que indique sectores de fortaleza o debilidad, para así formar esta hipótesis inicial. El terapeuta elabora algunas conjeturas que le permiten orientar sus primeros **sondeos**.

El terapeuta puede hacerse copartícipe de la familia desde diferentes posiciones de proximidad. Distintas técnicas de coparticipación corresponden a una posición de cercanía, intermedia o distante. Cuando adopte una posición de cercanía, el terapeuta puede entrar en convivencia con miembros de la

familia, pudiéndose coligar con unos miembros contra otros. Un instrumento útil es la **confirmación**. Recordemos que cuando se confirman los aspectos positivos de la persona, el terapeuta se convierte en fuente de autoestima para los miembros de la familia, ya que los demás miembros lo contemplarán a la persona confirmada con nuevos ojos, también este puede retirar su aprobación si no responden a sus orientaciones.

Un ejemplo podría ser en una familia que se encuentra en el momento en que los hijos se van y el hijo menor está a punto de partir al aceptar una oferta de trabajo en el extranjero. El terapeuta adopta una posición de cercanía con el hijo, confirmando que es una buena oportunidad el aceptar el trabajo que le ofrecieron, rescatando, que irse a otra ciudad, es una buena opción, para superarse. En este caso la familia puede comenzar a ver la separación más que como una pérdida, como una fuente de superación para el hijo y como fuente de satisfacción, para los padres.

Por otro lado la posición intermedia es cuando el terapeuta coparticipa como un oyente activo neutral. Asiste a la gente para que le cuente lo que le pasa, es como un método para recopilar información. Normalmente se da en las primeras entrevistas, en este momento el terapeuta interviene para sondear sobre la problemática del sistema familiar.

Un ejemplo que el mismo Minuchin señala es el siguiente: adoptando una posición intermedia y rastreando.

Minuchin (a la madre): ¿Cree que su casa está demasiado desordenada?

Madre: Mi casa no está muy desordenada, pero podría estar mejor.

Minuchin: Cuando su marido entiende que la casa es un desorden, ¿considera que usted no es buena administradora?

El terapeuta hizo un rastreo concreto; en esencia preguntaba: ¿Cómo influye su conducta sobre la opinión que su marido tiene de usted?

Madre: Sí

Padre: Sí

Minuchin (a la madre): ¿Y el puede decírselo o se lo debe guardar?

**El rastreo** incluye una inferencia acerca de la pauta de interacción entre los cónyuges y movió a la pareja a un sondeo interpersonal

Y por ultimo la posición distante, es cuando se apoya en su condición de especialista para crear contextos terapéuticos que procuran a los miembros de la familia el sentimiento de ser competentes. Ejecuta el papel de director y los miembros de la familia de actores, por medio de secuencias de interacción y escenificaciones.

Un ejemplo sería que el terapeuta solicite que alguna miembro de la familia escenifique a otro, sobre como su actitud y su comportamiento al momento en que esta molesto y viceversa. Esto le permite a la familia enfocar como lo percibe el resto de la familia e identificar patrones repetidos de conducta que afectan a los miembros del sistema.

- Estrategias:

Es importante plantear en primer momento las metas, las cuales varían de acuerdo a cada caso, aunque en términos generales se debe contemplar lo siguiente: Una de las metas y objetivos principales es librar de síntomas a quien es portador en la familia, reducir el conflicto y la tensión para que la familia aprenda nuevos modos de superar dificultades. Proporcionar a los padres herramientas necesarias para encaminar a sus hijos hacia la autonomía e interdependencia. No olvidemos que el discurso es la base para lograrlo.

Hay que hacer hincapié en los aspectos positivos que trae consigo esta etapa como son:

- La pareja dispone de más tiempo para dedicarse el uno al otro.
- Tienen más independencia económica y dejan atrás muchas decisiones estresantes, como lo son elegir una pareja.



- Pueden esperar con ilusión a los nietos, sin tener todas las preocupaciones y responsabilidades inherentes a la crianza de los mismos.

Sin embargo lograr lo anterior no es tan fácil de conseguir y tampoco se logra siguiendo un procedimiento exacto, ya que los sistemas familiares son diferentes y cambiantes, pero en general los siguientes aspectos sería bueno contemplarlos y llevarlos a cabo cuando sea posible y cuando se tengan casos en que los hijos estén partiendo o por partir.

En primer lugar hay que observar como la familia ha manejado situaciones previas importantes y como las ha resuelto, ya que como se menciono anteriormente las situaciones del pasado que no han sido resueltas, se reactivan durante esta etapa. Por lo que replantear soluciones que anteriormente fueron resueltas de manera efectiva, sería un buen comienzo. Esto daría a la familia la oportunidad de observar que a pesar de las dificultades han tenido herramientas que les han permitido y que ahora les pueden seguir permitiendo una forma de sacar a flote las problemáticas

Es importante también fomentar en los padres la búsqueda de nuevas experiencias resocializadoras. Experiencias que les ayuden a integrarse como pareja nuevamente, los nietos también pueden ser una fuente de nuevas experiencias y gratificaciones, aunque no debemos olvidar que cada subsistema tiene una jerarquía diferente y que los abuelos no debieran adoptar el Holón parental.

El uso del tiempo libre y el que la familia busque diversas actividades es una herramienta muy útil en este momento. Esto se logra buscando las actividades que anteriormente desearon realizar y que por falta de tiempo y recursos o por estar ocupados en la crianza, no realizaron.

En caso de que el problema recaiga en que las jerarquías no estén bien establecidas y que los hijos hayan sido parentales y que por eso no se les permita partir, es importante que el terapeuta se centre en emplear técnicas de fijación de fronteras que reorganicen el subsistema parental, una opción

podría ser planteando tareas que sean típicas según cada subsistema, o bien representando escenificaciones con papeles que correspondan a cada jerarquía, para que de esta manera se vaya internalizando el lugar que realmente le corresponde dentro de la familia. Por lo tanto el terapeuta deberá realizar maniobras reestructuradoras y educativas, que permitan a la familia comprender que forman una familia nueva

Como el nido vacío es un periodo de pérdida, hay que trabajarlo, por lo que debemos contemplar que existirán reacciones físicas (insomnio), emocionales (depresión), intelectuales y sociológicas. Ante esto entristecerse y reaprender, pueden ser factores que estén presentes por lo que puede ser necesario considerar un periodo de dependencia durante el cual otros proveerán el auxilio que ayudará a sobrevivir a los padres en esta transición. Aunque siempre hay que establecer límites claros respecto a esta dependencia, por lo que la rigidez no sería válida. Al contemplar esto hay que considerar que habrá episodios de negación y depresión, pero el fin siempre deberá caer en la aceptación de que los hijos iniciaran una nueva vida alejados de los padres.

Recordemos que en algunos casos la pérdida que se percibe se maneja por medio de la aventura extramarital, por una separación o un divorcio, y cuando ya este es inevitable, hay que trabajar con la pareja y con la familia una separación cordial y saludable, haciendo hincapié que pese a los conflictos actualmente suscitados, ellos formaron una familia con aspectos positivos y negativos durante varios años, por lo que una resolución tranquila y amistosa sería una forma saludable de enfrentar la separación.

Por último es muy recomendable trabajar las fantasías de los padres y de los hijos, ya que solo así podremos identificar miedos e incertidumbres, respecto a esta separación, pedir que realicen cuentos, narración o plantear metáforas respecto a sucesos en los que existen separaciones, podrían ser una herramienta para obtener estas fantasías.

Ya para finalizar no olvidemos que lo importante es trascender lo técnico y que cada familia e individuo son diferentes por lo que hay que trabajar caso por

caso. Así pues todas estas variables son diferentes para cada familia y afectan de manera distinta a cada una de ellas. Sin embargo irremediabilmente el nido vacío se va manifestar en la mayoría de los sistemas familiares.

## CONCLUSIONES

Es importante partir de que la familia es un sistema, por lo que cada elemento influye sobre otro, además la familia evoluciona con el tiempo, va aumentando su edad en estadios que influyen individualmente sobre cada uno de sus miembros, hasta que las dos células progenitoras decaen y mueren, al tiempo que otras reinician otro ciclo de vida. El desarrollo de la familia transcurre en etapas que siguen una progresión de complejidad creciente, a esta evolución se le llama ciclo vital.

El ciclo vital son periodos que van acompañados de épocas de salud y enfermedad, en estos ciclos la familia despliega las funciones de nacer, crecer, reproducirse y morir, es por ello que el sistema familiar se enfrenta ante etapas particularmente difíciles como son: la elección de pareja, el nacimiento de los hijos, la crianza de los mismos; el inicio de la vida escolar, la adolescencia hasta la partida de éstos, para así concluir con la vejez y la muerte misma.

Uno de los momentos más difíciles durante la evolución de la familia es el momento en que los hijos se van del hogar, periodo conocido como nido vacío, este momento hace alusión al sentimiento de pérdida. Esta etapa es considerada como una de las de mayor dificultad, ya que trae consigo el enfrentamiento de situaciones estresantes como: la partida de los hijos, el reencuentro con la pareja y la jubilación.

Entre las crisis mas sobresalientes del nido vacío están: La jubilación y dificultades para encontrar trabajo, la biología humana tiende a declinar al igual que las funciones sexuales, los conflictos anteriores se reviven. Y además está presente la partida de los hijos que los enfrenta nuevamente al rol de esposos para dejar un poco de lado el de padres.

Ante estas crisis la pareja y los individuos pueden desencadenar diversas conductas que no resultan nada benéficas para el sistema familiar, un ejemplo sería el uso de los hijos o nietos con fines de satisfacción de las propias necesidades o de llenar sus vacíos de identidad. De esta manera no se deja de

lado el rol de padres, por lo que no hay un reencuentro con la pareja ni una independencia total por parte de los hijos. Esto provoca que la jerarquía y los límites no queden bien establecidos.

Por otro lado en esta etapa se puede dar un sentimiento de soledad e interpretar la vida como un fracaso al sobreinvolucrarse en el cuidado de los hijos y al final quedarse nuevamente solos, este sentimiento puede generar una fuerte depresión e incluso la misma muerte. También puede existir una negación de la edad y de los acontecimientos presentes, un ejemplo de ello son las relaciones extramaritales, como expresión de un sentimiento de juventud.

Así pues la pareja recobra fuerza nuevamente, siendo en mucho casos difícil de sobrellevar, ya que por años se dedicaron a la crianza de los hijos en el caso de la esposa y al trabajo en lo que respecta el esposo, por lo que estar solos representa no saber que decirse o compartir, hay una ausencia de proyectos en común, por lo que en muchos casos se llega a la separación ante la imposibilidad de resolver esta etapa, lo cual es vivido como una pérdida para los demás integrantes de la familia.

Sin embargo también existe la posibilidad de enfrentar mediante el reencuentro de la pareja, la realización de proyectos inconclusos como: viajes, negocios o el autocuidado, o también adoptando su nuevo papel de abuelos, mismo que es más fácil, ya que no requiere de las exigencias que implica el ser padres

Ya para finalizar es importante retomar la importancia de la tesina en mi formación profesional, ya que me permitió identificar un interés hacia un modelo de terapia familiar, además pude ampliar mis conocimientos en cuanto a familia, ciclo vital y modelo estructural y por ultimo me permitió romper barreras respecto a mis habilidades en investigación y conocimientos.

En cuanto a los alcances que tiene la tesina, es una herramienta bibliográfica útil para estudiantes y profesionales que requieran información de ciclo vital y en especial de nido vacío, y además permite identificar estrategias aplicables a

casos en donde los pacientes o la familia se encuentren en el momento en que los hijos se van del hogar.

Por el lado de las limitaciones, no hay que olvidar que el presente trabajo es una tesina, por lo que no hay una investigación experimental sino solamente teórica, por lo que complementarla con investigaciones de casos hubiera si un buen complemento.

Y por último es importante retomar la frase que dijo Datan (1980), en donde menciona que “Es mejor tener un nido vacío que un nido lleno de hijos”. Esta frase es vital, ya que hace alusión a que el momento en que los hijos se van del hogar es inevitable y de alguna manera es efectivo para la familia, aunque su presencia en el sistema familiar trae consigo consecuencias que van desde épocas de depresión, soledad que si no se manejan adecuadamente pueden producir separación, divorcio, enfermedades, sensación derrotante de pérdida y aun la muerte misma. Por ello concluyo con la afirmación de que en efecto el nido vacío es un periodo bastante difícil, pero necesario para que el sistema familiar continúe con su evolución.

## GLOSARIO

- **Alianza:** es cuando dos o mas miembros de un sistema se unen para obtener un beneficio, esto se da sin el fin de dañar a otro miembro del sistema.
- **Centralidad:** Miembro con base en el cual gira la mayor parte de las interacciones familiares; dicho miembro puede destacarse por cuestiones positivas o negativas
- **Ciclo vital:** Desarrollo de la familia, el cual transcurre en etapas que siguen una progresión de complejidad creciente, en donde existen periodos de equilibrio y adaptación, y también periodos de desequilibrio a consecuencia de su paso de un estadio simple a uno más complejo
- **Circularidad:** Es la característica en términos de comunicación (intercambio de información dentro del sistema y entre éste y el medio ambiente), haciendo referencia a la secuencia de causas y efectos.
- **Coaliciones:** La unión de dos o más personas para dañar a otra
- **Diferenciación.** En los sistemas complejos las unidades especializadas desempeñan funciones especializadas. Esta diferenciación de las funciones por componentes es una característica de todos los sistemas y permite al sistema focal adaptarse a su ambiente.
- **El modelo sistémico interaccional:** Se centra en que la persona se encuentra inserta en un sistema, siendo los miembros de ese sistema interdependientes. Por tanto, un cambio en un miembro afecta a todos los miembros del sistema. El síntoma tiene valor de conducta comunicativo; el síntoma es un fragmento de conducta que ejerce efectos profundos sobre todos los que rodean al paciente; el síntoma cumple la función de mantener en equilibrio el sistema. La terapia va dirigida a intervenir activamente en el sistema para modificar las secuencias comunicativas defectuosas. Se trataba de cambiar el medio

relacionar en que vive la persona, no sacarla de este medio e intentar cambiarla a ella. Ya que el síntoma de cualquier miembro de la familia en un momento determinado se ve como expresión de un sistema familiar disfuncionante. Para comprender el síntoma se debe comprender no solo al portador del síntoma, sino también a la familia y al sistema familiar, ya que el síntoma cumple la función de mantener el equilibrio del sistema familiar.

- **Enfoque históricamente orientado:** Hace hincapié en el pasado, con una visión multigeneracional. Esta terapia describe a la familia como un conjunto discreto de individuos, con ideaciones y emociones reprimidas, y el objetivo es producir insight y comprensión, así como expresar emociones.
- **Entropía:** Es la tendencia de los sistemas a desgastarse, a desintegrarse, para el relajamiento de los estándares y un aumento de la aleatoriedad. La entropía aumenta con el correr del tiempo. Si aumenta la información, disminuye la entropía, pues la información es la base de la configuración y del orden. De aquí nace la negentropía, o sea, la información como medio o instrumento de ordenación del sistema.
- **Equifinalidad.** Esta característica de los sistemas abiertos afirma que los resultados finales se pueden lograr con diferentes condiciones iniciales y de maneras diferentes. Contrasta con la relación de causa y efecto del sistema cerrado, que indica que sólo existe un camino óptimo para lograr un objetivo dado. Para las organizaciones complejas implica poseer diversidad de entradas que se pueden utilizar y la posibilidad de transformar las mismas, de diversa manera, es decir flexibilidad y adaptabilidad.
- **Estructura:** Conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia.
- **Familia:** Unidad social básica encargada de facilitar y proteger los procesos de crecimiento y aprendizaje de los seres humanos puesto que



en ella se establecen las primeras experiencias con el ambiente, generándose los vínculos afectivos fundamentales.

- **Familia en el Enfoque Estructural:** Contexto natural para crecer, en donde los miembros se relacionan de acuerdo a ciertas reglas que constituyen la estructura familiar.
- **Familia como Sistema:** Conjunto de elementos en interacción constante, en donde el cambio de cualquiera de estos elementos va a modificar la relación de todos. Es un sistema abierto que funciona en relación con su amplio contexto social cultural y que evoluciona a lo largo de un ciclo de vida.
- **Globalismo o totalidad:** Se refiere a que un cambio en una de las unidades del sistema, con probabilidad producirá cambios en las otras. El efecto total se presenta como un ajuste a todo el sistema.
- **Hijo (a) Parental:** Miembro de la familia que asume el papel de padre o madre.
- **Holón:** Todo-parte o subtodo, termino, para designar aquellas entidades de rostro doble en los niveles intermedios de cualquier jerarquía.
- **Holón Conyugal:** Es aquel subsistema que está conformado por la pareja.
- **Holón Individual:** Contiene los determinantes históricos del individuo, aportes del contexto social (escuela, sociedad), y el influjo como un sistema multi-individual perteneciente a otros subsistemas más vastos donde el influjo es solo un continuo circular.
- **Holón Parental:** Se forma con el nacimiento de los hijos en la familia, incluye la crianza de los hijos y funciones de sociabilización. El niño aprende a vivenciar la autoridad y a conocer el estilo de vida con la que su familia afronta conflictos y negociaciones. Este subsistema tiene que modificarse a medida que los hijos crecen y sus necesidades cambian.

- **Holón Fraterno:** Este subsistema es formado a partir de que hay más de un hijo en la familia, ya que solo así los hijos aprenden a llevar relaciones de camaradería, a cooperar, a compartir y a negociar, pero también a recelar, envidiar y pelear con sus pares.
- **Homeostasia:** Es el equilibrio dinámico entre las partes del sistema. Los sistemas tienen una tendencia a adaptarse con el fin de alcanzar un equilibrio interno frente a los cambios externos del entorno.
- **Información:** Expresión isomorfa, es una medida de la organización. Cuando el estudio refiere la interdependencia entre el individuo y su medio, entonces cambia el concepto de energía por el de información, es decir hay un intercambio de información (conducta-comunicación).
- **Jerarquía:** Hace referencia al miembro con mayor poder en la familia. Generalmente todos los sistemas son complejos, integrados por subsistemas más pequeños. El término "jerarquía" implica la introducción de sistemas en otros sistemas.
- **La Escuela de Milán:** Hay colaboradores con una cámara de observación; La terapia se centra en el contexto social de los dilemas humanos, por lo que la tarea consiste en programar una intervención en la situación social. Entre sus objetivos se encuentra el de ayudar a las personas a sobrellevar las crisis que enfrentan en determinadas etapas de la vida familiar con la finalidad de pasar a la etapa siguiente. Otro objetivo es impedir repeticiones de secuencias de comportamiento e introducir mayor complejidad y alternativas, para alcanzar los objetivos propuestos, se programan varias etapas en la terapia. El tratamiento consta de 10 sesiones aproximadamente, con un intervalo de un mes o más.

Además genera la idea de la doble atadura a la que llaman contraparoja; esto es la connotación positiva del síntoma que se encuentra vinculado con otros comportamientos.

- **Límites:** Reglas que definen quiénes participan y de qué manera lo hacen en la familia...tienen la función de proteger la diferenciación del sistema
- **Límites Claros:** Definen las reglas de interacción con precisión.
- **Límites Difusos:** No definen las reglas de interacción con precisión y caracterizan a las familias con miembros muy dependientes entre sí.
- **Límites Rígidos:** Definen interacciones en las que los miembros de la familia son independientes, desligados.
- **La Formación de Pareja:** Surge con la unión de la pareja, en esta etapa se elaboran las pautas de interacción que forman la nueva estructura del sistema conyugal, las cuales deben establecerse por medio de la negociación de las fronteras que regularán la relación de la nueva unidad con las familias de origen, los amigos y el trabajo, así como el vecindario y otros contextos importantes.
- **La familia con hijos pequeños:** Sobreviene con el nacimiento del primer hijo y esto hace posible nuevos sistemas: parental, madre - hijo y padre-hijo. El sistema conyugal se debe reorganizar para enfrentar las nuevas tareas, por lo tanto, las reglas cambian. Los padres deben asumir la responsabilidad del cuidado del hijo y adaptarse a aspectos de la personalidad de éste, al mismo tiempo la familia tiene que negociar contactos nuevos con el mundo exterior, como lo son los abuelos, tíos, tías, primos, etc.
- **La familia con hijos en edad escolar o adolescentes:** Surge a partir de la entrada a la escuela de los hijos, la familia tiene que relacionarse con un sistema nuevo. Toda la familia debe elaborar nuevas pautas. Como ayudar en las tareas escolares, las reglas sobre la hora de acostarse, el tiempo para el estudio, el esparcimiento, etc. También aquí se presenta la adolescencia, en donde el grupo de pares cobra mucho poder, en estos momentos el sistema se enfrenta con un sistema

poderoso y competitivo, por lo que los temas de la autonomía y el control, se tienen que renegociar a todos los niveles.

- **La familia con hijos adultos:** Surge esta etapa con la partida de los hijos, la familia originaria vuelve a ser de dos miembros, esta nueva etapa requiere una clara organización cuyo eje será el modo en que padres e hijos se deben relacionar como padres y seres adultos.
- **Modelo constructivista de terapia familiar:** Establece que construimos lo que sabemos a través de la interacción social y dentro de las limitaciones de nuestro sistema nervioso. Genera el paradigma narrativo, el cual plantea que las analogías y metáforas que utilizamos determinan nuestra forma de ver y estudiar el mundo, el conocimiento es un proceso interpretativo y para interpretar y construir necesitamos ciertas guías, por lo que se recurre a analogías o modelos que nos sirven como mapas. Plantea que los seres humanos necesitamos organizar nuestras experiencias de manera que nos proporcione una historia coherente sobre nosotros mismos y el mundo que nos rodea. A esta historia se le puede llamar narrativa, la cual se forma seleccionando los hechos de acuerdo con nuestra historia dominante.
- **Morfogénesis:** Se refiere a la formación y desarrollo de las estructuras de un sistema. Un sistema debe modificar su estructura básica, para lo cual se apoya en una retroalimentación positiva.
- **Morfostasis:** Es la capacidad de un sistema de mantener su estructura en un ambiente cambiante.
- **Nido vacío:** se refiere al aislamiento y a la depresión de la pareja cuando terminan las actividades de crianza.
- **Periferia:** Miembro menos implicado en las interacciones familiares

- **Regulación.** Los componentes interactuantes deben ser regulados (manejados) de alguna manera para que los objetivos (las metas) del sistema finalmente se realicen.
- **Retroalimentación:** Es el mantenimiento homeostático de un estado característico o la búsqueda de unión y meta, se basa en cadenas causales circulares y en mecanismos que devuelven información acerca de desviaciones con respecto al estado por mantener o la meta a alcanzar.
- **Sistema:** Complejo de elementos en interacción, un conjunto de unidades recíprocamente relacionadas. (Bertalanffy, 1968).
- **Sistemas abiertos:** Son todos aquellos organismos vivientes. En el se da una continua incorporación y eliminación de materia, esto se da ya que los sistemas vivos recurren a un continuo intercambio de componentes pudiendo ser, positiva y negativa. Se mantiene una constante entrada y salida de energía, un aumento y disminución de sus componentes, por lo que se pueden reproducir cambios y como consecuencia darse una evolución. (Bertalanffy, 1984).
- **Sistemas cerrados:** Aquellos que no intercambian energía ni información con su medio, manteniéndose aislado al exterior.
- **Terapia Familiar Estratégica:** El terapeuta asume la responsabilidad de plantear una estrategia a fin de resolver los problemas del cliente, estableciendo objetivos claros, que entrañan la solución del problema presentado, y diseñando una estrategia específica para cada problema.
- **Transformación.** Todos los sistemas son transformadores de entradas en salidas "inputs-outputs". Entre las entradas se pueden incluir informaciones. Lo que recibe el sistema es modificado por éste de tal modo que la forma de la salida difiere de la forma de entrada.

- **Triangulación:** Se refiere a la expansión del conflicto, ya sea en una relación diádica o la inclusión de una tercera persona. La triangulación cubre un conflicto manifiesto o encubierto, por ejemplo, cuando un progenitor se vale de un miembro del sistema para atacar a otro miembro del mismo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Andrade, P y Rivera, M. (1997) Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares  
Tesis de Maestría. Escuela de Psicología. México: UNAM.
- Andolfi, M (1992). Terapia Familiar. México: Paidós.
- Bertalanffy, L (1968). Teoría General de los Sistemas. México: Fondo de  
Cultura Económica.
- Bertoglio, O.J (2004). Introducción a la Teoría de los Sistemas. México: Limaza.
- Boscolo, L; Cecchin, G; Hoffman, L y Penn, P (1989). La Terapia Familiar  
Sistémica de Milán. Teoría y Práctica. Buenos Aires Amorrortu.
- Caratozzolo, D (2002). Parejas en Crisis. Argentina: Homosapiens.
- Carter, E; Mc Goldrick, M (1980). The Family Life Cycle. A framework for  
Family Therapy. New York: Gardner Press.
- Carter, C Umbarger (1983). Terapia Familiar Estructural. Nueva York:  
Amorrortu Editores.
- Clifford, J (2003). Contrato Matrimonial y Terapia de Pareja. Buenos Aires-  
Madrid: Amorrortu Editores.
- Cusinato, M (1992). Psicología de las Relaciones Familiares. Barcelona.  
Herder.
- Douglas, K (2007). Discreto Encanto de la Vida Conyugal. España: RBA Libros  
SA
- Doring, M (1995). La Pareja o hasta que la muerte nos separe ¿Un sueño  
imposible? México. Fontarama.
- Eguiluz, L (2004) Dinámica de la Familia. Un enfoque Psicológico Sistémico.  
México: PAX México.

- Estrada, L (1997). El Ciclo Vital de la Familia México: Debolsillo.
- Fishman, H.Ch (1994). Terapia Estructural Intensiva: Tratamiento de Familias en su Contexto Social. Buenos Aires. Amorrortu.
- Fishman. C; Rosman, B (1988). El cambio Familiar Desarrollo de Modelos. España: Gedisa.
- Fritz, J (1985). Statistical Physics and Dynamical Systems. EUA: BIRKHAUSER VERLAY.
- García, M.; Pérez, (1994) A. Ancianidad Familia e Instituciones, España. Amaru.
- Haley, J. (1982) Terapia no convencional, las técnicas didácticas de Milton Erickson. Buenos Aires: Amorrortu.
- Hoffman L (1992). Fundamentos de la Terapia Familiar. México: Fondo de Cultura Económica.
- Hernández, B.; García, M (1998). Etapas del Ciclo Vital de la Familia y la Pareja. Tesis de Licenciatura. Escuela de Psicología. México: Escuela Nacional de Estudios Iztacala
- Inmaculada, O (2004). Enfoques en Terapia Familia Sistémica. México: Herder
- Leñero, L (1976). La Familia. México: Anuies
- March, James (1981). Stability and Change in the Family. EUA: Academia Press
- Minuchin. S.; Fishman. H (1979). Familias y Terapia Familiar. Barcelona: Gedisa
- Minuchin. S.; Fishman. H (1984). Técnicas de Terapia Familiar. México: Paidos
- Minuchin. S. (1994). Calidoscopio Familiar. Barcelona: Paidos.



- Navarro, J (1992). Técnicas y Programas en Terapia Familiar. Barcelona: Paidós.
- Ochoa de Alda, F (1995). Enfoques en Terapia Familiar Sistémica. Barcelona: Herder.
- Payne, M (2002). Terapia Narrativa. Barcelona: Paidós.
- Pittman, F (1990). Momentos Decisivos. Tratamiento de Familias en Situaciones de Crisis. Buenos Aires, Barcelona, México: Paidós.
- Rage, E (1997). Ciclo Vital de la Pareja y Familia. México: Universidad Iberoamericana
- Ramírez, R. (1995). Análisis del Concepto de Familia Desarrollado por Salvador Minuchin en Terapia Familiar Sistémica Estructural. Tesis de Licenciatura. Escuela de Psicología. México: Escuela Nacional de Estudios Profesionales Iztacala.
- Ríos, J (2003). Vocabulario Básico de Orientación y Terapia Familiar. Madrid.
- Rojas, L (1997). La Pareja Rota, Familia Crisis y Superación: México: Espasa Calpe Editores.
- Rojas, L.; Vázquez, G (1997). Análisis de Sistemas Familiares con el Padre Alcohólico en la Etapa del Ciclo Vital del Nido Vacío. Tesis de Licenciatura. Escuela de Psicología. México: Escuela Nacional de Estudios Profesionales Iztacala.
- Sánchez, R (1995). El Amor y la Cercanía en la Satisfacción de Pareja a través del Ciclo de Vida. México. Muestra de Psicología Social.
- Satir, V (2002). Terapia Familiar Paso a Paso. México: Pax México
- Umbarger, C. (1991). Terapia Familiar Estructural. Argentina: Amorrortu.
- Von, A.; Schweitzer. (2003) Manual de Terapia y Asesoría Sistémicas. España: Herder.

Watzlawick; P Beavin, J y Jackson, D (1986). Teoría de la Comunicación Humana. Barcelona: Herder.

White, M (1997). Guías para una Terapia Familiar Sistémica. Espasa: Gedisa

Wittezaele, J; García, T (1994). La Escuela de Palo Alto. Barcelona: Herder.