

SANAR EL PASADO EN EL PRESENTE: TERAPIA BREVE TRANSGENERACIONAL EN CLAVE EMOCIONAL

HEALING THE PAST IN THE PRESENT: BRIEF TRANSGENERATIONAL THERAPY IN EMOTIONAL KEY

Esteban Laso Ortiz¹
Universidad de Guadalajara
Instituto Tzapopan, Zapopan
estebanlaso@gmail.com

Resumen

En el presente texto se presenta la Clave Emocional, un conjunto de principios que permite a cualquier escuela de terapia realizar intervenciones profundas sanando las heridas transgeneracionales que ocasionan los síntomas o conflictos. Se analiza el modelo más conocido de trabajo con emociones en terapia familiar, la Terapia Enfocada en la Emoción (EFT), y se identifican sus limitaciones: la orientación psicoeducativa y la falta de atención a los triángulos relacionales, en especial los transgeneracionales. A partir de este análisis se exponen los teoremas de emoción recíproca y triángulo emocional que sirven de andamiaje para alcanzar la honra de las necesidades en el contexto de las relaciones implicadas, el objetivo ulterior de toda terapia exitosa según la Clave Emocional. Se ilustra la aplicación de estos principios por medio de un caso de terapia familiar breve y profunda que aborda las raíces transgeneracionales del motivo de consulta sanándolas en el contexto de las relaciones presentes.

Palabras claves: terapia familiar, clave emocional, transgeneracional, emoción

Abstract

In this text, the Emotional Key is presented, a set of principles that allows any therapy school to carry out profound interventions, healing the transgenerational wounds that cause symptoms or conflicts. The most well-known model of work with emotions in family therapy, Emotion-Focused Therapy (EFT), is analyzed and its limitations are identified: psychoeducational orientation and lack of attention to relational triangles, especially transgenerational ones. From this analysis, the reciprocal emotion and emotional triangle theorems are exposed that serve as scaffolding to honor our fundamental needs in the context of the relationships involved, which is the ultimate goal of all successful therapy according to the Emotional Key. We illustrate the application of these principles by means of a brief and in-depth family therapy case that addresses the transgenerational roots of the reason for consultation, healing them in the context of present relationships.

Keywords: family therapy, emotional key, transgenerational, emotion

Introducción: el desafío de integrar la emoción a la terapia familiar

Juliana², de 45 años, separada y madre de dos hijos, lleva varias sesiones enfrascada en un tema que ha persistido sin cambios desde su primera sesión: que su ex-pareja Fernando se rehúsa a pagar la parte que

1 Creador de la Clave Emocional en Terapia Familiar, individual y de pareja.

2 Este ejemplo es una amalgama de casos atendidos en el contexto de la Maestría en Terapia Familiar del Instituto Tzapopan; se trata casi siempre de procesos breves (con una media de siete sesiones y pocas veces más de diez). Los nombres y varios datos han sido alterados con el fin de proteger la confidencialidad de los involucrados.

le correspondería de los gastos de los niños. “Sí, yo sé que ustedes no son abogadas”, concede a las terapeutas, “pero es que esto es lo que me preocupa. Ya le he puesto una demanda pero necesito que me ayuden a manejar mis emociones ante esta irresponsabilidad de él porque está afectando a mis hijos”. Las terapeutas, frustradas por no trascender una queja que no por justa es menos improductiva, le recuerdan que habían propuesto invitar a Fernando a una sesión; la consultante replica: “No, yo no lo veo dispuesto a cambiar, y ahora menos con la demanda... está muy molesto. No va a servir de nada”. En su exasperación, una de las terapeutas acota: “Quizá ha llegado la hora de que aceptes que Fernando no va a cambiar nunca y te preguntes cómo puedes mejorar la relación con tus hijos con, sin o a pesar de él... O sea, *de que renuncies a la expectativa que tienes de que él sea un buen padre*. Yo no tengo la respuesta pero creo que la podemos buscar. ¿Qué te parece?” Por primera vez en la sesión (y tercera en todo el proceso), Juliana reflexiona en silencio antes de responder: “Pues... es compleja porque siempre van a ser sus hijos y... (solloza) *Yo también fui hija y sé que necesitamos un padre*”. Intuyendo la oportunidad que palpita en estas lágrimas y conocedor de las heridas de Juliana con su propio padre gracias a anteriores sesiones, el supervisor entra y apunta:

S(supervisor): Juliana, hemos notado que esta parte de tu historia es muy dolorosa... ¿podemos trabajar con ella y ver a dónde conduce?

J(uliana): Sí, si es necesario...

S: Sí, lo es. Cierra los ojos un momento, quiero que imagines una cosa [Juliana cierra los ojos y se relaja]... Nos habías contado lo que pasó con tu papá y cómo se involucró con tu tía política... y tu lucha por convencerlo de que estaba haciéndoles daño, por que fueran una buena familia [Juliana comienza a sollozar]... ¿Puedes... sentir ese dolor, esa tristeza... evocarla y volverla a sentir en ti... dejar que esté en tu interior? [Juliana llora abiertamente] Deja que esté ahí, en ti... que se presente tal y como estaba cuando eras niña... tal y como todavía está, en tu interior... Y cuando la sientas nos avisas. [Juliana asiente tras unos segundos]. Muy bien, Juliana [el supervisor suspira]... Quiero que te imagines a Fernando delante de ti, en tu mente... Tal como es... cuando ya lo veas nos dices...

J: [llorando] Ya.

S: Muy bien... Quiero que le digas en voz alta lo que te voy a decir... Y veamos qué pasa contigo al decírselo... Quiero que le digas: “*Fernando: voy a luchar para que no repitas con mis hijos mi historia con mi papá*”.

J: Fernando, voy a luchar para que [solloza] no repitas con mis hijos mi historia con mi papá.

S: Muy bien... ¿cómo estuvo eso?

J: [Con los ojos cerrados] Difícil.

S: ¿Por qué?

J: Porque... *porque no depende de mí*.

S: Correcto. Así como tampoco dependía de ti cambiar a tu papá. Aunque tú te lo pusieras sobre tus hombros. Pero no podías hacer nada.

J: [llorando] No.

S: Y es triste ver que no podías hacer nada... *Pero es real*. [Juliana llora con los ojos cerrados; el terapeuta aguarda un momento antes de proseguir]. Ahora... *abrazas esa tristeza en tu interior*. Reconoce lo triste que es vivir esta injusticia y tener que afrontarla como es. Abrazala como la niña que es... la niña que se desesperaba por cambiar a su papá. Abrazala y deja que ese abrazo se vaya moviendo por tu interior, por donde tenga que moverse... Cambiándote, relajándote... abriéndote a una nueva etapa... Sanando. Y cuando quieras... abre los ojos.

J: [Llora durante un instante, abrazándose. Al final abre los ojos].

S: ¿Cómo estás?

J: Movida. [Con tono triste] Consciente de que hay muchas cosas que no dependen de mí. Consciente de mis limitaciones... Y me duele que mi hija está viviendo lo mismo...

S: ¿Ves en qué se parece tu historia en tu familia a lo que está viviendo tu hija?

J: En todo... Y no puedo hacer nada, ya hubo la separación...

S: Lo que le duele a tu hija no es que se hayan separado. Es que en el fondo de ti ella alcanza a ver esa tristeza que acabamos de ver. Y se da cuenta de que no ha sanado. Y al igual que tú se ha dado a la tarea de aliviarla, aunque no dependa de ella. [Juliana asiente] Así que el camino para que ella no sufra es *que tú sanes tu propia herida*. Que aunque se manifiesta con Fernando, no se origina en Fernando, sino en tu papá.

J: [Reflexiva] Entonces tengo que sanar con mi papá.

S: Sí. La buena noticia es que se sana. La mala es que para sanarlo hay que llorarlo, cosa que tú no haces mucho, me parece [Juliana ríe].

Integrando la emoción a la terapia familiar... de forma insuficiente: las “heridas invisibles” transgeneracionales

Hay tantas maneras de intervenir en esta situación como terapeutas familiares; o, al menos, como escuelas dentro de la amplia tradición de la terapia familiar. Sin embargo, la mayoría si no todas esas intervenciones conducirían a apartarse de la experiencia emocional cruda e inmediata de la consultante para centrarse en facetas más asequibles –pero también más superficiales (Laso, 2019). Se podría, por ejemplo, indagar las consecuencias de esta herida mediante preguntas circulares (“Y ¿cómo crees que esa herida con tu padre ha afectado a tu hija?”; Tomm, 1985) o externalización (“¿De qué manera ha conseguido esa herida apropiarse de tu vida?”; Payne, 2002), reformularla (“Esa herida no es sino una muestra de tu amor por tu padre”) o incluso señalar sus raíces transgeneracionales (“Mientras sigas viendo las cosas desde los ojos de tu madre no podrás liberarte de esta herida”), las cuales no dejarían de ser intervenciones cognitivas; o sugerir una tarea o un “ritual” (mal llamado así porque sería en realidad una prescripción, Laso, 2015a, 2015b), lo que se movería en el terreno de la acción. Aunque todas estas intervenciones (y otras más) pueden ser útiles, son cambios de tema que, al salirse por la tangente, dejan la emoción incólume y desaprovechan los instantes de mayor potencial curativo.

Así, a once años de la tercera edición del manual de Dallos y Draper, la emoción sigue siendo, en su expresivo giro, “una idea que toca a la puerta” de la terapia familiar (Dallos y Draper, 2010). Para abrirle la puerta es necesario desarrollar técnicas que sean compatibles con el trabajo con familias; para hacerla partícipe del banquete, incorporar la emoción a la teorización sistémica de un modo que aproveche los conceptos que constituyen su ventaja sobre otros enfoques: la naturaleza triangular (Kerr y Bowen, 1988) y circular (Selvini-Palazzoli, Cirillo, Selvini y Sorrentino, 1990) de todas las relaciones³.

El modelo más conocido, la Terapia Focalizada en la Emoción (EFT; Greenberg y Paivio, 2000; Johnson, 2004), toma en cuenta la circularidad *pero no la triangularidad*: siguiendo las guías más actualizadas de su creador (Greenberg, 2017), el o la terapeutas operan como *coaches* emocionales traduciendo las expresiones de los familiares a sus emociones primarias y facilitando las respuestas de conexión y no de rechazo –pero ignorando las configuraciones triádicas que enmarcan toda diada y conducen a la más patógena de las situaciones, la desconfirmación (Linares, 2006). Esta integración insuficiente es

3 Que son, en último análisis, uno: si toda relación (diádica) es circular, está inmersa en una red de relaciones (triádicas; CF. Procter y Winter, 2020).

consecuencia del desarrollo histórico de EFT⁴: un modelo de terapia individual (que combina la empatía rogeriana con las técnicas activas gestálticas; Greenberg, Rice y Elliott, 1996) que Susan Johnson, en su afán de extender a la pareja, complementa con la teoría del apego; la cual, nacida del estudio de la díada por antonomasia, madre-bebé, no ha sido capaz de extenderse a las tríadas (amén de que los “estilos de apego” no son invariantes a lo largo de la vida, el apego inseguro no predice la propensión a la enfermedad mental y depende en parte de la clase social, etc.; Kagan, 1998, 2006). De ahí que EFT para parejas y familias sea estructuralmente idéntico a EFT para individuos, un fondo de diálogo empático sobre el que se ejecutan intervenciones “activas” –sólo que, en vez de una “silla vacía” gestáltica hay dos sillas ocupadas por cónyuges o familiares cuya interacción se moldea progresivamente para que expresen con claridad sus necesidades (*siempre que sean “de apego”*) y respondan cálidamente a ellas.

Contrástese, por ejemplo, el manejo del caso ya descrito con otro semejante, abordado con EFT: una madre recién divorciada que vive con su hijo de 13 y acude por problemas con sus otras dos hijas, de 16 y 18, que decidieron irse con su padre. Aquí, la terapeuta EFT convoca una primera sesión con todos, reformula sus dificultades como parte de la adaptación al divorcio y prosigue con sesiones diádicas madre-hijas o entre éstas y el hijo porque “este formato permite abordar directamente *las necesidades de apego de cada relación* y concentrarse en *aumentar la capacidad de respuesta emocional*” (Palmer y Efron, 2007, p. 19). Interpretando la interacción en clave de apego, la terapeuta enmarca la reticencia de las hijas como “evitación del conflicto” (*avoidance*) y la crítica de la madre como “exigencia” (*pursuer*; la conocida dupla de apego evitativo y aferrado), por lo que dedica los encuentros a interrumpir este círculo vicioso animando a aquellas a dejar su máscara de indiferencia y plantear abiertamente su tristeza a la madre, mientras apoya a ésta a acogerlas y reaccionar con afecto. Así, la terapeuta oficia del *coach* que enseña a los familiares a relacionarse “bien”; una postura más coherente con la orientación psicoeducativa de la terapia cognitiva (Semerari, 2002) que con la tradición sistémica, sea en sus vertientes más directivas (Minuchin, Lee y Simon, 2006; Haley y Richeport, 2003) o reflexivas (Anderson y Gehart, 2006; Andersen, 1998; White, 2009).

No sólo se desaprovechan técnicas tan paradigmáticas como las preguntas circulares (para saltar de lo individual a lo relacional; por ejemplo, “¿cómo crees que el divorcio ha influido en la relación entre tu mamá y tu hermana?”, etc.) o los rituales (para facilitar la transición a la post-conyugalidad); y no sólo es invisibilizado el padre (desde la más que probable triangulación dado el divorcio, Linares, 2015; a su corresponsabilidad en la crianza y nutrición relacional de los hijos; todo lo cual da cuenta de la ceguera a la cuestión del género; Macías-Esparza y Laso, 2017). Lo más problemático es el supuesto tácito sobre el que se asienta esta concepción y que se evidencia en una cándida admisión de la terapeuta (“La madre necesitó mucha ayuda para ser capaz de escuchar sin responder defensivamente o con ataques”; Palmer y Efron, p. 20): que la dificultad para responder adecuadamente a las demandas de afecto de sus hijas puede subsanarse entrenándola en una destreza –y no, como sugeriría la tradición sistémica, *sanando sus propias heridas emocionales no reconocidas con su familia de origen* (Cirillo, 2012).

Al decantarse por un abordaje casi psicoeducativo, al consagrar la figura del *coach*, EFT enfoca la falta de nutrición relacional de las hijas *dejando incólume la de la madre*; la circularidad queda restringida al núcleo inmediato sin que se aprecien los múltiples triángulos que la circunscriben: el ya señalado que involucra al padre (en donde podrían abordarse la corresponsabilidad y la distribución de la autoridad) y el más influyente en este punto, el fantasma que flota sobre la escena, entre la madre y *sus propios padres*. Se atiende la negligencia o violencia padecidas por las hijas *mientras se obvia la que sufrió la madre*,

4 Una instancia de lo que se llama en economía *path dependence*, el que el espacio de posibles decisiones actuales esté determinado por las anteriores.

que queda sin curar heridas que se manifiestan, entre otras cosas, a través de los problemas de crianza por los que acuden a terapia (Cirillo y Di Blasio, 1991).

Las consecuencias del presentismo: el descuido de las necesidades

Este desentenderse de las raíces de los síntomas en los triángulos transgeneracionales no es, por desgracia, prerrogativa de EFT; al contrario, parece extenderse a buena parte de las escuelas sistémicas contemporáneas, al menos las que operan en el continente americano y se inspiran, habitualmente, en el comunicacionalismo y las terapias breves y estratégicas (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967; Watzlawick, Weakland y Fisch, 1992). Este presentismo se aprecia también en el modelo más conocido de terapia de pareja, el de Gottman (Gottman y Silver, 1999), que se declara abiertamente un entrenamiento para parejas en problemas; y se plasma en la imagen elegida por Sue Johnson para metaforizar su abordaje y que da título a su manual: “Creando conexiones” (entre miembros de la pareja o familia).

En efecto, la forma en que la terapeuta del ejemplo anterior intenta “conectar” a la madre con sus hijas es una traslación del método empleado con parejas: procurar que el “evasor” abandone su postura defensiva de aparente indiferencia y plantee con claridad su tristeza y desamparo al “perseguidor” para que éste, deponiendo a su vez su actitud de exigencia y ataque, acoja dicho desamparo y responda con afecto, todo lo cual se moldea en el aquí y ahora de la sesión *sin convocar ni evocar a los miembros de la familia de origen de los cónyuges o padres en tratamiento*.

Es para subsanar esta falta e incorporar plenamente el trabajo con emociones a la terapia familiar que el autor del presente texto ha propuesto la *Clave Emocional*, un conjunto de principios para potenciar cualquiera de las técnicas de dichos modelos (y los de enfoques que van más allá de lo sistémico) dotándolas de la capacidad de transformar la experiencia emocional *y las necesidades que la desencadenan y subyacen*. Pues es en este plano, en el de las necesidades, que se entablan las conexiones que sostienen a las personas, las parejas, las familias y las redes de apoyo (Sluzki, 2009) –y, en último análisis, a la sociedad misma (Laso, 2010); conexiones que, precisamente por ubicuas, insensiblemente extendidas en el espacio y el tiempo, tienden a pasar desapercibidas.

En este sentido, la Clave Emocional toma en serio la crucial metáfora de Bateson (1985): la *ecología de la mente* (cuyo desarrollo fue discontinuado en el auge de los modelos narrativos, conversacionales y centrados en soluciones). La historia del modelo sistémico puede entenderse como *el descubrimiento progresivo de niveles de circularidad concéntricos, imbricados en una ecología siempre en expansión*. A la comprensión de los pioneros de que la *conducta, prima facie* anómala y sinsentido, del paciente psicótico podía entenderse como respuesta a las conductas de sus familiares (Laing y Esterson, 2006; Ackerman, 1982; Bateson, Jackson, Haley y Weakland, 1956) le siguió la intelección de que dicha conducta anidaba en *sistemas de creencias familiares* (Dallos, 1996; Ugazio, 2001) circularmente codeterminados (en lo que el MRI llamó “la puntuación de los eventos”); lo que dio paso al hallazgo de que dichas creencias son propiciadas por las *emociones* de los miembros de la familia, a su vez entretejidas en toda interacción (Johnson, 2004; Laso, 2015c, 2015d); en el audaz símil de Johnson (2004), *la emoción es la música que organiza la danza de las familias*. Pero el mismo símil sugiere una progresión: toda melodía se articula sobre un *ritmo* que frasea el despliegue de notas o acordes permitiendo a la audiencia intuir su estructura y anticiparse a sus giros (de lo cual, dicho sea de paso, se

deriva buena parte del placer que nos da escucharla; Scruton, 2004). ¿Cuál es, pues, el *ritmo* de la música emocional de las familias?⁵

Síntomas y patrones transgeneracionales en Clave Emocional: la deshonra de las necesidades

El análisis crítico de la teorización sistémica sobre emociones nos permite responder a esta duda y entender la ecología emocional. Resumiendo (para una exposición en detalle véase Laso, 2015c, 2015d), la diáda responde al “teorema de emoción recíproca” propuesto inicialmente por Stack-Sullivan (1954) que la Clave Emocional parafrasea diciendo: “A todo movimiento emocional en uno de los miembros de una interacción diádica le corresponde un movimiento emotivo recíproco, o bien coherente o bien discordante, por parte del otro” (Laso, 2015c), donde la coherencia depende del acoplamiento o disonancia de las mutuas necesidades relacionales (que describiremos más adelante). La ecología, más compleja, de la tríada se resume en el teorema del triángulo emocional: “ante una relación diádica cuyos miembros manifiestan emociones recíprocas discordantes, un tercero tenderá a experimentar emociones recíprocas a las de ambos pero coherentes con uno de ellos” (Laso, 2015d).

En otras palabras, con una diáda en conflicto, no podemos sino conectarnos emocionalmente y por ende decantarnos por aquel *cuya necesidad más pregnante nos resuene*; o lo que es lo mismo, *la música de las emociones está fraseada por el ritmo de las necesidades relacionales* –y deben ser éstas y no sólo aquellas (mucho menos la narrativa o la conducta) el objetivo ulterior de las intervenciones. *Toda emoción (siempre que sea primaria, Cf. Greenberg, 2000) responde a una necesidad relacional emergente en la situación* y no se abate hasta que dicha necesidad no es reconocida e incorporada a la relación, fenómeno que la Clave Emocional llama “honrar las necesidades” (Laso, en prensa) y que es siempre la meta ulterior de toda intervención.

A su vez, la Clave Emocional reconoce *dos* necesidades relacionales (es decir, que emergen en los vínculos), la agencia y la comunión (Laso, 2017); y diferencia el *honrar* una necesidad del meramente *satisfacerla*, afirmando (contra la práctica totalidad de los demás modelos) que el origen de los síntomas no es la simple frustración de las necesidades sino el mensaje de desconfirmación implícita que ésta acarrea. En efecto, y considerando que la relación con uno mismo se fragua en el crisol de las relaciones vinculares primarias (y se transforma merced a otros vínculos significativos a lo largo de la vida), el desairar repetidamente las necesidades de afecto o respeto de un niño o niña no sólo los frustran sino que les conducen a *desconfirmarlas en su fuero interno*, a desautorizarlas (y por ende ignorarlas, relativizarlas, menospreciarlas o confundirlas) y a buscar desesperadamente reconfirmarlas *forzando a los demás (o a sí mismos) a satisfacerlas*, estrategia condenada al fracaso porque *no se puede satisfacer una necesidad que antes no se ha honrado* –como no se puede llenar un vacío que no se ha identificado ni incorporar el amor o el respeto que no se creen merecer.

En resumen, los cuidadores primarios deshonran sistemáticamente las necesidades de la persona y luego ésta lo hace cotidianamente *en el contexto de su relación consigo misma*, por lo que no puede sino repetir el mismo patrón en sus vínculos con tanta mayor rigidez cuanto más constantes y agudas hayan sido las deshonras iniciales. En la raíz de todo síntoma está siempre *la deshonra de necesidades*, esto es, *la violencia*, sea activa como el maltrato, sea pasiva como la negligencia (Linares, 2006; Johnstone, Boyle, Cromby, Dillon, Harper *et al*, 2018); toda terapia debe aspirar a *revertir esta violencia honrando las*

5 Al asumir que la emoción es la base del proceso de atribución de significado EFT no logra plantearse esta incógnita, lo que se refleja en una proliferación innecesaria de técnicas (o “tareas terapéuticas”) que distrae al terapeuta de su verdadero objetivo, las necesidades subyacentes (Laso, en prensa).

necesidades que fueron desconfirmadas ab initio. Así, *toda terapia profunda es una búsqueda de reparación*, que consiste en sanar nuestra relación con nosotros mismos en el contexto de las relaciones con quienes nos lastimaron o a quienes lastimamos.

Pertrechados con estas ideas, el o la terapeutas pueden expandirse más allá de las limitaciones de la terapia familiar tradicional, y de hecho de cualquier enfoque o escuela, potenciándolas para que adquieran un carácter profundamente transformador.

Sanando el pasado en el presente: aprovechando la resonancia en Clave Emocional

A pedido de las terapeutas, Juliana acude a la siguiente sesión acompañada de su hija Carla (12 años), la mayor y con quien tiene más conflictos. Se hace pasar a Juliana, que empieza indicando que a Carla le tomaron un *test* en la escuela “y salí con ansiedad y depresión, mamá...” Juliana insiste en que sus hijos deben aprender a vivir “con, sin y a pesar de su papá” y en que “aunque entiendo que Carla tiene derecho a llevarse bien con su papá, ella no ve que eso es gracias a que el peso lo cargo yo, no es solidaria”. Detectando la repetición del patrón patógeno, las terapeutas apuntan que “lo que pasó con Fernando es entre él y tú y no debe involucrar a tus hijos”, mensaje que Juliana encaja de mal grado. Consciente de que ella no podrá integrarlo mientras no honre su propia necesidad, el supervisor ingresa:

S(upervisor): Hola Juliana... [J.: Hola] Vengo a regañarte. [J. Y las terapeutas ríen]. Me llamó la atención que dijiste al inicio que te llegó mucho lo de la sesión pasada, pero luego se lanzaron a hablar del conflicto con Fernando. [J.: Ajá] Y creo que es porque te es más fácil hablar de eso que de la tristeza de recordar tu historia y ver cómo se refleja en tu hija.

J(uliana): Mm... no sé, no sé si sea consciente. Pero sí lo identificaba como ese vacío que quiero entender en Carla.

S: Y ¿qué pudiste ver en esa tristeza tuya que se está repitiendo en Carla?

J: Pues... que hay un deseo de una familia unida que ya no es... que yo me sentía [llora] impotente de que no puedo hacer nada... y creo que Carla está en la misma situación. Y yo siento esa impotencia de ella y no puedo hacer más.

Salta a la vista que Juliana proyecta su propia historia interpretando la lógica tristeza de su hija como señal de que “se siente impotente porque no puede mantener unida a la familia, que es lo que ella quiere” (y no como efecto del divorcio por un lado y la presión inconsciente de su madre para que “se sienta bien y sea solidaria” por otro). En vez de señalárselo, intervención meramente cognitiva y por ende poco eficaz, el supervisor elige *honrar la necesidad de Juliana en el contexto de la relación con su hija*:

S: Ajá. ¿Recuerdas que la otra sesión vimos que para ayudar a Carla tenías que sanar primero tu propia herida con tu historia? ¿Cómo va eso?

J: Pues... creo que va, yo les decía que eso que pasó no me ha determinado, que a pesar de todo soy mamá, hija, fui esposa... A mi papá lo saludo, igual me duele pero bueno... Y a mi mamá [suspira], con ella es la relación más cercana, siempre lo fue... Pero creo que lo que más me duele es cómo esto afecta a Carla... *es una historia que yo no quería que ellos vivieran, y la están viviendo*.

Estas frases condensan la raíz del problema⁶:

6 Al menos en la generación anterior a la consultante, ya que este análisis puede extenderse *ad libitum* en el tiempo y el espacio y sólo está limitado por nuestra incapacidad de observar la totalidad de los sistemas.

- un padre que, atrapado en la masculinidad hegemónica (Laso, 2017), trata de apaciguar una necesidad de afecto deshonrada exacerbando su sensación de dominio mediante las infidelidades (Real, 2002);
- una madre que, en un intento condenado al fracaso de compensar la falta de afecto y respeto por parte de una pareja infiel (emoción recíproca), convierte a una de sus hijas en apoyo y confidente;
- una hija (Juliana) que, asumiendo la indefensión proyectada por la madre, se erige en su defensora (triángulo emocional) ante un padre vivido como esencialmente malo; sacrifica así su necesidad de afecto y exacerbando la de respeto forjándose el firme propósito de no repetir la historia con sus propios hijos -y la culpa concomitante si llegara a hacerlo.

La información de pasadas sesiones arroja luz sobre este patrón. La relación de pareja ahora en crisis nace cuando Fernando, compañero de trabajo de Juliana, se queja con ella del maltrato que su pareja da a su hijo, cosa que hace a Juliana enamorarse de este “gran padre” al que decide librar de una esposa fría y controladora “para darle un buen hogar a su hijo”. Diez años y dos niños después, alegando sentirse controlado y agobiado, Fernando decide regresar con su ex esposa abandonando a Juliana y su actual familia –porque *aquello de lo que uno se enamora es siempre lo que desencadena el conflicto nuclear de pareja* (Kopp, 1973); o sea, que el enamoramiento es un intento, *a fortiori* autoderrotista, de honrar necesidades agudamente desairadas tratando de forzar a un *partner* idealizado a satisfacerlas (lo cual es imposible en la medida en que no se han honrado; Laso, 2018). Esta es la dinámica detrás de la profecía autocumplidora identificada por Merton (1948): Fernando se vincula con la mujer comprensiva y abnegada que proyecta en Juliana contrastándola con su mujer –para terminar descubriendo la misma “bruja exigente” de la que creía haber huido; Juliana se enamora de un Fernando “paternal y bondadoso” contrario a su propio padre –para terminar despreciándolo igual que a este al descubrirlo “egoísta y mentiroso”. *Es porque Juliana elige pareja con el fin de evitar el fracaso de sus padres que termina fracasando tal y como sus padres*⁷.

Como resultado, Juliana no puede sino repetir con Carla la triangulación de su familia de origen: la apoya explícitamente mientras le exige tácitamente “estar bien” *para no confirmar su temor a haber fracasado en su matrimonio como fracasó en mantener unidos a sus padres*. La ansiedad, depresión y hermetismo de Carla son consecuencia de este doble vínculo, del desaire de sus necesidades de afecto (por parte de su madre y padre) y respeto (por parte de la madre al pretender coartar sus sentimientos).

Para la Clave Emocional, el amor y el respeto sólo se otorgan *motu proprio*; emergen con espontaneidad cuando la relación es vivificante. Exigirlos o coaccionarlos los impide y envenena transformando el amor en culpa y el respeto en miedo, lo que exagera las necesidades e intensifica los intentos de coaccionar, exigir o reclamar (es decir, los síntomas). *Este es el círculo vicioso que anima toda patología*; y mientras la necesidad no es honrada, no se puede satisfacer y el síntoma no se abate. Por ende, si el objeto ulterior de toda intervención es honrar las necesidades en el contexto de sus relaciones, la brújula para hacerlo es *la propia experiencia emocional del terapeuta* que, al hacerse eco de dichas necesidades, le permite propiciar su vivencia y articulación.

7 Y lo mismo se puede decir de Fernando. Desde una perspectiva crítica (Medina, 2011), de tercer orden (McDowell, Knudson-Martin y Bermúdez, 2018) y sensible al género (Macías-Esparza y Laso, 2017), nada de esto implica justificar los actos de violencia, negligencia, traición, etc. en que incurrían varios de los participantes; al contrario, permite *entender sus causas* con el fin de, reparándolas, reducir la violencia. Una razón responde a “¿por qué lo hizo?”; una justificación a “¿por qué lo que hizo está bien (o al menos no está mal)?”; *ergo*, justificar requiere lógicamente *explicar mediante razones* y, si éstas no se abordan, la conducta persiste.

S: Y ¿le has podido compartir a Carla esta tu historia, cómo te afectó y cómo influye en lo que viven ahora? Así, a corazón abierto.

J: Mm... No, *así a corazón abierto no*. Ella lo sabe pero... no.

S: Ah, pues ahora lo vas a hacer. [Juliana y las terapeutas ríen]. Por eso te trajimos a la boca del lobo... Tienes que compartirle esto y ella recibirlo a corazón abierto para distinguir lo que le corresponde y lo que no. *Eso es algo que nadie te ayudó a hacer y hubiera sido muy sanador; ahora tú puedes hacerlo por tu hija*.

[Se hace pasar a Carla que toma asiento junto a su madre. El supervisor se presenta].

S: Hola, Carla. Te hemos hecho pasar porque... Bueno, ya te lo va a decir tu madre. [Juliana ríe].

Juliana pone la mano en la rodilla de Carla, describe escenas de su propia historia y le dice entre lágrimas: “Cuando me dijiste lo que te salió en el *test* no te supe compartir que yo entiendo ese dolor... que en mi corazón había una tristeza porque no podía hacer nada para que mis papás volvieran... Y creo que puedo entender tu tristeza, tu ansiedad. Hay cosas que tú no puedes cambiar y tienes que entenderlo”. Carla, que siempre se ha mostrado tímida y hermética en la terapia, escucha atenta pero un poco distante; Juliana la abraza llorando y Carla acepta el abrazo *sin reciprocárselo*, indicador inequívoco de que *no se han honrado las necesidades* –porque Juliana se ha deslizado del *compartir* su experiencia al *adoctrinar* a su hija, sobrepujando así *su propia necesidad de afecto* y *a fortiori* la de Carla. Ante esto el supervisor tercia:

S: Juliana, quiero decirte algo. *No le pidas a Carla lo que tú misma no sabes hacer*. La mejor manera de enseñarle a hacerlo es *haciéndolo tú*. Y temo que no lo estás haciendo.

J: Mm... No lo he aprendido todavía...

S: Exacto, y ahora lo puedes aprender. Aprender a reconocer ese dolor, esa tristeza, esa ira, y abrazarte por dentro, y dejarla estar ahí... Y reconocerla como lo que es, una muestra de tu deseo de que no se hubieran separado, *tu amor por tu familia*... [J. Lloro] Y es difícil, porque nadie te enseñó... Y lo estás aprendiendo ahora. Y tú, Carla, tienes suerte de que tu mamá va a aprender a vivir con estas emociones, y tú aprenderás de ella [Carla llora]. Me gustaría que repitan el abrazo *y que le prometas a tu hija que vas a aprender a sanarte tú para enseñarle a ella*.

[Juliana y Carla se abrazan, esta vez con fuerza; Juliana, en voz baja, repite la promesa. Ambas lloran y siguen abrazadas un buen rato mientras los terapeutas salen a la pausa].

Un par de apuntes técnicos. Primero, el terapeuta no se detiene en señalar a Juliana que ha vuelto a regañar a su hija sino que, siguiendo uno de los principios de la Clave Emocional, toma la vía más directa: atravesar su emoción secundaria (ira y culpa) orientando la atención hacia la primaria (tristeza) y la necesidad subyacente desairada (afecto) para proponerle honrarla en el contexto de la relación (“repitan ese abrazo y promete a tu hija...”.) Segundo, su empleo de la anáfora (“y... y”, “aprender... aprender”, etc.) cuyo carácter hipnótico facilita que las personas atiendan a su propia experiencia (contra, por ejemplo, el uso de preguntas que, al interpelarlas y centrarse en el entrevistador, las alejan de su vivencia; una instancia de la técnica fundamental, *acomparar y guiar*, Laso, 2016).

Más allá de la técnica, esta intervención exige al terapeuta aprovechar su propia experiencia como punto de apoyo para diferenciar y articular la de la familia de modo que honren sus necesidades *a través de honrar las suyas propias en esa relación*. Aquí por ejemplo, el supervisor siente con agudeza el súbito distanciamiento que Juliana impone a su hija *y a su propia necesidad de afecto* en el instante en que se lanza a adoctrinarla, la cual pasa a honrar *en su relación con ambas*. Así, propicia que se restaure la conexión de cada una consigo misma y por ende la que media entre ambas *en el acto de restaurar su conexión consigo mismo* (cf. Rosenberg, 2005; principio que también se aplica en terapia psicocorporal; cf. Feldenkrais, 1949; Levine, 2010; y se explica mediante la teoría polivagal, Porges, 2011).

El terapeuta no “tiene que” conectar a Juliana con Carla; ya están conectadas (por el teorema de emoción recíproca). Tampoco “tiene que” conectarse con ambas; ya lo está (por el teorema de triángulo emocional). No se trata de hacer hipótesis sobre lo que pueden estar sintiendo Carla y Juliana; no es un “como si” sino un producto *de la participación del terapeuta en la experiencia inmediata de la familia a través de su participación en los matices de su propia vivencia* (Laso, 2015d). Es en este crisol de la experiencia compartida que las necesidades se honran, las heridas se sanan y las relaciones se reparan.

El supervisor propone a las terapeutas (que han asistido conmovidas al intercambio) que sencillamente expongan sus resonancias a la familia para cerrar la sesión. En palabras de las terapeutas:

Yo hablé sobre lo emotivo y bonito que fue presenciar este hablar y escuchar de corazón abierto a corazón abierto, así como la seguridad de que Juliana aprendería a sentir su propio dolor para poder acompañar a sus hijos en este momento y todos estar bien.

Desde un inicio el caso ha representado un reto terapéutico; la familia, a pesar de integrar la situación de manera cognitiva, emocionalmente pareciera atascada. Las emociones que se movieron en sesión entre la madre y la hija movieron en mí emociones de madre, de hija, de ser humano; me encontraba ahí, vulnerable ante ese momento en el cual ambas generaciones descubrían un hecho doloroso. Eso pudo crear una conexión no sólo entre ellas sino nosotros como terapeutas con la que generamos una devolución significativa para la familia.

Desvelando secretos y honrando necesidades

En la sesión siguiente Juliana y Carla se notan más unidas, cambio que confirman ambas. Sin embargo, Carla, más comunicativa que nunca, aprovecha para soltar una bomba: “es que a veces las personas te piden guardar secretos que nos hacen sentir mal”. Consternadas, las terapeutas indagan; Carla señala a su madre diciendo “ella sabe”. Las terapeutas hacen salir a la niña y preguntan a Juliana, que les confiesa que ha estado saliendo con un amigo de Fernando. Carla se ha dado cuenta y Juliana le ha pedido que no se lo cuente a su padre, es decir, que “guarde el secreto”: “son cosas de mi vida privada y no creo que Fernando tenga que saberlas; además, ya lo conozco y sé cómo se va a poner”. Es sólo ahora, tras el reencuentro de la sesión pasada, que Carla se ha atrevido a desvelar esta triangulación, tan evidente como patógena, que Juliana corona apuntando: “y me molesta que mi hija *no sea solidaria* conmigo... al fin y al cabo soy yo quien tiene que esforzarse para mantener la relación con Fernando en cierta paz y lo hago sólo por mis hijos”. “Ah, ahora entendemos al fin por qué tu hija está tan ansiosa y deprimida, ¿no crees?”, apuntan las terapeutas, que optan por preguntas circulares para evidenciar el triángulo:

- ¿Cómo se tomó Carla el descubrir que estás saliendo con un amigo de su padre?
- ¿Cómo crees que afectó tu relación con ella el que le pidieras guardar el secreto?
- ¿Cómo influye ese secreto en su relación con su padre? ¿Qué siente cuando se queda con él el fin de semana al no poderle contar?
- ¿Qué relación puede haber entre esta situación y la ansiedad y depresión de Carla?

A su pesar, Juliana admite que el secreto puede haber afectado a su hija, que “tal vez” se sienta mal teniendo que ocultarle algo a su padre, y se compromete a “resolver la situación”. A la sesión siguiente viene sola y declara: “Le dije a Carla que terminé ya con Marcos (el amigo del padre), así que ya se acabó el problema”. Molestas, las terapeutas intervienen con firmeza: “Entonces ¿que sigas o no tu relación es responsabilidad de tu hija?” Juliana se sobresalta y responde: “no, claro que no... No lo había visto así...”

“Pues estás poniendo sobre sus hombros la responsabilidad de que tú te quedes sola o no... ¿Te suena eso de algo de tu propia historia?”

Juliana empieza a sollozar diciendo: “¡Uf! Es un peso muy abrumador para cualquier hijo, definitivamente no quiero ese sentimiento para ella. Es que... tengo temor de que Fernando se ponga muy celoso y me quiera pelear la custodia y yo pierda a mis hijos. Por eso le dije a Carla que no dijera nada”. “Entiendo”, tercia una de las terapeutas; “pero ¿qué efecto tuvo eso en tu relación con Carla?” “Pues... nos ha alejado...” “Así es. La has alejado y con eso, irónicamente, la has acercado a su padre, que es tu peor temor. ¿Qué te parece si entre ésta y la siguiente sesión le preguntas a tu hija cómo se ha sentido con todo esto? *A corazón abierto, ya sabes*”. Preocupada y triste, Juliana accede y se marcha. La siguiente, y última, sesión, Juliana aparece contenta y tranquila, cosa que las terapeutas celebran; la consultante les comparte que pudo hablar con Carla y que la conversación la impactó mucho, en particular dos hechos: que, más allá del secreto, Carla se sentía traicionada por su madre (“¿crees que soy tonta, mamá? Cuando me contaste lo de Marcos yo ya sabía... ¿por qué no me dijiste antes?”) y que “mi papá será muchas cosas *pero al menos no nos ha mentado*”. “Al final, Carla se va a formar su propio juicio sobre su padre y su madre... *pero si no eres honesta con ella ese juicio será negativo*”, sentencia una de las terapeutas, a lo que Carla asiente. Dice que a partir de esa conversación se han reducido los conflictos de Carla con su hermano menor y la comunicación con Juliana ha mejorado sustancialmente: ahora le cuenta lo que antes se guardaba como qué niño le gusta, cómo le va con sus amigas, etc. Pudieron ver una película en familia y reírse como lo hacían antes de la separación: “nos liberamos y nos unimos... Mi hija está más paciente, menos ansiosa... y yo también”. “Qué bueno”, interviene una de las terapeutas; “creo que eso te deja una gran lección: *la única que puede alejar a Carla de ti eres tú misma*”. “¡Es cierto”, concluye Juliana. No habiendo otro motivo de inquietud, la terapia termina y la consultante se despide afectuosamente.

Conclusión

Juliana había acudido a terapia por las dificultades con sus hijos en el contexto de su separación. La primera parte de este proceso, unas seis o siete sesiones, se condujo sin atender a la experiencia emocional ni los aspectos transgeneracionales, por lo que estaba atascada en quejas (legítimas pero inmovilizantes) sobre la ex-pareja y alegatos (racionales pero ineficaces) de que debía “asumir la responsabilidad” y “aceptar la situación”. Incorporar una clave emocional permitió evidenciar las raíces transgeneracionales del conflicto en la deshonra de las necesidades de Juliana y propiciar su curación en el crisol de sus relaciones afectivas en las dos primeras sesiones; la transformación resultante fue canalizada en las tres restantes mediante técnicas tradicionales (preguntas circulares y desvelamiento). Si bien se podrían pretender cambios más profundos, la demanda inicial de Juliana fue atendida en un período relativamente breve (una vez incorporada la Clave Emocional) y tanto ella como sus hijos se declararon satisfechos al final del proceso (amén de que la tensión con Fernando también se redujo). Para ello, el supervisor hizo uso de su propia experiencia recíproca con el fin de propiciar el afloramiento, articulación y reconfirmación de las necesidades (ante todo de afecto de Juliana y respeto y afecto de Carla) en el contexto de los vínculos (incluyendo la evocación imaginaria de los padres de Juliana), sobre la base técnica de acompañar y guiar y el principio rector de converger hacia la experiencia (y no la mera explicación) del problema. Pertrechada con estos y los demás principios y aplicaciones que integran la propuesta, la terapeuta puede echar mano de cualquier técnica de la terapia familiar (y de otros enfoques) para, honrando las necesidades en el contexto de las relaciones involucradas, reparar las heridas de la violencia y la negligencia a lo largo de las generaciones y propiciar la autonomía de los individuos y la justicia de los sistemas. Eso es trabajar en Clave Emocional.

Bibliografía

- Ackerman, N. (1982). *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*. Buenos Aires: Hormé.
- Andersen, T. (1998). *El equipo reflexivo: diálogos y diálogos sobre los diálogos*. Barcelona: Gedisa.
- Anderson, H. y Gehart, D. (Eds., 2006). *Collaborative therapy*. New York, USA: Routledge.
- Bateson, G. (1985 [1972]). *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Carlos Lohlé.
- Bateson, G., Jackson, D., Haley J. Y Weakland, J. (1956). Toward a Theory of Schizophrenia. *Behavioral Science*, 1(4).
- Cirillo, S. (2012 [2005]). *Malos padres: modelos de intervención para recuperar la capacidad de ser padre y madre*. Barcelona: Gedisa.
- Cirillo, S. y Di Blasio, P. (1991). *Niños maltratados: diagnóstico y terapia familiar*. Barcelona: Paidós.
- Dallos, R. (1996). *Sistemas de creencias familiares*. Barcelona: Paidós.
- Dallos, R., y Draper, R. (2010). *An Introduction to Family Therapy: systemic theory and practice*. New York: Open University Press.
- Feldenkrais, M. (1949). *Body and Mature Behavior: a Study of Anxiety, Sex, Gravitation, and Learning*. Berkeley: North Atlantic Books.
- Gottman, J. y Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. New York: Three Rivers Press.
- Greenberg, L. (2017). *Emotion-Focused Therapy*. Washington: American Psychological Association.
- Greenberg, L. y Paivio, S. (2000). *Trabajar con las emociones en psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- Greenberg, L., Rice, L. y Elliott, R. (1996). *Facilitando el cambio emocional*. Barcelona: Paidós.
- Haley, J., y Richeport. Haley, M. (2003). *The Art of Strategic Therapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Johnson, S. (2004). *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy: Creating Connection*. New York: Routledge.
- Johnstone, L., Boyle, M., Cromby, J., Dillon, J., Harper, D., Kinderman, P., Longden, E., Pilgrim, D. y Read, J. (2018). *The Power Threat Meaning Framework: Towards the identification of patterns in emotional distress, unusual experiences and troubled or troubling behaviour, as an alternative to functional psychiatric diagnosis*. Leicester: British Psychological Society
- Kagan, J. (1998). *Galen's Prophecy: Temperament in Human Nature*. Oxford: Basic Books.
- Kagan, J. (2006). *An Argument for Mind*. New Haven: Yale University Press.
- Kerr, M. y Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York: Norton.
- Kopp, S. (1973). *If you meet the Buddha on the road, kill him!* New York: Bantam Books.
- Laing, R. D. y Esterson, A. (2006 [1964]). *Cordura, locura y familia*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Laso, E. (2010). La confianza como encrucijada: cultura, desarrollo y corrupción. *Athenea Digital – Revista de Pensamiento e Investigación Social*, 17:97-117.
- Laso, E. (2015a). Los rituales terapéuticos familiares: una propuesta teórica en clave emocional. *Revista REDES*, 32.
- Laso, E. (2015b). Los rituales terapéuticos familiares en clave emocional, 2: pasos para construir y ejecutar un ritual. *Revista REDES*, 33.
- Laso, E. (2015c). Terapia familiar en clave emocional, 1: breve revisión histórica. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 18(2): 631-662.
- Laso, E. (2015d). Terapia familiar en clave emocional, 2: una propuesta integradora. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 18(3): 1087-1116.
- Laso, E. (2016). Facilitando el cambio emocional en terapia familiar y de pareja: la técnica de acompañar y guiar. *Boletín RELATES*. Recuperado de: <http://redrelates-boletin.org/facilitando-el-cambio-emocional-en-terapia-familiar-y-de-pareja/>

- Laso, E. (2017). "Poder, agencia y comunión: obstáculos en la transformación de la masculinidad". En Castañeda, L. y Alvizo, C. (eds.). *Géneros, permanencias y transformaciones: Feminidades y masculinidades en el Occidente de México*. Guadalajara: Universidad de Guadalajara.
- Laso, E. (2018). EL amor en clave emocional: enamoramiento, desconfirmación y terapia de pareja. *Revista REDES*, 37, p. 11-35.
- Laso, E. (2019). El trabajo con emociones en terapia familiar: teoría y aplicaciones. En Medina, R., Laso, E., y Hernández, E. (eds.); *El modelo sistémico ante el malestar contemporáneo*. Madrid: Morata.
- Laso, E. (en prensa). *Honrar las necesidades: una clave emocional para la terapia familiar*.
- Levine, P. (2010). *In An Unspoken Voice: How the Body Releases Trauma and Restores Goodness*. Berkeley: New Atlantic Books.
- Linares, J. L. (2006). *Las formas del abuso*. Barcelona: Paidós.
- Linares, J. L. (Ed.; 2015). *Prácticas Alienadoras Familiares: el Síndrome de Alienación Parental reformulado*. Barcelona: Gedisa.
- Medina, R. (2011). *Cambios modestos, grandes revoluciones: terapia familiar crítica*. Guadalajara: Red Américas.
- McDowell, T., Knudson-Martin, C. y Bermúdez, M. (2018). Third-Order Thinking in Family Therapy: Addressing Social Justice Across Family Therapy Practice. *Family Process*, 58(4), 9-22.
- Macías-Esparza, L., y Laso, E. (2017). Una propuesta para abordar la doble ceguera: la terapia familiar crítica sensible al género. *Revista de Psicoterapia*, 28(106): 129-148.
- Merton, R. (1948). The Self-Fulfilling Prophecy. *The Antioch Review*, 8(2), p. 193-210.
- Minuchin, S., Lee, W-Y., y Simon, G. (2006). *Mastering Family Therapy: Journeys of Growth and Transformation*. New York: John Wiley & Sons.
- Palmer, G., y Efron, D. (2007). Emotionally Focused Family Therapy: Developing the Model. *Journal of Systemic Therapies*, 26 (4), 17-24.
- Payne, M. (2002). *Terapia narrativa: una introducción para profesionales*. Barcelona, España: Paidós.
- Porges, S. (2011). *The Polyvagal Theory: Neurophysiological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-Regulation*. New York: W. W. Norton & Co.
- Procter, H. y Winter, D. (2020). *Personal and Relational Construct Psychotherapy*. Suiza: Palgrave-Macmillan.
- Real, T. (2002). *How Can I Get Through to You?* New York: Simon and Schuster.
- Rosenberg, M. (2005). *Nonviolent communication: A Language of Life*. Encinitas: PuddleDance Press.
- Scruton, R. (2009). *Understanding Music*. Londres: Continuum.
- Selvini-Palazzoli, M., Cirillo, S., Selvini, M. Y Sorrentino, A. M. (1990). *Los juegos psicóticos en la familia*. Barcelona: Paidós.
- Semerari, A. (2002). *Historia, teorías y técnicas de la psicoterapia cognitiva*. Barcelona: Paidós.
- Sluzki, C. (2009). *La red social: fronteras de la práctica sistémica*. Barcelona: Gedisa.
- Sullivan, H. S. (1954). *The Psychiatric Interview*. New York: W. W. Norton & Co.
- Tomm, K. (1985). Circular interwiewing: A multifaceted clinical tool. En D. Campbell y R. Draper (eds.), *Applications of systemic family therapy: The Milan model*. New York: Grune & Straton
- Ugazio, V. (2001). *Historias permitidas, historias prohibidas: polaridad semántica familiar y psicopatología*. Barcelona: Paidós.
- Watzlawick, P., Beavin, J., Jackson, D. (1967). *Pragmatics of Human Communication*. New York, USA: W. W. Norton.
- Watzlawick, P., Weakland, J. y Fisch, R. (1992). *Cambio: formación y solución de los problemas humanos*. Barcelona: Herder.
- White, M. (2009). *Reescribir la vida: entrevistas y ensayos*. Barcelona: Gedisa.