

PROCESOS DE COMUNICACIÓN HUMANA

SESIÓN 7

3. COMUNICACIÓN Y LA FAMILIA COMO SISTEMA

- 3.1. Los tipos de la comunicación en la familia
- 3.2. Factores que dificultan la comunicación en la familia
- 3.3. La teoría del doble vínculo

OBJETIVOS.

Reconocer el enfoque de la Familia Sistémica, estructura y funciones de sus miembros, así como el papel que juega la comunicación.

Advertir que mediante el estilo de comunicación prevalente se establece entre sus miembros: relaciones y vínculos que son los que en definitiva hacen que aparezcan las conductas

Reconocer que existen situaciones disfuncionales de comunicación que promueven relaciones interpersonales de dominio y confusión, y que por lo tanto interfieren en el desarrollo y crecimiento humano.

COMUNICACIÓN Y LA FAMILIA COMO SISTEMA

Los tipos de la comunicación en la familia

La familia es el primer lugar donde aprendemos cómo comunicarnos. La manera de hacerlo en nuestra familia de origen determinará cómo nos comunicaremos con los demás.

Así el niño comienza aprendiendo gestos y tonos de voz de sus padres y hermanos, comunicándose a través de ellos. Por ejemplo, cuando señala con el dedo y pide "ete" ó "quille" para pedir algo está imitando la forma en que ha escuchado que otros en su familia lo hacen, y son los miembros de la familia quienes primero podrán interpretar lo que está pidiendo.

El estilo y la forma de comunicación que tengan como familia está influida a su vez por la historia de las formas de comunicación de las familias de los padres.

La forma de comunicarse que tienen los miembros de la familia, determinará la forma en que los niños que en ella crecen aprendan una manera de emocionarse y de pensar. Esto significa que cada familia enseña a través de la forma que tiene de comunicarse, su estilo particular; los valores, forma de pensar y mirar el mundo.

Relaciones dentro de la familia

La familia tiene distintos niveles para comunicarse. De acuerdo a ello se establecen grupos que tienden a un cierto tipo de relación en su interior y con el otro grupo: nos referimos a los padres y los hijos (subsistema paterno). Al interior de cada uno de estos grupos existe una relación de igualdad. Esto es, los padres - ambos adultos - establecen una comunicación como padres entre ellos para ejercer mejor su función. A su vez, los hijos establecen una comunicación de hermanos (subsistema fraterno), iguales, que les permite pasarlo bien, jugar y ejercer su rol de hijos frente a los padres.

En un nivel distinto de comunicación se encuentra la pareja (subsistema conyugal) que constituye un espacio exclusivo de los adultos y que no tiene que ver con la crianza de los hijos, ni con la manutención de la casa. La pareja existe en torno a la comunicación de ellos como amigos y amantes.

De acuerdo a lo anterior, cuando hablamos de *comunicación en la familia*, debemos distinguir a qué nivel de estos sub-sistemas o grupos nos estamos refiriendo. Cuando la familia es capaz de dejar claros los límites y normas entre distintos grupos de la familia, la comunicación entre sus miembros tiende a ser más directa, eficaz y transparente. Esto significa que si los adultos en su rol de padres tienen un desacuerdo, deben ser capaces de no traspasar ese desacuerdo a la pareja y deben además tratar de no involucrar a los hijos en la discusión. Es algo que deberán resolver como padres, para luego transmitir a los hijos su decisión. En esto nada tiene que ver su comunicación como pareja.

El estilo y la forma de comunicación **en la familia** que tengan o como sub-grupo de esa familia, dependerá de su historia familiar y de su forma particular de relación.

Familia y reglas

Las familias fijan reglas para convivir, que están de acuerdo a los valores y normas que los guían. Estas reglas por lo general son definidas y aplicadas por los padres. En algunas familias, y de acuerdo a su estilo y valores, los padres permiten que los hijos participen en la discusión sobre cierto tipo de reglas (permisos, salidas, paseos, deberes en la casa, etc.). El que los hijos participen o no de estas decisiones dependerá de la forma que cada familia tenga de ejercer el poder en su interior (más democrática o autoritaria).

Lo fundamental es que quienes velen por el cumplimiento de estas reglas estén de acuerdo y hayan definido dichas normas en conjunto. Esto permitirá ser consistentes a los padres, aumentando su credibilidad y eficacia para lograr que las reglas se cumplan. Una de las denominaciones que tiene el acto de fijar reglas es marcar el terreno a los hijos, y como se decía, esta marcación debe hacerse de común acuerdo. Cuando los padres no logran acuerdo y tienden a discutir frente a los niños, o uno se alía con los hijos contra el otro, se tienden a generar problemas a nivel de la organización de la familia, que son difíciles de resolver (dictadura de los hijos, negación de la autoridad de

uno de los padres, que dan origen a los habituales problemas conductuales en los hijos). Lo habitual es que los padres hagan uso de los límites como forma de lograr que los hijos cumplan con las normas que se han fijado. En este sentido es necesario señalar que el uso del "costo de respuesta" (quitarles las cosas que les gustan frente a la trasgresión de las normas) brinda la mayor eficacia y eficiencia, como lo demuestran los estudiosos del tema, y que el premio y refuerzo (en forma contingente y estable) a las conductas deseadas es la forma más eficaz de lograr que se instauren nuevas formas de conducta en los hijos.

Qué y cómo comunicamos

En todo lo que hacemos, decimos o dejamos de hacer, estamos comunicando algo, ya que estamos siempre estableciendo una relación con el otro.

En esa relación puede haber un convenio sin palabras de no hablarse, por ejemplo, cuando uno se sienta en una micro junto al otro al cual no conoce, "Aún en esa situación le comunicamos al otro que no queremos comunicarnos con él con gestos o postura de nuestro cuerpo. Es importante distinguir que existen 2 formas de comunicarnos: verbalmente y no verbalmente. Lo verbal se refiere a la comunicación a través de lo que decimos o escribimos. Lo no verbal corresponde a gestos, actitudes, posturas corporales, tonos de voz y/o miradas que yo hago cuando me relaciono con otro u otros.

Es importante que lo que se dice a nivel verbal coincida con lo que se comunica con gestos o con el tono de voz. Por ejemplo, si una madre le dice a su hijo "No estoy enojada" y el tono es de enojo, el niño no sabrá si hacerle caso a lo que dice o al tono con que lo dice. Este tipo de contradicciones pueden llevar a una familia a tener dificultades en su comunicación y existe una mayor tendencia a que se generen problemas entre sus miembros.

Construyendo una realidad familiar común

La familia es el espacio privilegiado de aceptación y amor de los seres humanos y es de gran relevancia el que esta emoción sea la que predomine en el clima de las relaciones intrafamiliares. Ello significa, entender y aceptar que los otros, puedan percibir un mismo hecho de manera distinta, como ya

habíamos visto en otras sesiones, cada persona crea su propio mapa representacional de la realidad. Por ello es importante para las familias entender y respetar estas diferentes formas de ver las cosas que tienen sus miembros. Al enfrentar las diferencias se logra una mayor riqueza, pudiendo construir, a la luz del amor y la aceptación del otro una nueva forma de ver las alternativas y soluciones en común. En este sentido las familias constituyen un claro ejemplo de relaciones solidarias y cooperativas, ya que son capaces de unir las distintas visiones en pos de un objetivo común. Así las familias van co-construyendo una forma de enfrentar las dificultades diarias y de ver el mundo, negociando cuando es necesario llegar a acciones comunes o respetando y aceptando que los otros tengan distintas formas de ver algunas cosas, en otras ocasiones.

Comunicando las expectativas y necesidades

Todos los miembros de la familia poseen necesidades y expectativas de los otros respecto a la satisfacción de dichas necesidades. Una de las dificultades habituales de las familias radica en pensar que "el otro es capaz de adivinar lo que yo necesito y debe ser capaz de adivinar qué hacer para ayudarme a satisfacer esta necesidad". Así mismo se espera que los otros adivinen los sentimientos y emociones.

Es fundamental que las familias sean capaces de aprender a lograr que sus miembros expresen sus necesidades, emociones y expectativas respecto a los otros, sin temor a la negación y descalificación por parte de los otros. Al explicitar dichos elementos se establecerán relaciones más claras y eficientes.

Es importante no caer en el mito de la capacidad de "adivinación" que pueden tener los otros miembros de la familia, y trabajar para que todos expresen sus emociones y necesidades a tiempo, evitando la acumulación de enojo y resolviendo los nudos de convivencia diaria.

En este proceso es conveniente trabajar para que cada uno se responsabilice por sus emociones y necesidades ("yo siento esta emoción", en vez de decir "ustedes me hacen sentir esto") evitando involucrar a los demás en las opciones que cada uno hace. Este tipo de aclaraciones permite crear un clima de confianza y aceptación que facilita la expresión de afectos y el logro de soluciones comunes. Recordemos las técnicas de la comunicación asertiva que ya hemos revisado.

Estilos de comunicación

Los estilos de comunicación son el modo en que las personas nos intercambiamos información. El conjunto de elementos, verbales, gestuales y corporales que utilizamos, conforma un estilo específico de comunicación. Dentro de los estilos de comunicación, cabe destacar:

El estilo Inhibido o Pasivo, que se caracteriza por una escasa o nula verbalización de lo que se piensa, de lo que se siente o de los comportamientos que nos molestan de los demás, evitando actuar por miedo a las consecuencias.

Es común la utilización de estrategias poco claras e inseguras acompañadas de un lenguaje dubitativo, emitido con un volumen de voz extremadamente bajo, para abordar o resolver situaciones.

La postura corporal asociada es tensa, retraída, y el espacio interpersonal desmesurado.

En el estilo agresivo, el afrontamiento de las situaciones es directo, brusco y poco respetuoso, provocando malestar emocional en los interlocutores y deteriorando la relación con ellos.

El lenguaje suele ser impositivo, cargado de órdenes e interrupciones en el discurso de los demás, con elevado volumen de voz, gestos amenazantes y postura corporal tendente a invadir el espacio de la otra persona.

La comunicación es unidireccional padres-hijos, y la ausencia de diálogo es la práctica habitual.

Y el estilo asertivo, que implica expresar lo que se quiere, lo que se desea, y lo que se espera del otro, de modo directo, claro y respetuoso. Cuando utilizamos este estilo de comunicación con nuestros hijos y les hacemos partícipes de lo que pensamos, de cómo nos sentimos, o de cómo nos gustaría que se comportaran, de un modo claro y respetuoso, estamos contribuyendo a mejorar su autoconcepto, a elevar su autoestima y a establecer una relación más cercana con ellos.

La comunicación es abierta y bidireccional padres/hijos, con frecuentes negociaciones y consecución de acuerdos.

Repercusión del estilo comunicativo en los hijos

Veamos ahora cómo es la influencia de cada estilo comunicativo en el comportamiento y carácter de los hijos:

Los hijos de padres autoritarios: Tienden a ser obedientes, ordenados, poco agresivos, más tímidos, poco tenaces a la hora de perseguir metas. Su interiorización de los valores morales es pobre, orientándose más a los premios y castigos que hacia el significado intrínseco del comportamiento.

Los hijos de padres autoritarios manifiestan pocas expresiones de afecto con los iguales, siendo poco espontáneos, llegando incluso a tener problemas en establecer estas relaciones. El “lugar de control” externo potencia la baja autoestima y dependencia, y generalmente manifiestan poca alegría, se muestran coléricos, aprensivos, infelices, fácilmente irritables, y vulnerables a las tensiones.

Los hijos de padres permisivos (sobreprotectores y ausentes): Suelen tener problemas para controlar sus impulsos, y dificultades para asumir responsabilidades. Son inmaduros y sus niveles de autoestima generalmente son bajos, aunque tienden a ser más alegres y vitales.

Los hijos de padres asertivos: Tienden a tener niveles altos de autocontrol y de autoestima, y se muestran más capaces al afrontar situaciones nuevas con confianza. Son persistentes en las tareas que inician. Son interactivos y hábiles en las relaciones con los iguales, independientes y cariñosos, y suelen tener valores morales interiorizados.

Factores que dificultan la comunicación en la familia

La comunicación en la familia permite que los padres no se conviertan en desconocidos para sus hijos y les provean de una mejor educación. Una familia que se comunica es una familia unida.

A continuación se enuncian *algunos factores que ocasionan la falta de comunicación* en familia:

1. Las nuevas condiciones de trabajo que imponen largos desplazamientos y por lo tanto ausencias prolongadas del hogar. Por lo anterior, se ha perdido la costumbre de comer en familia y de pasar un momento agradable compartiendo lo que sucedió durante el día. Cada miembro de la familia come en diferente lugar, se ven sólo por la noche.
2. La irrupción en el marco familiar de los medios de comunicación. Este es un factor muy importante, pues se hace un mal uso de los mismos y se convierten en una barrera para el diálogo. Es común el uso del celular, el escuchar música con audífonos a un alto volumen o el enfrascarse en las conversaciones por Internet con personas, incluso desconocidas, ignorando lo que sucede alrededor, ignorando a la familia.
3. Prisa de los padres por recibir alguna información por parte de los hijos, ya que no se presta atención a lo que tratan de comunicar. Las exigencias económicas obligan a tener en ocasiones más de un empleo abandonando lo primordial: el escuchar, el expresarse, el convivir con calidad.
4. Las preguntas llenas de reproches, antes de escuchar, investigar, analizar el por qué de alguna situación, lo que provoca un abismo entre cada uno de los miembros de la familia, genera dudas y desconfianza que se van acumulando para explotar en cualquier momento, tal vez cuando ya la situación sea irremediable.

Los factores mencionados son los más comunes; sin embargo, cada familia tendrá su propia problemática por resolver.

La repercusión más evidente de la falta de comunicación en la familia es la desintegración y por ende la falta de valores en la sociedad. Los adolescentes al no sentirse cómodos o parte de una familia se sienten vacíos, buscan con quien identificarse y encuentran alternativas inadecuadas, como las tribus urbanas o grupos de amigos que los incitan hacia los delitos o hacia el consumo de drogas.

Ante el panorama descrito es necesario tomar acciones en nuestra propia familia para *propiciar la comunicación*. Algunos *consejos* son:

1. Es vital como miembros de una familia acordar horarios para convivir en alguna de las tres comidas y que este tiempo sea útil para comentar vivencias, proyectos, las aficiones e incluso cosas triviales. Lo importante es que todos se sientan cómodos y tengan la oportunidad de hablar y de escuchar.

2. Cuando se propicie alguna conversación ésta debe ser positiva, dejando los problemas para un momento más oportuno. Sacar a la luz situaciones desagradables cuando todos están disfrutando de la convivencia familiar rompe con el encanto.

3. Es importante respetar los acuerdos entre los padres para los permisos, los premios y los castigos. Ambos deben apoyarse en las decisiones y no tomar partido a favor de los hijos.

4. Es importante ponerse en el lugar de la otra persona, que se sienta comprendida y apoyada cuando se encuentra inmersa en alguna problemática. Que sienta que saldrá adelante con la ayuda de su familia. Aunque los hijos sean pequeños y sus problemas posiblemente desde la perspectiva de adultos sean insignificantes, para un niño tienen gran peso, por lo tanto no hay que desacreditarlos.

6.- Es de gran utilidad enseñar a miembros de la familia a expresar sus sentimientos sin temor. No restringirlos ni restringir las manifestaciones de cariño.

7.- Cuando se va a pedir algo a los miembros de la familia es importante que esto sea lo suficientemente claro para que no exista duda y evitar los malos entendidos.

Algunas *necesidades que tienen los hijos* son las siguientes:

APOYO, sobre todo cuando se sienten inseguros del paso que darán, ya sea en los momentos de cambios importantes, que pueden ser desde entrar a preescolar como el cambio en la adolescencia.

ESTÍMULO, los padres no deben olvidar que su labor hacia con los hijos es de tiempo completo, apoyándolos en todo momento, que sientan que se está con ellos.

ORIENTACIÓN, platicar con los hijos, asesorarlos, sobre todo en un momento que están rodeados por los medios de comunicación.

FIRMEZA, pues el padre débil, que al primer llanto o protesta del hijo retrocede en decisiones en lugar de ayudar perjudica. Los padres deben estar de acuerdo en las reglas.

PACIENCIA, Los hijos no son máquinas que se programan para que se comporten de tal o cual manera. Cada uno es diferente y no es bueno hacer comparaciones porque esto acarrea resentimiento e inseguridad.

DIÁLOGO Y DISPONIBILIDAD, la tarea de educar es difícil y será aún más si no se conoce a la persona a quien se pretende educar. La apertura al diálogo es esencial, hacerle saber a los demás que son importantes en nuestra vida.

MARCAR LÍMITES: que el niño o joven sepan cuál es el papel que tiene dentro de la familia y hasta dónde puede llegar sin ofender ni dañar a los demás.

El cambio en la comunicación familiar tal vez no se logre de manera inmediata, pero lo importante es la voluntad para llevarlo a cabo, tomar la iniciativa y no esperar a que lo haga otra persona.

Algunas estrategias de comunicación en caso de conflictos familiares

En ocasiones acontecen en la familia situaciones conflictivas de crisis, arranques de ira, en los que los miembros de la familia se hacen comentarios negativos, se interrumpen, se ofenden, se humillan, etc. Estos momentos no

son los más adecuados para intentar solucionar los posibles problemas que los han causado.

Lo importante en estos casos es intentar salir del conflicto lo más pronto posible y que la familia se vea mínimamente resentida.

A continuación vamos a describir una serie de técnicas que deben utilizarse cuando las personas que participan en una conversación observan signos de que la situación puede acabar en conflicto. Una vez superada la crisis, hay que buscar posibles soluciones al problema.

Dar respuestas incompatibles a la ira y el mal humor: Se trata de relajar a la persona de la que procede el ataque de ira para reducir la tensión y no dar pie con un comentario inadecuado a que la situación continúe.

Se pueden utilizar respuestas del tipo:

“Anda, calmémonos un poco, comprendo que estés enfadado. ¿Por qué no nos sentamos y me cuentas lo que ha sucedido?”

Usando un tono de voz agradable y acogedor, un contacto físico leve y una sonrisa.

Desviar el tema y proponer alternativas: Proponiendo otro tema de conversación u otra actividad más agradable, avisando que no se trata de evitarlo sino de aplazarlo hasta estar más calmados.

“Qué te parece si lo dejamos para más tarde, nos tomamos un refresco y cuando estemos más tranquilos buscamos una solución?”.

Utilizar el humor: Se trata de pasar de un estado explosivo a otro de calma a través de un chiste o un comentario gracioso haciéndole ver que se ríe de la situación y no de la persona. “Vaya, no recordaba que estos momentos de paz fueran tan agradables”.

Disco rayado: Repetir una frase con firmeza mientras le estén hablando de modo alterado. “No te voy a hacer caso mientras estés así”.

Ser empático y asertivo: Se trata de demostrar al otro que le comprende, que entiende cómo se siente, pero al mismo tiempo que no tiene por qué pagar las consecuencias de su estado de ánimo: “Comprendo cómo te sientes, yo me

sentiría igual, pero ten en cuenta que nosotros no tenemos la culpa de lo que te ha pasado”.

Tiempo fuera: Muchas veces se refuerza el comportamiento del otro con la consecuencia positiva de simplemente estar a su lado. A través del tiempo fuera se rechaza la situación separándose físicamente de la misma.

Retirar la atención: Ignorar de modo constante y repetido el enfado del otro. Que se dé cuenta que unos gritos no van a servir para que comience una discusión y que no va a tener respuesta hasta que se calme. Conviene avisar que se va a aplicar esta técnica para que el otro sepa que se ignora el comportamiento y no la persona.

Investigar: Cuando el otro comience a ponerse hostil indague la posible causa del problema. Imagine que su hijo llega a casa dando un portazo y no hay manera de saber qué le pasa: “Dejadme en paz.”. En lugar de decirle irritado: “Ya estoy harto de que te comportes así, encima de que me preocupo por ti”, y esperar una respuesta de contraataque, diga: “Te veo enfadado. ¿Qué es lo que te ocurre para estar así?”.

La teoría del doble vínculo

Bateson desarrolló la teoría del doble vínculo en dónde una persona haga lo que haga no puede ganar, en una relación de pareja por ejemplo sería "ni contigo ni sin ti", generalmente las personas atrapadas en relaciones de doble vínculo pueden desarrollar síntomas esquizofrénicos.

Este enfoque se basa en la teoría de comunicaciones que Russell llamó "Teoría de los tipos lógicos ", cuya tesis central dice que existe una discontinuidad entre una clase y sus miembros, La clase no puede ser miembro de sí misma, ni uno de sus miembros pueden ser la clase (por ejemplo: una selección de un país es un grupo de deportistas; pero un deportista no puede ser la selección, ni la selección puede ser un deportista), puesto que el término usado para la

clase, pertenece a un plano distinto de abstracción, a un tipo lógico diferente, que los términos usados para los miembros; en la psicología de las comunicaciones reales, esa discontinuidad se quiebra continua e inevitablemente y a priori debemos esperar que se produzca una patología en el organismo humano cuando se dan ciertas pautas formales de fractura en la comunicación entre la madre y el niño, y en el aspecto extremo esta patología tendrá síntomas cuyas características formales harán que la patología sea clasificada como esquizofrenia.

Los seres humanos manejamos modos de comunicación múltiple como la metáfora, el juego, la fantasía, por ejemplo un niño cuya madre furiosa le dice te voy a matar, el niño ve los gestos, la expresión, la postura corporal y él no entiende que es una expresión metafórica, él niño asume que su madre lo va a matar de verdad.; el ser humano también falsifica señales identificadoras; siguiendo el ejemplo de una madre maltratadora, cuando está frente a otras persona su comportamiento es otro, se muestra dulce, tierna, cariñosa con el niño y este no sabe si temerle o acercarse a ella; en el uso del humor, sólo hasta el momento final se entenderá si el mensaje es metafórico o literal, el aprendizaje nos enseñará a aprender señales, como también se puede aprender a aprender, porque hay planos múltiples de aprendizaje y tipificación lógica de las señales; la capacidad para manejar múltiples tipos de señales, es una habilidad aprendida y está en función de los múltiples niveles de aprendizaje.

Para Bateson lo que se le conoce como una "debilidad en la función yoica del esquizofrénico es la dificultad en el proceso de discriminación de los modos de comunicación dentro de la persona o entre ésta y los otros.

El esquizofrénico mostrará debilidad en tres zonas de esa función:

- le es difícil asignar el modo de comunicación correcto a los mensajes que recibe de otras personas.
- le es difícil asignar el modo de comunicación correcto a los mensajes que él mismo pronuncia o emite en forma no verbal.
- tiene dificultad para asignar el modo de comunicación correcto a sus pensamientos, sensaciones y preceptos.

El lenguaje y pensamiento del esquizofrénico se desvían de la estructura silogística (no hace razonamientos deductivos) un ejemplo el hombre necesita el agua para vivir, el árbol necesita el agua; el hombre es un árbol.

Para Bateson no se debe buscar en el esquizofrénico una experiencia traumática específica en la infancia, sino pautas secuenciales características tanto en el plano abstracto como formal, cómo adquirió los hábitos mentales ejemplificados en la comunicación esquizofrénica, en otras palabras estos mensajes de doble vínculo recibidos externamente por el esquizofrénico son responsables de sus conflictos internos.

Los *ingredientes para que se dé una situación de doble vínculo*:

*Experiencias repetidas de modo que el doble vínculo se vuelve una situación habitual (ejemplo: lo mandan a comprar, a sacar al perro, a pedir algo, pero si pide permiso para salir, le dicen: "te gusta estar en la calle; le piden que se calle, que habla mucho, y una vez que está en silencio le preguntan qué le pasa, si está enfermo; lo critican por no usar determinada ropa, el día que la usa lo critica por usarla - en otras palabras el niño siempre está entre la espada y la pared, haga lo que haga como se decía al principio nunca gana, siempre pierde);

*Otro ingrediente es que reciba un mandato negativo primario, ejemplo no hagas "x" cosa o serás castigado, el castigo puede ser quitarle el amor, abandonarlo, expresión de odio, así aprende a evitar el castigo en vez de buscar la recompensa;

*Recibir un mandato secundario que choca con el primero que generalmente es comunicado por medios no verbales, como postura, tono de voz, gestos; un niño que es agredido se le dice que no llore, porque si llora ya verá, pero el agresor quiere verlo llorar y lo agrede con más violencia, puede mirarlo con odio, esperando que el niño llore o le puede preguntar si no le duele para castigarlo con más fuerza;

*Otro mandato es impedirle a la víctima que escape del lugar, acá consideran por ejemplo las caprichosas promesas de afecto, al niño se le puede decir yo te quiero, me duele golpearlo, si te portas bien ya no te golpearé, pero ya sabemos que en una situación así, haga lo que haga el niño siempre estará mal.

*Por último el conjunto de ingredientes ya no es necesario cuando la víctima ha aprendido a percibir su mundo en pautas de doble vínculo; entonces cualquier parte de la secuencia será suficiente para precipitar emociones negativas como el pánico, la cólera y los mandatos en pugna pueden llegar a ser reemplazados por voces alucinatorias.

En el budismo zen se usan los mensajes de doble vínculo para lograr la iluminación por ejemplo el maestro pone una vara sobre la cabeza del discípulo y le dice en tono de ferocidad: " si dices que esta vara es real, te golpearé con ella; si dices que no es real, te golpearé con ella y si no dices nada , te golpearé con ella "; el esquizofrénico siempre parece encontrarse en una situación así, pero a diferencia del discípulo que logra la iluminación el esquizofrénico se desorienta; mientras el discípulo podría quitarle la vara al maestro de la mano, el esquizofrénico se encuentra sin alternativas.

BIBLIOGRAFÍA

Hoffman, L. Fundamentos de la Terapia Familiar. Un marco conceptual para el cambio de sistemas. FCE

Musitu, G. Psicología de la comunicación humana. Lumen

Cruz, B. Comunicación en la Familia. Chile.

Sánchez y Gutierrez D. (2001). Terapia familiar, modelos y técnicas. México: El Manual Moderno.

S. Minuchin, H. Ch. Fishman. (2006). Técnicas de terapia familiar. México: Paidós.

West Richard, Lynn H. Turner (2005). Comunicación, teoría, análisis y aplicación. España: McGraw Hill.