



SENIDE
familia

SORKARI, S.L.

C/ Etxebarri Zeharbidea nº 1
SOPELANA (Bizkaia)

Tel. y Fax: 94 676 08 62

Email: sorkari@euskalnet.net

Intervención familiar sistémica

LA FAMILIA COMO SISTEMA:

Un sistema es un conjunto de elementos que se influyen mutuamente. En un sistema, el estado de cada elemento está determinado por el estado de los demás, y el cambio en cada uno de ellos afecta, no solo a todos los demás, sino al conjunto que forman.

Una familia es un sistema porque todo lo que le pasa a uno de sus miembros afecta a los demás e influye sobre el equilibrio general del grupo, y también sobre sus relaciones.

Cuando en una familia uno de sus miembros sufre, o le van las cosas mal, o no se centra a la hora de llevar adelante su vida, todo el sistema se resiente y sufre también. Si la familia entiende que la "culpa" de que las cosas vayan mal la tiene solo esa persona, entonces le cierra sus posibilidades de cambio y desarrollo.

Pero si la familia entiende que el sufrimiento de ese miembro obedece a cosas que tienen que mejorar en la familia en general, especialmente en la manera de relacionarse los unos con los otros, entonces esa persona puede evolucionar hacia formas más felices y adecuadas de vivir y, además, toda la familia se beneficia al encontrar formas más eficaces de convivir y relacionarse.

LA IFS (Intervención familiar sistémica):

La IFS es un método de intervención psicológica que consiste en analizar y mejorar las relaciones familiares de cara a que todos puedan satisfacer sus necesidades individuales de aceptación, respeto y seguridad sin necesidad de recurrir inconscientemente a síntomas y desajustes de la personalidad. La intervención sistémica mejora la comunicación familiar y estimula el buen desarrollo de sus miembros.

EL FAMILIAR IDENTIFICADO:

El cuerpo humano es un sistema donde los diferentes órganos funcionan coordinadamente, por eso es un buen ejemplo para comprender a la familia como sistema. Cuando por ejemplo hay fiebre y duele la cabeza, no solo es la cabeza la que está "enferma". En realidad, todo el organismo está enfermo, quizá debido a un virus, pero se nota más en unas partes del cuerpo que en otras. Por lo tanto, la fiebre y el dolor de cabeza son "síntomas" de que el organismo está siendo atacado por algo y que, mediante la fiebre, está luchando por recuperar la salud.

En la IFS se considera que el familiar que presenta dificultades, es como la fiebre o el dolor de cabeza, es decir, el "síntoma" que indica que algo está haciendo daño a la familia en su conjunto. A esa persona que, al "tener fiebre" se pone al servicio de la familia para que ésta pueda "luchar contra el virus" y recuperar el equilibrio perdido, se le llama el "Familiar Identificado".

EN QUÉ CONSISTE EL PROCESO:

Un proceso de IFS consiste en una serie de sesiones (de seis a ocho por término medio) encaminadas a:

- a) realizar actividades de grupo que sirvan para comprender qué está pasando
- b) llegar a visiones comunes y a acuerdos de funcionamiento que faciliten la evolución de la familia hacia formas más felices de convivir y de hacer frente a los desafíos de la vida

Con mucha frecuencia, los resultados de una IFS son que la familia en general aumenta su bienestar y que los síntomas del familiar identificado, al volverse innecesarios, disminuyen o desaparecen.

En un proceso de IFS participan dos profesionales, uno como facilitador y otro como observador. Ambos papeles son necesarios para el éxito del proceso.