

SALVADOR MINUCHIN

Supervisión “Estilo del terapeuta”

Easthampton, 7 al 11 de julio de 2001

□ **TERAPEUTA COMO INSTRUMENTO**

El terapeuta es un instrumento complejo. Si, como instrumento, estás continuamente trabajando te transformas en un instrumento muy estrecho. Si el terapeuta hace una terapia que es únicamente a un nivel intelectual y cuando pasa a lo emocional él lo tapa, en realidad él se está anulando a sí mismo. Yo tengo una capacidad de desafiar y como la tengo hace muchos y muchos años la afiné de tal manera que puedo desafiar con humor. Entonces no necesito intensidad. Si le decimos al señor “¿Usted lo hace únicamente con la mano izquierda o también con la mano derecha? ¿Necesita 3 manos? ¿Necesita 4 manos?” Así lo desafías y al mismo tiempo lo descolocas. Estás hablando una cosa rara. No es directo y sin embargo (...)

Usas lo absurdo para romper el esquema. Tú no tienes la habilidad de hacerlo y eso es un trabajo personal. Es algo donde la supervisión se transforma en un problema porque la supervisión entra en lo personal. Y el supervisor no habla de que relación que tuviste con tu mamá, tu papá o tu hermano. El supervisor dice “Aquí tienes un problema de utilización de yo” como terapeuta y tienes que hablar y resolverlo.

En realidad, tú sientes que estoy hablando no únicamente al rol de terapeuta sino a ti mismo. Cuando yo te estoy diciendo ese es tu problema de tu técnica yo no sé sobre que estoy hablando pero tú sí lo sabes. Yo estoy tocando niveles que yo no conozco. Yo me sujeto al nivel del precipicio. Tú tienes que decir “Aquí hay un problema técnico que es la utilización de intensidad”. Te dejo que tengas una pesadilla. (...)

Ese es el trabajo del supervisor con los supervisados.

□ **EL SENTIR DEL SUPERVISADO**

Después de cada presentación se van a sentir un poco deprimidos porque yo no sé cómo supervisar y ser bueno al mismo tiempo. Yo estoy tratando de que pases de la depresión y el enojo a la aceptación de lo que te estoy mostrando porque sino no vas a aprender. Estás haciendo una terapia limitada porque estás estrechando tus posibilidades. Tienes muchas más posibilidades de las que piensas.

□ **ESCUCHAR Y PREGUNTAR**

Escuchar y preguntar son las reglas genéricas en terapia. Una de las reglas es escuchar, tenéis que escuchar. Ellos tienen que daros una historia y el escuchar los confirma. El

testigo es una confirmación. La segunda regla es hacer preguntas si no escuchaste o no entendiste. Si escuchas y haces preguntas estás en una posición de dar competencia a la familia. Me interesa eso. Es rarísimo. Hay un lenguaje que se llama en inglés “*therapeutic amusement*” y el terapeuta dice “¿Si? ¿De verdad? Que interesante. Me sorprende.” Y son maneras de decir a la gente “Estoy interesado en ti”. Entonces, empezad por estos dos mandamientos, escuchar y hacer preguntas. Cuando escuchas sabes inmediatamente lo que te dicen. Él dice yo no sé y la verdad es que él no sabe. Y la verdad es que tú tampoco sabes. Entonces, si no sabes tienes que hacer preguntas.

□ **ADAPTACIÓN ANTE LA FAMILIA**

Hay un mandamiento que empieza antes de escuchar, empieza con la acomodación. Una vez que entiendes cuál es la cultura. ¿Es una familia aglutinada? Vas a estar distante. ¿Es una familia que tiene violencia? Vas a establecer jerarquía porque vas a necesitar una capacidad de poder. En una familia con violencia tu posición de médico es buena porque quieres mantener la capacidad de controlar el nivel emocional. Si estás con una familia violenta les vas a decir “No quiero que os habléis unos a otros, quiero que me habléis a mí y quiero que me escuchéis”. Esa es la técnica de Bowen. Él les decía “No quiero que me digas cómo te sientes, dime únicamente lo que piensas. Y tú escuchas lo que me dice y me cuentas a mí lo que él ha dicho. A mí tampoco me interesa lo que sentiste cuando él me dijo eso. Con ustedes no estoy interesado en cómo se sienten. Para entenderlos quiero ver cómo piensan.” Pero eso es en cierto tipo de familias y en otro tipo de familias no lo haces. Eso tiene que ser una parte básica de lo que es la terapia. Eso significa que la terapia comienza con el pensamiento de quien soy yo como terapeuta.

□ **LIDERAZGO DEL TERAPEUTA**

En cada miembro de la familia hay alternativas distintas. Resumo lo que dije hasta ahora: variabilidad del ser terapéutico, la multiplicidad de posiciones, el escuchar, el clarificar a través de preguntas que sean a una persona y a otras personas, incluyendo a todo el mundo. Todos tienen que ser incluidos. Si hay un chico de 5 años le preguntas “¿Vas a la escuela? Todavía no. ¿Y tu hermanita? Si.” Y si hay un chico de 16 años le preguntas sobre la angustia de tener 16 años. Usas un lenguaje distinto. Después de clarificar, tienes que poner a todos los actores en escena. La sesión de terapia es un escenario artificial. Has traído a ese escenario a un montón de gente y tienen que estar todos en escena y los pones a unos en contacto con los otros. Poner a unos en contacto con los otros te permite un montón de cosas. Primero te permite cambiar el concepto de liderazgo. No es el liderazgo del peón sino que es el liderazgo del capataz. El liderazgo del peón es del que está siempre trabajando, hablas con todos. Pero si pones en contacto a dos personas

aprendes que uno de los liderazgos es el del policía de tráfico que les dice “Habla con él” y después tomas la posición de juez de paz y les dices “Habláis de la misma cosa pero parece que habláis de cosas distintas. Tú no la escuchas a ella. ¿Por qué no la escuchas?” Esas son formas distintas de ser líder.

□ **JAY HALEY Y EL SÍNTOMA**

En la psicoterapia de J. Haley siempre se empieza por el síntoma. Pero viene una familia en que el hombre dice “Yo soy el problema” y la mujer no se cual síntoma tenía. Haley dice al terapeuta que le diga al hombre “El síntoma tuyo (obsesivo, ansiedad...) me interesa mucho y voy a tratar eso pero primero quiero ver lo que le pasa a tu mujer. Pero quiero que sepas que estoy interesado en tu síntoma.” Haley le dice al terapeuta que trabaje con la mujer durante 6 o 7 sesiones y cada vez que el hombre dice “Yo soy el problema” el terapeuta dice “Lo sé y yo en realidad estoy interesado en eso pero no puedo entrar en eso aún.” Después, cuando la mujer dejó el síntoma el hombre dejó el síntoma también. Pensando en el síntoma Haley desarrolló una estrategia para hablar con el hombre. Todo el tiempo está pensando en cómo cambiar el síntoma de este hombre.

Viene una mujer anoréxica y el esposo es un poco obeso. Jay le dice al terapeuta que traiga una balanza a la sesión, que los pese a ella y a él y que sume los 2 pesos. Les da la prescripción de la tarea y luego continúa. El objetivo de la terapia es que el peso conjunto cambie. Puede cambiar porque él pierda peso o porque ella gana peso. Puede mantenerse si él pierde peso y ella gana peso. En todas las sesiones está la balanza. En ese caso particular él dice a la mujer “Sé que tienes el problema con no comer y la bulimia pero en realidad hay otra cosa también. ¿Cuánto sabe tu esposo de lo que tú comes? ¿O de lo que tú vomitas?” Entonces se entera de que ella le oculta al esposo y le dice al esposo “Quiero que vayas con tu señora al supermercado para ayudarla a ella a que compre las cosas que compra cuando tiene un atracón.” Y empieza a trabajar con el problema de la falta de confianza y los secretos. Está siempre pensando en el síntoma de la mujer.

□ **EXPLORACIÓN DE CONFLICTOS**

Una de las cosas para que el conflicto aflore es poner a la gente en acción. No únicamente hablar o explorar. “Él está con una cara de pasa de uva y tú te estás riendo. No sé si te das cuenta que tiene cara de pasa de uva. Habla con él a ver si lo hacer sonreír. O quizás él te puede ayudar a que pongas cara de pasa de uva.” Después estás tranquilo como terapeuta. Los has puesto a ellos en un ring y dices “Peléense”. Tú miras como se pelean y te das cuenta que en realidad ella es la que ha organizado la cara seria de él y le preguntas a ella si le gusta que esté mal.

□ DESCENTRALIZACIÓN DEL TERAPEUTA

El terapeuta tiene que encontrar una forma de descentralizarse moviendo la energía al grupo familiar para que ellos tomen la tónica de la conversación y fundamentalmente para darle al terapeuta la capacidad de mirar ampliamente. El terapeuta tiene que estar desocupado.

□ DISFUNCIONALIDAD DEL HIJO PERFECTO

Si hay un hijo con problemas de conducta también hay un hermano con problemas de conducta ocultos. Lo que se llama la disfuncionalidad de la persona perfecta. Si tienes un hijo malo tienes un hijo bueno. Si ves a ambos puedes hablar con los padres sobre el problema del chico que está reprimido. Puedes hacer un juego entre los chicos y decirle al chico malo “Eres un hermano muy malo” y decirle al chico bueno “Tienes que ser perfecto porque él es imperfecto”. Trabajas para cambiar la relación.

□ WINNICOT Y LOS MÉDICOS DE FAMILIA

Winnicot le dice al médico “Tu verás a la familia Jiménez. La mama tiene un problema de diabetes, el papa tiene un problema de hipertensión y también ves a la adolescente”. Winnicot ayuda a los médicos a que creen una ficha de familia en lugar de crear 3 pacientes. Así empezar a estudiar en que forma los síntomas de la hipertensión del padre, la diabetes de la madre y la histeria de la hija estaban correlacionadas. Él hacia una terapia familiar desde el punto de vista de una organización individual.

□ EMIGRACIÓN

Cuando trabajaba en Bélgica con marroquíes y tunecinos favorecía un trabajo de rebeldía de los emigrantes en contra de la sociedad predominante. Eso es una cosa rara desde el punto de vista del terapeuta pero funcionaba como abogado de grupos oprimidos en contra del grupo mayoritario. En vez de pensar en patología personal, se ponen a pensar en patología social. ¿En qué forma lo que puede haber sido normal en Colombia se transforma en disfuncional en Mallorca? El problema de la diversidad no formaba parte antes de la formación social.

□ TERAPIA INDIVIDUAL VERSUS FAMILIAR

Hay un contrato implícito entre terapeuta y familia, cuando uno va de lo individual a lo familiar ese contrato se tiene que romper. No es posible. Cuando haces terapia muchas

veces tienes que hacer una sesión individual con los miembros de la familia. Porque hay cosas que te cuentan individualmente que te pueden ser útiles.

□ **CAMBIAR EL SÍNTOMA**

Lo relacional es siempre una cosa que la familia no te trae. La familia te trae el paciente identificado. Tienen miedo pero ¿Quién crea el miedo?. En que forma el síntoma se mantiene. Quien mantiene el síntoma. (...) hace una cosa distinta. (...) puedes tener una coalición que cierre la puerta al temor. (...)Que el grupo familiar vea al temor como una cosa de fuera. Yo pienso distinto. Le diría al padre “¿En qué forma tu hijo (...)” Entonces la narrativa es completamente distinta. Yo le digo al padre “Tú eres la persona responsable. Por eso tienes que cambiar.” Otros dicen que toda la familia tiene que luchar contra la construcción cognitiva del miedo. Lo que está pasando en esa familia es que hay una narrativa sobre un mundo peligroso. Entonces dice “Tenemos que ver cómo es que esa construcción de un mundo peligroso se puede cambiar”. Ha habido momentos en que tú no has sentido temor. ¿Cuáles son esos momentos? Entonces el enfoque no es en el temor sino en los momentos en los que no hay temor. Una de las ventajas de ese tipo de intervención es que el terapeuta puede ser siempre bueno, no tienes que atacar a nadie.

□ **TERAPIA PAREJA E HIJOS**

(...) Tienen una visión completamente distinta. Los chicos tienen una gran capacidad de disminuir los (...) emocionales. (...) Hay un contagio de la relación afectuosa hacia el chico. Yo no creo que la terapia de pareja exista separada de la terapia familiar. Es lo mismo. Tal vez si uno escribe un libro lo puede hacer de forma separada pero en la vida no es posible. (...) Los hijos te dan información y los padres también. En general, en la terapia de pareja hay dos cosas importantes. Primero trabajo mucho con la complementariedad. ¿Cómo es que él te hace incompetente? ¿Cómo es que ella te hace sobre responsable? Otra cosa que hago mucho es decir a la gente que ellos han traído a la pareja un disco duro y que eso no va a cambiar. La intención de mejorar (que el hombre quiera a la mujer y la mujer quiera al hombre) eso es lindo, es una fantasía, y es importante que sigan pensando así pero no les va a funcionar. En la infancia se dan las cartas (...) De manera que tienen que disminuir la intención de tener un (...) Ayuda a la gente porque la cuestión de pareja es como el “My fair lady”. Dicen “¿Por qué las mujeres no son como los hombres? Entonces, dos cosas. Primero, los chicos tienen que ser parte, no de toda la terapia, pero tienen que venir al principio para que entiendas cual es la (...) Te vas a encontrar que él no le permite a ella que sea madre. En la sesión que tienes con ellos después ese es un tema. ¿Por qué no la dejas (...)? Eso es simple y muy necesario. También yo me siento protector del chico. Si es una pareja con chico y chico (...) Y siempre una disminución del nivel económico.

□ ROLE PLAYING: MINUCHIN CON PAREJA EN CONFLICTO

- Se ha quedado callado más rato.

- ¿Qué salida tengo?

(...) Es interesante como son capaces de hacer la misma cosa otra vez y otra vez. (...) ¿Cómo lo quieres a él? ¿Te gusta así como es? Esta es una varita mágica. Cámbialo. (...) O a lo mejor lo quieres así. ¿Te gusta un hombre que sea distante y prepotente? (“No, me gusta que me escuche”) ¿Por qué me hablas a mi bien y a él no? Es un cambio continuo de desafío. (...) En realidad estoy diciendo no me gusta ninguno de los dos. Entonces desafías y te vas. Desafías pero no te quedas en el campo de batalla. Dices “El problema es de vosotros dos. Si vosotros no queréis trabajar en esto...”

□ NOSOTROS Y ÉL (SUPERVISADOS Y SUPERVISOR)

Los he maltratado durante 5 días. No les sonrío, soy muy duro. Yo pienso que la función del terapeuta es de organización personal. Ustedes vienen, me pagan, se toman 5 días. Tienen que salir de aquí con (...) y ungüentos. He estado hablando del terapeuta como instrumento. Y he estado hablando de la responsabilidad de crecer como instrumento con el crecimiento personal.

□ EPÍLOGO: MINUCHIN Y SU PISTOLA

□ FINAL FELIZ