

# ORIENTANDO FAMILIAS



Ana Lucía Villalobos Cordero  
Ruth Villanueva Barbarán  
Cecilia Villarreal Montoya

 EDiNexo

# **ORIENTANDO FAMILIAS**

**Ana Lucía Villalobos Cordero**

**Ruth Villanueva Barbarán**

**Cecilia Villarreal Montoya**

 **EDiNexo**

# ORIENTANDO FAMILIAS

© Ana Lucía Villalobos Cordero  
© Ruth Villanueva Barbarán  
© Cecilia Villarreal Montoya

Comité asesor

Dra. Mercedes Gómez Salgado  
M.Sc. Ana Victoria Garita Pulido  
M.Sc. Grettel Valenciano Canet  
M.Sc. Lizzy Alpízar Jiménez

Revisión filológica  
Guillermo Fernández

646.78 Villalobos Cordero, Ana Lucía  
V714o Orientando familias / Ana Lucía Villalobos Cordero,  
JNMT Ruth Villanueva Barbarán y Cecilia Villarreal Montoya  
– Primera edición – San José, C.R. Edinexo, 2023.

166 páginas: 13,5 cm x 21 cm

ISBN 978-9968-07-034-8

1. Relaciones familiares. 2. Comunicación/convivencia familiar. 3. Relaciones humanas. 4. Educación en el hogar. I. Título.

Producto centroamericano  
Hecho en Costa Rica • Marzo, 2023

Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra,  
por cualquier medio, sin el permiso escrito de las autoras.

EDITORIAL  
 EDiNexo®

[www.edinexo.com](http://www.edinexo.com)

[contacto@editorialedinexo.com](mailto:contacto@editorialedinexo.com)

## AGRADECIMIENTO

*A la vida que se nos obsequió como una fuente de amor, experiencias y aprendizajes continuos.*

*A cada una de las personas, todas, parte de un sistema familiar, que se formaron como facilitadoras para realizar proyectos de educación a las familias.*

*A la División de Educación para el Trabajo y al CIDE, por mantener su compromiso social y creer que priorizar esfuerzos en la educación de los sistemas familiares realimenta y fortalece la convivencia nutricia entre los distintos sistemas sociales y las familias costarricenses.*

*A la Universidad Nacional por su visión humanista y valerosa de sustentar proyectos de extensión que potencian el desarrollo de una sociedad más igualitaria, favoreciendo el cumplimiento de los derechos humanos desde las familias.*

*A nuestro equipo de trabajo, siempre comprometido, solidario, responsable, paciente y generoso.*

*A estudiantes asistentes que, a lo largo de muchos años, han estado apoyando el POF de múltiples formas y con los aprendizajes obtenidos han ampliado sus horizontes disciplinares para promover familias con mayores competencias.*

*A nuestras propias familias, proyecto inacabable, de soporte, pertenencia, equilibrios y desequilibrios, fuertes vínculos y profundos aprendizajes de cambio.*

*A todas aquellas familias de las comunidades, en distintas zonas del país, que participaron de las experiencias, abrieron sus puertas, sus relaciones y sus corazones, para facilitar el cambio, mostrando*

*sus fortalezas y logros, co-creando formas de convivencia con calidad.*

*Y a todas aquellas otras personas que, de una u otra forma, nos aportaron su conocimiento en diferentes momentos.*

# ÍNDICE

Prólogo .....	9
<b>I CAPÍTULO   INTRODUCCIÓN</b>	
Un poco de historia .....	15
Referencias bibliográficas .....	24
Bibliografía sugerida .....	24
<b>II CAPÍTULO   ORIENTACIÓN FAMILIAR</b>	
¿Qué se entiende por Orientación Familiar en este proyecto? .....	29
¿Para qué trabajar con las familias? .....	29
Propósitos de la Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica .....	32
Condiciones para realizar la Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica .....	34
Modalidades de Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica .....	36
Proceso de Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica .....	37
¿Cómo se asume la Orientación Familiar en este proyecto? .....	38
Referencias bibliográficas .....	40
Bibliografía sugerida .....	40
<b>III CAPÍTULO   PROCESO DE ORIENTACIÓN FAMILIAR</b>	
Etapas del proceso de Orientación Familiar .....	45
I etapa: una mirada sistémica de la convivencia familiar .....	45

<b><i>Principios teóricos</i></b>	
Totalidad .....	48
Circularidad .....	49
Homeostasis .....	50
Equifinalidad .....	50
Propia identidad .....	51
Epigénesis .....	51
Cambios .....	52
Adaptación .....	52
Espontaneidad .....	53
Autorregulación .....	53
Permeabilidad .....	54
Autoorganización .....	54
Resiliencia .....	55
II etapa: La familia como un sistema social ...	55
<b><i>Principios teóricos</i></b>	
El sistema familiar está compuesto por subsistemas .....	58
Ciclo vital: etapas del desarrollo de la familia .....	59
Principios sistémicos: orden, pertenencia, equilibrio entre el dar y el tomar .....	65
III etapa: la construcción de los patrones relacionales .....	71
<b><i>Principios teóricos</i></b>	
Axiomas comunicacionales .....	72
Patrones de comunicación .....	73
Modelos de interacción familiar .....	75
Referencias bibliográficas .....	85
Bibliografía sugerida .....	87

**IV CAPÍTULO | ACERCAMIENTOS AL PLANEAMIENTO Y A LA INTERVENCIÓN SISTÉMICA**

Metodología Sistémica .....	91
-----------------------------	----

Rol facilitador para el cambio .....	93
Principios de intervención grupal .....	95
Aprendiz-facilitar .....	95
Cambiar-facilitar .....	95
Multiplicar-multiplicar .....	96
Habilidades sistémicas .....	96
Plan de Orientación para las Familias en el Proyecto Orientando Familias .....	104
Comprensión de principios ecológicos-sistémicos .....	105
Procesos de Orientación Familiar .....	106
El planeamiento circular .....	111
Crónica de cada sesión .....	115
Ejes temáticos posibles a considerar .....	117
Ejemplo de un plan de Orientación para las familias (POFA) .....	118
El proceso y sus planeamientos circulares ...	118
Planeamientos circulares elaborados para la ejecución del proceso Construyendo Familias ...	124
Estrategias, técnicas y ejercicios sistémicos para el trabajo en Orientación Familiar .....	132
El mapa familiar .....	132
El genograma .....	134
La escenificación .....	137
Preguntas circulares .....	138
Redefinición y encuadre .....	140
Metáfora .....	140
Actividades populares y otras, utilizadas como ejercicios sistémicos .....	141
Tejiendo nuestro origen .....	142
La historia de mi familia .....	143
El reto de la comunicación .....	144

Fantasia dirigida: la historia de una situación incómoda .....	147
Construyendo mi sistema familiar .....	149
Mis distancias afectivas .....	151
A un paso del cambio .....	152
Máquinas de gente .....	154
El legado .....	155
Referencias bibliográficas .....	157
Bibliografía sugerida .....	158
Consideraciones finales .....	159
Acerca de las autoras .....	163

## PRÓLOGO

Las familias son reconocidas por la gran influencia que tienen en el desarrollo de los seres humanos que las conforman. Son espacios de soporte y fuente de afectividad, aunque también experimentan tensión y conflicto por su propia naturaleza de cambio constante. Como grupo social, enfrenta numerosos retos internos y externos a ellas que las debilitan, por lo que se requieren de esfuerzos coordinados, que respondan a un claro compromiso social del cuidado de la familia y por ende a los miembros que la integran. Es aquí, donde surge la necesidad de apoyarlas a explorar sus recursos y fortalecer sus habilidades para enfrentar las diferentes crisis que surgen y generar su resiliencia. Una familia fortalecida será capaz de reconocer sus propias demandas y las del contexto, adaptarse y continuar desarrollándose.

Esta obra presenta el reto planteado desde la Orientación Familiar, como un medio de atención socioeducativa, que favorece el conocimiento de la familia hacia su interior, desde su estructura, como de la dinámica que genera, así como las posibilidades de repensar en cómo utilizar sus recursos para fortalecerse, con lo cual trasciende de lo individual a lo grupal: el ser familia; pero también que reconozca el contexto en que se desenvuelve y las demandas que este le exige. Para ello, se propone partir desde el posicionamiento sistémico, concibe a la familia como un sistema en interacción entre los miembros que la componen y hacia afuera con otros sistemas. Hace énfasis en la observancia de lo relacional, por lo que la familia se considera una red de interacciones que dan como resultado la dinámica específica de cada gru-

po familiar. Desde este enfoque, la Orientación Familiar favorece el fortalecimiento de habilidades familiares, educativas y relacionales que provean una convivencia óptima y satisfactoria para sus integrantes y la sociedad en general.

Este libro, es el resultado de la iniciativa de compartir nuestra experiencia de Orientación Familiar desde el Proyecto Orientando Familias, con el propósito de que sea de utilidad para aquellas personas profesionales en Orientación, la población estudiantil que está en el proceso de formación, así como de cualquier profesional que tenga el deseo de apoyar a las familias en su desarrollo desde una visión socioeducativa y sistémica. Por ello, quisimos concentrar los elementos de la teoría sistémica que han sido de mucha utilidad en el proceso de Orientación Familiar. Estos se han desarrollado desde 2010 en el Proyecto Orientando Familias, tanto en el trabajo con los grupos familiares, como en las capacitaciones a personas profesionales y el desarrollo de los cursos de Orientación Familiar de la carrera de Orientación de la Universidad Nacional. También compartimos las herramientas metodológicas a través de un Modelo de Orientación Familiar, el cual fue construido, puesto en práctica, repensado, evaluado y modificado en el proceso de Orientación.

De esta forma, lo que aporta este libro son los fundamentos teóricos epistemológicos sistémicos, como la base para un Modelo de Intervención de Orientación Familiar, cuyo fin es el fortalecer habilidades para el trabajo con las familias. Para ello, se propone una metodología que inicia con una reflexión acerca del rol de la persona facilitadora y una propuesta para la planificación de

la intervención socioeducativa del Plan de Orientación para las Familias, que representan acciones preventivas que promueven el mejoramiento de la calidad de relaciones en la vida de las familias.



Capítulo <sup>I</sup> | **Introducción**



## **Un poco de historia...**

La Universidad Nacional (UNA) de Costa Rica, desde su origen en 1973, surge como una institución necesaria para transmitir y crear conocimiento que pudiera ser aplicado a la realidad costarricense, con el fin de favorecer procesos que incidieran en la construcción de “una sociedad más próspera, justa y libre” (Núñez, 1974, p. 9). De forma tal, que favorece el desarrollo y bienestar de sus integrantes desde los distintos sistemas que la conforman. Para lograr esta misión, se crean la investigación, la producción artística, la docencia y la extensión como núcleos que articulan su funcionamiento (UNA, 2015) y desde los cuales se plantean soluciones a demandas de la población nacional.

En este contexto, la carrera de Orientación de la Unidad Académica Educación para el Trabajo, perteneciente al Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE), aboga por la formación humanística integral y comprometida con los principios de la extensión universitaria, coloca las habilidades alcanzadas y la ciencia al servicio de la transformación social (UNA, 2020 y UNA, 2023) y estima primordial gestionar, apoyar y mantener proyectos de extensión universitaria, con lo cual apuesta por el fortalecimiento de las familias costarricenses.

Las experiencias en este ámbito son de gran relevancia y pertinencia para potenciar el desarrollo y lograr una sociedad más equitativa, con lo cual se reduzcan las inequidades, pues desde las dinámicas familiares se promueve el cumplimiento de los derechos humanos y de

género. Además, en esta ruta se han consolidado iniciativas de cooperación entre instituciones que aportan al desarrollo educativo nacional.

La División de Educación para el Trabajo, a través de las diferentes acciones de extensión en apoyo del bienestar de los sistemas familiares, ha sido reconocida tanto dentro como fuera de la Universidad Nacional por su aporte disciplinar, al orientar familias para que se desarrollen con más competencias y aumenten su bienestar.

Desde el año 2002, bajo el liderazgo de Eliud Calderón Monge, inició la proyección comunal con el proyecto “Escuela para Padres”, en el cual se ofrecían charlas en temas de interés relacionados con la crianza y apoyo a los procesos de enseñanza-aprendizaje de hijas e hijos; estas actividades eran abiertas y se invitaba a la población herediana. Entre los años 2005 y 2006 se implementaron, además, talleres dirigidos a madres y padres de familia en algunas escuelas públicas cercanas al campus Omar Dengo (Universidad Nacional-Heredia) y se facilitó atención individual a personas participantes que lo solicitaron.

A partir de 2007 y hasta 2009, además de las actuales participantes, fueron parte del proyecto Alejandra Gamboa Jiménez, German González Sandoval y Jerry Murillo Mora. Al proyecto se le denominó “Fortalecimiento de la Familia”, participaron instituciones educativas de atención prioritaria, tanto de Heredia como de San José. En este periodo, además de trabajar con las figuras progenitoras, se incluyó al personal docente, que se iba formando como facilitadores de las familias (agentes multiplicadores), lo que favoreció tanto su la-

bor docente como sus relaciones con las madres y los padres de sus estudiantes.

La evolución propia de los proyectos mencionados, los frutos generados y una nueva conformación del equipo de trabajo, compuesto por las autoras de este libro, y el acompañamiento de Roxana Chinchilla Jiménez, dieron origen, a partir del año 2010, al proyecto “Orientando Familias” (POF); el énfasis dado a esta formulación permitió capacitar a profesionales de Orientación, personas directoras de centros educativos y equipos interdisciplinarios que atendían familias con la niñez en edad preescolar. Todas las personas participantes asumieron dos roles en este proceso: por un lado, siempre estuvieron presentes como miembros de sus propias familias y, por el otro, se estaban formando para ser facilitadoras que asumieron elaborar y ejecutar planes de educación dirigidos a los sistemas familiares de sus instituciones. Esta particularidad se da a partir de la integración de los principios teóricos sistémicos y la práctica que se fueron estableciendo como fundamento del proyecto.

De esta propuesta original surgen dos formulaciones de proyectos que le continuaron: “Orientando Familias Fase II” (2013-2016), cuyo fin se enfocó en la promoción de estilos de convivencia saludable de las familias con hijos e hijas en el segundo ciclo de primaria, y “Orientando Familias Fase III” (2017-2020), que amplía su propósito a la población de familias en la etapa de la adolescencia. Ambas versiones se fueron renovando al adaptar sus propósitos y estrategias según la etapa en que se encontraba la población meta del proyecto. Al mismo tiempo, se fue enriqueciendo bajo los principios del enfoque sistémico y la disciplina de Orientación, lo

que posibilitó una IV fase: “Orientando Familias hacia una convivencia nutricia (2021-2023) que enfatizó en desarrollar habilidades relacionales para la convivencia. De este modo, durante sus ciclos de vigencia, en sus diferentes modalidades, el proyecto basado en las experiencias previas y los aprendizajes atesorados han ido confirmando que la Orientación Familiar es necesaria y que no puede dejar de ofrecerse.

La Universidad Nacional, en su compromiso y vinculación social, tiene como misión potenciar “la generación de capacidades de la extensión como acción sustantiva, a través del diálogo de saberes para la inclusión y el bienestar de las poblaciones menos favorecidas” (UNA, 2020, párr. 6). En coherencia con este enunciado, el Proyecto Orientando Familias, comprometido con la educación de la sociedad, promueve acciones preventivas, encaminadas, por una parte, al fortalecimiento de habilidades de facilitación de quienes realizan la atención de los grupos familiares y, por otra, a brindar espacios educativos para que las familias mejoren su calidad de vida, con lo cual se establezcan relaciones que propicien su desarrollo con mayor bienestar.

Construir familia es una tarea constante, se da aun sin conocimientos adicionales y sin la claridad necesaria para que, como grupo social, se defina hacia dónde se desea avanzar. Este aspecto es clave, debido a que los sistemas familiares lo requieren con el objetivo de que asuman su desarrollo como propio, razón por la cual necesitan de información para que se logre comprender que existe un ciclo vital familiar y que, según sea el momento, los esfuerzos familiares deben dirigirse a la solu-

ción o cumplimiento de tareas específicas que favorecen el bienestar de sus miembros. Es relevante también que las familias comprendan la existencia e incidencia de las crisis normativas o cambios, que son requeridos para avanzar en su trayectoria de vida. Otras de las temáticas en las que se ahonda son: la comprensión de las familias como sistemas y los patrones de interacción que se generan a lo interno y externo de estas.

Las familias, independientemente de sus conformaciones y sus dinámicas, pueden empoderarse para hacer cambios que les favorezcan, eso sí, si poseen los conocimientos apropiados. Con base en ellos podrán actuar proactivamente y sin temor a evolucionar ante las dificultades.

Un principio del POF, es la convicción de que las familias cuentan con sus propias fortalezas y que deben potenciarse. Es frecuente escuchar de los sistemas familiares solamente la identificación de sus debilidades y fracasos, hábito arraigado en la cosmovisión idealizada de estas como unidad monolítica en la que solo debe haber amor, comprensión y perfección, por lo que se deben ampliar y erradicar mitos para comprender la vida familiar como un laboratorio en el que se aprende a ser las personas que son, y a su vez, parte de un gran sistema social mayor, convivencia desde la cual la persona, la familia y la sociedad se influyen mutuamente.

En su trayectoria, el Proyecto Orientando Familias, conformado por un equipo de tres profesionales en Orientación, ha logrado capacitar en los ejes temáticos señalados bajo la metodología sistémica a personas de comunidades que ejercen como líderes de grupos muni-

cipales, de iglesias, de organizaciones no gubernamentales, de proyectos institucionales y de centros educativos. En mayor número a personas profesionales de equipos interdisciplinarios que atienden población preescolar, escolar, adolescente y sus familias. Las personas participantes se han desempeñado en educación especial, docencia, psicología, trabajo social, administración educativa, psicopedagogía, nutrición, informática, administración de empresas, sociología, problemas emocionales y conducta, terapia del lenguaje y orientación. Estos grupos de profesionales y otros han sido colaboradores de instancias como escuelas y colegios del Ministerio de Educación Pública, Hospital Nacional de Niños, Centros de Atención Integral del Ministerio de Justicia y Paz (CAI-MJP), Ministerio de Salud con los Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral (CEN-CINAI), Municipalidad de Curridabat y organización Semillitas de Amor.

Como se recordará, en sus inicios, el proyecto trabajó en zonas de Heredia centro y conforme fue evolucionando se amplió el área de acción a instituciones y familias de San José y Alajuela, hasta que se logró abarcar todas las provincias del país cuando se realizaron los procesos Creciendo en Familia y Fortaleciendo Familias en Prácticas de Parentaje, en colaboración con la UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia). De todas las experiencias vividas en los procesos de capacitación se destacan varios logros relevantes:

- Para las personas facilitadoras de proyectos de Orientación a las familias (más de 170) ha sido

significativa la oportunidad de incursionar en un cambio de paradigma en sus prácticas comunales y profesionales. Pues al vivenciar procesos de facilitación sistémica, tuvieron que asumirse como parte de su propio sistema familiar, lo que permitió el reencuentro con sus propias familias y el poder abrirse a la diversidad familiar. Allí se alcanzan unos de los propósitos esenciales del enfoque sistémico, reconceptuar los sistemas familiares a partir de la convivencia relacional y la construcción de vínculos; además, logran convertirse en personas facilitadoras para el cambio al familiarizarse con el tipo de planificación e intervención centrada en los patrones interaccionales.

- Se contabilizan más de 900 familias beneficiadas, buen número de ellas viven en zonas rurales y en contextos de riesgo social. En sus vivencias, las familias reportan ventajas al participar en los talleres planificados; narran su emoción debido a que sienten que pueden hablar a otras personas de sus experiencias de crianza, algunas madres integran nuevas formas de comunicarse con sus hijas e hijos y sustituyen los habituales gritos. Acciones tan puntuales como estas potencian las relaciones más afectuosas, lo que se traduce en personas infantiles más amadas y empoderadas. La vivencia con profesionales y progenitores en situaciones análogas es una experiencia de aprendizaje de incalculable valor y ejercicio sistémico excelente para potenciar el cambio.

- Por otra parte, se logró una vinculación interinstitucional y alianzas estratégicas que favorecieran el reenfocarse en la importancia de proponer acciones con las familias desde la prevención.
- Contar con estudiantes asistentes colaboradoras en el proyecto ha sido de realimentación constante, ya que, por un lado, han contribuido considerablemente al logro de metas y, por otro, han enriquecido su bagaje personal y profesional.
- Otros logros representativos son las actividades colegiadas con los cursos de Orientación familiar impartidos en la carrera de Orientación de la División de Educación para el Trabajo (DET), del Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE) y las asesorías sobre temáticas en el área, a estudiantes que se han encontrado realizando sus trabajos finales de graduación de la licenciatura en la UNA, así como en la maestría en Orientación de la Universidad de Costa Rica (UCR), debido a que en el marco del Proyecto Orientando Familias (POF) se ha contado con una carta de entendimiento que propició acciones colaborativas entre ambas instancias.

Las labores mencionadas muestran como el POF ha venido aportando a la División de Educación para el Trabajo, al incursionar también en la docencia y en la investigación. A su vez, ha permitido una mayor especialización en el área de familia. Su quehacer supone una práctica innovadora articulada a un enfoque teórico socioeducativo, lo que ha posicionado al CIDE como un centro que favorece la vinculación interinstitucional con

el fin de establecer esfuerzos en pro de la calidad de vida de las familias.

Las particularidades mencionadas han podido proyectar el trabajo realizado con las familias, desde la Universidad Nacional, como una experiencia exitosa y única, de la cual extraemos elementos epistemológicos, teóricos y prácticos que pueden ser de utilidad en variados contextos y que hoy tenemos la satisfacción y la responsabilidad de compartirlos en este libro.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Núñez, B. (1974). *Hacia la universidad necesaria*. Editorial EUNA <https://documentos.una.ac.cr/handle/unadocs/5972>
- Universidad Nacional (UNA). (2015). *Estatuto Orgánico*. Universidad Nacional. <https://documentos.una.ac.cr/bitstream/handle/unadocs/6693/ESTATUTO-ORG%c3%81NICO-UNA-digital.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Universidad Nacional (UNA). (2020). *Políticas Institucionales de Extensión Universitaria*. UNA-SCU-ACUE-218-2020. <https://documentos.una.ac.cr/handle/unadocs/12812>
- Universidad Nacional (UNA). (2022). *Vicerrectoría de Extensión*. Universidad Nacional, Costa Rica. <https://www.extension.una.ac.cr/index.php/inicio/m-conozcanos?highlight=WyJvcmdhbml6YWNPXHUwMGYz-biJd>
- Universidad Nacional (UNA). (2023). *El Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE)*. *Quiénes somos*. <https://www.cide.una.ac.cr/index.php/quienes-somos1>

## BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA

- Calderón, E.; Villalobos, A.; Villanueva, R. (enero-junio, 2009). Multiplicando esfuerzos para fortalecer la familia desde la Orientación. *Revista Electrónica Educare*, 13 (1), pp. 89-102 <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/1478>
- Villarreal, C., Villalobos, A. L., Villanueva, R. (enero-abril, 2014). La modalidad de agentes multiplicadores para

orientar a madres y padres de familia. *Revista Electrónica Educare*, 18 (1), pp.1-20.<http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/issue/current>

Villarreal, C., Villalobos, A. y Villanueva, R. (2020). Orientando para facilitar el cambio en las familias: Un modelo de intervención. *Revista Electrónica Educare*, 24(2), pp.170-197. <https://dx.doi.org/10.15359/ree.24-2.9>



II | **Orientación**  
Capítulo | **Familiar**



## **¿Qué se entiende por Orientación Familiar en este proyecto?**

### **¿Para qué trabajar con las familias?**

Aunque no nos percatemos, siempre estamos “haciendo familia”, todas las acciones que realicen quienes integran las familias conllevan a darle forma al entretejido social que compone a cada una de ellas. Cada familia es única e irrepetible, desde la historia, la cosmovisión, los propósitos, y hasta la convivencia. Sin embargo, todas ellas en conjunto y como estructura social cumplen la función de socializar y de cuidar a la ciudadanía.

Con la unión de todas las familias se forma la sociedad, decía Virginia Satir en los años setenta (siglo XX), y esa sociedad define y construye su propia estructura, organización y dinámica. De tal forma, que la sociedad y las familias se influyen mutua y permanentemente. El Estado descansa en el sistema familiar el cuidado y la manutención de las personas, al mismo tiempo que las familias tratan de reproducir los valores y las creencias de la sociedad (macrosistema). Esta integra el sistema económico, político, religioso y cultural, contiene valores, normas, creencias y los mandatos culturales (Hernández y Contreras en Medina, Laso, y Hernández, 2014). En este sentido, es que se afirma que las familias son reproductoras de la cultura.

Hay familias que toman los mandatos y las expectativas sociales como los propósitos de sus propias familias de procreación, dan por un hecho lo que la sociedad define por familia. Al mismo tiempo que la herencia ge-

neracional también define el tipo de convivencia familiar. De esta forma, la familia de origen resume la “normalidad y lo esperado” para las nuevas conformaciones familiares.

Cuando este es el caso, necesariamente se reproducen modelos de familias un tanto inadecuados para sus integrantes porque no siempre lo que se considera “normal” es lo adecuado para quienes integran las familias. Con lo anterior, queremos decir que las familias deben ser muy conscientes y darse la libertad de visualizar el tipo de familia de procreación que quieren construir y trabajar para ello.

En el proceso de construcción de las familias, estas se enfrentan a contradicciones difíciles de resolver cuando las figuras progenitoras se dan cuenta de que quieren construir una familia diferente a la de sus padres o abuelos, pero no cuentan con los mecanismos ni con las herramientas necesarias, ya que la familia de origen las socializó según el tipo de convivencia que esta misma aprendió de las familias que le antecedieron. No solo se hereda el modelo de familia, sino también el tipo de convivencia necesaria para mantenerlo.

Sin embargo, madres y padres de familia con frecuencia afirman que “nadie les ha enseñado a educar a la prole”. La queja se presenta cuando se quiere practicar un tipo diferente de parentalidad-maternidad al que aprendieron. O bien, cuando los resultados de la parentalidad-maternidad aprendida no da los resultados esperados por las personas progenitoras. Lo que sucede es que, aunque quieran formar un estilo de familia diferente, no

cuentan con los recursos sociales, emocionales ni educativos necesarios para lograrlo.

Las familias buscan ayuda profesional cuando se atascan y no fluye la convivencia (secuencias de interacciones entre sus participantes), situaciones que suelen presentarse cuando las familias van creciendo, pasando por sus etapas de desarrollo y crisis propias del ciclo vital. Por lo general, las figuras parentales presentan dificultades en la crianza y en la educación de la prole, muy especialmente cuando esta alcanza la adolescencia y se observan consecuencias no deseadas en el comportamiento de la descendencia. Lo anterior permite observar que las madres y los padres de familia requieren guía y asesoría para la crianza de su descendencia y la estructuración del sistema familiar.

La Orientación familiar cumple una función socio-educativa-afectiva, que se realiza mediante la asesoría a las familias para que estas comprendan, desde la configuración estructural, la dinámica de funcionamiento y las cadenas conductuales que se construyen en la convivencia cotidiana. Todo lo anterior, con el fin de trabajar los cambios necesarios y mejorar el bienestar de cada integrante y de la familia en su conjunto. En el sistema familiar todas las partes son interdependientes entre sí y por ello se afectan mutuamente en la interacción y convivencia habitual.

## **Propósitos de la Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica**

La visión teórica sistémica concibe a la familia como un grupo humano cuyos miembros construyen una dinámica propia de funcionamiento, de tal forma, que todos se influyen mutuamente. En otras palabras, lo que le sucede a una parte del sistema repercute al sistema en su totalidad. Debido a que “se privilegia la dinámica de las relaciones entre los componentes o participantes mediante la comunicación” (Sánchez, 2016, p. 76).

El sistema está formado por subsistemas, en las familias varían los subsistemas según sean sus integrantes. Idealmente, en una familia tradicional, se conforma el subsistema conyugal primero (la pareja) y luego el parental (padres y madres). Sin embargo, sabemos que existe una gran diversidad de conformaciones de los sistemas familiares. La relación entre las figuras progenitoras y la prole forman el subsistema parentofilial y la descendencia entre sí, el subsistema fraterno. Pueden existir otros subsistemas según quienes conformen los sistemas familiares.

Las figuras progenitoras, o bien el subsistema de las personas adultas del sistema familiar, son quienes llevan el liderazgo y tienen el poder y la responsabilidad del cuidado y la crianza de la prole, que va a responder de acuerdo con el modelo parental-maternal practicado en el sistema familiar. Daria Mottareale (en Parejo y Pinto, 2016), plantea que, para la comprensión del funcionamiento de la familia, se requiere el tipo de “familia relacional”, la cual, según Bermúdez y Brick, funciona “a

través de pautas transaccionales que se reiteran llegando a generar patrones estables de relación” (2010, p. 164).

En el sistema familiar, los subsistemas se comunican y relacionan mediante cadenas de comportamientos denominados y reconocidos como “patrones de relación o de interacción”. Estos patrones de relación son los que revelan el tipo de comunicación, el manejo del poder, la toma de decisiones y el manejo de los conflictos que realiza el sistema familiar (Villarreal, 2020). La Orientación Familiar, como especialidad de la disciplina y el ejercicio profesional en Orientación, pretende que, mediante la asesoría, las familias aprendan:

- A asumirse y a observarse como un sistema social y no como un ideal social cifrado en la mitología familiar.
- A lidiar con los cambios y muy especialmente en el proceso de crecimiento de las familias.
- A detectar las crisis y a construir formas relacionales para atenderlas.
- A distinguir entre los modelos de parentalidad-maternidad y sus respectivas consecuencias para la prole y para la familia como un todo.
- También aporta en la definición de políticas educativas para la atención e intervención de las familias en la sociedad.

La Orientación Familiar la ofrecen en forma privada y pública diversos profesionales e instituciones que laboran al servicio del desarrollo de las familias y de la sociedad. La intervención orientadora se desarrolla, tanto a nivel disciplinar como multidisciplinar, según sea la

formación, la disposición y la conformación del recurso profesional de las instituciones.

## **Condiciones para realizar la Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica**

- A. Interés de quien ofrece o de quien necesita:** los motivos para brindar los servicios de la Orientación Familiar pueden surgir de una instancia, por ejemplo, un centro educativo, de una familia, de un miembro de la familia, o bien, de una persona profesional que considere el beneficio de este servicio para una o varias familias. Encontramos también con frecuencia a personas, parejas o familias que solicitan ese servicio a las instituciones o a profesionales que ofrecen dicho servicio. Aunque la intervención se realice con una persona, debe ser con una visión que incluya a toda la familia, aunque esta no se encuentre presente durante las sesiones.
  
- B. Detección de la necesidad real:** cuando las familias solicitan la intervención en Orientación Familiar no siempre tienen claro lo que les sucede, aunque sí distinguen una sensación de malestar y con frecuencia han identificado una persona como la responsable de ese malestar. Con la visión sistémica se analiza la convivencia familiar con todos sus miembros, como un todo en sí mismo, no se buscan culpables, se responsabiliza a todos los integrantes de la familia que, en conjunto, están desarrollando patrones relacionales y de comportamiento que hacen sentir incomodidad en todo el sistema. Los patrones relacionales se descifran mediante el tipo

de comunicación, las reglas (implícitas y explícitas) del sistema familiar, el uso del poder en la familia, la toma de decisiones y el manejo de los conflictos en que participan los subsistemas y el sistema familiar en sí mismo.

- C. Tener presente la convivencia de las familias:** la solicitud o necesidad que trae a la familia, o a la persona, a recibir Orientación Familiar, se encuentra en la telaraña de las relaciones, y no en el contenido o en la historia sesgada que insisten en develar. El gran reto es conectar el contenido expuesto por quienes integran las familias con el proceso relacional del sistema familiar. Este se descifra haciendo uso de la teoría sistémica al comprender la estructura y la dinámica que construye cada familia en las relaciones cotidianas. “La noción de circularidad en acción hace que la práctica esté mucho más orientada en términos de proceso que en términos de contenido” (Packman y Marcelo en Delgado y Gutiérrez, 1998, p. 372).
- D. Practicar el respeto con las familias:** todas las personas y las familias son merecedoras de un profundo respeto por parte de cualquier profesional que trabaje con ellas. Las familias construyen su vivencia marcada en gran medida por las dinámicas de las familias de origen de quienes las conforman (Delgado y Gutiérrez, 1998).

## **Modalidades de Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica**

- A. La Prevención:** se trabaja a este nivel cuando se informa y se forma sobre la convivencia familiar. Este tipo de atención se brinda a personas jóvenes, adultas y mayores, que requieran de una mejor comprensión acerca de la organización, la estructuración y el funcionamiento de los sistemas familiares. Se usa la modalidad individual y colectiva, aplicando una diversidad de técnicas y recursos acordes con las necesidades de las personas y de los grupos.
- B. La Ayuda:** se ofrece cuando existe una solicitud de una persona, una pareja o bien de una familia sobre un aspecto en específico respecto a la organización o funcionamiento familiar. Con frecuencia, quien solicita la ayuda tiene claridad acerca del pedido que solicita y a partir de allí se clarifica sobre el tipo de intervención que se puede ofrecer.
- C. La Reeducción:** se brinda cuando la persona o la familia no identifica la queja, se habla de un malestar generalizado y de no entender lo que sucede. Se observa en estas familias cierta desubicación en la organización, la jerarquía y en su estructura. La labor de reeducar se centra en el ordenamiento del sistema familiar y en la convivencia adecuada de los respectivos subsistemas, tomando muy en cuenta las condiciones de resiliencia que tengan las familias y las personas que las integran.

Estas tres modalidades presentadas se entremezclan entre sí necesariamente, de tal forma, que no siempre cada una de ellas se ofrece con nitidez, es decir, sin rasgos de las otras dos. Lo importante es tener claridad sobre el propósito y las metas específicas de intervención. Aun así, la modalidad puede ir variando conforme avanza la intervención y la solicitud de las familias.

## **Proceso de Orientación Familiar con Perspectiva Sistémica**

La Orientación como disciplina y profesión estudia y expresa su servicio en la búsqueda de la misión de vida, y en la construcción del sentido vital de las personas mediante la planificación de su existencia que brinda la plenitud, la completitud y el deseo de vivir (Villarreal, 2020). Este gran propósito se puede trabajar con una o varias personas y con las familias. En este caso, la denominamos Orientación Familiar. La idea es que las familias tomen conciencia de que construir familia es una tarea cotidiana y que debe hacerse con la mayor claridad posible. De no ser así, se puede solicitar la intervención de personas profesionales especializadas en el trabajo con familias.

Cuando se realiza la intervención familiar, esta se cumple, por lo general, en tres etapas: el acercamiento, la mediación y la resolución. Todas ellas se elaboran en cada una de las sesiones y se aprecian también en el progreso de la intervención completa.

- 1. El Acercamiento:** se refiere al primer contacto y a la expresión de los propósitos que buscan las fami-

lias. Es el período de reconocimiento y de conformación del sistema de intervención.

2. **La Mediación:** se estimula la participación de todas y cada una de las personas que integran las familias, entramos en la exploración de patrones relacionales, las percepciones, las similitudes y las diferencias en cuanto a la vivencia familiar. También inicia la visualización de posibles cambios que se podrían realizar para superar las dificultades. La experiencia de cada quien es importante y cuenta en las posibles salidas pactadas para la resolución de las dificultades.
3. **La Resolución:** teniendo mayor claridad sobre lo que sucede y acerca de cómo se desarrolla la convivencia familiar, se estimula y guía a quienes integran las familias para que exploren estilos nuevos y diferentes para relacionarse en busca de mejorar la convivencia familiar.

## ¿Cómo se asume la Orientación Familiar en este proyecto?

En este proyecto, el grupo de profesionales responsables de la formación de las personas facilitadoras cumple las siguientes funciones o roles:

- **Planifica** el proceso de formación a desarrollar con el grupo de personas profesionales de diversas áreas, quienes se asumirán como facilitadoras en Orientación Familiar.

- **Modela** sesiones de orientación familiar, durante las cuales cada participante vivencia un proceso de reconocimiento, de comprensión y de resolución de la vivencia cotidiana en su familia de origen y en la de procreación.
- **Guía** el estudio sobre la teoría y la metodología sistémica con respecto a las familias.
- **Asesora** sobre la construcción y el desarrollo de proyectos de intervención a grupos de familias de las instituciones donde laboran las personas facilitadoras.
- **Evalúa** las experiencias vividas en cuanto a logros, alcances y limitaciones junto con el equipo de facilitadoras y con representantes de las madres y de los padres de familia que participaron en los proyectos realizados por estas.

Este proceso de formación tiene una duración de un año lectivo y en tan poco tiempo se observan grandes logros en cuanto a la intervención y el mejoramiento de la convivencia familiar de las familias participantes.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bermúdez, C. y Brick, E. (2010). *Terapia familiar sistémica*. Editorial Síntesis, S.A.
- Delgado, J. y Gutiérrez, J. (1998). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación ciencias sociales*. Editorial síntesis.
- Medina, R; Laso, E. y Hernández, E. (2014). *Pensamiento sistémico*. Editorial Litteris.
- Parejo, J. y Pinto, J. (2016). *La orientación y la tutoría escolar con familias: teoría y práctica*. Editorial UOC.
- Sánchez, M. (2016). *Movimientos sociolingüísticos en las conversaciones terapéuticas*. Editorial Universidad de Caldas.
- Villarreal, C. (2020). *La Orientación es educación social*. Editorial Edinexo.

## BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA

- Villarreal, C. (1992). La orientación familiar: Una opción educativa. *Revista Educación*. 16 (2), pp. 51-63. <https://doi.org/10.15517/revedu.v16i2.13308>

III  
Capítulo

**Proceso de  
Orientación  
familiar**



Entenderemos como proceso la estructura de contenidos y aprendizajes para el cambio que se propone lograr y sobre la cual se organizan de forma secuencial y continua cierta cantidad de etapas que están concebidas de forma lógica, coherente entre sí y que son complementarias. Este proceso está basado en un propósito general y en principios sistémicos y orientadores que lo guían.

El proceso de Orientación Familiar está sustentado por los fundamentos teóricos y epistemológicos que lo alimentan y les dan sentido a los contenidos propuestos junto a la escogencia de los ejercicios sistémicos, por medio de los cuales se van cumpliendo los propósitos del proceso. Dichos fundamentos teóricos y epistemológicos se desarrollan a lo largo de este apartado.

En este capítulo, se presenta el proceso de Orientación Familiar que vivencian las personas profesionales que participan en el Proyecto Orientando Familias, cuyas intenciones radican en alcanzar la comprensión de la convivencia familiar desde la mirada sistémica y en crear planeamientos de intervención para desarrollar planes de Orientación con las familias dentro de esta visión. El fin es mejorar la calidad de las relaciones en la vida de los sistemas familiares. Este proceso está conformado por tres etapas: I. Una mirada sistémica de la convivencia familiar. II. La familia como un sistema social y III. La construcción de los patrones relacionales (Ver Figura 1).

Figura 1. Proceso de Orientación Familiar POF.



Fuente: Villarreal, Villanueva y Villalobos (2020)

En las próximas líneas se hará una breve descripción de cada una de las etapas mencionadas y en especial, se explican los principales elementos teóricos en que se han fundamentado, junto a ejemplos prácticos (ejercicios grupales sistémicos) plasmados en la planificación de las sesiones que forman parte de la experiencia del trabajo con familias desde POF.

## **Etapas del proceso de Orientación Familiar**

### ***I etapa: una mirada sistémica de la convivencia familiar***

Al ser la fase inicial del proceso, se pretende lograr la identificación de los sistemas y su funcionamiento, a partir de allí, relacionarlos y comprender las familias como sistemas que se articulan por una red de interconexiones entre sus miembros.

### ***Principios teóricos***

Un sistema es un ente que está conformado por partes pero que funciona como un todo. Este concepto está presente en diferentes formas, desde una máquina, que está compuesta por partes y que cuando cada parte hace su tarea, le da el funcionamiento esperado a la máquina; hasta los sistemas que las personas conformamos. Esta noción se desprende del pensamiento sistémico, basado en la Teoría General de Sistemas, propuesto por Ludwig von Bertalanfy, quien presenta los sistemas como elementos que interactúan entre sí y esta interacción los define como tales.

Las personas nos encontramos inmersas en una serie de sistemas, uno de ellos es la familia; sin embargo, también somos parte de otros, como el sistema educativo, sistema político, el sistema social, el comunitario, el laboral, entre otros. La familia, como tema central de este libro, requiere que la conceptualicemos como:

*Aquella organización compleja, que está compuesta de personas ligadas por consanguinidad o afinidad, en el que está presente un compromiso de responsabilidad*

*mutua, en ámbitos como el afectivo, económico y social; además comparten espacio físico, responsabilidades cotidianas, afectos, valores, costumbres, así como dificultades y crisis; y en su andar construyen una historia de la que emerge una forma particular de ser y relacionarse. Las familias tienen conformaciones diversas y únicas, entre ellas hay familias nucleares, extendidas, reconstituidas, homoparentales, heteroparentales, divorciadas, monoparentales, adoptivas y más, pero comparten un vínculo que supera y articula a las personas que la conforman (Villalobos, 2018, p. 457).*

Los sistemas están en constante retroalimentación entre partes y con su alrededor. Esta interconectividad que se refleja entre los sistemas y de estos con el contexto en el que interactúa, es explicado por Bronfenbrenner (1987), quien propuso la teoría ecológica, cuyo fundamento está en la biología. Esta hace referencia al desarrollo de la persona, tanto en su ser individual, como social, en continua interacción e interdependencia con otros sistemas y el contexto en el que se desenvuelve; aunque esta influencia recíproca no siempre es consciente. La propuesta de este autor consiste en que la persona se desarrolla en un ambiente ecológico, conformado por varios contextos o estructuras que se interrelacionan (ver Figura 2). Estos contextos ecológicos son: microsistema, mesosistema, exosistema y macrosistema.

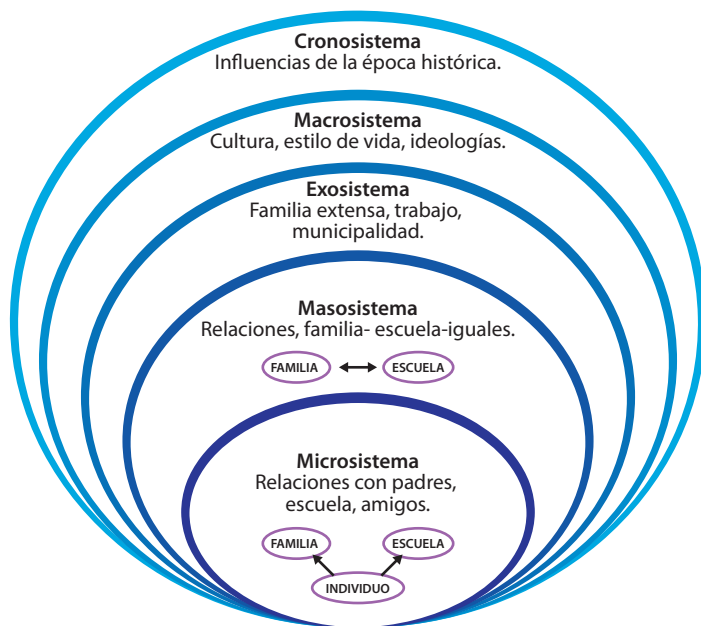
El primer contexto llamado microsistema toma en cuenta las relaciones directas, el cara a cara, que tenga la persona, es el entorno frecuente e inmediato. Aquí se puede mencionar en primera instancia a la familia, compañeros y compañeras de estudio, amigos y amigas. El mesosistema se conforma por las interacciones que se dan entre dos o más entornos inmediatos: familia-escue-

la, familia-vecinos, iglesia-escuela, entre otros. El exosistema es más amplio, la persona que se desarrolla no tiene una influencia directa en este, pero lo que sucede ahí sí afecta su entorno inmediato. Por ejemplo, el sistema educativo, el lugar de trabajo de sus progenitores, el sistema de salud o el gobierno de la ciudad donde vive. El macrosistema está compuesto por las características de un sistema sociocultural como valores, creencias, estilos de vida, estructura socioeconómica, política y otros aspectos que sustentan el entorno en que se da.

Recientemente, autores como López y Escudero (2003) sostienen que Bronfenbrenner agrega un estrato más, el cronosistema, en el que se consideran las influencias de la época histórica que se vive. Por ejemplo, guerras, acontecimientos históricos, consecuencias de la relación del ser humano con el ambiente, incidencia que el clima ejerce en la vida de las personas, alcances tecnológicos que influyen cambiando los contextos, modas y hasta pandemias. Todos estos estratos en su interacción contribuyen al desarrollo de las personas.

La visión ecológica de este autor fortalece el pensamiento de que no podemos ver las cosas de forma aislada. Lo que sucede en nuestro entorno influye en nuestro desarrollo personal, y este a su vez en nuestra familia, escuela, comunidad, valores, por lo que se requiere de una visión integral.

Figura 2. Teoría ecológica de Bronfenbrenner.



Fuente. Tomado y adaptado de López y Escudero (2003).

Tanto la familia como los otros sistemas en los que estamos involucrados los seres humanos, reflejan la identidad que surge como resultado de la interacción de las características de estos en su desarrollo y la hacen única. A continuación, se presentan algunos elementos o características que vivencia la familia en su interacción:

La **totalidad** implica que, a pesar de que el sistema está compuesto por partes, el todo es más que las partes pues funcionan como uno solo. De esta forma, cualquier variación en una de las partes tendrá sus repercusiones

en todo el sistema. Todo sistema presenta ciertas propiedades emergentes, que no se pueden observar si se ve de forma parcial o fragmentada; solo se pueden examinar cuando el sistema se encuentra en funcionamiento. Por ejemplo, la melodía que genera un instrumento musical al ser ejecutado; si se observan las partes por separado no se obtendrá la melodía, solo si el instrumento es ejecutado y sus partes se combinan, entonces la propiedad emergente será la música. “Los sistemas tienen propiedades emergentes que no se encuentran en las partes que los componen. No se pueden predecir las propiedades de un sistema entero dividiéndolo y analizando sus partes” (O’Connor y Mc Dermott, 1998, p. 32).

Otro ejemplo de las propiedades emergentes es la amistad entre las personas. Si se observa a las personas por separadas, se podrán apreciar sus características individuales, pero si se observan en conjunto con quienes forman un sistema de amigos, se podrá ver la amistad que comparten mediante la interacción.

La **circularidad** se refiere al hecho de que, en los sistemas, las partes se afectan entre sí, es decir, lo que un elemento haga o deje de hacer afectará a todo el sistema, lo cual responde a la interdependencia que lo caracteriza. La acción de un elemento provocará una reacción y genera un bucle de retroalimentación. Esta retroalimentación podría ser de refuerzo o de compensación. En la retroalimentación de refuerzo o positiva, el sistema busca amplificar la dirección con la que inició, de este modo se da una repetición de la acción inicial, lo que no siempre es favorable para un sistema.

La retroalimentación de compensación o negativa implica que el sistema en determinado momento realiza una resistencia a la dirección del sistema, pero esto mantiene su estabilidad. Un ejemplo de esta retroalimentación podría darse en la violencia intrafamiliar. Si la madre que sufre de esta violencia piensa que no hará nada, sino que seguirá sufriendo la agresión, para “no generar problemas”, entonces lo que obtendrá será más violencia (retroalimentación de refuerzo); mientras que, si decide poner un freno a la violencia buscando ayuda y poniendo límites a las acciones agresivas, logrará que paren y se dé mayor estabilidad familiar (retroalimentación de compensación). La circularidad permite conocer las situaciones de una forma más integral y menos lineal, no solo centrarse en las partes, sino en las interacciones que se generan y cómo estas tienen su efecto en el funcionamiento del sistema.

La **homeostasis** se refiere al esfuerzo del sistema de mantener su equilibrio, ante los cambios que se generan, lo cual también involucra la autopoiesis, como la capacidad de autoorganizarse para mantener la integridad del sistema. Este, en su funcionamiento con la presencia de una tensión, tenderá a buscar la homeostasis, equilibrio o lo conocido y esto podría significar algunos cambios compensatorios en su estructura para seguir manteniendo su identidad, mediante la autoorganización (autopoiesis). Es decir, que busca la manera de enfrentarse a la tensión o perturbación, y reaccionar de modo que no le genere cambios en su estructura.

Por otro lado, la **equifinalidad** se refiere a que “un mismo efecto puede deberse a diversas causas, explica el hecho de que los cambios que se originan en un sistema

están determinados en gran parte por las características de la relación entre sus diversos componentes, que por la naturaleza inicial de los mismos” (Valdés, 2007, p. 21). Entonces, una familia puede reaccionar de formas diferentes ante un emergente. Por ejemplo, cuando una hija mayor consume drogas. Las formas en cómo se reacciona hacia esta perturbación podrían ser diversas: pueden culparse unos a otros por la situación, negar el hecho de que la joven consuma e ignorarlo y/o sacar a la muchacha del sistema familiar y con ello, resolver su problema inmediato o reorganizar su sistema familiar para brindar la ayuda que la hija necesita para atender su drogadicción. En todos los casos, el sistema se autoorganiza para enfrentar el elemento emergente y perturbador, y mediante su espontaneidad se reestructura, pero sigue en funcionamiento y en su condición autopoiética. Desde la concepción de las familias como sistemas autopoiéticos, podríamos mencionar elementos que la describen:

Posee su **propia identidad**. El mecanismo de adquisición de su identidad se va construyendo de forma circular basado en sí mismo y en los elementos que la componen (miembros de la familia), así como, en las relaciones que estos establecen entre sí.

Experimenta **epigénesis**. Se refiere a la condición de “llegar a ser” y se construye sobre la base que le antecede. Esta condición está estrechamente ligada a los cambios o red de transformaciones que sufre el sistema. En la familia, estos cambios revisten la singularidad de cada grupo familiar. Sin embargo, también se pueden mencionar una serie de estadios por los que atraviesan las familias que tienen cierta sucesión ordenada de transiciones (desarrollo por etapas).

Vivencia de **cambios**, lo cual es una condición necesaria para la conservación de los sistemas. La familia, producto de su evolución, atraviesa diferentes cambios. Característico de este sistema que describe su epigénesis. Desde la formación de un nuevo sistema familiar, este grupo se enfrenta a una serie de transformaciones de sus miembros que van afectando y variando el sistema en general. Aunque hay muchas familias, cada una posee características propias que la hacen diferente a las otras y de esta forma, también su identidad.

Por otro lado, esa misma familia va modificándose de acuerdo con los emergentes que surgen en su desarrollo; lo que implica que el sistema acoge lo emergente y lo integra en su funcionamiento y genera un cambio para mantener su autoorganización y con ello, su autopoiesis, entendida como la capacidad para organizarse, reinventarse y funcionar de forma autónoma.

La familia enfrenta constantemente cambios y requiere de adaptarse para mantener su **homeostasis**, con lo cual busca los recursos que sean necesarios para enfrentar las demandas y necesidades del sistema; por ello, la adaptación es un elemento importante en el proceso autopoietico. En algunos casos, la **adaptación** que se logra no es la más adecuada para la familia. A la familia, se le conoce como el grupo social a quien se le atribuye funciones como proveer el ambiente adecuado para que sus miembros se desarrollen integralmente de la mejor manera posible; pero muchas veces es lo contrario.

Por supuesto que es un mito pensar que la familia es “el oasis de paz”, porque todas las familias enfrentan cambios que generan estrés y dificultades que for-

man parte de su cotidianidad, pero dependiendo de los recursos que el sistema tenga, su afrontamiento puede ser beneficioso o perjudicial para sus miembros. Muchas familias viven inmersas en relaciones destructivas, experimentan una comunicación deficiente, generan mucho conflicto interpersonal que resquebraja estos grupos sociales, cuando más bien los sistemas familiares son los que deberían proveer el alimento emocional de los miembros que la conforman.

Ante los cambios, el sistema familiar se mantiene, solo que modificado. Esto nos lleva a resaltar otra característica de los sistemas autopoieticos: la **espontaneidad**, entendida como lo contrario al determinismo estructural o predictibilidad. En la familia, las relaciones surgen como resultado de la dinámica que se genera, es contraria a la finalidad o intencionalidad. La interacción en el sistema familiar surge espontáneamente; por ello, no se puede hablar de un determinismo porque cada una es particular y reacciona desde su ontogenia, la historia de su transformación. Cada familia es única.

Los sistemas se **autorregulan** en la búsqueda de homeostasis. Durante este proceso, los seres vivos son autónomos en tanto que son independientes; sin embargo, son afectados en lo que sucede a su interior y hacia lo externo, en la convivencia con otros. Esta experiencia es fuente de desequilibrio y en su búsqueda de estabilidad se presenta la autorregulación. En este proceso se autoorganiza y procura mantener su propia estructura aunque en constante transformación, con lo cual se resalta la condición autopoietica de la familia como sistema.

Como se ha mencionado, la familia tiene una constante influencia de otros sistemas a la vez que influye en ellos, esto nos introduce el concepto de **permeabilidad**, como una característica de la familia. La permeabilidad se refiere al grado de apertura de la familia con los otros sistemas con los que se relaciona. Se puede vivenciar en diferentes grados, desde la impermeabilidad hasta una permeabilidad excesiva. En la impermeabilidad no se permite la influencia de otros sistemas (amigos, escuela, familia extensa...), se bloquea lo que estos quieran aportar. Esto restringe las redes de apoyo con las que se pueda contar, además limita la integración o participación social que sus miembros logren tener.

Por otro lado, en el otro extremo está la permeabilidad excesiva, en la que priva la interferencia de otros sistemas, lo cual sabotea el crecimiento de la familia como sistema. Esta condición implica que las relaciones que se tengan con miembros fuera de la familia privan en importancia al desarrollo de la identidad familiar, con sus objetivos, recursos propios y capacidad de autoorganización. Las relaciones entre los miembros son débiles y su funcionamiento no es nutricional. De allí la importancia de lograr un equilibrio en la permeabilidad familiar, en la que, considerando sus diferentes características, la etapa de ciclo familiar en la que se encuentre, así como las situaciones particulares que presente, se regule la permeabilidad que sea favorable para el crecimiento óptimo familiar.

La estructura de un sistema se muestra por las propiedades relacionales entre sus componentes, esto refleja su organización. La familia como sistema está conformada por subsistemas que se **autoorganizan**. Depen-

diendo de su tipo, se presentan: el subsistema conyugal, parental, filial, extenso, entre otros; que interactúan y definen sus relaciones. Las familias en esta autoorganización también presentan **resiliencia**, que es la capacidad de reaccionar y persistir ante el cambio. Desde allí, aun cuando hayan pasado situaciones críticas que las modifiquen a nivel estructural y su dinámica sea lesionada, sigue adelante, presentando grandes dosis de resiliencia.

Cada sistema familiar es único y esa particularidad tiene que ver con las experiencias que cada grupo familiar vive. Nuestra visión de mundo está directamente alimentada por lo que hemos recibido en nuestra historia de vida y allí, la familia juega un papel importante. Por ello, es relevante que veamos a la familia en esta red de interconexiones, de modo que seamos conscientes que debemos trabajar con una visión de sistema, más que con una postura individualista.

## ***II etapa: La familia como un sistema social***

En esta segunda etapa se da énfasis a la ubicación y rol que tienen las familias como parte de un gran sistema social, del cual recibe y brinda estímulos en un movimiento de realimentación constante. Asimismo, esa realimentación se da a lo interno de las familias, en mucho, por procesos de comunicación social que les caracteriza a los subsistemas que las conforman. Cuando los roles y responsabilidades de cada subsistema se asumen facilitando un funcionamiento competente, propician mayor bienestar en las familias.

Otra característica de la familia como sistema social es el cambio constante, por lo que en su trayectoria

de vida requiere de ajustes de mayor flexibilidad, según sean las necesidades internas como externas, para propiciar tanto el equilibrio de los principios sistémicos (pertenencia, orden, dar y tomar), así como el logro de tareas del desarrollo familiar y el de cada uno de sus miembros en convivencia intergeneracional.

### ***Principios teóricos***

Las familias son espacios de aprendizaje; influyen, modelan y determinan las formas en que cada quien logra observar y evaluar sus vivencias; acercarse o distanciarse de las demás personas, expresar significados, afectos y comportarse de ciertos modos, que van esculpiendo con naturalidad, interacciones comunes que pueden favorecer o no el bienestar y el desarrollo de cada persona que las integra y al unísono, del todo, de la familia en su conjunto.

Bajo esta comprensión, las familias se definen como sistemas sociales que están siempre en acción, estos se caracterizan por estar conformados por partes o elementos, que, en su caso particular, son las personas que se encuentran interrelacionadas entre sí y se afectan mutuamente. Esta condición de circularidad se manifiesta de distintas maneras y van generando modos de ser, particularidades muy propias de cada familia. Desde esta cosmovisión, por lo tanto, un sistema familiar se muestra en funcionamiento constante, no por la suma de sus partes sino por las propiedades que emergen cuando cada una de ellas en interacción trabajan como un todo. Cada persona, sea infante, adolescente o adulta (presente o ausente) en la familia es muy importante, tiene un

rol activo y una función precisa que aporta para que su sistema se mantenga con vida y relativa estabilidad.

Podemos entender mejor a las familias desde esta perspectiva, con algunos ejemplos concretos de sistemas que nos ayudan a ampliar la idea de que el todo es mayor a sus partes, en específico se puede citar a la computadora o el teléfono celular, en este último caso, para cumplir con su función básica de realizar y recibir llamadas, se requiere, entre otros elementos, de pantalla, micrófono, teclado, batería, memoria y si es más sofisticado, de cámara.

Así es como de forma metafórica es posible comprender que esas partes por sí mismas no son un dispositivo electrónico que tienen la capacidad de conectar a unas personas con otras de forma oral, escrita o visual. Sin embargo, cuando se arman y funcionan conjuntamente surge un sistema en acción con características propias (propiedades emergentes); una llamada, un mensaje, un sonido, una conexión. De la misma forma, en la naturaleza encontramos diariamente sistemas que quizá no nos hemos detenido a observar, por ejemplo, el clima, una persona, una organización, el bosque o un parque nacional.

Estos sistemas, como el de las familias, están vinculados de forma interdependiente con otros en su entorno. Su naturaleza relacional y su condición de circularidad permite un flujo constante de datos (palabras, estímulos, acciones, energías), que influye al sistema y a su vez este transforma la información recibida y es devuelta a su contexto, modificando o manteniendo las interacciones establecidas entre otros sistemas. Esta realimentación

que también se da a lo interno de las familias, entre subsistemas, permite y da sentido a su dinámica. Dichas interacciones que establecen las familias, tanto a lo interno como a lo externo de sí mismas, son posibles gracias a los procesos de comunicación que dan forma a todo sistema social.

### ***El sistema familiar está compuesto por subsistemas***

Existen diferentes subsistemas que conforman las familias (agrupaciones de sus integrantes según tipo de vínculos), estos son sistemas más pequeños, organizados según los roles y funciones de sus miembros. La presencia de los subsistemas puede variar dependiendo del tipo de familia (monoparental, homoparental, extensa, nuclear, reconstituida) y el momento de vida en que cada sistema se encuentre. Sin embargo, en términos generales encontraremos cuatro subsistemas básicos:

1. El de pareja o conyugal. Asumir funciones y tareas vitales que le corresponde a este subsistema permitirá un buen desarrollo de todo el grupo (Minuchin, 2009).
2. El fraterno: compuesto por hermanos y hermanas. Su función principal es propiciar el contexto donde niños y niñas aprenden a negociar, a pelear, a sentir celos, a ser solidarios (Eguiluz, 2007).
3. El parental: que se establece con las relaciones de comunicación y afecto entre los/as hijos/as y el padre y/o la madre, también, en ocasiones es realizado por otros/as parientes. De hecho, el término parental es inclusivo, hace referencia tanto a las mamás

como a los papás, o bien a parientes (Real Academia Española, 2020).

4. Extenso: este subsistema incluye otros parientes externos al núcleo familiar, incluye al menos la generación anterior (familia de origen). No necesariamente viven bajo un mismo techo.

Considerar la presencia de cada uno de estos subsistemas es relevante, ya que las relaciones que se establezcan en cada uno de ellos han de ser adecuadas y coherentes con funciones que respondan al rol de cada quien y al nivel de jerarquía que les corresponda. Cuando las funciones que se asumen no corresponden a los roles esperados para cada uno de los subsistemas, las familias pueden presentar situaciones conflictivas e inconvenientes, que no favorecen el desarrollo de sus integrantes.

Otra de las características inherentes de las familias es la presencia de cambio permanente. Desde su conformación, un sistema va recorriendo su camino a través de fases o etapas particulares, labrando así, su ciclo vital familiar. Por dicha razón, una familia requiere de ajustes a lo largo del tiempo, pues de acuerdo con las prioridades de cada momento y las tareas de desarrollo individuales habrá que conciliar entre estas y las necesidades del grupo total. Ello precisa de revalorar, por ejemplo, sus modos de vinculación, hábitos, límites y atenciones a sus miembros.

### ***Ciclo vital: etapas del desarrollo de la familia***

La vida es continuidad y movimiento que fluye en cada paso, si bien cada familia tiene su propio ritmo, en su existencia se van dando manifestaciones de cam-

bio importantes. Especialistas en el área familiar (Hernández, 2017; Pittman, 2012; Belart y Ferrer, 2009) han mencionado que, durante su vida, las familias vivencian hitos; acontecimientos significativos, algunos propios de su desarrollo y el de sus miembros, o bien, son inducidos por su contexto o por situaciones inesperadas que les implican transiciones y crisis que demandan reorganización familiar y permiten iniciar o pasar de una fase a otra manteniendo su evolución.

Al respecto, se han señalado criterios de referencia con base en los que se puede definir cuándo comienzan las etapas del ciclo vital familiar (Terkelsen, 1980 y Olson, 1983, citados por Hernández, 2017). Fundamentalmente, los agrupamos en tres:

1. Cambios: se toman en cuenta aquellos relacionados con el tamaño de las familias (aumento o disminución), la edad del hijo o hija mayor, la situación laboral del jefe/a de familia, los roles y tareas que se requieran para asumir los nuevos retos.
2. Tamaño de la transición: en general hay transiciones más relevantes y significativas, entre ellas, el ingreso al sistema educativo, la adolescencia y la salida del hogar por parte de algún miembro.
3. Orientación de las metas familiares; este criterio se refiere a las prioridades que tiene la familia, sus preocupaciones, sus intereses y necesidades, en concreto se enfoca en los objetivos deseados.

Al considerar los criterios compartidos, podemos observar, tal y como lo han hecho personas investigadoras del desarrollo familiar, que, para una gran mayoría de sistemas, inclusive el de nuestro propio origen, se

tiene en común la vivencia de etapas. De acuerdo con la teoría del desarrollo familiar, el ciclo de vida familiar es un proceso de transformación estructural que viven las familias, en el cual se producen eventos de forma secuencial y en algunos casos, en momentos predecibles (Hernández, 2017).

Esta secuencia de eventos ha sido categorizada en fases o etapas, que varía en número y denominaciones según sea el planteamiento del autor o autora que utilizemos como referencia. Por ejemplo, Estrada (2014), esboza seis etapas: el desprendimiento, el encuentro, los hijos, la adolescencia, el reencuentro y la vejez. Hernández (2017) también toma en cuenta seis etapas de vida familiar muy similares a las anteriores: I El desprendimiento, II Formación de pareja, III Familia con hijos escolares, IV Familia con adolescentes, V Familia con adultos y VI Familia en etapa adulta tardía.

Por su parte, Eguiluz (2007) resume a cinco etapas el ciclo familiar: I Enamoramiento y noviazgo, II Matrimonio, III Llegada de los hijos, IV Hijos adolescentes y adultos, V Vejez y jubilación. Belart y Ferrer (2009) plantean ocho momentos: el noviazgo, el matrimonio, los hijos, etapa escolar, periodo intermedio, la adolescencia, emancipación de los hijos y la jubilación. Cada etapa tiene tareas por resolver o alcanzar y su logro facilita la adaptación y el mantenimiento del equilibrio en la dinámica familiar. En este sentido, es importante considerar que existe “relación de reciprocidad y de complementariedad entre las generaciones” que conviven juntas, ya que los ciclos vitales individuales “son los hilos con los que se teje el contexto familiar” (Hernández, 2017, p. 45).

Indagar, conocer y comprender acerca de estas tareas de desarrollo es de mucha importancia al facilitar procesos educativos con las familias, pues ayudará a priorizar las metas de intervención y a destacar las fortalezas que las familias han de potenciar o desarrollar para enfrentar los retos en cada etapa determinada. Al respecto, Hernández (2017) nos amplía al explicar que se dan dos tipos de desarrollo o cambios, los de 1° y los de 2° orden, los primeros requieren que los sistemas familiares realicen algo nuevo, para lo cual es sustancial generar nuevas habilidades, así como, una capacidad mayor de adaptarse, ello sin que se den transformaciones en la estructura de las familias.

Por su parte, los cambios de segundo orden son poco frecuentes, cambian los roles y la posición de sus integrantes, también cambian las formas antiguas de interacción. Para asumirlos adecuadamente, se requiere cambiar algunos patrones relacionales; afectos y roles, lo que en ocasiones significa que el sistema familiar sea algo nuevo. Son precisamente este tipo de cambios los que favorecen la transición de etapa en etapa. De forma sucinta, en la Figura 3, podemos visualizar el reto o tarea central para cada una de las etapas escogidas:

*Figura 3. Ciclo vital familiar.*

<b>Etapa</b>	<b>Tareas de desarrollo necesarias para la evolución familiar</b> (cambios de 2° orden)	<b>Habilidad relacional por fortalecer o potenciar</b>
Formación de pareja o encuentro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprometerse con el nuevo sistema que se está formando.</li> <li>• Definir y hacer ajustes con otros sistemas: familia extensa y amistades para incluir a la pareja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajustar pautas de interacción para el favorecimiento de la negociación en la intimidad, manejo de la economía y las relaciones sociales.</li> <li>• Desarrollar pertenencia al nuevo sistema.</li> </ul>
Familia con niños/as pequeños	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptar dentro del sistema a las nuevas personas que lo integran.</li> <li>• Apropiarse del rol parental.</li> <li>• Establecer relaciones para incluir nuevos roles con familia extensa; abuelos/as, padres y madres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compartir responsabilidades y afectos.</li> <li>• Favorecer los vínculos y la comunicación abierta de la pareja.</li> <li>• Equilibrar el uso del poder.</li> </ul>
Familia con escolares	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir fronteras para que la familia se diferencie de otros sistemas.</li> <li>• Robustecer la identidad de la familia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecer y fortalecer relaciones con otros sistemas.</li> <li>• Asegurar con trabajo conjunto la subsistencia de la familia.</li> <li>• Hacer consciente sus propias tareas de crianza para decidir cuál modelo seguir con su descendencia.</li> </ul>

<p>Familia con adolescentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumir cambios en roles parentales para dejar que adolescentes se muevan fuera y dentro del sistema.</li> <li>• Reenfocar la relación de pareja y personal de sus miembros.</li> <li>• Afrontar cambios y/o pérdidas en la generación superior: abuelos/as.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentar la flexibilidad del sistema para facilitar la autonomía de la prole.</li> <li>• Reestructurar la familia; cambiar reglas y límites, hasta que lo nuevo funcione normalmente.</li> </ul>
<p>Familia con hijos/as adultos/as desprendimiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reestructurar las relaciones parentales de adulto/a a adulto/a.</li> <li>• Hacer ajustes de inclusión a las familias políticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptación de salidas, llegadas e integración de nuevos miembros.</li> <li>• Dar lugar a todas las personas en convivencia intergeneracional.</li> <li>• Apoyar a los/as hijos/as en el desarrollo de sus itinerarios de vida y toma de decisiones.</li> </ul>
<p>Familia en la vejez</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumir la jubilación.</li> <li>• Adaptación a cambios propios del envejecimiento.</li> <li>• Enfrentarse conjuntamente a nuevas pérdidas.</li> <li>• Redefinir el sentido de vida.</li> <li>• Promover el autocuidado mutuo.</li> <li>• Reconocer el aporte de las personas mayores y ancestros familiares.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptarse a nuevos roles, conservando el lugar que corresponde en la jerarquía natural.</li> <li>• Revalorar las relaciones construidas.</li> <li>• Negociar proyectos individuales y conjuntos.</li> <li>• Dar y recibir en todas las dimensiones de vida entre las generaciones del sistema familiar.</li> </ul>

*Fuente. Adaptado de Eguiluz (2009), Hernández (2017), Pittman (2012), Estrada (2014), Belart y Ferrer (2009).*

En las capacitaciones realizadas, como parte del Proyecto Orientando Familias, el reconocimiento del cambio familiar a través del ciclo vital fue elaborado mediante varias estrategias. Una de ellas es la fantasía dirigida mediante la cual se permite realizar un viaje imaginario, que facilita la reconstrucción del propio sistema familiar con base en la información que cada persona posee. Además, propicia la representación creativa, juego de roles y escenificación (Villarreal, 2014) por grupos, de una escena de vida familiar específica según la etapa de interés estudiada.

Desde estas representaciones, se reconstruía en grupo grande la escena y se destacaban tareas de desarrollo, roles y patrones de relación representados. Otra estrategia llena de significados y recuerdos fue la elaboración del “collage” en físico (aunque una minoría, en ese momento, optó por realizarlo como presentación en Power Point), un tipo de mural elaborado con fotografías de la propia familia que contara por sí mismo, su origen y su historia a partir de hechos relevantes para cada familia. En algunos casos, las personas no disponían de fotografías, por lo tanto, se dio la opción de que trabajaran con recortes de periódicos o revistas.

### ***Principios sistémicos: orden, pertenencia, equilibrio entre el dar y el tomar***

Los sistemas familiares por su misma naturaleza se debaten permanentemente entre el desequilibrio y el equilibrio, en esta vacilación intervienen varios elementos. Por ahora nos enfocaremos en tres principios teóricos, que hemos aplicado en nuestro quehacer. En términos de su autor, Bert Hellinger, hacemos referencia

a leyes o condiciones básicas que explican el “orden natural del amor” (Janov, 2010, p. 65) y las distintas funciones que se les ha otorgado y asumen las personas que integran una familia.

Estas leyes son los órdenes del amor, mediante estos es posible comprender las identificaciones y el nivel de implicación que tienen los miembros de las familias. Recordemos que cada familia es un grupo, un todo que comparte un “destino común por varias generaciones” (Prekop y Hellinger, 2004, p. 13) y como un sistema, sus integrantes están relacionados entre sí consciente o inconscientemente por el alma familiar que guarda información sobre su historia y su evolución a modo de energía invisible (campos morfogenéticos), viene a ser la esencia y la conciencia de la familia cuya necesidad es mantener el equilibrio entre los órdenes ya que sus variaciones pueden generar sufrimiento cuando el amor se estanca, dejando de fluir.

La idea que tenemos del amor puede que, por sí sola, no sea contundente en la práctica, en otras palabras populares, es posible que consideremos que el amor no baste, por lo tanto, es preciso ampliar nuestra concepción de este, de conocer y reconocer sus órdenes (Janov, 2010). Para experimentar la pertenencia, orden jerárquico y equilibrio entre dar y recibir, se requiere disposición y toma de conciencia. A continuación, explicamos cada uno de ellos.

**El orden** se refiere a la jerarquía natural existente en cada familia, su equilibrio radica primeramente en aceptar el origen propio, entendiendo y agradeciendo que nuestros progenitores nos dieron vida, en comprender,

además, que esta viene desde generaciones anteriores, y finalmente, en conocer y respetar la posición y funciones que tiene cada integrante en el sistema familiar. Cuando alguno de los aspectos anteriores no se ha logrado cumplir, el sistema estará desequilibrado o enredado (Prekop y Hellinger, 2004), el amor se estancará por lo que la paz y el alivio de la tensión no tendrán cabida.

Según lo anotado, respetar este orden significa en la vivencia que existen prioridades en las relaciones, es así como padres y madres preceden a los/as hijos/as, por consiguiente, están en el deber de exigirles y guiarles, y la descendencia les deberá respeto ya que les dieron la vida. Cuando los progenitores asumen un rol de igual o amigos con sus hijos/as, se desubican, dejan de estar en un nivel superior o prioritario y promueven nuevas generaciones con limitada libertad e inseguridad (Hellinger y Ten Hövel, 2006).

Por su parte, la relación de pareja tiene una posición privilegiada ante la paternidad, como también tiene prioridad quien nació o llegó primero a la familia. En un subsistema fraternal el hijo o la hija mayor está por encima de los otros/as hermanos/as, aunque no viva con el resto de sus miembros o haya muerto. No significa que son mejores o de mayor valor que los demás, pero sí les implica mayor responsabilidad y compromiso desde su rol, incluido el de género, y ello requiere de ser reconocido por el sistema familiar.

Cuando alguien asume un puesto (lugar) que no es el suyo, genera el desequilibrio ya que va asumiendo cargas que no le corresponden y aunque se esfuerce demasiado, no logrará alcanzar tareas propuestas, satis-

facción o tranquilidad. En este sentido, los efectos de conductas o enredos familiares deben dejarse a quien le pertenezca; lo que implica afrontar responsabilidades y consecuencias. Estas acciones facilitan ubicar a cada persona en el lugar que le corresponde.

**La pertenencia** se refiere al derecho que cada persona tiene a ser reconocida como parte de su sistema familiar. De forma natural la conciencia o alma de cada familia da un lugar de respeto y dignidad a cada uno/a de sus integrantes, por ende, no acepta la exclusión de nadie. Mantener equilibrio de este orden radica en reconocer a cada persona de la familia (viva, fallecida, lejana, cercana, ausente o presente), acción que se da en el momento en que consentimos su participación y validamos su existencia.

¿Y a quiénes debemos incluir (reconocer) como parte de la familia? Todo sistema familiar está integrado por las generaciones anteriores; abuelos/as, bisabuelos/as, padres, madres, así como por hijos/as, hermanos/as, también han de incluirse exparejas y otras personas que permitieron la inclusión de otros, incluidos abortos y abandonos. Este reconocimiento no es sinónimo de perdón o aceptación de aquellas personas que no se desean cerca o que se consideran poco beneficiosas para las familias, más bien, brinda oportunidad de que el amor crezca y se fortalezca.

Es importante tener presente que la exclusión o privación del derecho a pertenecer se genera de varias formas, por ejemplo: olvidando, ignorando, marginando, juzgando o descalificando. Todo individuo, desde que nace, pertenece, lo que le da un sentido de identidad y

un lugar en la vida intergeneracional de la familia, por lo cual hará lo que sea para ser incluido y sentirse parte, en esta o en las siguientes generaciones.

Cuando las personas tienen la posición que les corresponde, significa que han logrado estar bien integradas al sistema familiar y son conscientes de los vínculos existentes (Prekop y Hellinger, 2004), por lo que su desarrollo se dará con mayor libertad, sin llevar cargas familiares que no le corresponden. Al “recibir” a todas las personas de la familia, se les da un lugar, lo que según Hellinger y ten Hövel (2006) genera una fuerza sustentadora en el sistema.

**El equilibrio entre dar y recibir** cumple una función social de intercambio y cohesión en el sistema familiar (Hellinger y ten Hövel, 2006). En términos del amor, es tomar lo que se recibe y manifestar gratitud (Janov, 2010), entre iguales “el vínculo del amor supone un intercambio, un equilibrio entre lo que cada uno toma al otro” (p. 58), si el intercambio no es equitativo los vínculos no pueden mantenerse. De este modo, mantener el equilibrio de este orden es fundamental en los subsistemas de pareja y fraternal ya que permite construir patrones de relación de mayor simetría y autovalía, dando y recibiendo reconocimiento y afecto en todos los aspectos de la vida (económico, emocional, espiritual, intelectual, físico).

En el subsistema parental este principio no es equitativo debido a que papás y mamás nos dieron la vida y no podemos devolvérsela. Es por ello que este gran regalo dado debe ser altamente agradecido y tomado como un acto de amor (tomar de ellos lo que pudieron darnos,

vivir plenamente y desarrollando nuestro potencial), de tal forma que pueda ser compartido en aportes a la convivencia y cuidado de las nuevas generaciones, naturaleza o proyectos. Así es como se buscará el equilibrio, tomando lo que nos pertenece y agradeciendo al dar lo que tenemos.

En caso contrario, cuando una hija o un hijo no toma lo que sus progenitores le ofrecen, ya sea por un sentido de autosuficiencia, arrogancia (Janov, 2010) o rechazos y reclamos (Prekop y Hellinger, 2004) va contra lo natural y quizá sin tener conciencia ignora su origen, su fuente, con lo cual rompe el equilibrio. De la misma forma sucede al otro extremo, cuando, por ejemplo, un hijo toma en exceso, más de lo que le corresponde.

El equilibrio entre dar y tomar fortalece las relaciones y favorece la unión de los sistemas familiares. Para que se desarrollen, avancen y crezcan es necesario dar paso al cambio y para ello se requiere de la comprensión de cuál es el balance necesario en los órdenes que facilitan la vivencia del amor. Es así como, los problemas o enredos de familia pueden superarse cuando se restablecen dichos órdenes, pues, en términos de Janov (2010): “la necesidad de vinculación y pertenencia, el equilibrio entre dar y tomar, y el orden dentro del sistema son los factores clave” (p. 65).

En las capacitaciones con las personas facilitadoras que iban a trabajar con las familias de sus comunidades, fue útil echar mano a representaciones visuales y táctiles con el propósito de que se explorara la propia familia como una estructura compleja formada de subsistemas. Una de estas estrategias llamada “Construyendo mi sis-

tema familiar” (ver p. 149), permitió que individualmente cada persona representara su propia familia e identificara los principios sistémicos de esta.

### ***III etapa: la construcción de los patrones relacionales***

Como todo proceso de Orientación Familiar, se busca la promoción del bienestar de sus integrantes. Por eso, es imprescindible la creación de un contexto que facilite el cambio y la toma de decisiones en plena acción por parte de las personas que conforman las familias. Por lo tanto, en esta última etapa se propicia la observación de las formas en que se dan las interacciones entre los miembros del sistema familiar; la vivencia de los patrones relacionales que se van construyendo a lo largo del ciclo de vida familiar. Además, los patrones relacionales se evidencian en la comunicación, la cohesión, el uso del poder, los vínculos afectivos y los modelos de crianza, como parte de un sistema vivo, dinámico, como es el grupo familiar.

### ***Principios teóricos***

La familia puede observarse desde su estructura y conformación, pero también desde su dinámica; es decir, la forma en cómo interactúa entre sus miembros hacia el interior de esta y hacia el exterior con otros sistemas. Los patrones relacionales son parte de la dinámica familiar y se refieren a la forma recurrente de cómo interaccionan las personas. Estas son una construcción, es decir, se va formando a lo largo de las experiencias que se comparten.

Por lo tanto, las relaciones dentro de la familia son una construcción que se va dando a lo largo de su desarrollo. En los patrones relacionales interactúan varios elementos que nos permiten analizar cómo son estas relaciones. Algunos de ellos podrían ser: la comunicación, reacción ante el cambio, manejo del poder, grado de cohesión familiar, tomando en cuenta los límites, vínculos afectivos y reglas. Por lo que, la **comunicación** es un factor relevante en toda interacción humana, se refiere a una serie de mensajes que se intercambian entre personas. Hay varios principios o axiomas que Watzlawick (2018) presenta que permite comprender mejor este aspecto:

### *Axiomas comunicacionales*

1. La imposibilidad de no comunicar. Se refiere al hecho de que siempre estamos comunicando algo, aun cuando no expresamos ni un solo sonido, nuestra conducta también comunica. Por ello, la comunicación no siempre es intencional, muchas veces un gesto, un tono de voz, o una palabra audible, comunican un mensaje.
2. Niveles de contenido y relación de la comunicación. En la comunicación se encontrará un mensaje (contenido) que se da en el contexto de una relación que define la comunicación. En ocasiones, si un mensaje es dado por un buen amigo, es tomado con mayor aceptación y diferente significado que si nos lo diera alguien con quien no simpatizamos. Es decir, que el nivel de contenido comunica datos y el relacional nos indica cómo deben entenderse los datos.

3. La puntuación de la secuencia de los hechos. Las comunicaciones que se dan entre personas constituyen una secuencia de intercambios (hechos) que va construyendo la comunicación, marcada por ciertos momentos. La puntuación organiza y marca los hechos dados. La falta de coincidencia en la puntuación de la secuencia de hechos puede causar conflictos en las relaciones e incomprensión.
4. Comunicación digital y analógica. Se refiere a dos tipos de comunicación. La digital transmite el contenido mediante códigos establecidos; mientras que la comunicación analógica es la no verbal, como gestos, secuencia, ritmo, expresiones, entre otros.
5. Interacción simétrica y complementaria. La relación de comunicación se da en una interacción basada en la cismogénesis (formas en que un individuo se comporta como resultado de la interacción acumulativa entre personas). Se presentan dos formas: simétrica: de igualdad, donde ambos se encuentran a un mismo nivel de comunicación y complementaria: en la que uno complementa al otro (basado en las diferencias, uno de los comunicantes ocupa la posición superior y el otro la inferior).

### ***Patrones de comunicación***

La comunicación también se ve influida por factores como la autoestima que la persona experimente. Satir (2005) propone que, frecuentemente, la forma en que una persona se comunica está relacionada con su forma de reaccionar ante la tensión y propone que cuando la persona se siente amenazada e insegura, utiliza cuatro modelos de comunicarse. Tales son:

- **Aplacador:** desde esta posición, la persona trata de complacer a las demás, buscando aprobación para evitar el conflicto. Por esta razón, continuamente se disculpa, es melosa y adulatora. Su sensación interna es de anulación, no se siente digna, tiene suerte de que le hablen, aunque sea para criticarla. Su expresión corporal suplicante se encuentra acorde a esta actitud, al igual que un tono de voz débil.
- **Acusador:** también tiene una autoestima baja, pero para esconder sus sentimientos reacciona de forma agresiva, para sentir que le obedecen y le temen y que es superior. Busca errores y defectos en las demás, las culpa de todo, solo ella tiene la razón. Su voz es enérgica, su presión sanguínea es acelerada, músculos tensos y respiración forzada. Su sentimiento interno es de atacar, antes de que lo ataquen.
- **Superrazonable:** se muestra extremadamente correcta y fría. Evita mostrar sentimientos detrás de una apariencia intelectual. Su voz es fría, monótona y usa un vocabulario abstracto. Se siente vulnerable por lo que trata de protegerse con su apariencia inteligente. Usa palabras sofisticadas y piensa que, de todos modos, después de un rato, nadie le prestará atención. Su apariencia es de rigidez, fría, calmada e impenetrable.
- **Irrelevante:** refleja confusión en su persona. Se muestra desconcertada, perdida, distraída. Su sentimiento interno es de soledad, no le importa a nadie, no tiene un lugar en la sociedad, nadie lo toma en serio. Lo expresa mediante una impresión incoherente, como queriendo ser invisible.

- **Nivelador o abierto:** la persona es congruente entre lo que dice y su expresión corporal, así como sus emociones, pensamientos y sentidos, van en la misma dirección. No teme expresar quién es. Si debe disculparse lo hace sin problema, por lo que hizo, no por lo que es. Si ha de criticar lo hace con franqueza y sin amenazas. Su presencia inspira confianza, su comunicación es clara, fluida y franca, por lo que no genera rupturas o desacuerdos, todo lo contrario, es integradora. Este último modelo de comunicación es considerado por Satir (2005), como el óptimo.

Todas las personas podríamos usar los diferentes modelos de comunicación cuando nos sentimos amenazados, dependiendo de con quién estamos, aunque con frecuencia, hay uno que tiende a sobresalir. Lograr una comunicación niveladora o abierta es un proceso que podemos trabajar y lograr, lo cual no es fácil, porque hemos practicado un determinado modelo por algún tiempo. Una recomendación es tratar de identificar los temores que me llevan a reaccionar con determinado modelo de comunicación y a no ser auténtica y vigilar nuestras reacciones.

### *Modelos de interacción familiar*

Las familias, en su esfuerzo de brindar protección y apoyo a su prole para su desarrollo, establecen normas y reglas que instauran ciertos patrones relacionales, estos en su mayoría son generados por las personas progenitoras. Los patrones relacionales los construye el sistema en la convivencia, también llamados patrones de crianza, modelos de interacción familiar o **modelos de crianza**

y se refieren a la repetición de comportamientos o forma o estilo de crianza que padres y madres establecen en la interacción con su prole.

Estos modelos de interacción se ven reflejados en la comunicación que mantiene la familia, así como en la forma de manejar la autoridad o poder y en las reglas familiares. La manera en que una familia elige un determinado modelo de interacción no necesariamente es consciente y planeado, en múltiples ocasiones, es la repetición de lo que vivenciaron en sus hogares de origen, aunque no siempre estén de acuerdo con él. Por eso, en algunos casos hay dificultades en llegar a un acuerdo entre la madre y el padre, porque cada uno vivió experiencias diferentes y tienen convicciones ideológicas personales respecto a cómo criar a sus hijos e hijas.

La vivencia del modelo de crianza varía en las familias, dependiendo, entre otros factores, de la etapa del ciclo vital en la que se encuentre la familia. No es lo mismo una familia con hijas o hijos escolares, que otra con adolescentes o adultos jóvenes. También se modifica como reacción a las circunstancias que vive la familia en un determinado momento y hasta por recomendación de externos a la familia.

Los padres y madres, al estar en la jerarquía superior a su prole y ser responsables de esta, poseen un poder natural que implica la supervisión y seguimiento en el desarrollo de su hija o hijo; para ello, es necesario que sean conscientes de la necesidad de mantener un equilibrio entre el poder y el amor que se transmite para apoyar y proteger a la prole, pero también para ayudarles a controlar y manejar su disciplina, desarrollar ha-

bilidades sociales y emocionales, entre otros elementos que implican la formación integral.

El amor y el poder son dos elementos necesarios en la crianza, cada uno requiere de un uso adecuado y equilibrado para cumplir una tarea de crianza exitosa. Esto implica un gran reto para las personas progenitoras, pero cuando se está consciente de ello y se trabaja en optimizar el uso del poder y el amor, habrá mayores oportunidades de mejorar las habilidades de paternidad y maternidad. La idea es aprender la forma de emplear el poder y también cuánto, cómo y cuándo iniciar a compartirlo con los hijos e hijas para que también ellos aprendan a utilizarlo. De lo contrario, la frase de Oscar Wilde podría ser una realidad: “Con las mejores intenciones se obtienen, la mayoría de las veces, los peores efectos” (Nardone *et al.*, 2016 p. 13).

Existen diferentes formas de categorizar los modelos de crianza que las familias emplean, desde aquellas más básicas que mencionan los modelos: autoritario, permisivo y equilibrado; hasta otras que señalan siete o más modelos. Por lo tanto, para presentar los modelos de crianza nos basaremos en Nardone *et al.* (2016), quien los llama: modelos de interacción familiar.

Estos son:

- Hiperprotector
- Democrático-permisivo
- Sacrificante
- Intermitente
- Delegante

- **Autoritario**

Los autores señalan que en cada modelo están presentes tres elementos que deben considerarse para su comprensión: sus reglas (sintaxis), significados que emergen de su práctica (semántica) y reacciones o comportamientos que promueven. De allí, que cada uno de los modelos tenga su forma de comunicación usual, tipos de relación que emana de esta, reglas, significados que emergen y consecuencia del comportamiento de las personas. Se presentará cada modelo con una breve descripción del mismo.

- **Modelo Hiperprotector**

Se caracteriza por padres y madres que están dedicados al excesivo cuidado de su prole. Siempre están pendientes de evitarles cualquier dificultad y cuando se presentan, cuentan con su apoyo incondicional, aunque no sea necesario. La iniciativa que su hijo o hija tenga de resolver sus problemas es desalentada con el ofrecimiento de ayudarlo en todo. Su forma de comunicación se caracteriza por ser dulce y cariñosa. Dentro de las reglas se encuentra el que la madre es la responsable del bienestar de los hijos y, en muchos casos, el padre juega un papel de observador y usualmente está de acuerdo con la madre. La relación de pareja ocupa un segundo plano ante la tarea de ser madre o padre. Las reglas pueden ser modificadas para evitar la frustración y el sufrimiento del hijo o hija por las consecuencias de sus acciones.

El mensaje que la progenie recibe en este modelo es que son incapaces de valerse por sí mismos, necesitan a sus padres; a menudo se sacrifica el desarrollo individual de los/as hijos/as por el “amor familiar”. Este mo-

delo tiene resultado en las acciones de aquellos/as que son criados allí, entre ellos, el sentimiento de incapacidad y consecuente evasión de asumir responsabilidades por sí mismos. Sus talentos y capacidades son inhibidos porque no fueron puestos a prueba, son personas inseguras y, si tratan de rebelarse a este sistema, se les carga con una gran culpa por la ingratitud de no corresponder al amor entregado.

- **Modelo Democrático-Permisivo**

A menudo el modelo democrático se basa en ideologías modernas que posee la pareja en su afán de tener una relación de igualdad. Algunos supuestos presentes son: las decisiones se deben tomar por convencimiento y consenso mediante el diálogo, no por imposición. Las reglas se deben pactar. Todos en la familia tienen los mismos derechos y el objetivo principal debe ser la armonía y la paz familiar. Debido a que el acuerdo se debe buscar con mucha vehemencia, ante un desacuerdo, sucede que quien tenga una menor habilidad para comunicarse y persuadir podría tender a flexibilizarse y a ser sumiso ante el deseo de buscar la armonía.

Esto podría convertirse en un patrón dentro de la pareja, donde ante una escalada simétrica, uno de los dos cede para evitar el conflicto. Ante la llegada de los/as hijos/as, esta situación tiende a agravarse, porque se admite a la prole en la democracia, en una posición de iguales, por lo que las reglas se discuten y se evitan las consecuencias del no cumplimiento de estas. A los progenitores en este modelo se les dificulta mantener firmeza y decisión ante las reglas y no se prevén sanciones. Las reglas se enuncian y tratan de ser justificadas me-

diante el diálogo, pero ante la resistencia no se cumplen; por lo que este modelo de interacción familiar constantemente transforma las reglas que tiene.

En las relaciones familiares de este modelo, no existen jerarquías, se prioriza el diálogo y los acuerdos. Para ello, los padres muchas veces buscan conquistar a sus hijos tratando de acercarse a ellos como sus iguales, amigos y confidentes, sin que medie la autoridad, la cual no tiene un lugar en este modelo. Dentro de las reglas está la búsqueda de la paz y armonía como prioridad. Todos los miembros de la familia tienen los mismos derechos independientemente de su edad y las decisiones deben ser por consenso unánime. Las tareas parentales se encuentran en un proceso de información-formación, ante todo.

Dentro de los significados que emergen en este modelo es que la inconformidad de alguien puede bloquear el consenso y, por lo tanto, lleva a la probabilidad de bloquear una regla a conveniencia o también las sanciones. Las consecuencias de las acciones de las personas en este patrón no son claras, depende del consenso, lo cual genera inseguridad en los hijos e hijas, especialmente en la etapa de la adolescencia porque no encuentran la estabilidad y seguridad en sus padres y al no haber jerarquías, los roles se vuelven confusos.

- **Modelo Sacrificante**

Este modelo se basa en el deber de los padres de sacrificarse por el bienestar de sus hijos. Suponen que el placer de los padres es sacrificarse para que los hijos tengan lo que necesitan; sin embargo, son frecuentes los discursos referentes al poco aprecio que observan en la

prole por las privaciones y renunciaciones que hacen los padres por ellos. En la relación al interior de la familia, se presenta un altruismo insano, el que da se encuentra en una posición poderosa, porque pone a quienes reciben en una posición culpable por recibir o en deuda.

Las reglas de los padres se refieren a que hay que sacrificarse por los hijos por amor, pero se espera fidelidad por parte de sus hijos como recompensa por su sacrificio. El padre que se sacrifica se constituye en la columna vertebral sobre la que descansa la familia. Por otro lado, la regla de los hijos es satisfacer a los padres y los padres dar a los/as hijos/as lo que necesitan.

Los significados que este modelo genera son que, si te sacrificas por otros, se aprovecharán. Además, se considera que los sacrificios merecen recompensa y que los padres deben sacrificarse para que la prole logre destacar. Dentro de las consecuencias de este modelo, se presenta apatía de los hijos hacia el modelo parental, muestran descontento y poco entusiasmo, más bien se experimenta ansiedad, preocupación y sentimiento de deuda por lo que muchas veces procura rehuir de este ambiente.

- **Modelo Intermitente**

Este modelo se caracteriza por la constante variante de la forma de relacionarse entre padres e hijos. Se puede pasar de posiciones muy rígidas en la crianza a aquellas muy permisivas. Esto denota inseguridad de los padres respecto a la tarea parental y genera mucha ambivalencia en los mensajes que brindan a la prole. La variación en las directrices de los padres tiene consecuencias directas en las respuestas de los hijos, a

veces se muestran colaboradores y obedientes y a veces son rebeldes y arrogantes. No hay reglas fijas, todo puede variar. Esto significa que no hay nada firme, lo único seguro es el cambio y tampoco se puede contar con puntos de referencias. Esta situación genera un ambiente inseguro y ambivalente en la familia y puede provocar una reacción insolente y exigente de los hijos hacia sus padres.

- **Modelo Delegante**

Se presenta cuando la pareja que forma un nuevo hogar no logra ser autónoma, sino que, por diversas razones, se inserta en alguna de las familias de origen, ya sea para solventar alguna necesidad, que podría ser el cuidado de la prole o porque no se ha realizado el corte emancipador de esta. Esta situación lleva por un lado a disfrutar de ciertos beneficios, pero también de aceptar compromisos, que podrían implicar la delegación o renuncia de los roles que corresponden.

Las relaciones resultantes de esta fusión podrían generar algunas dificultades, especialmente cuando la crianza de los hijos está de por medio. Dependiendo de la edad de los niños o niñas, cuando están pequeños podría ser más sencilla la relación, pero conforme crecen se va presentando retos, por ejemplo, cuando se tienen diferentes opiniones respecto a la crianza; se podría manifestar ese sentimiento de competencia ante el amor y respeto del niño y muchas veces este escogerá a quien mejor le convenga.

Por otro lado, en la comunicación se presentan ciertas incongruencias cuando por ese sentimiento de agradecimiento o falta de valor para hacer valer sus opi-

niones, se generan los mensajes contradictorios, debido a que para mantener la armonía no se expresa verbalmente algo, pero los gestos demuestran inconformidad. Para evitar esta situación comunicativa, en ocasiones los padres encuentran como salida alejarse y mantenerse ausentes, delegando la responsabilidad en los abuelos. Otra particularidad es que las reglas que se manejan es que son una gran familia, pero las reglas que privan son las de los abuelos y se ven a los padres como si fueran hermanos mayores que también deben seguir las mismas reglas familiares que la prole.

Los significados que se presentan es que se busca el bienestar familiar, ante todo, lo que implica que las jerarquías ubican en el lugar superior a los abuelos con sus reglas, costumbres, entre otros. Una dificultad que se puede presentar a raíz de que los padres deleguen su responsabilidad en sus familias de origen, es que los/as hijos/as usen la dinámica familiar a su favor para lograr sus objetivos y que, en la falta de claridad de la responsabilidad entre padres/madres y abuelos/as, en determinado momento nadie la asume, pues unos esperan que los otros lo hagan.

- **Modelo Autoritario**

El modelo autoritario se caracteriza por tener un líder que impone su poder en reglas y mandatos que deben ser obedecidos sin cuestionamiento alguno. En la mayoría de los casos, este liderazgo recae en el padre, quien se presenta como un ejemplo viviente de honor y valor, pero también la madre puede ser quien ejerza el modelo. En el caso de que sea el padre, la madre asume el papel de mediadora entre el cónyuge y sus hijos.

Las relaciones familiares dependen de la rigidez de la jerarquía, en el que la prole tiene poca o ninguna voz; están marcados por la disciplina y el deber; además, tienen que aprender a controlar sus deseos y necesidades. El ambiente familiar es tenso en presencia del líder. Si los hijos responden a lo esperado se da una complementariedad, pero si son rebeldes, se generan múltiples enfrentamientos con pocas posibilidades de ganar. Las reglas son absolutas e indiscutibles; cada miembro debe rendir cuenta ante el cumplimiento de estas o asumir las consecuencias. La convivencia está marcada por el orden y la disciplina, el respeto de las reglas está sobre las necesidades personales de sus miembros. Muchas personas criadas en este entorno, ante la imposibilidad de cambiar el modelo, optan por buscar la pronta salida del hogar.

Los modelos descritos tienen sus aciertos y sus limitaciones, no existe ningún modelo ideal. Todo modelo de crianza va a tener ventajas y desventajas. Lo importante es conocer cuáles son las necesidades de la familia y qué es lo que requieren los miembros para desarrollarse como personas y como sistema familiar en conjunto. Esta tarea debe recaer en los progenitores, quienes son los responsables del desarrollo integral de la prole. Por último, cabe señalar que, en el Proyecto de Orientando Familias, es imprescindible reflexionar acerca de los modelos vivenciados en el propio crecimiento y cuáles son los que consciente o inconscientemente están utilizando en la tarea parental con su prole, si la tiene.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Belart, A. y Ferrer, M. (2009). *El ciclo de la vida: Una visión sistémica de la familia*. Editorial Desclée de Brouwer.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Editorial Paidós.
- Eguiluz, L. (2007). *Dinámica de la familia*. Editorial Pax.
- Estrada, L. (2014). *El ciclo vital de la familia*. Editorial Debolsillo.
- Hellinger, B. y Ten Hövel, G. (2006). *Reconocer lo que es. Conversaciones sobre implicaciones y desenlaces logrados*. Editorial Herder.
- Hernández, A. (2017). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. Editorial El Búho.
- Janov, R. (2010). *Nuevas terapias en constelaciones familiares*. Editorial Dilema.
- López, S. y Escudero, V. (2009). *Familia, evaluación e intervención*. Editorial CCS
- Minuchin, S. (2009). *Familias y Terapia Familiar*. Editorial Gedisa.
- Nardone, G., Giannotti, E. y Rocchi, E. (2016). *Modelos de familia. Conocer y resolver los problemas entre padres e hijos*. Editorial Herder.
- O'Connor, J. y Mc Dermott, (1998) *Introducción al pensamiento sistémico*. Editorial Urano.
- Pittman, F. (2012). *Momentos decisivos*. Editorial Paidós.
- Prekop, J. y Hellinger, B. (2004). *Si supieran cuanto los amo*. Editorial Herder.

- Real Academia Española. (2020). *Diccionario de lengua española*. 23.<sup>a</sup> ed., [versión 23.3 en línea]. <https://dle.rae.es/contenido/cita>
- Satir, V. (2005). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. Editorial Pax.
- Valdés, A. (2007). *Familia y desarrollo: intervenciones en terapia familiar*. Editorial El manual moderno.
- Villalobos, A. (marzo, 2018). *La acción orientadora de la familia como sujeto de intervención*. [Foro]. Memoria del II Congreso de Profesionales en Orientación: Identidad disciplinar y contexto social en la práctica profesional de la Orientación. San José, Costa Rica. <https://congreso2018.cpocr.org/wp-content/uploads/2018/04/Memoria%20Congreso%20de%20Profesionales%20en%20Orientaci%C3%B3n%202018.pdf>
- Villarreal, C. (octubre, 2014). *El uso de la técnica “escenificación” para la comprensión de las interrelaciones familiares*. [Taller]. Memoria del Primer Congreso Nacional de Orientación: “50 años de la Orientación en Costa Rica: logros y desafíos” Primer Congreso Internacional de la Red Latinoamericana de Profesionales de la Orientación “La Orientación en América Latina: en la búsqueda de nuevas perspectivas”. San José, Costa Rica. <https://www.cpocr.org/wp-content/uploads/2014/11/Memoria-Congreso-de-Profesin-les-en-Orientacion-2014.pdf>
- Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. (2018). *Teoría de la comunicación humana*. Editorial Herder.

## **BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA**

- Campañó, A., González, M. y Massonier, N. (2016). Estilos relacionales parentales: estudio con adolescentes y sus padres. *Revista de psicología*, Pontificia Universidad Católica de Perú. 34 (2) pp.413-444. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337846349009>
- Maturana, H. y Varela, F. (2005). *De máquinas a seres vivos. Autopoiesis: la organización de lo vivo*. Editorial Lumen.
- Ríos, J. (2014). *Manual de orientación y terapia familiar* (Enfoque sistémico-práctico. Madrid: ACCF).[https://books.google.co.cr/books?id=\\_Ts4BQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=inauthor:%22Jos%C3%A9+Antonio+Rios+Gonz%C3%A1lez%22&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjSw6zmb3sAhWntlkKHYQUAJI-Q6AEwAHoECAEQAg#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.cr/books?id=_Ts4BQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=inauthor:%22Jos%C3%A9+Antonio+Rios+Gonz%C3%A1lez%22&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjSw6zmb3sAhWntlkKHYQUAJI-Q6AEwAHoECAEQAg#v=onepage&q&f=false)
- Vallejo, M. (2008). *Constelaciones familiares*. Editorial Aguilar.



IV  
Capítulo

**Acercamientos al  
planeamiento y  
a la intervención  
sistémica**



## **Metodología Sistémica**

La Orientación como disciplina se enfoca en potenciar el desarrollo de cada persona y el de su contexto vital primario; los sistemas familiares en los que crecen y se forman. A partir de este planteamiento, el modelo de intervención generado en el Proyecto Orientando Familias se delimita en el área de Orientación Familiar y su propósito educativo ha sido asesorar en torno a la comprensión de las interrelaciones que emergen al interior de las familias.

La metodología utilizada se sustenta en la modalidad de intervención familiar que unifica la orientadora y la sistémica (Bisquerra y Álvarez, 2011). La intervención orientadora incentiva la búsqueda de información para tomar decisiones con la responsabilidad de asumir apropiadamente sus consecuencias; posibilita, además, la identificación de habilidades. Por su parte, la intervención sistémica se enfoca en favorecer el cambio durante las vivencias, tanto a lo interno como externo de las familias, así como parte de la dinámica del proyecto en donde hay retroalimentación, por ello, promueve el descubrimiento de patrones y conductas en plena interacción familiar.

Esta articulación plantea tres formas de abordaje. La primera es la de desarrollo, consiste en coordinar la participación de instituciones, proyectos comunitarios u otro tipo de organizaciones que apoyan las familias, en acciones que las favorezcan. En segundo lugar, la capacitación o prevención tiene como propósito favorecer la dinámica familiar mediante procesos de preparación y

formación a las familias, para que se les facilite la mejora de su funcionamiento a partir de propios recursos y fortalezas. En el caso de aquellas familias con privaciones significativas para el manejo de sus dificultades, se ofrece la modificación como tercera opción y una forma exclusiva de trabajar estos casos particulares, en donde se promueve y se acompaña en los cambios de los patrones de interacción establecidos.

La metodología sistémica se distingue por ser relacional, no se centra en las personas como seres individuales, sino en la observación y reflexión de sus interacciones con las otras personas de su familia. Promueve la participación activa y concibe que el aprendizaje y la adopción de nuevas prácticas relacionales se da mediante la autorreflexión de las propias vivencias, por lo tanto, se parte de la experiencia de cada sistema familiar que se realimenta con la de otras familias. En otras palabras, se procede de la experiencia fenomenológica, en la cual las personas que integran las diferentes conformaciones familiares son las protagonistas y no los contenidos teóricos que solamente apoyan el proceso. En consecuencia, se trabaja sobre las situaciones que se viven en las familias participantes, a partir de la percepción de sus propias preocupaciones, dificultades y fortalezas. Los principios en los que se basa esta metodología plantean que:

- Los sistemas familiares poseen capacidades para adaptarse y evolucionar.
- Se confía en su habilidad para buscar su propio equilibrio, tomando en cuenta su historia, cosmo-

visión y sus creencias, por lo que tienen el poder de resolver sus propios conflictos.

- Las situaciones percibidas como problemáticas o conflictivas no son originadas por un miembro de la familia (usualmente es la persona orientada que nos refieren), sino por las interacciones que se generan entre todas las personas integrantes de esta.
- El cambio es una constante en la vida familiar, en ocasiones, las familias no lo perciben, reconocen o desconocen su existencia y se requiere de flexibilidad para adaptarse a las transformaciones.

Entre los propósitos que se persiguen con este método está la facilitación del reencuentro con el propio sistema familiar y aumentar el conocimiento de su dinámica (funcionamiento). En el caso de las personas que se capacitan para asumir un rol facilitador en proyectos dirigidos a las familias, las intenciones se amplían, se busca que puedan crear y ejecutar sus propios planes de Orientación familiar adecuados a sus contextos y, además, que logren hacer una intervención relacional que favorezca el cambio.

## **Rol facilitador para el cambio**

Profesionales que deseen comprometerse con las familias realizando procesos de Orientación deben tener claridad de que, para ejecutar intervenciones bajo los principios sistémicos, han de estar convencidos/as de que los sistemas familiares cuentan con los recursos precisos para construir y reconstruir sus dinámicas, en otras palabras, poseen capacidades para solucionar sus

problemas y enfrentarse a los retos mediante la autorreflexión, la toma de decisiones, la elección y aceptación de cambios.

Basado en estas premisas, el papel que se asume es facilitar para que las familias se ajusten con fluidez a las demandas de cambio que su mismo sistema requiere. Las transformaciones cumplen el propósito de encontrar equilibrio y de favorecer dinámicas de relación con mayor bienestar que permitan el desarrollo de sus miembros; por lo tanto, quien facilita no actúa como la persona experta, que decide por la familia y le indica siempre las acciones que debe tomar.

A diferencia de otros enfoques y metodologías, la persona facilitadora, como parte de su preparación para el trabajo con los sistemas familiares, asumirá un reencontro con su propia familia. Este ejercicio le proporcionará de mayores habilidades de facilitación y empatía, y comprenderá que también se es parte de un grupo familiar con una dinámica propia y que ha desarrollado fortalezas para mantenerse a lo largo del tiempo. Este aspecto es relevante de reconocer también con las familias con las que se efectuará un proceso orientador.

Desde esta metodología no se interviene con exposiciones magistrales, charlas o conferencias, se planea y pone en práctica estrategias que posibiliten la interacción entre las personas participantes, las cuales intervendrán desde sus experiencias y se enriquecerán de los aportes de los/as demás. Como se ha mencionado, una persona orientadora, por ejemplo, no debe brindar sugerencias o guías específicas de solución a retos que padres o madres requieren resolver para mejorar las relaciones

con su prole, ya que la función es facilitar, guiar, modelar, posibilitar, practicar cambios, no de resolver. Estas características representan grandes oportunidades para que las familias sean actoras de sus propias transformaciones en cuanto al fortalecimiento de sus vínculos.

Los principios de intervención grupal experimentados y sistematizados en la práctica del POF (Villarreal, Villanueva y Villalobos, 2014) nos ayudan a comprender integralmente los aspectos que se han mencionado en los párrafos anteriores y clarifican las características concretas del rol facilitador necesario que se requiere en el abordaje en el ámbito familiar.

## **Principios de intervención grupal**

### ***Aprendiz-facilitar***

Se requiere de humildad profesional para seguir siendo una persona que nunca deja de aprender, sintiéndose aprendiz, se cuestiona la propia formación para mantenerla, deconstruirla o reconstruirla.

### ***Cambiar-facilitar***

Como personas en formación constante estamos sujetas a la transformación y este recorrido requiere de apertura para seguir explorando, mejorando y adquiriendo novedosas estrategias metodológicas que favorezcan el cambio.

## *Multiplicar-multiplicar*

Como bien lo ilustra el proverbio sueco, “la alegría compartida se convierte en doble alegría” (autor desconocido), así mismo, cuando las personas que integran las diferentes familias comparten sus vivencias, su aprendizaje se multiplica y hace que crezca.

## **Habilidades sistémicas**

Durante nuestra formación disciplinar, en especial en las profesiones de ayuda como el trabajo social, la Orientación, la docencia y otras del área educativa, se nos enseña que, para atender a las personas, ya sea en modalidad grupal o individual, es indispensable poseer y desarrollar destrezas, entre las más conocidas: la escucha activa, la observación y la empatía. Como habilidades humanas básicas deben ser parte de nuestro bagaje, sin embargo, como ya se ha observado, facilitar en la metodología sistémica requiere de habilidades más especializadas, entre las que se destacan la apertura, el respeto, la disposición a la autoexploración y el reencontro con la propia familia, debido a que es preciso comenzar desde la realidad y experiencia personal para potenciar la comprensión hacia la vivencia de otras configuraciones familiares.

Aunque no en todos los contextos institucionales es factible la conformación de un equipo facilitador, es lo ideal, proporciona una riqueza adicional ya que se gestan mayores oportunidades de desarrollo de habilidades al co-facilitar. Consolidado un equipo, existirá mayores espacios para realimentar y reflexionar sobre la práctica

de las intervenciones realizadas y la calidad de la facilitación con miras a planificar haciendo mejoras a partir de los aprendizajes obtenidos.

Desde esta perspectiva sistémica, quienes facilitan están conscientes de la necesidad constante de su propia formación y de que al trabajar con los sistemas familiares se está modelando una forma de actuar, de comunicar e intervenir, en síntesis, se modela una forma de interacción. Este aspecto ha sido de suma importancia para el equipo del Proyecto Orientando Familias, consciente de ello, siempre ha considerado la necesidad de mejora, desarrollo y entrenamiento de las habilidades necesarias para poder liderar y facilitar estos procesos de forma más responsable y ética. Para lograrlo, nos hemos basado en el estudio y puesta en práctica de las ocho destrezas propuestas por Fuhrmann y Chadwick (1998) que presentamos a continuación:

- **Aprender a buscar las dos caras de la luna**

Desarrollar esta habilidad requiere de la disponibilidad para cambiar de perspectiva y no limitarnos a percibir lo que es evidente: observar una conducta o escuchar un contenido. Es preciso tener una postura crítica para cuestionar lo que podría ser invisible a los ojos como nos lo plantea el libro “El Principito” en su historia. Se debe hacer un esfuerzo por comprender y observar a profundidad qué hay detrás de un gesto, una conducta o una palabra. Implica, además, aprender a reencuadrar que lo que, en apariencia puede ser una desventaja, tiene asimismo en su otra cara, una fortaleza o viceversa.

Por ejemplo, cuando se señala como defecto la timidez para expresar su opinión ante un grupo, también se podría observar como una cualidad ser una persona prudente. Otro ejemplo podría estar relacionado con la cualidad de ser ordenado, pero esta característica que en general se toma como positiva, en su máxima expresión, podría generar una obsesión por ser perfeccionista, manifestándose como una desventaja. De esta forma, lo que vemos o percibimos puede tener “otra cara”, procurar observar-la favorece el desarrollo de la habilidad sistémica al conducir un grupo.

- **Aceptar otras visiones del mismo mundo**

Cada persona y cada familia tiene vivencias, creencias y valores particulares y a menudo frente a otros sistemas familiares, sin pensarlo, con gestos, palabras o actitudes se hacen juicios de valor porque olvidamos estas diferentes realidades. Cuando se facilita no se debe renunciar a ser quien se es, incluidos sus principios y creencias; sin embargo, se debe tener muy claro que en el rol profesional no se impone la visión ni los propios valores, por ello es imprescindible aceptar esas diferencias. Algunas sugerencias muy puntuales que nos plantean las autoras para practicar esta aceptación son: asentir con aprobación las opiniones, por ejemplo, repetir con nuestras propias palabras la comprensión que hemos tenido de esa frase o afirmación, podemos utilizar frases como: “comprendo que para usted es importante...”, también, “percibo que para usted no es problema el que...” “...es muy interesante que usted piense muy diferente al grupo”. En caso de

dudas, es importante hacer preguntas o solicitudes tales como: “¿podría explicarnos un poco más su opinión?”, “¿cuáles son las razones para tomar esa decisión?”. La sugerencia básica es evitar confrontaciones innecesarias que se tomen como ataques personales, paralelamente revisar nuestras reacciones ya que pueden desfavorecer la dinámica de las sesiones.

- **Ampliar el abanico de soluciones**

Ante la frustración, el desencanto y la desesperanza por no alcanzar alguna solución a problemas viejos, la destreza que se nos insta a desarrollar es ampliar el pensamiento para poder idear otras salidas o cambios. Claro está que son los y las integrantes de las familias quienes tienen la responsabilidad de asumirlos, pero la tarea de facilitación les brindará la oportunidad de visualizar nuevas alternativas. Un ejercicio sistémico recomendado es analizar un problema viable de resolución. Se comienza con su descripción concreta y luego se observan circunstancias que suceden alrededor de este, algunos cuestionamientos guía son: ¿qué pasa ante la situación?, ¿cuándo pasa?, ¿quiénes están?, ¿qué efectos se generan?

También se deben analizar los fracasos presentados para determinar puntos de tropiezo que, junto a las respuestas emergentes, brindarán información que puede estar relacionada con las interacciones que se han dado entre las personas involucradas, lo cual posibilita nuevos caminos para dar solución a lo planteado. Lo más importante de practicar esta

habilidad no es centrarse en resolver problemas, es tratar de enfocarse en que las familias logren ser más flexibles, aprendan nuevas estrategias para abordar situaciones y adquieran mayor confianza en sus recursos y fortalezas.

- **Proponer en vez de imponer una idea**

La habilidad de facilitar para que los sistemas familiares realicen los cambios necesarios para evolucionar, reside en la confianza y seguridad que logren percibir durante la intervención, ya que es natural evitar sensaciones de amenazas que atenten contra su integridad y statu quo. Por esa razón, se propone realizar estrategias en que los y las progenitores/as, por ejemplo, tengan la oportunidad de conocer, analizar, evaluar, discutir con otros pares y elegir por sí mismos/as un asunto o un cambio. Estas acciones les posibilitan asumir de forma directa sus propias responsabilidades.

La imposición de criterios a las familias, además de ser irrespetuoso y poco ético, es contraproducente, primero, porque puede causar dependencia cuando lo indicado de forma continua da muy buenos resultados para la familia, segundo, otra cara de la moneda puede presentarse cuando los efectos no sean los deseados y la persona facilitadora irremediablemente será señalada como la culpable y responsable de los hechos que pudieran ocurrir. Por otra parte, imponer puede generar incomodidad a tal punto que las personas participantes decidan no regresar.

- **Equilibrar distancias afectivas**

Para todas las personas, el reconocimiento y los gestos de aprecio y cariño son muy importantes, estas también son algunas de las necesidades afectivas humanas como facilitadores; sin embargo, debemos tener muy claro que trabajar con los grupos familiares no tiene como propósito satisfacer dichas necesidades. Por ello, es preciso que al facilitar procesos identifiquemos temores que pudiesen emerger ante el grupo por posibles reclamos y desacuerdos, así como identificar nuestras propias demandas de reconocimiento, evitar esta exploración podría limitar nuestra objetividad y entorpecer el rol que nos corresponde, incluso sin darnos cuenta podríamos actuar a favor de participantes y excluir a otros motivados/as por la necesidad de aceptación o afinidad con alguna persona.

Reconocemos el gozo, disfrute y compromiso de trabajar con las personas y sus familias, por ello implementar esta destreza tiene gran relevancia porque nos ayudará a no sobre involucrarnos e impedir el hacer diferencias inadecuadas en los grupos. Mantener el equilibrio requiere comprender que habrá personas que demanden mayor atención y se acerquen para que se les brinden un trato más personalizado, otras no nos agradarán y quizá otras nos agobien. Ante ello, es necesario establecer límites en el uso de la palabra y la participación, claridad en los tiempos de atención para situaciones personales y evitar conversaciones privadas, también es importante mantenerse atentos a brindar igualdad de oportunidades para todos/as para que no se cree

un ambiente donde se perciban “personas preferidas”. Una sugerencia es imaginar una estrategia para tener a mano los nombres de todas las personas participantes, una buena opción es el uso de gafetes, asimismo, cuando se den espacios de opinión, es útil anotarlas en la pizarra u otro recurso ya que esta acción valida las ideas de las personas participantes.

- **Crear un contexto para el cambio**

Posibilitar un espacio para que las familias se abran al cambio requiere de facilitadores que asuman su liderazgo, por lo que deben guiar el proceso que han planificado, asumir la responsabilidad por la organización y su funcionamiento. Detalles como mantener la puntualidad, cumplir las metas, coordinar con su equipo de trabajo, mantener el orden y la fluidez de las sesiones son detalles indispensables que brindan confianza y respeto ante el grupo ya que refleja el buen uso de su autoridad.

Durante el desarrollo de las sesiones se debe cuidar la intimidad de cada familia en un ambiente de confianza y libre de críticas, con lo cual se les faciliten estrategias y técnicas que promuevan la motivación hacia la participación activa y se brinden oportunidades de autoobservación, reflexión, discusión y práctica para crear y recrear patrones de interacción.

- **Perfeccionar herramientas para darse a entender**

La revisión y el mejoramiento de nuestro desempeño al dar las instrucciones es una tarea ineludible, es preciso ejercitar el autorretrato constante para identificar si el vocabulario y lenguaje que esta-

mos empleando es accesible a la población, cómo estamos impostando la voz y en qué velocidad estamos hablando. Otros aspectos a considerar tienen que ver con la claridad del mensaje, el orden de las ideas y si se concluyen las frases.

Cuando se co-facilita es preciso tener una buena coordinación y relacionarse a partir de la comunicación abierta, quizá desde esta perspectiva no es una meta, pero se estará modelando a las familias una forma adecuada o no de interacción. Algunas de las sugerencias que aportan Fuhrmann y Chadwick (1998) para potenciar esta habilidad son:

- Hacer preguntas para aclarar dudas y verificar si el mensaje se captó con claridad.
- No cambiar abruptamente de un tema a otro.
- Dar una instrucción a la vez.
- Definir en concreto el tiempo que se tiene definido para cada actividad.
- Expresarse en primera persona: “yo les solicito que en 15 minutos regresen a la sala”, “yo espero que elaboren un mapa familiar”. Con lo cual se asume la responsabilidad por lo que se dice.

Los resultados y conductas generadas por las personas participantes será la realimentación más eficaz que nos indique si pudimos darnos a entender.

- **Autorretrato del desarrollo constante**

Esta habilidad busca la evolución y el desarrollo de las capacidades facilitadoras aprendiendo de las propias

experiencias. Se espera que después de cada sesión se haga una autovaloración de la facilitación realizada y la realimentación del equipo de trabajo para reflexionar sobre los aciertos y los desaciertos en su desempeño, y los alcances y coherencia en relación con los principios del enfoque sistémico.

## **Plan de Orientación para las Familias en el Proyecto Orientando Familias**

Proponer un plan o proyecto de Orientación a las Familias (POFA) en una institución u organización es una práctica que sugerimos, pues refleja calidad, compromiso y profesionalismo en las propuestas de intervención orientadora que se realicen. Estos planes son aquellos que elaboran y facilitan las personas profesionales que asuman realizar acciones educativas para las familias de su institución y comunidad. Representan la propuesta formal de la intervención educativa a realizar por personas facilitadoras que participan en el POF.

En la formalidad del proyecto con familias en cualquier ámbito profesional se sugiere realizar un documento que contiene una introducción en la que se contextualiza la institución o centro, la caracterización de la comunidad en donde se encuentra inmersa y de las familias (población) participantes. En esta parte se incluye la justificación de la ejecución del plan a realizar, esbozando el detalle de por qué es pertinente o relevante. Un capítulo que describe y explica los referentes o principios teóricos sistémicos en los que se basa la intervención. De seguido, otro apartado de metodología, en el cual se explica cuál es la naturaleza del proyecto; con

qué apoyos se cuenta, qué se va a realizar, cuándo, dónde y cómo, además se indica cuáles son sus propósitos y la descripción del proceso orientador por etapas.

Posteriormente, se aportan los planeamientos circulares en donde se plasman los elementos específicos de cada una de las sesiones por realizar, se incluye además un cronograma de la aplicación de los talleres. En el apartado anterior es importante relatar quiénes facilitarán los talleres mediante los que se pondrá en marcha el POFA, cuál es el perfil de la persona o personas que conforman el equipo facilitador, en especial se destacan las fortalezas personales y profesionales.

Finalizada la aplicación del Plan de Orientación para las Familias, se completa con la sistematización de alcances y posibilidades de mejora que se irán obteniendo durante las diferentes sesiones con la elaboración de crónicas y realimentación continua que realiza el equipo facilitador. Seguidamente, mostraremos qué pasos proponemos y hemos logrado desde la metodología sistémica para lograr la construcción y la ejecución exitosa de los Planes de Orientación Familiar.

#### **a. Comprensión de principios ecológicos-sistémicos**

En principio, quienes se lancen a esta hermosa aventura de acompañar a las familias a redescubrir y potenciar sus patrones de interacción proponiendo los POFA, deben iniciar con la lectura y estudio de los principios teóricos y metodológicos del posicionamiento sistémico y, por ende, de la cosmovisión de las familias como sistemas que nos propone. Antes de esto, no será factible definir un propósito y unas metas que guíen la elaboración de su proceso.

## **b. Procesos de Orientación Familiar**

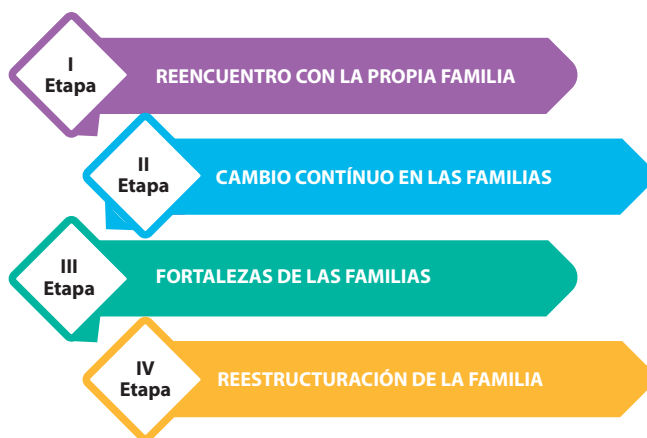
En su modelo metodológico, el Proyecto Orientando Familias (Villarreal, Villanueva y Villalobos, 2020), propone y ejecuta procesos de Orientación que han sido probados mediante las experiencias de capacitación y ejecución de proyectos de Orientación a las familias y la realimentación por parte de las personas facilitadoras, durante varios años. En este contexto, como se mencionó en el capítulo III, cuando se hace referencia al término proceso lo estamos entendiendo como la estructura que se propone y sobre la cual las personas facilitadoras organizan, de forma secuencial y continua, cierta cantidad de etapas que están concebidas de forma lógica, coherente entre sí y que son complementarias. Estas fases o etapas expresan en frases cortas, pero precisas, el progreso y desarrollo que tendrán las intervenciones dirigidas a los sistemas familiares, para su elaboración es imprescindible un fundamento teórico y un propósito general que las guíe.

Su construcción requiere de sencillos pasos, al inicio será necesario definir un propósito general y las metas concretas por alcanzar (propósitos específicos). Seguidamente se redactarán a modo de títulos o enunciados cortos las fases o etapas que se consideren necesarias, luego se definirán cuántas sesiones se requieren para abarcar cada una (ver Figura 4). Posteriormente, se realizará el plan de cada sesión para alcanzar el objetivo propuesto. Su función es guiar a quienes facilitan, pues va evidenciando su secuencia al indicar un punto de partida y uno de llegada.

*Figura 4. Ejemplo A. Proceso de Orientación Familiar realizado por el equipo del POF (2013).*

**PROCESO  
CRECIENDO EN FAMILIA-POF-UNA**

Propósito: Promover estilos de convivencia saludable en familias con adolescentes.

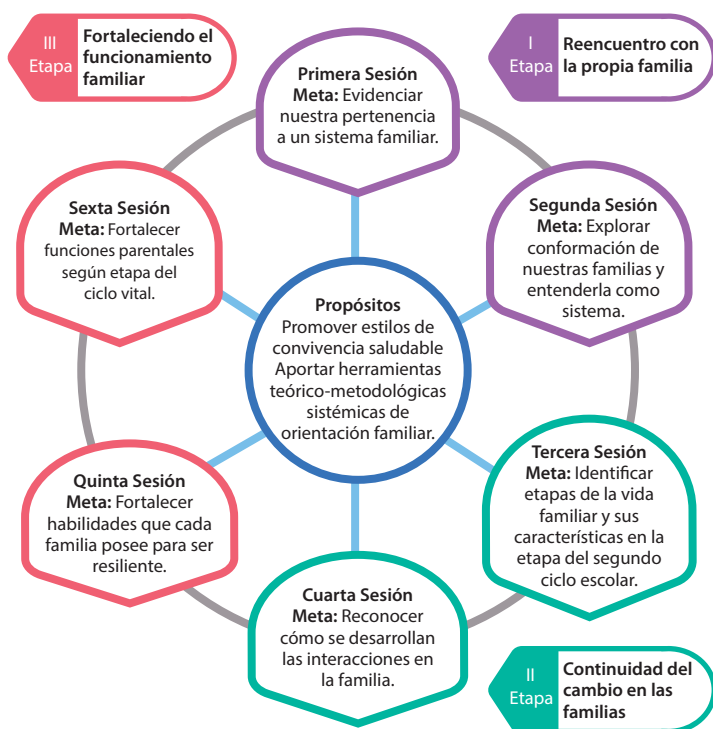


*Fuente. Creación propia.*

En la experiencia del POF, para construir procesos de Orientación Familiar ha sido indispensable un primer paso, el estudio permanente, la comprensión y la aprehensión de los principios de la teoría sistémica, desde los cuales se logra planificar y ejecutar capacitaciones mediante talleres centrados en comprender la diversidad de los sistemas familiares y su funcionamiento. El fin último de cada proceso es posibilitar con fluidez la construcción de un proyecto sistémico –plan de Orientación– dirigido a las diferentes familias de instituciones o comunidades (ver Figura 5).

Aunque las necesidades de adaptación y convivencia de los sistemas familiares suelen ser comunes y frecuentes, están determinadas, entre otras circunstancias, por el momento y las tareas de vida por las que atraviesan. En consecuencia, cada proceso de intervención en Orientación Familiar es único en la medida que se adecúe a la realidad de cada contexto.

*Figura 5. Ejemplo B. Proceso de Orientación Familiar realizado por el equipo del POF.*



*Fuente. Creación propia.*

Por ejemplo, el proceso de Orientación Familiar realizado por un equipo de facilitadoras de la Escuela Ramón Hernández de Heredia centro (Barrantes y Turcios, 2011), se basó en los principios sistémicos que venían estudiando en una capacitación a cargo del equipo del POF y tomaron en cuenta la realidad y las prioridades institucionales. Los fundamentos teóricos considerados fueron:

- La estructura y el funcionamiento familiar
- Etapas de vida familiar
- Tareas parentales
- Adaptación
- Modelos de relación
- Subsistemas
- Roles y reglas
- Metas familiares

Las facilitadoras, en este caso, elaboraron un proceso de tres etapas: -I Conozco mi familia, -II Comunicación, -III ¿Cómo nos ponemos de acuerdo? Estas fases fueron precedidas del propósito general enfocado en el acompañamiento a las figuras parentales en sus tareas (Figura 6).

Figura 6. Ejemplo C. Proceso de Orientación Familiar.

**PROYECTO PARA FAMILIAS,  
ESCUELA RAMÓN BARRANTES, 2011.**



Fuente. Tomado y adaptado de Barrantes y Turcios (2011).

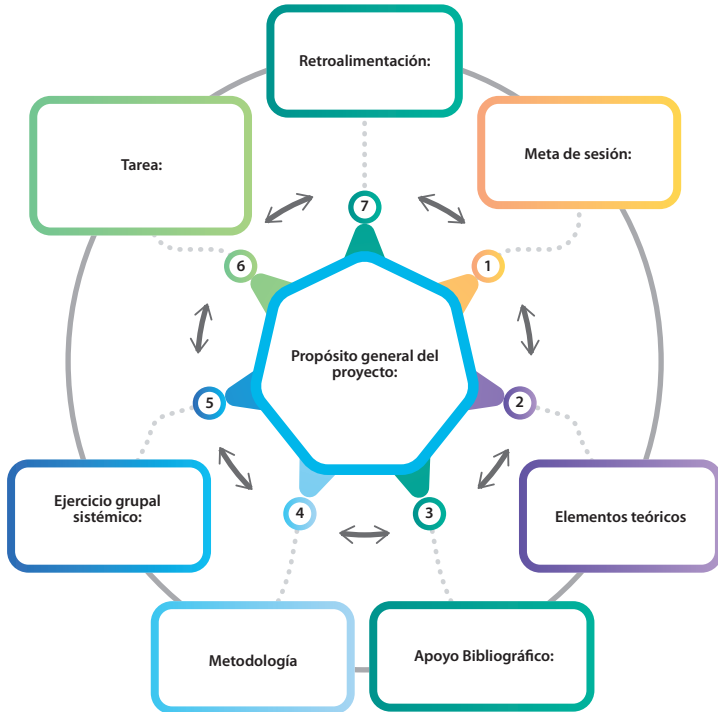
Al tener claridad y haber escogido los fundamentos teóricos-metodológicos se determinaron los propósitos con base en los cuales se creó este proceso de Orientación Familiar; se establecieron las fases o etapas y se definió el número de sesiones que fueron necesarias para abarcar cada una, luego se operacionalizó con la elaboración de planeamientos circulares.

### **c. El planeamiento circular**

Con la finalidad de establecer coherencia entre la teoría y la práctica sistémica, el POF creó un planeamiento circular (ver Figura 7) mediante el cual se evocan dos principios sistémicos: la permeabilidad y la circularidad. El primero hace referencia a la posibilidad de implementar cambios y la segunda explica la interacción que existe entre las partes de un todo, en este caso entre cada uno de los elementos del planeamiento. Desde esta perspectiva, un plan es un sistema (el todo) compuesto de partes que se influyen mutuamente, por lo tanto, una variación en alguna de ellas tiene incidencia en las otras y afecta la alteración original, con ello se expresa la concepción del pensamiento circular.

Figura 7. Planeamiento circular.

**Universidad Nacional**  
**Proyecto Orientando Familias, DET-CIDE**  
**Planeamiento circular.**



*Fuente. Creación propia.*

Los planeamientos tienen como función guiar a las personas facilitadoras en la construcción y puesta en práctica de los planes de Orientación a las familias, por ello, lo más recomendable es elaborar por cada sesión programada un planeamiento circular. Como se observa

en la Figura 7, en el orden de los números del reloj, se especifican las partes o elementos que conforman cada uno de los planes:

1. La meta: para cada una de las sesiones se determina una meta, esta se desprende del propósito general, que viene a ser el específico de la sesión. Debe ser redactada de forma clara y muy concreta, factible de realizar. Para estar en coherencia con el enfoque sistémico se recomienda usar verbos que impliquen interacción, tales como: representar, compartir, re-encuentrar, construir, relacionar.
2. Los elementos teóricos: en este punto se contemplan los principios teóricos (contenidos) relativos al posicionamiento sistémico y al desarrollo familiar con los que se pretende trabajar.
3. El apoyo bibliográfico: se anotan las referencias del material en el cual apoyamos teóricamente lo planeado y que nos sirve de guía en la facilitación.
4. La metodología: es de suma importancia considerar estrategias sistémicas que promuevan la experiencia vivencial, los espacios de reflexión personal y grupal, así como de oportunidades de reencuentro con la propia familia, la construcción y la reconstrucción de los patrones interaccionales. De forma complementaria, esta metodología planteada se distingue por ser relacional, requiere de características, habilidades particulares en el rol facilitador debido a que se facilita para el cambio.
5. El ejercicio grupal sistémico: acá se especifican las estrategias y las técnicas a utilizar como medios para cumplir la meta propuesta en la sesión. Por

ejemplo, las preguntas circulares son sugeridas de utilizar cuando la sesión se encuentra en su etapa más productiva, ya que sus respuestas requieren de una reflexión más interaccional, con lo cual se identifica mayor información clave desde dónde posibilitar cambios. No se quedan en respuestas lineales dicotómicas, de sí o no, debido a que deben reconocer aspectos más globales de la escena para referirse al dónde, cuándo y cómo se da una circunstancia en la relación. No se recomienda recargar las sesiones de actividades, lo importante es utilizar técnicas que permitan alcanzar el logro de la meta propuesta y favorezcan la interacción.

6. La tarea: se refiere a aquellas actividades solicitadas para trabajar fuera de la sesión, generalmente entre una sesión y otra. Son acciones complementarias de mucho valor para la toma de conciencia, la observación, el autoconocimiento de la historia familiar y de los aportes de las generaciones pasadas, el reconocimiento de las particularidades de las interacciones del propio sistema familiar, sus fortalezas y oportunidades de tomar decisiones que estarán relacionadas con la meta de cada sesión.
7. La Retroalimentación: este elemento es indispensable, como parte de todo proceso de intervención educativo es preciso evidenciar los resultados de la sesión. Su fin es valorar los alcances e implementar mejoras en relación con la meta para próximas sesiones. Así se enriquece el futuro encuentro, cuya meta ha determinado la vivencia de la sesión anterior, lo cual genera lo que se conoce como bucle de realimentación. Para realizar esta valoración se eli-

ge con pertinencia alguna técnica que complemente el trabajo realizado en el momento que llamamos cierre; la información que aporte, ya sea de forma escrita, oral o la obtenida por la observación, servirá de insumo para integrarla a la vivencia total de la sesión junto a los elementos teóricos tratados con el fin de que, quienes facilitan, tomen decisiones para la planificación siguiente.

#### **d. Crónica de cada sesión**

Finalizada la ejecución de cada sesión, es recomendable para el equipo facilitador completar una crónica de la vivencia, la cual permite la reflexión guiada y el análisis de lo sucedido a partir de la observación de las reacciones y opiniones escritas u orales de las personas participantes, la implementación en la práctica de principios sistémicos, de los elementos metodológicos y del desempeño profesional. El siguiente prototipo de crónica puede guiarle, es el que hemos utilizado y mejorado a lo largo de nuestra experiencia profesional (ver Figura 8).

*Figura 8. Instrumento para realizar la crónica del Proyecto de Orientación Familiar.*

Universidad Nacional, Costa Rica  
CIDE-DET  
Proyecto Orientando Familias



**Crónicas de la sesión N°:** \_\_\_\_\_

Nombre de la sesión: \_\_\_\_\_

Lugar: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Total de participantes: \_\_\_\_\_

Hora de inicio: \_\_\_\_\_ Hora de finalización: \_\_\_\_\_

Facilitadores (as): \_\_\_\_\_

**LOGROS**

<b>Descripción de cada logro</b>	Incluir citas etnográficas y descripción de acciones basadas en observaciones realizadas con apoyo a lo elaborado
<b>1. DEL PROCESO PLANIFICADO:</b> Anotar ¿Cuál fue el avance en relación al proceso planteado? ¿Por dónde quedó el proceso? ¿Logra concluirse?	
<b>2. DE QUIEN FACILITÓ:</b> Comentar la percepción de la vivencia sobre la facilitación realizada y aspectos por mejorar.	
<b>3. DEL ENFOQUE UTILIZADO:</b> Se refiere a los elementos del enfoque que se tomaron en cuenta y que considera hace falta incluir en próximas experiencias.	
<b>4. DE LAS PERSONAS PARTICIPANTES</b> Principales logros mencionados, que hayan sido incorporados o mencionados como importantes (cambios pequeños o grandes) y directamente relacionados con el objetivo de la sesión.	
Modificaciones que se realizaron: Limitaciones: Asuntos pendientes: Comentarios:	

*Fuente. Creación propia.*

## **Ejes temáticos posibles a considerar**

Las temáticas que se proponen para desarrollar el trabajo con las familias realmente son transversales, ya que son el fundamento teórico que facilita la comprensión de la dinámica de los sistemas familiares y respalda la metodología propuesta. En este modelo de trabajo no se da prioridad a los contenidos o conceptos teóricos, se centra en la implementación de los tres principios de intervención: aprendiz-facilitar, cambiar-facilitar y multiplicar-multiplicar, dando énfasis a los procesos relacionales que evidencian cómo las conductas resultan de las interacciones entre las personas en un entorno particular.

Los temas a elegir están determinados por los propósitos generales y las metas de cada plan de Orientación para las familias, así como de los elementos teóricos seleccionados. Desde el enfoque que nos ocupa, algunos ejemplos de las temáticas básicas que más se utilizan desde el posicionamiento sistémico son:

- Familias como sistemas.
- Sistema y subsistemas.
- Visión interaccional de la familia.
- Pertenencia e historia familiar.
- El cambio en la familia: ciclo vital familiar.
- Dinámica familiar: comunicación, poder, cohesión (vínculos afectivos, límites y reglas).
- Patrones de interacción.
- Principios sistémicos: orden, equilibrio y pertenencia.

## **Ejemplo de un plan de Orientación para las familias (POFA)**

### *El proceso y sus planeamientos circulares*

Un plan de Orientación para las Familias incluye acciones educativas y contiene varios aspectos necesarios para su ejecución, los cuales son imprescindibles para su éxito. A continuación, les presentamos un esquema de los elementos a tomar en cuenta, los cuales fueron descritos con anterioridad en página 113 y que son propuestos en dos vías: primero, como escrito formal de presentación del proyecto (POFA) a la instancia, organización o grupo social y segundo, como un informe de sistematización que permita el registro de lo realizado. Esto es de mucha utilidad para sistematizar la experiencia, para realizar informes evaluativos laborales, así como para tenerlos listos para futuras réplicas del POFA.

### *Aspectos que se sugieren deberían incluirse en el documento de presentación de un Plan de Orientación para Familias*

#### *Parte I. Información general*

- Portada
- Título del proyecto
- Nombres de las personas del equipo facilitador
- Tabla de contenidos

## ***Parte II. Introducción***

- Contextualización de la institución, nombre completo y tipo de escuela o institución (ubicación geográfica –dirección exacta– y aspectos relevantes de la comunidad donde se encuentra inmersa).
- Justificación de la ejecución del proyecto en la institución.

## ***Parte III. Referente teórico***

- Principios teóricos en los que se basa la intervención. Debe aparecer explicado todo el referente teórico de los contenidos del proceso a aplicar, ya que servirá de insumo y consulta previo a la ejecución de cada una de las sesiones.

## ***Parte IV. Metodología***

- Naturaleza del proyecto (¿Qué se realizará?).
- Lugar donde será ejecutado.
- Apoyos de la administración, empresas, comunidad, familias participantes y Universidad Nacional.
- Caracterización o perfil del equipo facilitador: ¿Quiénes son?, ¿con qué fortalezas personales y profesionales cuentan?
- Destinatarios/beneficiados del proyecto (¿A quiénes es dirigido?). Perfil sociodemográfico de la población a la que va dirigida la intervención (o sea padres/madres y/o encargados (as) de familia). Para efectos de evidencias del trabajo realizado, es recomendable adjuntar los datos generales que representan al grupo participante (por ejemplo: edades,

estado civil, lugar de residencia, personas con quienes viven, conformación familiar).

- Cronograma (fechas y días de ejecución).
- Descripción del proceso de Orientación por realizar, anotar: propósito general y metas (presentarlo en diagrama circular como se ha expuesto en este libro).
- Número de sesiones, duración.
- Planeamientos circulares completos con sus respectivos apéndices (descripción más específica de los ejercicios sistémicos realizados).

### ***Parte V. Sistematización de la experiencia***

(Recomendamos escribir este apartado al concluir la ejecución del POFA con el fin de poder contar con el registro valioso de la experiencia realizada y de su análisis, como realimentación para futuras prácticas).

- Crónicas de cada sesión.
- Análisis global de todas las sesiones del proceso ejecutado con base en las crónicas realizadas. En este punto se espera que en forma de prosa se unificquen los resultados de la intervención realizada; se tratan de apreciar los alcances de manera general que fueron sucediendo en cada una de las sesiones y que pueden ser sustentados por la teoría utilizada y frases etnográficas (textuales que mencionaron las personas participantes durante los talleres realizados). Una idea es que se presenten bajo las siguientes categorías de logros:

- Crecimiento del grupo en cada una de las sesiones
- Del equipo facilitador
- De las familias participantes
- Del enfoque
- De la metodología
- Personales (de cada facilitadora)

### ***Parte VI. Conclusiones y recomendaciones***

- Conclusiones obtenidas con la experiencia.
- Recomendaciones para próximas intervenciones con grupos familiares.

### ***Parte VII. Referencias y Apéndices***

- Referencias bibliográficas utilizadas
- Fotos
- Hojas de inscripción (información inicial) completadas, ya sea por facilitadores o por las personas participantes del proyecto.
- Documentos o materiales elaborados por los/las participantes en los talleres.

A continuación, se presenta uno de los procesos de Orientación con sus respectivas etapas, a modo de ilustración de lo que se ve viene planteando para mayor claridad de la propuesta. Este se denominó: “Construyendo familias” y fue ejecutado por el POF en años anteriores. Para una mayor comprensión, se comparten los planeamientos circulares para cada etapa y sesión. El propósito

general de este proceso de Orientación Familiar consistió en: favorecer la revisión de la convivencia relacional para una construcción de vínculos que beneficien la vida de las familias. Además, se agrega un apartado con técnicas, estrategias o ejercicios sistémicos que podrían ser de utilidad en la ejecución de los procesos de Orientación Familiar.

Las etapas propuestas y los elementos a trabajar fueron:

***I etapa: Reencuentro con la propia familia***

- La familia como sistema y su conformación
- Pertenencia familiar

***II etapa: El cambio en las familias***

- Etapas de la vida en familia
- Interacción familiar

***III etapa: Fortalezas de las familias***

- Funciones parentales de acuerdo con la etapa del ciclo vital familiar
- Habilidades resilientes de la familia

El proceso antes mencionado se observa en la plantilla circular (ver Figura 9); en el centro se describe el propósito general de POFA y las siluetas externas representan cada una de las sesiones, en su interior contienen las metas por alcanzar. Nótese que los colores de las siluetas indican la etapa a la que pertenece cada una de las sesiones.

*Figura 9. Proceso de Orientación Familiar:  
Construyendo familias.*



*Fuente. Creación propia.*

## **Planeamientos circulares elaborados para la ejecución del proceso Construyendo Familias**

A continuación, se presenta el planeamiento circular de cada una de las sesiones del proceso de Orientación presentado, en el que encontrará: la meta de la sesión, los elementos teóricos a tratar, el apoyo bibliográfico específico para cumplir la meta, el tipo de metodología propuesta, los ejercicios grupales sistémicos, las tareas para reforzar los aprendizajes y una retroalimentación que permita conocer las percepciones de lo gestionado en cada participante del taller.

Figura 10. Planeamiento circular. I sesión, temática:  
Las familias como sistemas.

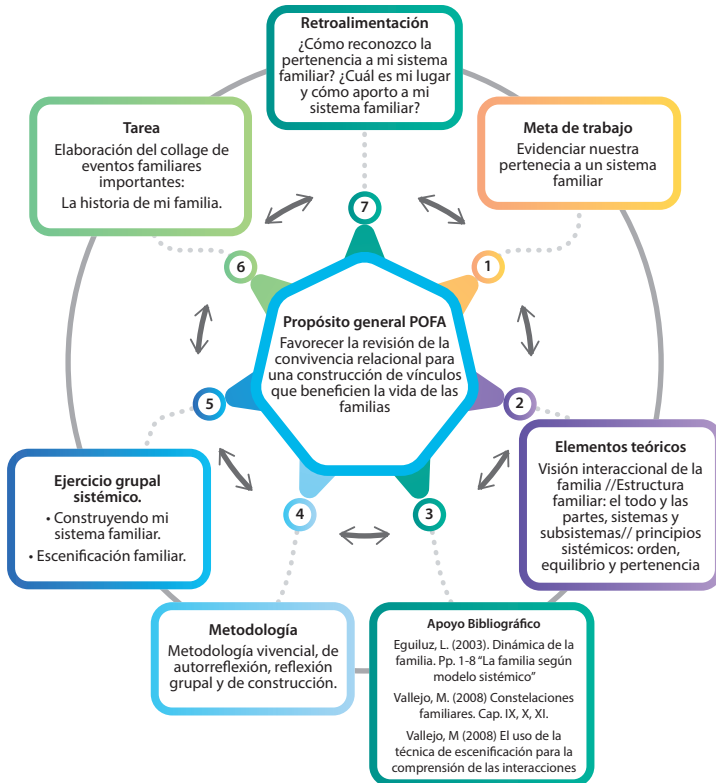
**Universidad Nacional**  
**Proyecto Orientando Familias, DET-CIDE**  
**Planeamiento I sesión.**



Fuente. Creación propia.

*Figura 11. Planeamiento circular. II sesión, temática: Visión interaccional de la familia; sistemas y subsistemas y principio sistémico; pertenencia.*

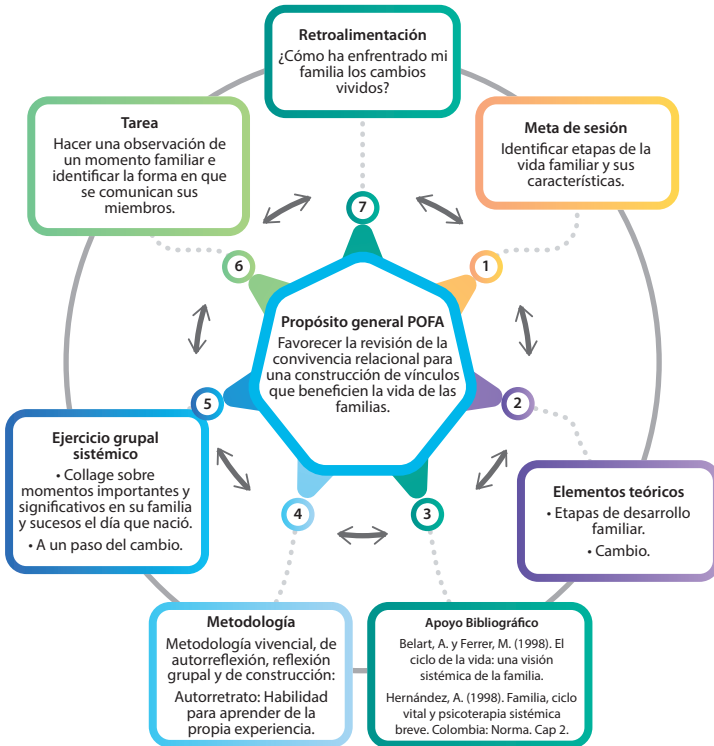
**Universidad Nacional**  
**Proyecto Orientando Familias, DET-CIDE**  
**Planeamiento II sesión.**



*Fuente. Creación propia.*

Figura 12. Planeamiento circular: III sesión, temática: Cambio en las familias: etapas de vida familiar.

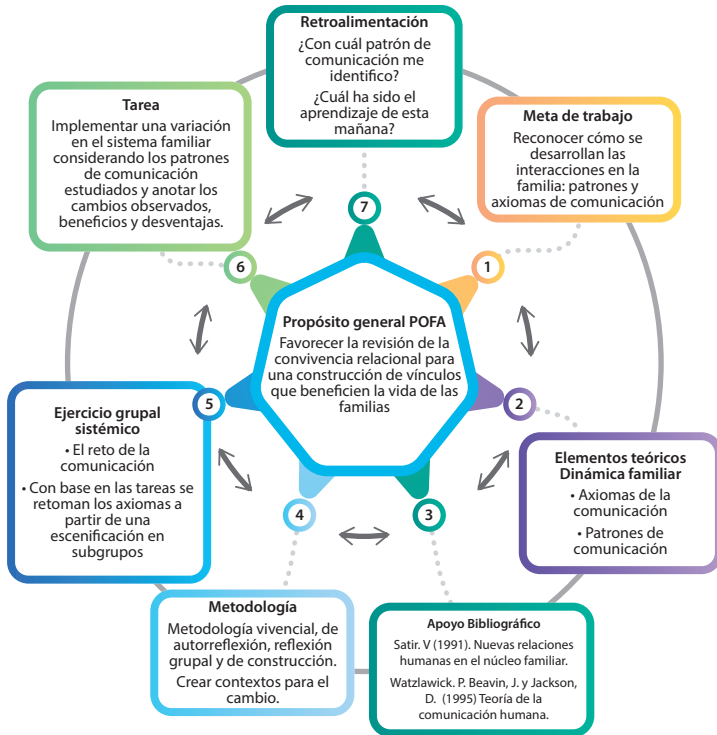
**Universidad Nacional**  
**Proyecto Orientando Familias, DET-CIDE**  
**Planeamiento III sesión.**



*Fuente. Creación propia.*

Figura 13. Planeamiento circular: IV sesión, temática: Interacciones familiares; axiomas y patrones de comunicación.

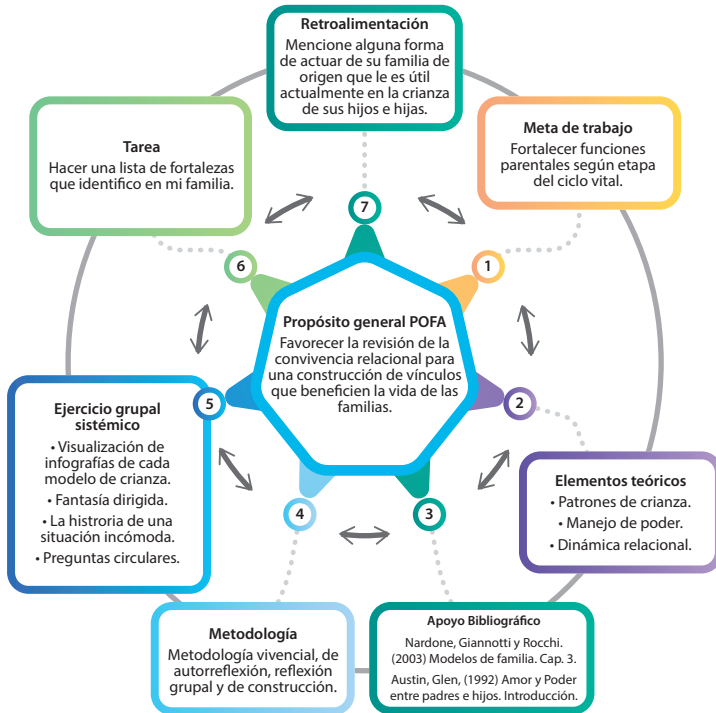
**Universidad Nacional**  
**Proyecto Orientando Familias, DET-CIDE**  
**Planeamiento IV sesión.**



*Fuente. Creación propia.*

Figura 14. Planeamiento circular. V sesión, temática: Funciones parentales y maternas; patrones de crianza.

**Universidad Nacional**  
**Proyecto Orientando Familias, DET-CIDE**  
**Planeamiento V sesión.**



*Fuente. Creación propia.*

Figura 15. Planeamiento circular: VI sesión, temática: Fortalezas familiares; adaptabilidad, género afectividad y resiliencia.

**Universidad Nacional**  
**Proyecto Orientando Familias, DET-CIDE**  
**Planeamiento VI sesión.**



*Fuente. Creación propia.*

Los planeamientos circulares son una valiosa herramienta para desarrollar el POFA, pues permiten visuali-

zar de forma sistémica lo que se piensa realizar. Favorece observar la vinculación entre los diferentes momentos, tanto del planeamiento previo, como su ejecución en el taller y lo que queda pendiente para la siguiente sesión. Puede acompañarse de una agenda que señale las horas en que cada ejercicio sistémico se realizará, así como, entre otros aspectos a tomar en cuenta, los materiales requeridos para su aplicación.

En cada planeamiento se puede visualizar el propósito general del POFA y la meta específica de la sesión; de modo que se dé seguimiento a la vinculación de las partes del proceso orientador. Los planeamientos presentados constituyen un ejemplo para aquellas personas lectoras que requieran organizar un plan o proyecto de Orientación a familias en su grupo, comunidad o institución.

## **Estrategias, técnicas y ejercicios sistémicos para el trabajo en Orientación Familiar**

En la construcción de la metodología con fundamento sistémico, es importante retomar algunas herramientas que son de gran utilidad en el cumplimiento de las metas y que son aportadas por diferentes enfoques sistémicos. La escogencia de las herramientas a utilizar requiere de la claridad en la teoría y epistemología que guíen los esfuerzos para poder proponer una estrategia. El Plan de Orientación Familiar contiene las metas que se quieren lograr con la familia con la cual se trabaja. Para el cumplimiento de estas, se utilizan técnicas, estrategias y ejercicios, como esos recursos que llevan a logros concretos. En este apartado se compartirán algunas de las que han sido más utilizadas en el Trabajo del Proyecto Orientando Familias.

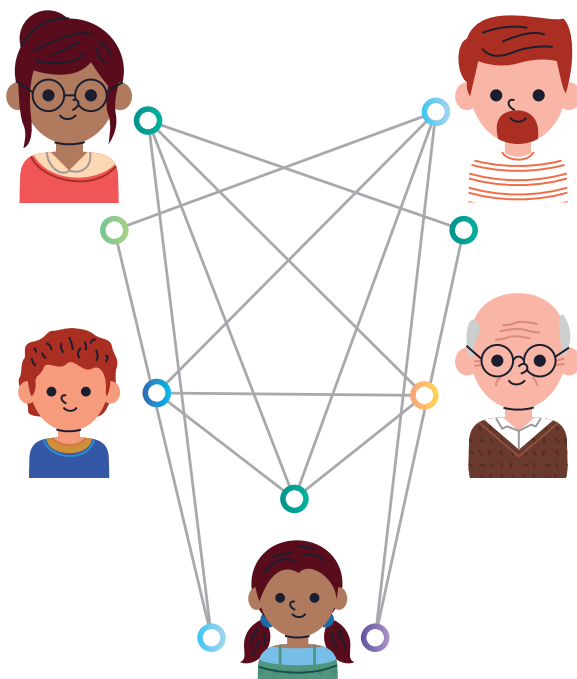
### **El mapa familiar**

Es una técnica que se basa en la observación del profesional de ayuda en el primer encuentro con la familia. Permite identificar una estructura física de la familia en la que se reflejan las interrelaciones emocionales que se comparten, lo cual muchas veces es invisible pero sí existente (Satir, 2005).

El mapa, además, facilita la observación de aspectos como los siguientes: ¿cómo se ubican los miembros de la familia en el espacio físico de la reunión?, ¿quién se sienta a lado de quién, qué cercanía y lejanía física

hay entre ellos, hay alguien que está apartado?, ¿quién habla más, cómo reaccionan los demás ante sus comentarios?, ¿quién es el que menos interviene?, ¿se observa a alguien apoyando continuamente a otro o contradiciendo?, ¿hay triángulos relacionales que se observen?, ¿alianzas? Estas y otras preguntas permitirán tener una idea de la estructura familiar a la cual se atiende y de las relaciones que comparten, lo que permitirá proponer objetivos de trabajo familiar (ver Figura 16).

*Figura 16. Ejemplo de mapa familiar.*



*Fuente. Tomado y adaptado de Satir (2005).*

## El genograma

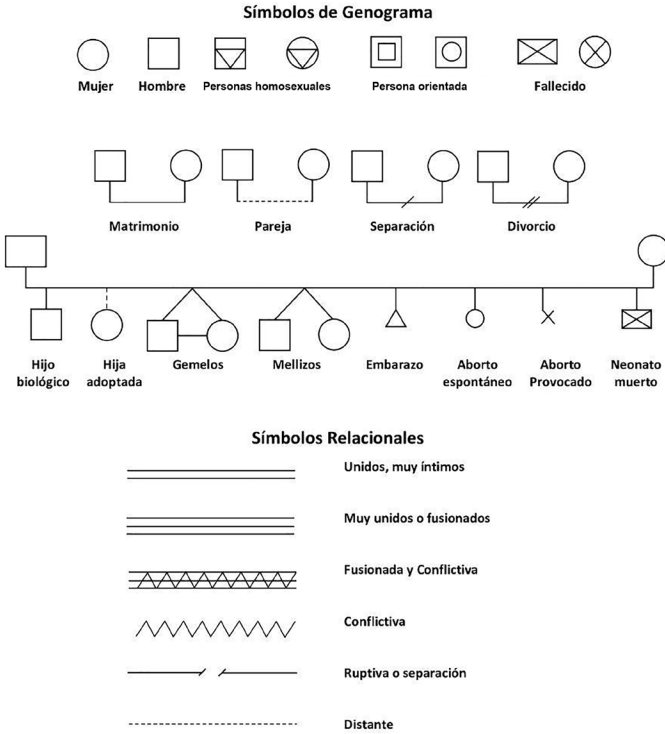
El genograma es una técnica de representación gráfica de una familia utilizada en diferentes áreas disciplinares. Toma en cuenta la información de al menos tres generaciones (Ochoa, 2004). En este, se puede observar la estructura de la familia, así como las relaciones que sobresalen; también datos demográficos (edades, fechas de nacimiento, uniones matrimoniales, divorcios, mudanzas, muertes, ocupaciones, entre otros), las repeticiones de pautas en las diferentes generaciones, sucesos familiares importantes, alianzas y triángulos que se presentan en los vínculos.

El genograma tiene la virtud de que cuando la persona profesional de ayuda lo elabora, con la familia o con un miembro de ella, no solo permite recoger la información de forma gráfica, sino que también, mientras esto se lleva a cabo, hay cierto nivel de intervención porque la persona orientada observa las relaciones y puede comprender el por qué de algunos vínculos y la repetición de pautas conductuales en diferentes generaciones, entre otros elementos familiares.

Se sugiere que la persona profesional que elabora el genograma ubique cronológicamente los eventos significativos de la familia para que pueda comprender cómo se ha ido gestando la historia familiar y que sea acompañado con una ubicación del contexto más amplio en el que se desarrolla; por ejemplo, una situación política particular o un evento a nivel mundial. De esta forma, se podrá comprender mejor el funcionamiento familiar.

El registro de la información se da mediante símbolos, como los que se observan en la Figura 17, tanto para las personas como para las relaciones. También se pueden hacer anotaciones informativas al margen del gráfico o en una hoja separada.

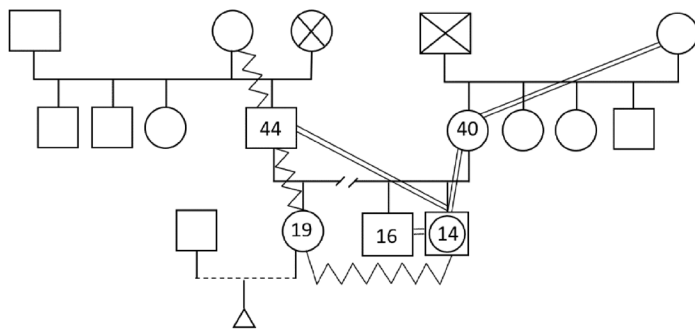
Figura 17. Símbolos para la elaboración del genograma.



Fuente. Tomado y adaptado de Ochoa (2004)  
y EDUVIC (2019).

El siguiente genograma es un ejemplo construido a partir de la vivencia de una mujer de 14 años, quien es la persona a quien se atiende en la relación de ayuda (persona orientada). Tiene un hermano de 16 años y una hermana de 19 años que está embarazada de una pareja con quien no está casada. Sus progenitores están divorciados. La madre de la joven tiene dos hermanas y un hermano. Su abuela materna está viva pero su abuelo no. Por otra parte, su padre es hijo único de sus abuelos, pero su abuela paterna murió y el abuelo se volvió a casar; tuvo dos hijos y una hija del nuevo matrimonio. La joven tiene una relación cercana con su madre, padre y hermano, pero la relación con su hermana mayor es conflictiva. Su madre tiene una relación cercana con la abuela. El padre de la joven tiene dificultades en la relación con su hija mayor y también con la segunda esposa de su padre.

*Figura 18. Ejemplo de genograma.*



*Fuente. Creación propia.*

El genograma es una técnica muy útil y como tiene un uso generalizado en diferentes disciplinas, permite a

profesionales que lo observen, tener un reconocimiento visual, claro y concreto de la familia en estudio. Es importante anotar que para la realización de esta técnica existen algunas aplicaciones de software, creadores de genogramas que podrían ser de mucha utilidad.

## **La escenificación**

Esta técnica es muy útil para trabajar la dinámica familiar. De acuerdo con EDUVIC (2019), se puede utilizar desde tres objetivos:

- Observar las interacciones cotidianas, descubriendo sus reglas de organización familiar e identificando aquellas que se deben trabajar.
- Sugerir episodios que provoquen dificultades relacionales para evidenciar la necesidad de realizar ajustes.
- Proponer y ensayar nuevas opciones de interacción familiar.

Para la ejecución de la técnica, la persona orientadora puede pedir a la familia que represente una ocasión en particular, por ejemplo, la organización de tareas del hogar en un día cualquiera. También se pueden invertir los roles, pidiendo a la prole que actúe como los progenitores y viceversa, así se puede observar la visión que cada miembro tiene de la situación. Posterior a la escenificación se analiza lo escenificado y se proponen alternativas relacionales más saludables, las cuales se pueden ensayar con la misma técnica.

Una ventaja que tiene la escenificación es que permite tener una idea más veraz de la dinámica familiar, pues no es lo mismo hablarlo que vivirlo. Además, no depende solo de la expresión verbal, sino que usa la actuación como medio de expresión y todas las personas implicadas pueden participar.

## **Preguntas circulares**

El enfoque sistémico del grupo Milán propone la entrevista circular, como una estrategia de intervención que puede generar cambios en los grupos familiares. Ochoa (2004) presenta cuatro tipos de preguntas: lineales, circulares, estratégicas y reflexivas. Las preguntas lineales se refieren a aquellas dirigidas a recabar información sobre la situación conflictiva, son específicas y se pueden contestar de forma concreta. Algunos ejemplos de preguntas lineales pueden ser: ¿cuál es el problema? ¿Desde cuándo se presenta? ¿Por qué cree que se presenta esta situación?

En la entrevista circular se encuentran las preguntas circulares, las cuales son una herramienta de trabajo para la persona orientadora cuyo objetivo prioritario está en descubrir aspectos relacionales de los miembros de la familia. Para lograr este propósito, se realizan preguntas que ubican a cada miembro de la familia en observador de los otros, de este modo les preguntan sobre los pensamientos, sentimientos, reacciones de los demás y con ello, descubren las diferencias en sus puntos de vista. La idea es que, a través de las preguntas circulares, más que conocer las causas del conflicto, la familia descubra su relación vincular, nexos en los eventos que se presentan,

a la vez que tome consciencia de la necesidad de los cambios que requiere realizar.

Esta técnica se desarrolla bajo los supuestos de causalidad (la persona orientadora se propone una hipótesis sobre la situación familiar y procura descubrir su veracidad o no), circularidad (no se centra en la información que brindan las personas en sí mismas sino de lo que observa en otros y sus vinculaciones) y neutralidad (capacidad de la persona profesional de ayuda para mantenerse imparcial con los miembros de la familia). Algunos ejemplos de preguntas circulares son: “¿Cuándo?” “¿Dónde?” “¿Quiénes...?” “¿En qué momento...?” “¿Qué hace su mamá cuando su papá...?” “¿Qué hace su hermana cuando usted...?” “¿Cómo reacciona su mamá cuando usted...?”

Las preguntas estratégicas son más directivas y tienen una connotación de corrección. Esto podría significar que las personas se sientan incómodas con su uso confrontativo, pero para algunos sistemas familiares es necesario generar una reacción que les ayude a movilizarse. Algunos ejemplos son: “¿Por qué no expresa su enojo a su esposo en lugar de desquitarse con los niños?”, “¿Es consciente que su conducta... genera... en su familia?”

Las preguntas reflexivas buscan motivar a la familia a generar nuevas opciones para enfrentar su dificultad, mediante la valoración de su sistema de creencias. Hay varios tipos, algunos de ellos son las relacionadas al futuro, por ejemplo: “si las cosas siguen igual, “cómo será la relación entre ustedes en dos años?” También se encuentran las preguntas con una sugerencia implícita

como: “¿Qué sucedería si en lugar de... usted...?” Las preguntas como técnica interfieren en la dinámica familiar buscando que haya una reflexión de sus vivencias y se generen nuevos vínculos más nutritivos.

## **Redefinición y encuadre**

Cada familia tiene una percepción respecto a su situación; al mismo tiempo que esa percepción puede diferir entre sus miembros. Esta técnica busca promover el cambio y ofrece un ángulo distinto al que presenta la familia. Un ejemplo de ello podría ser que, como persona facilitadora, le expresemos: “Las constantes discusiones que tienen son muy desgastantes, pero parecen mostrar un interés por conversar sobre las dificultades, porque les importa y desean resolverlas; por eso hay que trabajar mejor la comunicación”.

Es frecuente que las familias definan a una persona como “el problema”; mediante esta técnica se puede redefinir y en lugar de centrarse en lo individual, visualizar la situación como un aspecto relacional dentro del sistema familiar. Por otro lado, a través de la redefinición y el encuadre se pueden resaltar los recursos que el sistema posee y son opacados por sus conflictos.

## **Metáfora**

La metáfora es una comparación con otro elemento con el que se tiene alguna similitud o, quien la usa, crea la relación. Es una técnica que se puede usar en Orientación Familiar para ofrecer una interpretación que se hace

de la situación que se plantea. Tiene como objetivo que la comprensión de la familia sobre su situación sea más sencilla y menos amenazante, evitando el desarrollo de defensas, pues los comentarios se perciben menos directos. La metáfora como técnica sistémica puede favorecer la conversación sobre ciertos temas que son difíciles de abordar. Por ejemplo, si una orientada dice: “en mi niñez, vivimos bajo una nube gris”, entonces se podría retomar esta metáfora para investigar sobre la situación y percepción al respecto.

Algunas posibles preguntas por hacer son: “¿Cuándo apareció esa nube?” “¿Cuándo se ponía más gris?” “¿Siempre estaba presente?” “¿En qué momento se percibía menos oscura?” Otro ejemplo puede utilizarse en el caso de una persona que se siente poco apoyada en su relación de pareja. Con el fin de facilitarle mayor confianza para expresarse al sentirse comprendida, podría decirsele, “se siente como remando sola contra corriente”. Las metáforas también pueden abrir camino para generar cambios en la familia, posibilitando expresiones como: “Parece que este invierno ha sido duro, pero se asoman algunos rayos de sol...”. El uso de la metáfora puede tener resultados muy provechosos, siempre y cuando se tenga un objetivo claro en su utilización y se esté atento a la percepción de la familia orientada al respecto.

## **Actividades populares y otras, utilizadas como ejercicios sistémicos**

El propósito de las técnicas es contribuir con el logro de metas que plantea el proceso orientador y concre-

tarlas en los planeamientos. Para ello, se pueden utilizar las técnicas que han sido propuestas por los diversos enfoques sistémicos, pero también la persona profesional en Orientación u otra disciplina puede echar mano de otros recursos que, con la base de una claridad epistemológica, puedan ser de mucha utilidad. A estos recursos los hemos llamado ejercicios sistémicos. Se comparten algunos que fueron adaptados y utilizados en el Proyecto Orientando Familias.

## **Tejiendo nuestro origen**

Actividad popular La telaraña (Vargas y Bustillos, 1984) que se adaptó a un ejercicio sistémico.

### ***Propósitos:***

- ✓ Presentación
- ✓ Integración del grupo
- ✓ Reflexión acerca de la influencia de la familia y la importancia de las interacciones de las personas dentro de ella.

### ***Materiales:***

- ✓ Ovillo de lana

### ***Descripción:***

Las personas participantes se colocan de pie formando un círculo. A una de ellas se le entrega el ovillo de lana, y luego tiene que decir al grupo:

“Yo soy... (brindar información personal deseada)”.

“La historia de mi nombre es (por qué tiene ese nombre)”.

Luego, toma la punta de la lana y lanza el ovillo a otra persona, quien debe continuar la presentación. Se continúa la acción hasta que todos hayan participado. Al final quedan enlazados por una “telaraña de lana”. Cuando la última persona participante se ha presentado, debe regresar el ovillo a la persona que se presentó antes y decir los datos de esa persona.

Se continúa el proceso inverso de la lana hasta terminar con el participante que dio inicio. Después de la actividad, el o la facilitador/a retoma la experiencia vivida y resalta la importancia e influencia de la familia en nuestras vidas, la dinámica generada en el grupo y sus similitudes con las relaciones familiares.

## **La historia de mi familia**

Se utiliza el collage o línea del tiempo, la cual es una técnica popular que consiste en unir diferentes elementos, como podrían ser recortes, fotos, dibujos, entre otros.

### ***Propósito:***

- ✓ Reconocer la vida cíclica de las familias a través de la revisión personal de la propia familia.

### ***Materiales:***

- ✓ Hojas grandes o cartulinas
- ✓ Marcadores o lápices de color

- ✓ Goma
- ✓ Revistas
- ✓ Fotos familiares que se les haya pedido con antelación

### ***Descripción:***

Individualmente, las personas participantes elaborarán un collage (con revistas o dibujos) donde plasmarán los diferentes momentos por los que ha atravesado su familia. También pueden realizar una línea del tiempo. Primeramente, ubicará el momento que consideran el inicio de su grupo familiar. Luego deben pensar en diferentes eventos, considerados importantes, que han determinado cambios en la organización, estructura y responsabilidades en la vida familiar.

Con base en esos criterios, las personas participantes podrán hacer una clasificación de las etapas por las que han pasado como familia. Finalizado el trabajo, se comparte en subgrupos, con una facilitadora. Procurarán rescatar elementos en común identificados, eventos que hayan sido demarcadores, cambios percibidos a través de las diferentes etapas del ciclo vital familiar. Es importante recalcar el carácter cíclico y el movimiento constante en la familia.

## **El reto de la comunicación**

Basada en la técnica Juego de roles, mediante una dramatización, las personas representan un rol que se les ha asignado.

***Propósito:***

- ✓ Analizar los diferentes patrones de comunicación de Virginia Satir (ver pág. 74-75), simulando una situación de la cotidianidad familiar.

***Materiales:***

- ✓ Recurso Humanos

***Descripción:***

Luego de conocer los patrones de comunicación, se solicitará la participación de seis personas para realizar una dramatización sobre una situación de la cotidianidad familiar.

***Los roles a ser representados son:***

- ✓ Madre (acusadora)
- ✓ Padre (superrazonable)
- ✓ Abuela (aplacadora)
- ✓ Niño de preescolar (irrelevante)
- ✓ Hermana mayor (acusadora)
- ✓ Tía materna (niveladora)

***Variantes:***

- ✓ Escoger un séptimo personaje sin asignarle una posición o rol específico, ni conocer la situación presentada.

### ***Situación a dramatizar***

- ✓ Un día de la semana el niño de preescolar llega a la casa del kínder y lleva un recado en su cuaderno:

*“Buenos días don Raúl: su hijo Angelito hoy no hizo caso, golpeó a un compañero y no se mantuvo en su silla cuando se le pidió que se sentara a dibujar. Por favor hablar con él. Gracias”*

*LA MAESTRA.*

#### ***Parte 1:***

La representación se realiza y se graba en video. Se observa el video para retomar:

- ✓ Identificar eventos ocurridos en casa después de que el niño trae el recado.
- ✓ ¿Cuáles fueron los patrones que se lograron ver representados? Destaque sus características y repercusiones en el sistema familiar.

#### ***Parte 2:***

Se repite la dramatización pero las personas participantes asumirán el rol desde el patrón “nivelador” para hacer visible la diferencia, observando una forma más saludable y respetuosa de comunicarse. Se retoman los comentarios y se rescata que la práctica de los modelos no se debe categorizar como algo bueno o malo, solo representa cómo nos comunicamos. Su utilización es fluctuante, depende de nuestra autoestima y de la situación que se esté viviendo. No hay familia en la que todos sean niveladores siempre, sino que ese rol se mueve.

## **Fantasía dirigida: la historia de una situación incómoda**

Es una técnica en la que se invita a la imaginación a dirigirse hacia una escena en particular que es guiada por el facilitador o por la facilitadora.

### **Propósito:**

- ✓ Reflexionar sobre la dinámica familiar a través del análisis de una situación particular.

### **Materiales:**

- ✓ Recurso humano

### **Descripción:**

La persona facilitadora motiva a las personas a encontrar una posición cómoda, si hay posibilidad de estar al aire libre o acostados en el suelo, sería ideal y si no, en su asiento. Se narra: vamos a cerrar los ojos y respirar profunda y lentamente, escuchar el sonido de todo lo que nos rodea y vamos a dejar volar nuestra imaginación a algún tiempo atrás y recordar una ocasión en mi familia en la que experimenté una situación no muy grata para mí. Puede ser en mi familia de origen o en la familia que yo creé. Pensemos en esta situación incómoda... un problema... un inconveniente...

Esta situación me resultó incómoda o triste. Pienso qué fue lo que pasó... ¿Dónde estaba?... ¿Con quién estaba?... ¿Cuáles eran los sentimientos que experimenté?... ¿Qué me dijeron?... ¿Qué dije yo?... ¿Cómo era la comunicación entre nosotros en familia?... ¿Éramos ruidosos o gritones?, o, ¿hablábamos suavemente con

cuidado... o no hablamos mucho... le comenté a alguien lo que sentía?... ¿Tuve alguna consecuencia por lo que pasó?... ¿Qué es lo que más recuerdo?... ¿Sentí miedo de algo, de alguien?... ¿Alguien de mi familia se me acercó más... o alguien se alejó? ¿Qué reglas de la casa se vieron involucradas en esta situación, rompí alguna?... ¿Cómo era el manejo de reglas en mi casa... ¿Quién las ponía?... ¿Eran claras o se daban por entendido?... ¿Se hablaba de ellas?, ¿por qué sí o por qué no?... ¿Qué pasaba cuando teníamos diferencia?...

¿Logré conversar con mi familia al respecto o solo dejamos que pasara el tiempo? ¿Qué pasó con ese problema, se solucionó? ¿O solo pasó? ¿Tuvo alguna implicación en mi vida actual? ¿Influyó en algo? ¿Cómo lo veo ahora? Recuerdo respirar profundamente... lentamente... Recordemos que las familias perfectas son un mito. Nuestra familia es humana... tenemos dificultades, pero las dificultades nos ayudan a madurar y a crecer. “la vida solo puede ser comprendida mirando hacia atrás, pero ha de ser vivida mirando hacia adelante” (Kierkegaard). Regresamos aquí, continuamos respirando, escuchamos a nuestro alrededor y abrimos nuestros ojos. Nos sentamos lentamente.

Se divide al grupo en subgrupos. Se pedirá a alguna persona que quiera comentar la situación incómoda con la que realizó la fantasía dirigida y se trabajará en el grupo, retomando:

- Genograma (constitución de la familia)
- Patrones de crianza:
  - Comunicación

- Reglas
- Tipos de relación
- Consecuencias de las acciones de las personas
- Dinámica relacional y contenido (proceso y contenido)

De acuerdo con la situación presentada:

Si la viviéramos nuevamente, ¿cómo enfrentaríamos la situación de forma diferente?, si ya se resolvió, pensar cómo lo hizo... En la actualidad, ¿seguimos los mismos patrones que aprendimos? Si no... ¿cómo rompió el patrón o modelo de crianza? Comentar la introspección realizada y si esta se centró en la misma situación que les evocó la fantasía, ¿qué hicieron diferente (cómo cambiaron el patrón) y qué cambios vivenciaron? O, ¿la situación permaneció?... evidencia del mismo patrón.

## **Construyendo mi sistema familiar**

### ***Propósito:***

- ✓ Explorar a las familias propias como estructuras complejas formadas por subsistemas

### ***Materiales:***

- ✓ Círculos de cartulina aproximadamente de 20 centímetros de diámetro (según cantidad de participantes).

- ✓ Figuras geométricas de cartulina o papel de construcción (cuadrados y círculos de uno o dos centímetros).
- ✓ Tiras de papel en diferentes colores y tamaño (se utiliza cuando se quieren representar distancias afectivas).

***Descripción:***

A cada participante se le proporciona un círculo de cartulina junto a las figuras geométricas más pequeñas (cuadrados, círculos y tiras de papel), para que puedan armar gráficamente la composición de su propia familia (con la que actualmente vive, ya sea la de procreación o de origen). Utilizará los círculos para identificar a las mujeres y cuadrados para representar a los hombres que la integran. Las tiras servirán para identificar la interacción que existe entre las personas que componen cada familia y poder ilustrar con ejemplos las distancias afectivas.

En grupos de máximo cinco personas, compartirán el trabajo realizado; se sugiere referirse a aspectos como: mencionar las personas con las que vive, rol que desempeñan, parentesco, responsabilidades, actividades que comparten. Luego, quien facilita retomará aspectos generales tratados en los subgrupos y se comparará con la teoría de los sistemas familiares compartida previamente. Finalmente, una persona asumirá el rol de expositora en cada grupo y compartirá los resultados encontrados.

## Mis distancias afectivas

Este ejercicio sistémico fue tomado y adaptado de Richardson (1993). Se toma como base el hecho de que hay momentos en nuestra vida en que necesitamos estar muy cerca de nuestra familia y en otros en que necesitamos un poco de distancia tanto física como emocional.

### Propósito:

- ✓ Reflexionar cómo ha sido la distancia o proximidad en nuestras relaciones familiares.

### Materiales:

- ✓ 3 cuadrados de cartón
- ✓ Círculos y cuadrados para representar las personas de la familia
- ✓ Goma

### Descripción:

Individualmente, cada persona piensa en tres momentos de su vida: en su niñez, en su adolescencia y en el actual. Para cada uno de estos momentos representará las relaciones cercanas o lejanas en un diagrama que será dibujado en un cartón. Incluya todos los miembros de su familia, incluyéndose usted. Simbolice con círculos las mujeres y con cuadrados los hombres de su familia de origen. Colóquelos más cerca o más lejos, de acuerdo con cómo cree usted que estaban las distancias emocionales en ese momento. También se puede realizar este ejercicio sobre la familia de procreación.

De acuerdo con el trabajo realizado conversamos sobre: ¿cómo eran las distancias afectivas en los dife-

rentes momentos? ¿Se dio algún cambio entre ellas al pasar de un período al otro? ¿En qué afectaban esos cambios? ¿Qué influía en esas distancias afectivas? Si realizó el diagrama con su familia de procreación, ¿qué similitudes o diferencias encuentra con los diagramas de su familia de origen?, ¿cómo tendemos a relacionarnos respecto a nuestras emociones en mi familia, cercanos o lejanos?, ¿cómo nos expresamos afecto?

Si volviéramos a vivir esos momentos, ¿cómo me gustaría que fueran? ¿Cómo vivo la proximidad o distancia afectiva en la actualidad? ¿Me gusta cómo es o desearía hacer algunos cambios?

## **A un paso del cambio**

**Propósito:** representar diferentes formas de desplazamiento para trasladarse de un lugar a otro y su relación con las diversas formas en que podemos interactuar en situaciones de crisis. Reconocer diferentes caminos para el cambio.

### ***Materiales:***

- ✓ Ropa cómoda
- ✓ Un lugar amplio (de al menos unos 5 metros de largo por 1.50 o 2 metros de ancho por subgrupos), cuya función principal será permitir a las y los participantes desplazarse de un lugar a otro.

### ***Descripción:***

1. Organizar a los participantes en dos subgrupos, destinar un área separada para cada uno, es deseable que no haya contacto visual entre estos.

2. Las y los miembros de cada subgrupo se organizan en una fila a un extremo del espacio destinado para realizar la actividad.
3. Seguidamente, se les indican a las y los participantes que deben caminar despacio hasta el otro lado del lugar.
4. Luego, una a una, cada persona deberá regresar al punto de partida, eso sí, teniendo como requisito desplazarse de manera diferente a la inicial. La segunda, tercera, cuarta persona y así sucesivamente tendrán que cambiar a una nueva forma de caminar o trasladarse. Haciendo algo creativo, diferente a lo que sus compañeros y compañeras han hecho. No se vale “copiar”, imitar lo que otra persona ha realizado. Algunos ejemplos de cómo movilizarse son:
  - Caminar con los ojos cerrados
  - Caminar mientras baila
  - Usar un solo pie
  - Desplazarse de rodillas
  - Rodar por el suelo
5. Cuando todas las personas participantes han regresado, les espera el reto final: cruzar otra vez la sala de una manera única y diferente a las que hasta el momento han sido implementadas para desplazarse por el lugar. Terminado el ejercicio, las y los asistentes se reúnen en cada subgrupo acompañado por la facilitadora, con el fin de analizar la actividad. Para lograrlo, se sugieren las siguientes preguntas:
  - a. ¿Qué sucedió en el ejercicio? ¿Cómo nos relacionamos?

- b. ¿Descubrieron ventajas/desventajas al tener que cambiar la forma de caminar?
- c. ¿Cuándo se presentaron las mayores dificultades para realizar un cambio en la forma de movilizarnos?
- d. ¿Cómo relacionamos esta actividad con nuestras vivencias familiares?
- e. ¿Dónde reconocemos dificultades para implementar algo nuevo o diferente cuando interactuamos con nuestras familias?
- f. ¿En qué momento a las familias nos ocurre lo mismo? (quedarnos estancados, congelados o bien tener que hacer cambios para “atravesar situaciones nuevas”)
- g. ¿De qué otra forma pudimos haberlo hecho?
- h. ¿Cómo afectan o intervienen los cambios en mi familia?
- i. ¿Cuándo nos resistimos a generar cambios?
- j. ¿De qué forma nos resistimos? Las facilitadoras elaboran un resumen de las ideas importantes en relación con el cambio, su importancia, las dificultades que genera y su función en el sistema familiar.

## **Máquinas de gente**

### **Propósito:**

- ✓ Ejemplificar los diferentes tipos de sistemas y sus componentes en interacción.

### ***Materiales:***

- ✓ Recurso humano.

### **Descripción:**

Las personas participantes se dividen en varios subgrupos y se les pide que creen una máquina con sus propios cuerpos. Cada subgrupo muestra a los demás su máquina y los otros subgrupos tratarán de descubrir: ¿de qué tipo de máquina se trata?, ¿cuál es su propósito? Luego se unen dos subgrupos y deben realizar la misma tarea, hasta que le corresponde a todo el grupo organizar una sola máquina entre todos.

Una vez terminado el ejercicio. Se recogen las impresiones respecto a lo siguiente: ¿cómo lograron ponerse de acuerdo para la máquina que querían representar? ¿Fue fácil o difícil llegar a un consenso? ¿Cómo fue la reacción de las personas del grupo? ¿Cómo se dio la interacción? ¿En qué se parece la experiencia a nuestros sistemas familiares? ¿Cómo se “fabrica” la dinámica en las relaciones humanas que se produce dentro de la familia? ¿Qué factores influyeron en el resultado de la creación de la máquina? ¿Qué factores influyen en la construcción de nuestras relaciones familiares?

## **El legado**

### ***Propósito:***

- ✓ Reflexionar respecto a la interacción familiar.

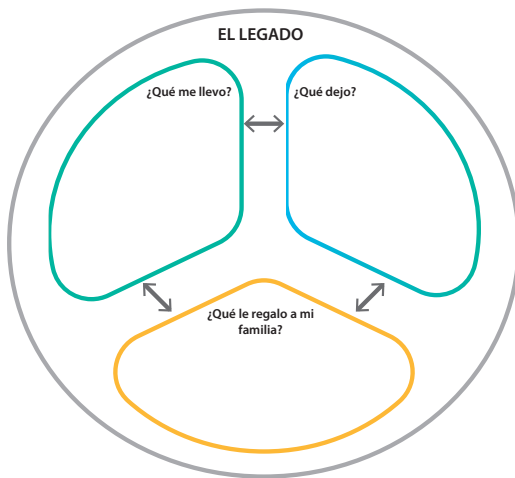
### ***Materiales:***

- ✓ Hoja con diagrama.

### ***Descripción:***

Después de haber realizado una reflexión respecto a los aspectos que he recibido de mi familia, escribo: 1. Lo que más valoro y lo llevo conmigo. 2. Aquello que me gustaría dejar y 3. Lo que les puedo regalar. En pocas palabras, cada quien comparte la experiencia al realizar esta reflexión respecto a su familia.

*Figura 19. El legado.*



*Fuente. Creación propia.*

La creatividad, tanto en la propuesta de estas herramientas, así como en el uso que se les dé en la Orientación Familiar, deben ser congruentes con la postura teórica que se utiliza, además, pueden ser adaptadas de acuerdo con los objetivos a lograr.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barrantes, S. y Turcios, M. (2011). *Creciendo en Familia. Informe de proyecto realizado confamilias*. Escuela Ramón Barrantes Herrera, Heredia. [Documento inédito]. Proyecto de Extensión Orientando Familias. Universidad Nacional, Costa Rica.
- Bisquerra, R. y Álvarez, M. (2011). Los modelos de orientación. En Bisquerra, R. (Coord.). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica* (pp. 55-65). Editorial WoltersKluwer.
- EDUVIC (2019). *La terapia familiar Socioeducativa. Un modelo de terapia sistémica*. Editorial Eleftheria.
- Fuhrmann, I. y Chadwick, M. (1998). *Fortalecer la familia: manual para trabajar con padres*. Editorial Andrés Bello.
- Ochoa, I. (2004). *Enfoques en Terapia Familiar Sistémica*. Editorial Herder.
- Richardson, R. (1993) *Vivir feliz en familia*. Editorial Paidós.
- Satir, V. (2005). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. Editorial Pax.
- Vargas, L. y Bustillos, G. (1989). *Técnicas participativas en la educación popular*. Editorial Alforja.
- Villarreal, C. (octubre, 2014). *El uso de la técnica “escenificación” para la comprensión de las interrelaciones familiares*. [Taller]. Memoria del Primer Congreso Nacional de Orientación: “50 años de la Orientación en Costa Rica: logros y desafíos” Primer Congreso Internacional de la Red Latinoamericana de Profesionales de la Orientación “La Orientación en América Latina: en la búsqueda de nuevas perspectivas”. San José, Costa Rica. <https://www.cpocr.org/wp-content/>

uploads/2014/11/Memoria-Congreso-de-Profesinales-en-Orientacion-2014.pdf

- Villarreal, C., Villalobos, A., Villanueva, R. (2014) La modalidad de agentes multiplicadores para orientar a madres y padres de familia. *Revista Electrónica Educare*, 18 (1), pp. 219-238. <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/5570>
- Villarreal, C., Villalobos, A., y Villanueva, R. (2020). Orientando para facilitar el cambio en las familias: Un modelo de intervención. *Revista Electrónica Educare*, 24(2), pp.1-28. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/10659>

### **BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA**

- Beavers, R. y Hampson, R. (1995) *Familias exitosas*. Editorial Paidós.
- Bermúdez, C. y Brik, E. (2010). *Terapia Familiar Sistémica. Aspectos teóricos y aplicación práctica*. Editorial Síntesis.
- Ceberio, M. (2018). *El genograma: Un viaje por las interacciones y juegos familiares*. Editorial Morata.
- Chapman, G. y Campbell, R. (2018). *Los cinco lenguajes del amor para los niños*. EditorialUnilit.
- Moreno, A. (2015). *Manual de terapia sistémica: principios y herramientas de intervención*. Editorial Desclée de Brouwer.

## CONSIDERACIONES FINALES

A través de estas páginas, hemos querido contagiar a la persona lectora de nuestro entusiasmo, por el trabajo en Orientación Familiar, desde un modelo socioeducativo, una visión sistémica y ecológica. Se han presentado los conceptos teóricos y epistemológicos que nos alimentan, así como la metodología que hemos construido junto a algunas herramientas utilizadas y ejemplos de su aplicación.

No quisiéramos terminar sin compartirles algunos logros que durante la ejecución del Proyecto Orientando Familias hemos observado y que también se han recogido de las expresiones de las personas que han participado en los procesos de Orientación Familiar, tanto en las capacitaciones para facilitadores, como familias en general. Los mencionamos a continuación:

Las familias que trabajan en su experiencia parental mediante los procesos de Orientación Familiar fortalecen sus vínculos y esto favorece el desarrollo de la prole involucrada, es más segura, se siente amada y se empodera de sí y de su entorno.

Cuando las familias participan en procesos socioeducativos, toman consciencia de su propia realidad, de las relaciones que construyen en sus sistemas familiares y cómo esto se refleja en su convivencia diaria. Además, en la interacción con otras familias, al tener oportunidades de compartir sus experiencias, se dan cuenta que comprenden que no solo su familia pasa por problemas y conflictos, que ocurre en todas, que es parte de su crecimiento y ajuste, pero que lo más importante es hacer

cambios en la dinámica familiar que permitan resolverlos positivamente.

Las personas facilitadoras y participantes en las capacitaciones recibidas asumen un doble rol, uno de ellos como parte de su propia familia y otro como profesional, con lo cual se capacitaron para la atención con familias; esto permitió que las personas participantes vivenciaran un encuentro con sus propias familias y se les proveyeran, a su vez, de la base para un cambio de paradigma en sus prácticas profesionales, con lo cual se retoma el hecho de que la familia es un sistema de interacción donde la relación entre sus miembros determina el funcionamiento de este. La comprensión de esta idea es base para poder cambiar la visión lineal del grupo familiar, a una visión circular en la que se concibe a la familia como un todo, donde lo que uno hace o deja de hacer afecta al resto y viceversa. Este logro favoreció la reflexión de las personas facilitadoras respecto a sus propias familias.

Un tema transversal durante todas las capacitaciones es el de acercar a las personas participantes a la metodología propuesta. Para quienes realizan proyectos educativos, familiarizarse con este tipo de planificación propició el convertirse en facilitadores para el cambio, con lo cual se entendió con esto que los espacios de Orientación familiar son oportunidades para que cada familia reflexione acerca de sus vivencias y valore la posibilidad de realizar los ajustes que requiera para optimizar sus patrones relacionales.

Ser una persona facilitadora socioeducativa con visión sistémica no implica ser experta, pero sí debe tener la claridad epistemológica que fundamenta la práctica,

conoce que las familias poseen los recursos necesarios para edificar su dinámica y salir adelante con sus retos, por lo que su papel es el de facilitar para que la familia construya una relación saludable que permita el desarrollo de cada uno/a de quienes la componen y no la del experto/a que brinda soluciones.

Si quien facilita tiene esta claridad, su metodología de trabajo lo reflejará, generará oportunidades de interacción que permitan a la familia trabajar sobre su propia experiencia, retroalimentarse con la de las otras familias y adaptarse al continuo cambio por el que atraviesa la dinámica familiar y que veces no es consciente de ello. Por otro lado, se observa permanencia en las personas que asisten a proyectos de Orientación Familiar, porque mediante las técnicas y ejercicios sistémicos, cada persona trabaja sobre sus propias experiencias familiares.

Al compartir estos logros, estamos conscientes de que la tarea continúa y que los mismos cambios que experimentamos en nuestras convivencias familiares también generan cambios en la forma de apoyar a las familias; por ello, sabemos que continuamente se presenta la necesidad de reinventarnos y seguir avanzando y enriqueciendo una tarea que nos apasiona, la Orientación Familiar.



## ACERCA DE LAS AUTORAS

### Ana Lucía Villalobos Cordero



Mujer, hija, hermana, tía, sobrina, prima, madre, amiga, compañera y esposa. Académica, docente de la carrera de Orientación y extensionista de la División de Educación para el Trabajo, CIDE, Universidad Nacional, Costa Rica. Licenciada en Orientación, Máster en Currículum y Docencia Universitaria. Estudiosa del desarrollo de la adultez mayor, especializada en el área de la Orientación Familiar, con formación sistémica en el ámbito nacional e internacional, la cual ha enriquecido su quehacer junto con las experiencias de trabajo con sistemas familiares por más de catorce años, desde la extensión universitaria, en el Proyecto Orientando Familias. Cuenta con publicaciones en temática familiar.

### Ruth Villanueva Barbarán



Ruth Villanueva Barbarán posee un Doctorado en Educación, Maestría en Psicopedagogía y Bachillerato y Licenciatura en Ciencias de la Educación con énfasis en Orientación. Tiene formación en Orientación Familiar con énfasis en la visión sistémica. Es docente, investigadora y extensionista en la Universidad Nacional de Costa Rica e imparte cursos en

otras universidades a nivel de grado y posgrado. Ha participado por más de 15 años en el Proyecto de Extensión Universitaria: Orientando Familias, de la carrera de Orientación en la Universidad Nacional, en la que también imparte los cursos de Orientación Familiar y Orientación Gerontológica. Posee varios artículos científicos en la temática familiar.

### **Cecilia Villarreal Montoya**



Cecilia Villarreal Montoya es orientadora familiar con formación de posgrado en “estudios de la mujer” y en “terapia familiar sistémica”. Realizó su vida académica en la Universidad de Costa Rica y en la Universidad Nacional de Costa Rica, donde se desempeñó como docente, investigadora y en la acción social en temas relacionados con las familias y con las mujeres. Sobre ellos ha enfocado mayormente su producción de artículos y libros.

Actualmente imparte cursos ocasionalmente en el programa de Maestría en Educación con énfasis en Orientación Familiar en la Universidad de Costa Rica, y asesora en forma voluntaria el proyecto de extensión social “Orientando Familias” en la Universidad Nacional de Costa Rica. Ofrece también la consulta privada en Orientación Familiar.

Para contactar a las autoras:  
ana.villalobos.cordero@una.ac.cr  
rvillanu@una.ac.cr  
ceciliavillarreal@gmail.com





Este libro es un regalo para todas las personas interesadas y comprometidas en el trabajo profesional con familias. Se comparte la experiencia de un modelo desarrollado por más de 15 años en un Proyecto de Extensión Universitaria.

Las familias constituyen el grupo de mayor importancia en el desarrollo integral de toda persona. Es una fuente de afecto, pero también de estrés, dados los constantes cambios que atraviesa, los cuales son originados desde lo interno, por las personas que la componen y otros de lo externo, por el contexto en el que se desarrolla. A partir de todos los retos que enfrenta, surge la necesidad de apoyarla en la exploración de sus recursos y el fortalecimiento de sus habilidades para que logre crear resiliencia en la vida familiar.

La Orientación Familiar, en su esfuerzo por favorecer la convivencia familiar, brinda oportunidades de autoconocimiento y reflexión, tanto de su estructura como de su dinámica, mediante una atención socioeducativa. Para ello, se propone, desde un posicionamiento sistémico, facilitar en el grupo familiar la observancia de sus vínculos relacionales y potenciar los ajustes que requiera con el fin de lograr una interacción más óptima y satisfactoria para cada uno de sus miembros, para el sistema familiar en general y para el contexto social en el que está inmerso.

Con ese propósito, se comparte un modelo de intervención socioeducativo de Orientación Familiar, desarrollado desde el Proyecto de Extensión Universitaria: *Orientando Familias*. El modelo parte de una metodología de trabajo con visión sistémica, para el acompañamiento de las familias en el fortalecimiento de sus habilidades hacia una favorable convivencia familiar.

ISBN 978-9968-07-034-8



9 789968 070348