

Recibido 23 de noviembre de 2015/ Aceptado febrero 2 de 2016

APPROACH TO THE NOTION OF THE PARADOX PRESENTED BY MARA SELVINI

ACERCAMIENTO A LA NOCIÓN DE LA PARADOJA PLANTEADA POR MARA SELVINI

Gloricet Arbeláez Tejada*

Merly Johana González García**

Deisy Julieth Madrid***

Martha Lía Ramírez Agudelo****

Edison Francisco Viveros Chavarría*****

Forma de citar este artículo en APA:

Arbeláez Tejada, G., González García, M. J., Madrid, D. J., Ramírez Agudelo, M. L. y Viveros Chavarría, E. F. (2016). Acercamiento a la noción de la paradoja planteada por mara Selvini. *Revista Fundación Universitaria Luis Amigó*, 3(2), 149-164.

Resumen

Este ensayo de investigación contiene algunos estudios relacionados con la definición de paradoja, su evolución y el uso de ésta en la Terapia Familiar. El cual fue de gran utilidad porque permitió un acercamiento a los efectos que la paradoja tiene como instrumento y aporte a la práctica de la Terapia Familiar. Su objetivo es analizar la noción de paradoja propuesta inicialmente por Paul Watzlawick y luego por Mara Selvini.

Palabras Clave

Intervención paradójica, Terapia Familiar, evolución y paradoja.

* Psicóloga, Universidad Incca de Colombia. Participante de la especialización en Terapia Familiar de la Fundación Universitaria Luis Amigó. Correo electrónico: garbelaez.tejada@gmail.com

** Trabajadora Social, Universidad de Antioquia. Participante de la especialización en Terapia Familiar de la Fundación Universitaria Luis Amigó. Correo electrónico: merjogonga@yahoo.com.ar

*** Trabajadora Social, Universidad de Antioquia. Participante de la especialización en Terapia Familiar de la Fundación Universitaria Luis Amigó. Correo electrónico: julieth.madrid@gmail.com

**** Profesional en Desarrollo Familiar, Fundación Universitaria Luis Amigó. Participante de la especialización en Terapia Familiar de la Fundación Universitaria Luis Amigó. Correo electrónico: marthica132@gmail.com

***** Asesor. Profesional en Desarrollo Familiar, Fundación Universitaria Luis Amigó. Estudiante de Filosofía Universidad de Antioquia. Especialista en Teoría, Métodos y Técnicas de Investigación Social, Universidad de Antioquia. Magister en Educación y Desarrollo Humano CINDE- Universidad de Manizales. Correo electrónico: viveros.edison@yahoo.com

Abstract

This research report contains some studies related to the definition of paradox, its evolution and its use in the Family Therapy. It was very useful because it allowed an approach to the effects that the paradox has as an instrument and as a contribution to the practice of the Family Therapy. Its aim is to analyze the notion of paradox initially proposed by Paul Watzlawick and then by Mara Selvini.

Keywords

Paradoxical intervention, Family therapy, evolution and paradox.

Introducción

El objetivo de este ensayo de investigación es interpretar el concepto de paradoja propuesto inicialmente por Paul Watzlawick y posteriormente por Mara Selvini Palazzoli y su relación con la terapia familiar, por lo cual se pretende dar respuesta a los siguientes interrogantes: ¿qué se entiende por paradoja en la terapia familiar? ¿Es adecuado el uso de la paradoja en Terapia Familiar y por qué ésta la considera pertinente? ¿Logra la paradoja ser una intervención sistémica en la Terapia Familiar? ¿Qué hace particular el uso de la paradoja en Terapia Familiar? La respuesta a lo anterior se da a partir del estudio de las investigaciones y artículos que se han realizado sobre los conceptos de paradoja en relación con la Terapia Familiar. Este ensayo de investigación se inicia realizando una búsqueda bibliográfica de artículos, investigaciones y libros que lograrán dar respuesta a los anteriores interrogantes, basándonos para su desarrollo en tres categorías de abordaje: la paradoja, la evolución de la paradoja y su uso en Terapia Familiar.

En la presente investigación se retoma como una de las pioneras en la aplicación de la paradoja como técnica terapéutica a Selvini y su equipo de colaboradores, para quienes durante un largo periodo no había claridad frente hasta qué punto la intervención paradójica estaba orientada a generar en el paciente reacciones de cambio, donde la paradoja era una provocación que podía llevar a un estado de cólera y ello a su vez al cambio; pero si esto no se daba en las primeras sesiones, la terapia llegaba a ser un problema, pues insistir en las mismas terapias paradójicas no arrojaba ningún resultado.

Por otro lado, se ha criticado el efecto negativo de la paradoja tanto que en la actualidad se cuestiona si su uso es pertinente en la Terapia Familiar; su particularidad se puede confundir como una herramienta desfavorable para los avances terapéuticos. En relación con lo anterior, es importante mencionar la insatisfacción generada en Selvini (1990), 10 años después de su trabajo de investigación sobre la paradoja, al reconocer que uno de los errores cometidos con el uso de la misma, se centraba en señalar a los pacientes índices a través de esta, no tomando en cuenta al resto de los integrantes de la familia, convirtiéndola en una intervención no sistémica.

Este escrito se relaciona con teoría existente, retomando artículos que nos lleven a dar respuesta a las inquietudes mencionadas anteriormente. Uno de estos es el artículo publicado en el año 2005 por Priscilla Valenzuela, perteneciente al Centro de Investigaciones Psykhe, en el que se menciona que la paradoja en psicoterapia ha sido definida por muchos autores como una intervención en la cual el terapeuta promueve empeorar el problema antes de la recuperación, como un uso terapéutico del doble vínculo y como una terapia basada en el principio de que la persona es experta en cambiar bajo el mandato de que no cambie. Según Valenzuela esta técnica “ha emergido de las múltiples orientaciones terapéuticas incluidas la logoterapia, la terapia conductual y la terapia sistémica” (p. 2) donde también plantea que:

Alfred Adler (médico y psicoterapeuta) es considerado como la primera persona en describir las técnicas paradójicas y que el Instituto de Palo Alto, en California, ha sido el que más se ha encargado de promulgar el uso de las técnicas paradójicas en psicoterapia (p. 2).

Por su parte, Shoham-Salomon & Rosenthal (1987) realizaron un estudio donde expresan que la intervención paradójica en terapia familiar guarda relación con las técnicas de terapia conductual, encontrando un impresionante número de reportes clínicos; según los autores del estudio estos reportes clínicos:

Aseguran larga duración de la eficacia de la intervención y prescribe el mismo problema conductual que el paciente espera cambiar, como por ejemplo, el caso de una persona depresiva a la cual se le dice: manténgase usted depresivo, su depresión demuestra el sacrificio que hace para mantener su enfermedad (p. 2).

Muestra una recopilación de experiencias de diferentes autores que nos hacen referencia a un estudio priori donde definen la paradoja y hacen alusión a su utilización como técnica en la terapia, es así que se da continuidad de la teoría existente sobre la paradoja como una técnica terapéutica utilizada en diferentes contextos familiares y clínicos, donde se evidencia controversia, como por ejemplo el encontrar que las paradojas son utilizadas como un instrumento clínico para enfrentar resistencias y evitar las luchas de poder entre la familia y el terapeuta, mostrándose diferentes puntos de vista desde quienes han puesto en práctica la técnica de la paradoja.

La importancia de este ensayo de investigación se centra en querer aportar comprensiones a los profesionales en Terapia Familiar, en torno al concepto de paradoja; a través de un acercamiento general a esta técnica, sus características y evolución.

Resulta evidente la insuficiencia de documentación que precise el uso de la paradoja como técnica en la Terapia Familiar. En el contexto terapéutico, su aplicabilidad es cuestionada por algunos profesionales, los cuales consideran que ésta puede ser contraproducente en su efecto, si se deja de usar con cautela en la intervención sistémica. Debido a ello, este artículo pretendió reunir los estudios realizados sobre el tema, procurando mayor cercanía entre los terapeutas y lo que se ha indagado sobre esta técnica.

Así mismo, aunque resulte ambicioso, pretendemos que en este estudio se genere una distinción de la evolución dada sobre este concepto.

Al dilucidar los antecedentes y evolución del concepto de paradoja y su relación con la Terapia Familiar, pretendemos impactar al contexto de la misma en los siguientes aspectos: invitar a los Terapeutas de Familia a la toma de conciencia sobre la importancia y cuidado del cómo, cuándo y con quién se debe aplicar esta técnica; esclarecer la relevancia de desarrollar habilidades para la aplicación de esta técnica en consulta; y conocer la experiencia de otros terapeutas e investigadores frente a la aplicación, manejo y postura que han adquirido sobre la paradoja.

Durante el proceso de revisión documental se hizo difícil hallar estudios previos que fundamentaran el concepto de paradoja; no obstante rescatamos los planteamientos sobre la paradoja y su utilización en la Terapia Familiar con algunos autores, como lo son: Mateo Selvini, co-fundador de la Escuela de Psicoterapia de Familia de Milán y Mara Selvini Palazzoli, en su publicación *El futuro de la psicoterapia: aprender de los errores*, revela:

Algunas terapias entre las más creativas y brillantes, a veces también descritas en el libro *Paradoja y Contraparadoja* (10), habían concluido con progresos óptimos del paciente y grandes esperanzas. Hoy descubrimos que aquellos casos habían engañado a Mara Selvini y a sus colaboradores, porque, a lo largo de los años habían sido fuertes recaídas y sucesivas, de las cuales nunca se había sabido nada (p. 10). Añade que los resultados confirmaban algo que les inquietaba durante mucho tiempo y era descubrir que el método paradójico ya no era usado, debido a que entendieron que “no se podía basar la terapia familiar en la provocación pura, en un contexto demasiado “agonístico” con las familias, donde la alianza terapéutica era demasiado contradictoria desde el punto de vista de la transparencia y la autenticidad (Asociación Española de Neuropsiquiatría, 2002).

Selvini en *los juegos psicóticos en la familia*, indica que “la originalidad de reframing paradójicos elaborados por el primer equipo y luego el formado por Selvini Palazzoli y Prata, residió en el hecho de que se los fundó en un análisis detallado y específico de las relaciones familiares”. El aspecto de revelación de un juego familiar y de una intencionalidad encubierta del paciente señalado, estaba en cambio, del todo ausente en las paradojas estratégicas.

Retomando la historia de la escuela de Milán se plantea claramente la diferencia entre paradoja y contraparadoja en el siguiente párrafo:

Es crucial que los terapeutas logren mantenerse fuera del juego, pues “el que juega el juego, ya ha perdido” Selvini (1977) (p. 47). Como el juego tiene atrapada a toda la familia en una paradoja, en la década de 1970 los milaneses desarrollaron la ya mencionada técnica de la contraparadoja para ayudar a este tipo de familias (Von & Schweitzer, 2003, p. 35).

Guido Demicheli M., en su libro *Comunicación y terapia familiar*, haciendo un acercamiento a la paradoja como un tipo de comunicación, dice que existen tres condiciones que, cuando concurren, permiten que se presente el tipo de comunicación paradójica: en primer lugar, debe existir una relación clara de complementariedad entre los comunicantes; en segundo término, el mensaje paradójico ha de presentarse dentro del marco definido por el tipo de relación antes descrito, y en tercer lugar, quien ocupa la posición inferior en la relación complementaria, por el hecho mismo de ser esa suposición, no puede salirse del marco relacional y comunicarse respecto del tipo de comunicación (y situación) que se está dando.

Al respecto, Watzlawick (1974) afirma:

Cuando un patrón de comunicación paradójica llega a establecerse, la conducta emergente crea una situación de doble vínculo para ambos participantes. De allí en adelante, tiene poco sentido el cómo, cuándo o porque, se estableció, pues este tipo de intercambios tienen una fuerte capacidad de auto perpetuación. Estos patrones comunicacionales evidencian una imposibilidad de generar cambio *desde adentro* y parecen estar sujetos a la necesidad que los cambios provengan *desde afuera* (p. 43).

Es así como el contenido de este artículo es importante porque pretende identificar el uso de la paradoja y las consecuencias de ello en la Terapia Familiar, dando claridad del concepto como tal, su utilidad, modo de empleo y habilidades de los terapeutas para su aplicación, pues la paradoja exige una responsabilidad por parte de quien la usa, teniendo claro el ¿para qué?, ¿en qué puede apoyar a la familia?, ¿qué sería distinto en la familia, luego de hacer uso de la paradoja?, esta y otras preguntas pueden ser de gran apoyo y utilidad a la hora de determinar a qué familias, en qué casos es útil el uso de la paradoja.

Método

El presente ensayo investigativo estuvo guiado hacia la exploración y análisis documental del concepto de paradoja en el contexto de la Terapia Familiar, de acuerdo con tres categorías: Paradoja, evolución de la paradoja y Terapia Familiar.

El enfoque metodológico de esta investigación fue cualitativo con alcances hermenéuticos, ya que su propósito se basó en comprender las lógicas de pensamiento que propone Selvini en relación con la paradoja como técnica de intervención en Terapia Familiar. Esto argumentado en lo que sostiene Galeano (2004), “el enfoque cualitativo de investigación social aborda las realidades subjetivas e intersubjetivas como objetivos legítimos de conocimientos científicos. Busca comprender –desde la interioridad de los actores sociales– las lógicas de pensamientos que guían las acciones sociales” (p. 18).

Su enfoque metodológico tuvo alcances hermenéuticos, entendiendo a la hermenéutica como una “interpretación del sentido” (Ortiz, 2001, p. 7); en esta investigación se realizó una interpretación y comprensión de textos documentales a partir de un análisis crítico del concepto de paradoja, sus antecedentes y su aplicación en la Terapia Familiar.

La modalidad se basó en un estado del arte ya que procuró indagar por el acumulado científico sobre el concepto de paradoja y su relación con la Terapia Familiar. En esta investigación se hizo una revisión cuidadosa de los estudios públicos y privados que apuntaban al análisis de los conceptos propuestos por Selvini. En este sentido, Hoyos (2000) refiere:

El Estado del Arte es una investigación documental mediante la cual se realiza un proceso en forma de espiral sobre el fenómeno previamente escogido, que suscita un interés particular por sus implicaciones sociales o culturales y es investigado a través de la producción teórica constitutiva del saber acumulado, que lo enfoca, lo describe y lo contextualiza desde distintas disciplinas, referentes teóricos y perspectivas metodológicas (p. 25).

La estrategia que se empleó fue la investigación documental, en la cual se analizaron libros impresos, artículos de revistas y documentos digitales. Según Galeano y Vélez (2002) la revisión documental es:

Una parte consustancial de los estados del arte, que obliga no sólo a desarrollar rastreos de textos editados, sino también de experiencias investigativas previas, en ocasiones no publicadas, que con diversas metodologías y aparatos conceptuales han abordado nuestro objeto de estudio o tema investigativo (p. 34).

Como técnica de generación de información se empleó la lectura de textos; así mismo para el registro de la información se utilizaron mapas conceptuales, fichas resumen y memos; posteriormente para dicha información se recurrió a los esquemas relacionales y matrices analíticas. Finalmente, se analizó e interpretó la información a través de las notas de análisis y la lectura crítica.

Resultados

Los resultados de esta investigación, responden a un rastreo documental sobre el tema, que se muestra en la tabla 1.

Tabla 1 *Temas y autores consultados*

Categoría	Autor y título del artículo	Palabras claves	Número de artículo
Paradoja	Watzlawick, P., Weackland, J., Fisch, R. (1985). Cambio	Paradoja, comunicación humana, cambio, autoreflexividad.	9
	Watzlawick, P. (1984). El arte de amargarse la vida.	Paradoja, prescripción, espontaneidad.	
	Shomaly, D. (1994). La comunicación, metacomunicación y paradoja: la vigencia de la Escuela de Palo Alto.	Paradoja lingüística, comunicación, metacomunicación.	
	Watzlawick P., Beavin, J. H. & Jackson, D. D. (1985). Teoría de la comunicación humana.	Comunicación, pragmática, efectos paradójicos.	
	Valenzuela, P. (2005). La comunicación paradójica.	Definición paradoja, técnica, terapia.	
	Omer, H. (1986). Integrating Paradoxical Interventions in the Normal Course of Therapy: A Nonspecific Approach.	Paradoxical Interventions, paradoxical prescriptions, therapy.	
	Kolko, D., Milan, M. (1986). Acceptability of Paradoxical Interventions: Some Paradoxes of Psychotherapy Research	Paradoxical intervention, psychotherapeutic procedures, paradoxical instructions.	
	Foreman D. M. (1990). The ethical use of paradoxical interventions in psychotherapy.	The paradox ethical principles, use and effectiveness.	
	Bergman, J. S. (1982). Paradoxical interventios with people who insist on acting crazy.	Use of paradox, paradox and psychiatric population.	
Evolución	Cecchin, G. (1996). Construcción de posibilidades terapéuticas. En S, McNamee; K, Gergen. La Terapia Como construcción Social.	Intervención terapéutica, evolución	1
Terapia Familiar	Selvini, M. (1993). Los juegos psicóticos en la familia.	Juegos, familia.	2
	Demicheli M Guido. (2011). Comunicación en terapia familiar sistémica	Comunicación paradójica, pragmática, Terapia Familiar.	

Según lo obtenido en uno de los mencionados artículos “The ethical use of paradoxical interventions in psychotherapy” (Foreman, 1990, p. 22) el autor plantea algo de importancia que puede ser tenido en cuenta en investigaciones posteriores y es considerar el impacto de la

paradoja cuando esta se aplica con el consentimiento del cliente, es decir al explicarle a este cual es el objetivo de la misma y los resultados que puede traer, siendo lo anterior visto como un hecho ético en la intervención.

Las técnicas paradójicas pueden ser utilizadas cuando los métodos tradicionales en terapia no tienen un efecto deseado en los consultantes, siendo una opción válida y confiable, desde que el terapeuta tenga claridad sobre el logro o cambio que desea obtener en el individuo o en la familia. Trayendo a colación lo mencionado por Valenzuela, las paradojas no son siempre necesarias; la autora recomienda que las paradojas se deben reservar para los procesos terapéuticos de larga duración y donde el cliente no responde a intervenciones directas, como serían las explicaciones lógicas o las sugerencias racionales.

Enfoque Metodológico

El enfoque metodológico se describe en la tabla 2.

Tabla 2 *Enfoque Metodológico*

Categoría	Enfoque metodológico	Autores	Número de artículos
Investigación Cualitativa	Hermenéutico	-Watzlawick, P., Weackland, J. & Fisch, R. (1985). -Watzlawick, P. (1984). -Gergen, K. & McNamee, S. (1996). -Shomaly, D. -Watzlawick P., Beavin, J. H. & Jackson, D.D. -Foreman, D. M. -Selvini, M., Boscolo, L., Cecchin, G. & Prata, G. (1991). -Demicheli, G. (1995). - Omer, H. (1986). -Kolkko, D. & Milan, M. (1986). - Fairlie A. & Frisancho, D. (1998). - Brian Cade. (1982).	12
Investigación Cualitativa	Socio-Crítico	Valenzuela, P. (2005)	1
Investigación Cuantitativa	Empírico-Analítico	-Bergman, J. S. (1982). -Jeffrey B. de Bord. (1999).	2

Para el presente estudio se identificaron investigaciones de tipo cualitativo, y cuantitativo en su minoría; 12 textos ubicados en el enfoque hermenéutico, dados entre 1984 y 1996. Se logró identificar un texto con características de enfoque metodológico socio crítico. En el enfoque metodológico de tipo empírico analítico se ubican dos textos, desarrollados en 1982 y 1999. Lo anterior permite inferir que el estudio de la paradoja, en el contexto de la Terapia Familiar es reciente; así mismo, deducir que las investigaciones que han intentado visibilizar esta técnica en su mayoría se han inclinado por un enfoque hermenéutico. Sólo hasta el 2005 se logra desarrollar una investigación socio crítica.

La paradoja como una contradicción

Desde la revisión documental realizada se encuentra que uno de los principales autores que define la paradoja en el contexto de la Terapia Familiar es Watzlawick, información recopilada en el artículo “la comunicación paradójica”, cuyo autor es Valenzuela (2005), mencionando que Watzlawick define la paradoja como “una contradicción que resulta de una deducción correcta, a partir de premisas congruentes” (p. 173), es decir, que una paradoja es una comunicación lingüística que está dentro de otra comunicación, que a su vez la contradice, de modo que se produce un dilema, de tal forma que para obedecer a una de las comunicaciones hay que hacer caso omiso a la otra.

Bateson (1994), en el libro *“la comunicación, metacomunicación y paradoja”* habla de la paradoja como “un nivel de la comunicación (paradoja lingüística), que a su vez consta de tres niveles; denotativo, meta lingüístico y meta comunicativo” (p. 6).

Selvini (1993) plantea la paradoja como: “las intervenciones en que se prescribe explícitamente el síntoma, o al menos se recurre a elogiarlo, manifestando preocupación por el hecho de que pueda desaparecer” (p. 19). Selvini buscaba con la intervención paradójica, la explicación de por qué el paciente ha desarrollado los síntomas. Algunos ejemplos paradójicos serían: a) decirle al paciente identificado que exagere o que esté más pendiente de sus síntomas; b) indicarle a la familia que no pueden o no deben cambiar; c) prescribirle al paciente y a la familia la propia conducta o síntoma que se quiere evitar.

La paradoja, como intervención en la Terapia Familiar, surge como una necesidad de crear reflexividad en la familia consultante. El propósito de esta es generar en el sistema familiar deseos de saber más sobre sí mismas y sobre su problemática. En efecto, al aumentar el nivel de dificultad frente al malestar, aumenta el nivel de reflexión y deseo de resolverlo. A diferencia de otras técnicas de intervención familiar, la paradoja nace y sigue el curso a partir de una situación real, enfrentándose a la misma; en vez de disminuir la problemática, lo que hace es maximizarla.

Shomaly (1994) entiende la paradoja como:

Una contradicción pero en realidad es mucho más complejo e interesante que eso. Las paradojas producto del patrón del pensamiento humano; se trata de un planteamiento que presenta una negación de sí misma, pero que deja abierta la posibilidad de elección. Las paradojas suelen además conllevar una orden contradictoria, o como la denominan ellos “autocontradictoria”. Es decir son al mismo tiempo verdaderas y falsas y están por ello no solo viciadas sino que conforman verdaderos círculos viciosos (p. 99.).

Así mismo, Demicheli (1994) expone:

El planteamiento central de Watzlawick et al. (1974) es que las paradojas, más allá del asombro, la fascinación y también la frustración que han generado por no saber cómo tratarlas, tienen implicancias pragmáticas directas, ya que afectan la conducta, la interacción y la salud mental de las personas (p. 10).

Es importante agregar que las paradojas fueron utilizadas inicialmente por los griegos, pero con otro enfoque más clásico, dirigidas especialmente a la matemática, siendo este término retomado por el grupo de terapeutas de Palo Alto quienes se especializaron en las paradojas pragmáticas, es decir, aquellas orientadas al comportamiento humano. Catalogada actualmente como una técnica que se puede utilizar en intervenciones en Terapia Familiar, siendo vista por varios autores que retomamos en este artículo como una técnica ética que puede ser aplicada en personas resistentes al cambio, utilizando en esta un lenguaje gestual y/o verbal.

Desde el análisis de varios artículos referenciados, se identifica que la paradoja en terapia ha sido definida por varios autores como una intervención en la cual el terapeuta promueve empeorar la situación problema antes de la recuperación, como una terapia basada en el principio de que la persona es experta en cambiar bajo el mandato de que no cambie, técnica que a pesar de su simplicidad debe ser practicada con la conservación de la ética y el conocimiento previo de sus particularidades, beneficios e impactos. Estas intervenciones se pueden clasificar como directas (basadas en la aceptación), por el hecho de que el terapeuta espera que la familia las acepte y como paradójicas (basadas en el desafío), por el hecho de que el terapeuta espera que la familia las desafíe. En el libro "Teoría de la comunicación humana" (p. 185) se plantea un claro ejemplo de paradoja: "la única libertad que no tenemos es la de no ser libres".

Finalmente la paradoja puede ser entendida como una contradicción que busca un efecto positivo, teniendo como objeto la reflexión y seguidamente un cambio, donde se superan complicaciones, problemáticas y/o síntomas de un individuo y/o una familia. La explicación detrás de las paradojas es la creencia de que la familia resistirá los intentos del terapeuta al cambio, al resistirlos, harán lo contrario de lo recomendado, generándose así, la modificación que se desea. Frente a lo anterior, Shomaly (1994), en su artículo "*Comunicación, metacomunicación y paradoja*" plantea que la paradoja: "es un producto del patrón del pensamiento humano; se trata de un planteamiento que presenta una negación de sí misma, pero que deja abierta la posibilidad de elección" (p. 99). Una posibilidad irreal de elección porque en realidad la paradoja tiene como objetivo plantear una situación sin salida que lleve a la reflexión o al cambio de una problemática, esto a través de una orden autocontradictoria, es decir, las paradojas son al mismo tiempo verdaderas y falsas, buscándose entonces cambiar la situación conflictiva, siendo considerada como "la forma más poderosa y elegante de resolver problemas de comunicación" (p. 101).

La paradoja y su evolución en Terapia Familiar

Se evidencia en los artículos revisados que una de las principales autoras que aportan a la evolución de la paradoja como técnica en la Terapia Familiar es Mara Selvini, quien 10 años después de su trabajo de investigación reconoce errores en el uso de la paradoja y por ende realiza modificaciones en la manera como esta es aplicada.

En este sentido, Selvini (1993) y colaboradores afirman:

A finales de la década de 1970, nuestra actitud con respecto a los llamados métodos paradójicos era todavía un tanto ambivalente. Frente al entusiasmo por casos cuyos resultados habían sido felices y rápidos estaban las no pocas situaciones confusas y los fracasos manifiestos. Además, algunas “recaídas” que siguieron a terapias consideradas brillantes en el corto plazo nos habían dejado bastante perplejos (p. 19).

Para Selvini y su grupo, los primeros diez años de aplicación de la paradoja como intervención fueron alentadores, luego los resultados terapéuticos fueron disminuyendo, presentándose algunos cambios poco duraderos e incluso fracasos. A partir de allí, el grupo terapéutico analiza el proceso de intervención para detectar y explicar el fracaso, con ello declaran que uno de los errores significativos es la arbitrariedad, donde el paciente (índice) se sacrifica por el bien de la familia; así mismo la intervención sólo se centra en señalar a este (paciente índice) sin tomar en cuenta al resto de los integrantes de la familia lo que la convertía en una intervención no sistémica.

Otro importante hallazgo es en el que identificaron que una paradoja sólo parecía tener efectos terapéuticos en ciertas familias específicas, no teniendo la misma respuesta todas las familias que eran intervenidas con este método.

Una de las dificultades reconocidas inicialmente por los mismos pioneros de la paradoja, además de no hacer una intervención sistémica, fue el error lingüístico-comunicativo, es decir, cuando el terapeuta durante la intervención utilizaba las mismas palabras o expresiones verbales que utilizaban las familias, con el objeto de hacerse comprender de forma más fácil e inmediata.

Para el equipo de terapeutas y para Selvini, durante un largo periodo no había claridad frente hasta qué punto, la intervención paradójica estaba orientada a generar en el paciente reacciones de cambio, donde la paradoja:

Era una provocación que podía llevar a un estado de cólera y ello a su vez al cambio, pero si esto no se daba en las primeras sesiones la terapia llegaba a ser un problema, pues insistir en las mismas terapias paradójicas no arrojaba ningún resultado (p. 25).

En busca de una solución, el equipo de Selvini opta por llevar a cabo terapias breves donde en la segunda o tercera sesión se aplicaba un “reframing paradójico” (p. 28). Es decir, que la problemática o la situación se veía desde una perspectiva diferente, desde otro punto de vista, lo cual les permitía cambiar el significado, modificando la forma como percibían la situación.

Lo anterior coincide con Cecchin (1996), quien plantea en el libro “*Construcción de posibilidades terapéuticas*” lo siguiente:

Habíamos observado que en las familias y en las parejas las personas luchaban unas contra otras valiéndose de la comunicación paradójica. La paradoja era una manera de obtener el control, pero al mismo tiempo era una manera de suspender la batalla, de llegar a una suerte de tregua. También

con nosotros las familias se comportaban paradójicamente. De modo que nos convertimos en expertos en la creación de situaciones paradójicas que surgían de la misma intensidad de la relación terapéutica (p.113).

Según este autor, Selvini y colaboradores anteriormente habían retomado las ideas de watzlawick sobre la paradoja, llevando esto a que fueran observados en el contexto de la Terapia Familiar como expertos en la elaboración de situaciones paradójicas, es decir, eran percibidos más como terapeutas paradójicos que como terapeutas familiares:

Muchas veces, cuando alguien nos visitaba o algún estudiante observaba una sesión de terapia, en cierto momento, nuestro huésped preguntaba: “¿Dónde está la paradoja?”, hacíamos a la familia una pregunta muy simple, como por ejemplo “¿Cómo están ustedes?” y alguien nos preguntaba “¿Por qué se supone que esa pregunta es paradójica?”, en una palabra, nos estancamos: nos habían puesto la etiqueta de paradójicos. Todo lo que hacíamos tenía que ser paradójico. Y desde luego, todo se enmarcaba en un juego de poder (p. 113).

A raíz de lo sucedido Selvini y colaboradores deciden hacer cambios en su intervención terapéutica retomando las ideas originales de Bateson en su obra *Steps to an Ecology of Mind* (1972).

La paradoja y la Terapia Familiar

El uso de la paradoja en la danza de la Terapia Familiar seduce a los terapeutas que buscan un desajuste en el patrón relacional que trae una familia a consulta. Dicho en palabras de Cade, (1982): “Una prescripción paradójica, si está correctamente construida, no deja otra alternativa al individuo o familia, que salirse de los esquemas habituales de resolución de problemas dentro de los cuales se hallan atrapados” (p. 2). En tanto la paradoja se convierte en una técnica útil al servicio del terapeuta, este debe cuidar de su administración frente al sistema familiar que se encuentra en frente. Es importante que identifique a los participantes significativos, de tal manera que se logre hacer una adecuada inclusión de los mismos en la “invitación paradójica”; así mismo, “el terapeuta tiene que determinar cuál es la cuestión fundamental que implica el mantenimiento del problema y el desarrollo de su estrategia” (p. 6).

Entender lo que ha significado para el contexto de la Terapia Familiar el uso de la paradoja es poder mencionar lo citado por Debord (1999), quien en su estudio relaciona las diferentes investigaciones que anteceden a la suya; hace énfasis en los sorprendentes cambios evidenciados luego de haberse dado una intervención paradójica. Así mismo se menciona que ante estudios comparativos entre tratamientos paradójicos y no paradójicos, se logra demostrar mayor eficacia en los tratamientos con técnicas paradójicas.

Resultados significativos que invitan a ubicar a la intervención paradójica como una técnica poco perjudicial, se logran señalar con precisión, ya que un 92% indicó que además de considerar algunas mejoras frente al uso de técnicas paradójicas, no surgieron efectos adversos. El

mismo autor señala: “Si bien esta revisión indica que la intención paradójica, la prescripción de los síntomas, y la reformulación todos sean estrategias terapéuticas eficaces para una variedad de preocupaciones del cliente” (p. 397).

Es pertinente mencionar que una de las falencias en su uso ha sido la ausencia de una normalización general, es decir; la legitimación de la paradoja como técnica en el contexto de la Terapia Familiar.

En concordancia con los resultados de los anteriores estudios, las técnicas paradójicas están iniciando un recorrido importante en la Terapia Familiar. Comienzan a ser una alternativa viable, útil y llamativa a los ojos de terapeutas. A pesar de ello aún es insuficiente el aumento en la cantidad y calidad de estudios prácticos que la logren empoderar en un contexto académico y práctico frente a la cotidianidad que se vive en los contextos de Terapia Familiar.

Conclusiones

Con la revisión bibliográfica se obtuvieron algunas investigaciones realizadas sobre la paradoja como técnica de intervención en Terapia Familiar. Entre éstas se relaciona el artículo “*Paradoxical interventions with people who insist on acting crazy*”, de Bergman, artículo publicado en el año de 1982, en el cual se describe el uso de las intervenciones paradójicas con pacientes que han tenido una historia de tratamientos fallidos. Los casos de los estudios que aquí se presentan son de personas resistentes al cambio debido a que eran diagnosticados con enfermedades mentales de esquizofrenia y psicóticos; siendo consideradas las intervenciones paradójicas en este tipo de población cuando los enfoques tradicionales fallaban, dando a conocer que la intervención paradójica solo era exitosa cuando se implementaba con la cooperación de la persona a intervenir.

Además de hacer estas intervenciones con empoderamiento y constancia, basándose los terapeutas que aplicaron esta técnica, en la teoría general de sistemas. Ante la variedad de adjetivos encontrados para la paradoja en Terapia Familiar, como: “terapia paradójica” por Omer (1986, p. 572), “técnica” por Foreman (1990, p. 200), Kolko & Milan. (1986, p. 524), e “intervención paradójica” por Kolko & Milan, 1986, p. 524), entendemos que puede ser interesante realizar un estudio detallado con el propósito de entender el modo más apropiado para denominarlo; así mismo, conocer las implicaciones que trae consigo cada nominación.

Otra investigación identificada en la recopilación de artículos ya existentes, es la realizada por Valenzuela, publicada en el año 2005, llamada “la comunicación paradójica” (Psykhê Centro de Investigaciones), la cual define específicamente la paradoja en psicoterapia; reporta estudios de la paradoja a nivel clínico y el uso de la paradoja especialmente en Terapia Familiar y psicoterapia; en este artículo la autora deja claro que la paradoja es una contradicción que

puede generar un cambio en el ser humano, siendo una intervención en la cual el terapeuta promueve empeorar el problema antes de la recuperación, como un uso terapéutico del doble vínculo y como una terapia basada en el principio de que la persona es experta en cambiar bajo el mandato de que no cambie. Con lo anterior se infiere que la paradoja como contradicción ha estado incubada en muchos escenarios de la vida familiar; como referente se vale pensar en la infancia, cuando los momentos de rebeldía solían desaparecer con intervenciones paradójicas de los padres, contrario a aquellas intervenciones en las que el pedido hacia el infante era el de dejar la rebeldía, entonces era cuando más fuerza tomaba. En concordancia con lo anterior, el uso de la misma con sentido terapéutico comienza a vislumbrarse desde el lente profesional. La invitación constante radica en dar un lugar de posicionamiento a esta técnica, en donde los Terapeutas de Familia incentiven nuevos espacios académicos y empíricos en torno a su utilidad.

Ante la realización del presente ensayo de investigación se podría plantear los siguientes interrogantes para una futura investigación, ¿en qué tipo de población tiene más viabilidad o aceptación la aplicación de la paradoja como técnica de intervención en la Terapia Familiar, en niños, jóvenes o adultos? ¿Es ética la aplicación de la técnica paradójica en la Terapia Familiar? Mirando la paradoja como intervención y su uso en contextos colombianos, nos surge el interrogante ¿estamos preparados como sociedad, atravesados por esta cultura, para ser intervenidos paradójicamente?, ¿cómo está percibiendo el Terapeuta Familiar Colombiano este tipo de intervención, teniendo en cuenta las problemáticas sociales que atraviesa esta población? Se evidencia entonces que son múltiples los interrogantes que surgen luego de la aproximación que se procuró hacer con la paradoja en Terapia Familiar.

Se reconoce que para futuros estudios debe indagarse más sobre las posibilidades y/o limitaciones del uso de la paradoja en Terapia Familiar; igualmente las habilidades que debe tener el Terapeuta que empiece a aplicar esta técnica, puesto que luego de observar los cambios que ha tenido la paradoja a través de los años, se puede inferir que para que esta arroje resultados realmente efectivos el Terapeuta debe poseer grandes destrezas como la curiosidad, el sigilo, la creatividad y sobre todo realizar la intervención con la familia de manera sistémica.

Una de las limitaciones del presente estudio fue la de encontrar mayor material bibliográfico en el idioma inglés, la ausencia de investigaciones del tema y las encontradas poco recientes, es la confirmación de una sospecha que se tenía desde un principio. Este es un tema del que poco se han ocupado; esto es lo que nos motiva a indagar, dar un aporte a la Terapia Familiar, profundizar, dar a conocer la importancia de esta, haciendo buen uso y encontrando a quienes les es favorable regularmente el uso de la paradoja.

Como reflexión final, la investigación cualitativa acerca del uso de la paradoja en Terapia Familiar ha sido útil para encontrar diversas posturas. Desde la crítica hasta aportes significativos que defienden el uso de la paradoja en la Terapia Familiar. Sin embargo, al ser un asunto que generó en su momento controversia, se evidencia una ausencia de literatura e investigaciones que aporten directrices concretas a quienes se aventuren en esta labor terapéutica. Desarrollar

la habilidad del “buen” uso de la paradoja, podrá dar valiosos aportes a su resignificación, encontrando la utilidad y pertinencia, no sólo en la práctica, también en la trazabilidad de los estudios por realizar en torno a ella; evitando nombrarla como “contraproducente” o de riesgo.

Referencias

- Bergman, J. S. (1982). Paradoxical interventions with people who insist on acting crazy. *American journal of Psychotherapy*, 36. New York.
- Cade, B. (1982) Utilización de lo paradójico en la terapia. En Sue Walround- Skinner (Eds). *Psicoterapia de la familia y de la pareja*, (pp. 1-9). España: Ediciones Torbay.
- Cecchin, G. (1996). Construcción de posibilidades terapéuticas. En S, McNamee, K. & Demicheli, G. (1994). *Comunicación en terapia familiar sistémica*. Valparaíso, Chile: Universidad de Valparaíso Editorial.
- Foreman, D. M. (1990). (C.K. Madrid D, Trans.). The ethical use of paradoxical interventions in psychotherapy. *Journal of medical ethics*, 16. Recuperado de: <http://jme.bmj.com/>
- Galeano, E. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Medellín: Fondo Editorial Universidad EAFIT.
- Galeano, E. y Vélez, O. (2002). *Investigación cualitativa estado del arte*. Medellín: Centro de Investigaciones sociales y humanas Universidad de Antioquia.
- Hoyos, C. (2000). *Un modelo para investigación documental*. Medellín: Señal Editora.
- Debord, J (1999). (C.K. Arbeláez G, Trans.). Paradoxical intervention: A review of the recent literature. *Journal of Counseling and Development*. 67. Recuperado de: [http://onlinelibrary.wiley.com/journal/10.1002/\(ISSN\)1556-6676](http://onlinelibrary.wiley.com/journal/10.1002/(ISSN)1556-6676)
- Kolko, D. J. & Milan, M. A. (1986). (C.K. Madrid D, Trans.). Acceptability of paradoxical interventions: Some paradoxes of psychotherapy research. *Professional Psychology; Research and Practice*, 17(6), 524-527. Recuperado de: <https://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.option-ToBuy&id=1987-22644-001>
- Omer, H. (1986). (C.K. Arbeláez G, Trans.). Integrating paradoxical interventions in the normal course of therapy: A nonspecific approach. *American journal of psychotherapy*, volumen XL(4). Recuperado de: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3812825>

- Ortiz-Osés, A. (2001). Hermenéutica actual. En: Ortiz-Osés, A. & Lancersos, P. *Diccionario de Hermenéutica*. Una obra interdisciplinar para las Ciencias Humanas. España: Editorial Universidad de Deusto.
- Selvini, M. (2002). El Futuro de la Psicoterapia: Aprender de los errores. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, XXII (82).
- Selvini, M. (Ed.). (1993). *Los juegos psicóticos en la familia*. Barcelona, España: Paidós Ediciones.
- Selvini-Palazzoli, M., Cecchin, G., Prata, G., & Boscolo, L. (1991). *Paradoja y contraparadoja*. Barcelona, España: Paidós Ediciones.
- Shoham-Salomon, V. & Rosenthal, R. (1987). (C.K. Ramírez M, Trans.). Paradoxical interventions: A meta analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(1), 28.
- Shomaly, D. (1994). Comunicación, metacomunicación y paradoja: la vigencia de la Escuela de Palo Alto. *Revista de humanidades*, (2).
- Valenzuela, P. (2005). *La comunicación paradójica*. Psykhê. Centro de Investigaciones.
- Von, A. y Schweitzer, J. (2003). *Manual de terapia y asesoría sistémicas*. Barcelona: Herder.
- Watzlawick, P., Beavin, J. H. & Jackson, D. D. (1985). *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder, S.A.