

X CONGRESO DE LA ASOCIACION SISTEMICA DE BUENOS AIRES

Aportes Sistémicos a las prácticas clínicas

Taller vivencial como modalidad de intervención posible en un espacio comunitario de Salud Mental

Trabajos comunitarios innovadores: “Intervención sistémica vivencial en un grupo de reflexión para padres”.

Lic. Margarita Bonomo-Lic. Abigail Rapaport

El Centro de Salud Mental N°1 “Dr. Hugo Rosarios”, cuenta con un equipo de Psicopedagogía que es independiente en su funcionamiento, lo que marca una diferencia en relación a los servicios de Psicopatología de los Hospitales Generales.

Desde 1987 se ha incluido la mirada sistémica en la consulta familiar por problemas de aprendizaje, considerando que éstos van más allá de las dificultades curriculares. Tomamos como foco los modelos de relaciones familiares, que permanecen como matriz en el tiempo, quedando cristalizadas, como únicas opciones comunicacionales.

Hace muchos años que la complejidad y diversidad de la clínica, requieren sumar aportes de otras miradas y ahondar en intervenciones innovadoras para orientar y tratar las situaciones de disfuncionalidad familiar.

El “Grupo de Reflexión para padres”, fue creado en 1992, dentro del Equipo de Psicopedagogía. Es un espacio de Prevención Primaria, abierto a la comunidad.

El mismo se generó a partir de la necesidad recurrente planteada por los padres de tener un acompañamiento en momentos de crisis a lo largo del ciclo vital familiar.

Es fundamental crear el clima de confianza e intimidad necesario para que se logre una continuidad y compromiso durante un largo período; entonces poder retomar algunos temas que por distintos motivos quedaron sin resolver pero que han incidido a lo largo de la vida de cada uno de los integrantes. Cuando se consulta por las dificultades en la crianza de los hijos, resurgen con fuerza y requieren ser revisados.

Se reeditan situaciones de la infancia y adolescencia, muchas veces dolorosas, que originaron frustraciones, pérdidas, vínculos disfuncionales con las familias de origen.

Muchas veces creemos que no vamos a cometer los tropiezos de nuestros mayores, que lo íbamos a hacer mejor, pero al trabajar en el grupo nos damos cuenta que caemos en lugares conocidos, repitiendo aquello que como hijos criticábamos de nuestros progenitores.

A través de ejercicios vivenciales, relatos, lecturas, tareas dentro y fuera de los encuentros, genograma familiar, etc, tenemos la posibilidad de resignificar las experiencias vividas, de contarnos otro cuento del que nos contaron y nos contamos. En fin, de lograr una mirada más benevolente y comprensiva de la historia.

Cada familia ha construido su identidad a través del tiempo, de generación en generación, logrando una particular modalidad de vincularse y aprender.

Sabemos que las secuencias repetitivas de interacción disfuncional, generan patología. Estos encuentros permiten evaluar y modificar los diferentes modelos de aprendizaje y de relación familiar desde una mirada sistémica. Muchas de las dificultades surgen a partir de haber rigidizado las pautas vinculares, sin registrar a tiempo que el crecimiento de los hijos requiere encontrar otras, más flexibles, acordes a los cambios que exige el devenir del ciclo vital familiar.

El grupo permite ampliar la mirada, y en un ámbito de contención y aceptación mutua, posibilitar nuevas alternativas de resolución de conflictos.

El entramado grupal funciona como una red de sostén de pares, estableciéndose lazos afectivos y solidarios (también fuera del contexto hospitalario).

A lo largo de todos estos años hemos incluido diferentes talleres vivenciales que se llevan a cabo en uno o dos encuentros y que van en la misma dirección de poder reflexionar acerca de los vínculos y de cómo sanarlos para lograr un buen desapego de las situaciones dolorosas del pasado.

El grupo de padres implica un trabajo de dos años de exploración de la dinámica entre padres e hijos y de elección de nuevas alternativas para redefinir lugares y funciones dentro del sistema familiar. Se modifican pautas de interacción actualizando las necesidades de cada uno de los integrantes, de acuerdo al momento del ciclo vital.

Se trabaja sobre el proceso de separación-individuación, promoviendo el logro de la autonomía acorde a la edad de cada uno de los hijos siguiendo sus características, posibilidades y necesidades.

En el Centro, la Lic. Abigail Rapaport, coordina tres talleres comunitarios anuales de padres con hijos adolescentes, a los cuales concurren numerosas familias anualmente, desde hace más de 10 años.

“Crianza Sistémica” es un espacio por ella creado, como modalidad de encarar la temática de la crianza a lo largo del ciclo vital familiar. Este abordaje incluye dos aspectos simultáneos: uno que está dirigido al bienestar familiar, priorizando la prevención y promoción de salud; otro que plantea la necesidad de encarar un proceso interno de reconocimiento e integración de todas las vivencias relacionadas con:

Mis padres como hijos de sus padres.

Yo como hijo de mis padres

Yo como padre de mis hijos.

Con el fin de reconocer implicancias y despejar el flujo de la vida.

Cuando se contextualizan cada uno de estos vínculos, se vuelve más claro el lugar de cada miembro de la familia, junto a las vivencias de cada uno en sus diferentes roles.

El aporte de Crianza Sistémica al Grupo de Reflexión para padres, tiene como objetivo reproducir la experiencia realizada en otros ámbitos, como un aporte que propicie una manera diferente de sentirse y mirarse en tres aspectos: hijo/a – hombre/mujer – padre/madre.

Entre los participantes del taller se eligen los representantes que se posicionan en cada uno de estos lugares. La idea de llevar a cabo esta experiencia, en base a las “tres esferas internas”, es la de integrarlas, evitando, que al quedar disociadas, sean proyectadas en las relaciones de pareja, hijos y otros vínculos (hermanos, socios, etc.)

Las áreas no integradas generan situaciones de disfuncionalidad denotando implicancias sistémicas no resueltas.

El término “esfera” hace referencia a un espacio, una dimensión interna que incluye sensaciones, percepciones, imágenes, emociones y vivencias; algunas de las cuales están procesadas y otras no. Estas esferas internas son interdependientes, se vinculan entre sí y dan cuenta de lo funcional y disfuncional que ocurre en la dinámica interna del organismo.

La posibilidad de discernir entre estas tres esferas internas permite hacer contacto con cada una y elaborar lo que en ella quedó sin procesar.

Así como en nuestro cuerpo están en interacción diferentes órganos y el buen funcionamiento de uno influye en el saludable funcionamiento del resto; de la misma manera funcionan estas esferas internas. El buen funcionamiento de una esfera incide sobre el funcionamiento de la otra.

Se toman estas dimensiones como subsistemas corporales que interactúan entre sí. Según la prevalencia de uno u otro, se dará lugar a una modalidad de expresión externa (actitudes, respuestas, posturas) que dará cuenta de la funcionalidad o no de las esferas mencionadas.

La dificultad para integrar estos aspectos internos tiene su efecto en el área vincular. Lo disociado es efecto del bloqueo producido frente a la amenaza de sufrir nuevas heridas, entonces se evita que fluya el afecto de modo funcional en las relaciones actuales y se obstaculiza la implementación de recursos que permitan la resolución de desafíos cotidianos.

A lo largo del ciclo vital individual, atravesamos innumerables situaciones que nos permiten revisar los diferentes roles que ejercemos: ser hija, ser mujer y ser madre.

De cómo tramitemos las revisiones de los vínculos primarios redefiniremos los actuales. Por ejemplo, el ser madre brinda la posibilidad de reeditar las propias vivencias del ser hija.

Aceptar heridas emocionales de la infancia, pubertad o adolescencia, así como también de la vida adulta; permite compensar creativamente a través de nuevas capacidades y habilidades el afrontamiento de los nuevos desafíos. Se trata de reconocer, reparar e integrar los hechos tal cual sucedieron como parte de la historia, sin emitir juicio crítico para reconocer lo que es.

El reclamo, el reproche y la culpa generan un entrampe que nos dejan indefectiblemente adheridos al pasado sin la posibilidad de lograr la autonomía de criterio y toma de decisiones en el devenir de nuestras elecciones personales.

Trabajar con las esferas internas nos permite despejar nuestra percepción de las experiencias que nos han atravesado y que siguen siendo parte de nuestra cotidianeidad. Si logro a través de esta experiencia reconocer mi capacidad creativa y resiliente en las diferentes situaciones vividas, podré seguir siéndolo en cada paso que dé de aquí en adelante. Reconocer para poder integrar en nosotros aquello que hemos rechazado hasta ahora, con el fin de reparar. Proceso que deviene en una nueva modalidad de relacionarnos.

Conclusión:

Aprendemos a ser padres mirando y tomando de nuestros progenitores; si no tomamos lo que alguna vez recibimos, no tenemos qué dar. Nuestros hijos nos hacen padres y junto con ellos vamos creciendo, aprendiendo con aciertos y errores.

Pero en la medida que reflexionamos y nos damos cuenta, reconocemos que las cosas fueron como fueron; que sólo nos queda soltar el pasado para vivir mejor nuestro presente y mirar a nuestros hijos que siempre nos esperan, de este modo, nos convertimos en protagonistas más asertivos.

Lic. Margarita Bonomo-Lic. Abigail Rapaport