

## **LOS CUATRO FACTORES CLAVE DE VIRGINIA SATIR**

Ana Isabel Mora Rojas, Profesora Escuela de Trabajo Social

### **Resumen**

Se presenta en este trabajo un esquema para la evaluación del funcionamiento familiar basado en cuatro dimensiones, llamados factores clave por V. Satir, connotada investigadora y terapeuta de familia.

Es un esquema hacia la definición de las familias nutricias y las familias perturbadas o conflictivas. Para esta autora cualquier familia puede ser ubicada en algún punto de una escala que va desde muy nutricia hasta muy perturbada.

Existen diversas modalidades de evaluación del funcionamiento familiar tales como la Escala de evaluación de McMaster, el modelo sistemático de Beavers, el circuplejo de Olson, la escala de Moons y la de Van der Vee.

El esquema aquí presentado, sin constituir un modelo altamente sistematizado como los anteriores, ofrece al profesional que trabaja con familias, la oportunidad de ubicar cualquier familia en algún punto del continuo y la posibilidad de ayudar a las familias a tomar conciencia de algunos entramientos en su funcionamiento y su posible superación.

### **INTRODUCCIÓN**

En 1989, un grupo de estudiantes de la carrera de Trabajo Social utilizaron -entre otros instrumentos- una guía de observación sobre la familia basada en los cuatro factores claves de V. Satir ha establecido como indicadores que permiten distinguir entre familias en diversas comunidades en un mes, mientras realizaban un proyecto teórico práctico.

Los resultados fueron los siguientes y se refieren a 33 familias: 61% de familias con comunicación funcional, 73% de familias de enlace abierto con la sociedad. (La autoestima presentó problemas para su evaluación.)

El resultado anterior condujo a plantear la siguiente incógnita:

¿Son las familias que tienden hacia el polo NUTRIDORA (sanas) las que tienen apertura hacia la convivencia con estudiantes y les ofrecen hospedaje?

En 1991, otro grupo de estudiantes conviviendo con 29 familias en otras comunidades rurales, distintas a las anteriores, reportó el siguiente resultado:

COMUNICACIÓN FUNCIONAL; 79% de los padres y 62% tanto de padres como hijos.

AUTOESTIMA ALTA; 69% en padres y madres y 65% en los hijos.

REGLAS; predominio de flexibilidad sobre rigidez.

ENLACE ABIERTO Y CONFIADO CON LA SOCIEDAD; 69 % de padres y madres y 65% de hijos.

Nuevamente el resultado fue positivo en términos de familias nutridoras. Sin embargo, es importante destacar las observaciones de la coordinadora de este taller, en el sentido de que las familias donde los estudiantes se alojaron, correspondían a familias de líderes comunales o seleccionadas por éstos.

Queda como posibilidad una investigación amplia basada en los factores clave de V. Satir, con indicadores más precisos en las cuatro dimensiones y una cobertura más amplia, que permita superar el sesgo apuntado.

## **1. CAPACIDAD DE LA FAMILIA PARA DAR APOYO EMOCIONAL**

En un mundo cada vez más impersonal y caótico, la familia inmediata se ha convertido en el baluarte del apoyo emocional (Horton, 1979).

No sólo los miembros de la familia han llegado a ligarse cada vez más entre sí por vínculos emocionales, sino que ésta se ha convertido en la única institución en que pueden desarrollarse con confianza esos lazos emocionales (Andolfi y Zwerling, 1985). De allí la importancia de contribuir a la modificación de la vida familiar cuando ésta en vez de satisfacer necesidades afectivas de sus miembros, se convierte en el sitio de tensiones difíciles de soportar. Al respecto dice Virginia Satir: “El concepto tradicional de la familia es el de un lugar donde pueden encontrarse el amor, la comprensión y el apoyo, aún cuando todo lo demás haya fracasado. El lugar donde podemos recuperar el aliento y sacar nuevas energías para enfrentarnos mejor al mundo exterior. Sin embargo para millones de familias conflictivas, esto resulta un mito” (Satir, V.1991).

Virginia Satir especialista con más de 40 años de experiencia en la investigación y la intervención con familias, explica que, en todas las familias:

**CADA PERSONA TIENE UNA VALORACIÓN DE SI MISMA POSITIVA O NEGATIVA. LA CUESTIÓN ES, CUAL DE LA DOS?**

**CADA PERSONA SE COMUNICA, LA GESTIÓN ES, COMO Y CUAL ES EL RESULTADO?**

**CADA PERSONA SIGUE REGLAS. LA CUESTIÓN ES QUE CLASE DE REGLAS Y COMO FUNCIONAN PARA ELLA?**

**CADA PERSONA TIENE ENLACES CON LA SOCIEDAD. LA CUESTIÓN ES, CUALES Y COMO SON LOS RESULTADOS.**

Es posible ubicar a una familia determinada en algún de una escala que va desde muy nutricia hasta muy perturbada y conflictiva tomando en cuenta las anteriores dimensiones:

En las familias nutricias, las personas tienen:

- auto-estima alta.
- comunicación directa, clara, específica y sincera.
- normas flexibles, humanas, apropiadas y sujetas a cambios, y enlace con la sociedad abierto y confiado

En las familias conflictivas, las personas tienen:

- auto-estima baja.
- comunicación indirecta, vaga e insincera
- normas rígidas, inhumanas, fijas e inmutables, y enlace temeroso, aplacante y acusador con la sociedad

AUTO-ESTIMA, REGLAS Y ENLACE CON LA SOCIEDAD son fuerzas que operan básicamente en toda dinámica familiar, ya se trate de familias nucleares, uniparentales, mixtas, de adopción o colocación familiar, así como la llamada familia institucional donde grupos de adultos cuidan a grupos de niños.

A continuación se explican estas cuatro fuerzas o factores clave de la vida familia.

## **1. AUTO—ESTIMA**

Cada persona desarrolla un sentimiento de auto-valoración o de insignificancia. La auto-estima positiva es esencial par la felicidad personal y para el funcionamiento eficaz, los mismo en niños que en adultos (Mussen y col., 1977) y además. El sentimiento de ser valioso es fundamental para la salud mental (Peck, M.S., 1986).

La autoestima implica auto exploración personal para lograr mayor y mejor conocimiento de nosotros mismos y la elaboración de un auto-concepto positivo o buena imagen de si, la auto-aceptación y el auto-respeto. La auto-estima es la síntesis de todo lo anterior. Si una persona no se conoce, tiene un pobre concepto de si, no se acepta ni se respeta, entonces su auto-estima será baja y negativa.

TENER AUTO ESTIMA ALTA O POSITIVA, POR EL CONTRARIO, ES SENTIRSE CONFIADAMENTE APTO PARA LA VIDA, CAPAZ Y VALIOSO. LA AUTO ESTIMA POSITIVA ES EL REQUISITO FUNDAMENTAL PARA UNA VIDA PLENA (Branden, 1986).

La auto-estima se fundamenta principalmente en los mensajes recibidos en los primeros años de nuestra vida. Este sentimiento es un producto del amor parental y debe forjarse durante la niñez. Se trata de una convicción de adquirir durante la edad adulta (Peck, M.S., 1986)

Inversamente cuando los niños aprendieron, en virtud del amor de sus padres, a sentirse valiosos, es muy difícil que las vicisitudes de la vida adulta les destruya esta convicción. Vemos que la imagen que de sí mismo se hace un niño esta vinculada con la manera en que es tratado por sus padres o los adultos sustitutos que atendieron el proceso de crianza.

A pesar del valor que las personas se asignan a sí mismas depende en gran medida del valor que les han otorgado los miembros cercanos de la familia, esta no es la única responsable de la auto-estima de un individuo. Ser aceptado por los compañeros, sentir que tienen un lugar en el grupo, tener oportunidad de manifestar habilidades y destrezas apreciadas por otros, tener amigos, todo esto engrandece la auto-estima de un niño. Más adelante el éxito en el estudio y el trabajo y la aceptación social en diferentes situaciones y actividades son también

esenciales en el desarrollo y mantenimiento del respeto de sí mismo y el sentido de su valor. (Simon y col., 1988)

Importante para no convertir la autoestima en auto adoración es comprender que la auto-estima alta no significa un estado de éxito total y constante; es también reconocer las limitaciones y debilidades propias y experimentar la necesidad de complementariedad con otros (Rizo A. M. 1990).

Concluye Satir las siguientes afirmaciones:

Cuando una persona se quiere a sí misma no lastimará, devaluará, humillará o destruirá a otros o a sí misma.

Cuando me siento bien conmigo y me agrado, hay magníficas posibilidades de que pueda enfrentar la vida desde una postura de dignidad, sinceridad, fortaleza, amor y realidad. Tal es el estado de la autoestima elevada.

Para Virginia Satir “la autoestima puede ser remodelada a cualquier edad”. El primer paso es descubrir la subestimación propia y reconocer esta situación, luego viene la disposición para cambiar. El desarrollo de la auto—estima requiere del tiempo, paciencia y el valor necesario para correr el riesgo de probar cosas nuevas. Dice “si invertimos energía en este esfuerzo, descubriremos recursos ocultos a través del desarrollo de sentimientos de valía personal”.

## **2. COMUNICACIÓN**

Satir ha planteado que existen 5 modelos de comunicación, de los cuales 4 son maneras negativas de comunicación. Ella los ha denominado tipo aplacador (minusválido), tipo culpador (agresivo, tipo superrazonable y tipo irrelevante o distractor. (Satir, V. 1987)

Considero – dice esta terapeuta-estas formas de comunicación como los medios que aprendimos durante nuestro crecimiento, para sobrevivir física y emocionalmente. Las personas que utilizan estas formas merecen mi respeto – añade- pero son formas que limitan el uso de los recuerdos individuales y la capacidad para construir con las otras personas. Son formas que incrementan la cantidad de miedo y dependencia y llegan incluso a afectar nuestra salud física.

Al analizar nuestro modo de comunicación, posemos observar qué tanto de ella cabe dentro de las descripciones correspondientes a cada tipo:

**a. Tipo aplacador (minusválido)**

La persona siente que debe mantener contento a todo el mundo para que así lo quieran. Siempre habla a manera de consagrarse, tratando de complacer, de disculparse; nunca está de desacuerdo en ninguna forma, es alguien que habla como si no pudiera hacer nada por sí mismo, siempre necesita tener la aprobación de otros. La persona se siente como si no valiera nada. Siente que le debe gratitud a todo el mundo y que es responsable de todos los errores ajenos. La actitud de aplacar corresponde a una posición del cuerpo suplicante.

**b. Tipo culpador (agresivo)**

A este tipo se le llama también el ACUSADOR. El acusador siempre encuentra fallas, es un dictador, el que manda; es un tirano que rebaja a todos. Internamente siente que no vale gran cosa. Si logra que alguien lo obedezca, empieza a sentir que le toman en cuenta. La posición del cuerpo es señaladora, acusativa.

**c. Tipo superrazonable**

Es exageradamente correcto y razonable, y no demuestra ningún sentimiento. Es calmado, frío, imperturbable, podría compararse con una verdadera computadora.

Estas personas se rigen por la norma “Di las palabras adecuadas; no demuestres sentimientos, no reacciones”-añade Satir.

#### **d. Tipo irrelevante**

El irrelevante dirá o hará cosas que tengan poca relación con lo que digan o hagan los demás. Ignora las preguntas de la gente y responde con otra pregunta que aluda a cualquier tema diferente al que se está tratando. Es como un trompo que gira sin rumbo fijo.

Estos son 4 estilos paralizantes de comunicación. Existe una quinta respuesta que Virginia Satir llama NIVELADORA O FLUIDA. Es una comunicación abierta y funcional.

EL COMUNICADOR FUNCIONAL ES: claro, directo, preciso, da aclaraciones cuando se las piden o ve que la otra persona parece no haber entendido, pide aclaraciones cuando no entiende. Además, es congruente (coherente, consciente) entre lo que dice en palabras y los gestos que utiliza. Hay congruencia entre el lenguaje verbal y no verbal de un comunicador funcional.

En este modelo, todos los elementos del mensaje van en la misma dirección. La voz dice palabras que concuerdan con la expresión facial, la posición del cuerpo y el tono de voz. Explica esta autora que cuando la persona que se comunica de acuerdo a este quinto tipo dice “me agradas”, su voz es cálida y mira de frente. Si sus palabras son “Estoy enojadísima contigo”, su voz dura y su gesto enojado. El mensaje es claro, sencillo y directo.

Este quinto tipo de comunicación es menos frecuente. Expresa la autora que falta valor, coraje, nuevas convicciones y habilidades para convertirse en una persona que sepa responder con la franqueza propia de este modelo.



Sólo esta respuesta, la niveladora, permite resolver rupturas, abrir los callejones sin salida o construir puentes de unión entre las personas (Satir, 1988). La gente niveladora muestra integración, fluidez, apertura y lo que Virginia Satir llama "jugosidad". La nivelación permite vivir con intensidad, en vez de solo existir. Todos confían que esperar de ellos y se sienten a su gusto en su presencia.

Satir repite incansablemente que la gente tiene hambre de rectitud, sinceridad y confianza. Tomar conciencia de esto y tener el valor necesario para aprender a expresarse como persona íntegra, nos conduce a la auto-estima, a las relaciones nutricias a resultados satisfactorios en lo impersonal. Nada de esto es posible cuando se recurre a los cuatro patrones limitantes de comunicación.

Estos cuatro métodos enferman nuestros cuerpos, nos desconectan de los demás y nos vuelven mudos, sordos y ciegos. "HABLO MUY EN SERIO AL REFERIRME A LA NATURALEZA MORTÍFERA DE ESTOS CUATRO MÉTODOS- termina diciendo la autora citada, en el capítulo referente a los patrones de comunicación.

### **3. REGLAS QUE RIGEN EN LA VIDA FAMILIAR**

Las reglas son fuerzas vitales, dinámicas y muy influyentes en la vida familiar. Pueden ser anticuadas, o inhumanas, injustas, poco claras o inadecuadas. También hay reglas que son evidentes y otras más difíciles de percibir. Entre estas últimas esta la referente a la libertad de expresión. En tanto puedo decir de lo que observo y escucho? A quién puedo manifestárselo? Cómo procedo cuando desapruedo cuando no he entendido algo? Me atrevo siquiera a preguntar?.

Cuando existen barreras familiares contara la expresión de lo que Es o HA SIDO, es están fomentando dificultades e instáis-facciones.

Las reglas son una parte crucial del funcionamiento familiar. Es importante analizarlas, discutir las en el seno familiar y realizar los cambios necesarios. Nada

permanece eternamente-añade Satir-Porque entonces no se pueden realizar cambios en las reglas?.

Entre las preguntas que podemos y debemos formularnos a respecto están:

- Cuales son las reglas de ni familia?
- Qué se logra con ellas? Que consecuencias positivas o negativas tiene?
- Que entrabamientos y dificultades producen?
- Cuales cambios se pueden realizar?
- Qué reglas deben desecharse
- Qué reglas nuevas se tienen que adoptar para facilitar el funcionamiento familiar.

Las reglas actuales son MANIFIESTAS, inhumanas, flexibles, cambian frente a necesidades o son ENCUBIERTAS, inhumanas, anticuadas, fijas, inmutables?

Las reglas están sujetes a discusión o constituyen, tema tabú (del que no se puede hablar.)

En los sistemas abiertos de comunicación (Positivos, conducentes a la salud mental) todo esto es susceptible de constituirse en tema de conversación, de discusión saludable, de intercambio de opiniones y toma de decisiones para un cambio que favorezca y beneficie el funcionamiento familiar y la satisfacción de sus miembros.

#### **4. ENLACE CON LA SOCIEDAD**

La manera como la gente se relaciona con otros individuos e instituciones ajenas a la familia, es denominada por la autora mencionada “enlace con la sociedad”.

En las familias conflictivas este enlace es temeroso, desconfiado, aplacante o de culpabilización a otros, en el afuera de a familia.

En las familias sanas o nutricias este enlace es abierto y confiado y fundamentado en las elecciones de cada quien.

Al respecto dice Satir, “siéntate con tu familia con el único propósito de averiguar en qué punto se encuentran todos en relación con las instituciones externas; escuelas, negocios, iglesias, campamentos. Niños explotadores, equipos de gimnasia y demás...”

S trata de compartir en el adentro de las familias, las experiencias enriquecedoras y, también las frustrantes que cada uno de los miembros de la familia viven a través de su pertenecían a diferentes grupos que ha seleccionado. Los miembros de las familias nutricias participan en de la fuera y comparten en el adentro. Las familias conflictivas temen de la sociedad, con cerradas a estas experiencias o bien algunos de sus miembros sí son abiertos y confiados hacia el afuera, pero por múltiples razones no la comparten dentro del ambiente familiar.

## **CONCLUSIÓN**

Virginia Satir es una investigadora y terapeuta de familia convencida de que vale la pena luchar por cambiar el ambiente familiar cuando éste es problemático, perturbador y conflictivo.

En las familias conflictivas “veo con profunda tristeza, la desesperanza, la importancia y su soledad, trato frío tenso. La familia parece permanecer junta por obligación y unos tratan apenas de tolerar a los demás. Miembros que se evitan,, se gritan, sarcasmo, ironía e incluso crueldad. Nadie elegiría de manera deliberada este estilo de vida tan perturbador. Las familias solo lo aceptan porque no conocen otra forma de convivencia”. (Satir, 1988).

¡Cuan distinta es la familia nutricia!-expresa Satir.

Hay viveza, naturalidad, sinceridad y amor. Hay armonía en sus relaciones interpersonales sus miembros son abiertos y amistosos, se escuchan unos a otros, se apoyan. La descripción que Satir hace de la familia nutricia es extensa. Concluye diciendo que “algunas personas desdeñan su retrato de una familia nutricia y declaran que es imposible que una familia viva siempre de esta manera.”

“Me gustaría decirles a estas personas que he tenido la suerte de conocer íntimamente a muchas familias nutricias y que esta forma de vida es posible. El corazón humano siempre busca el amor.” (Satir, 1988).

Existe en ella el convencimiento de que una familia conflictiva puede convertirse en nutricia.

### **Como lograrlo?**

1. Es necesario reconocer que su familia, en ocasiones es una familia conflictiva.
2. Usted puede darse la oportunidad para cambiar, con la conciencia de que las cosas pueden ser distintas.
3. Usted puede tomar la determinación de cambiar algunas situaciones.
4. Usted puede adoptar alguna medida para INICIAR EL PROCESO DE CAMBIO en la relación a las cuatro dimensiones o factores claves anteriormente explicadas.

### **BIBLIOGRAFÍA**

1. Andolfi, N y Zwerling, G. ***Dimensiones de la terapia familiar***. Piados, Buenos Aires, 1985.

2. Branden, N. ***Como mejorar su auto-estima***. Piados buenos Aires, 1988.
3. Horton y Hunt. ***Sociología***. Mc Graw Hill. Bogotá, 1977.
4. Mussen, C. Y Kagan. Desarrollo de la personalidad del niño. Trillás, México, 1977.
5. Peck, M. ***La nueva psicología del amor***. Emece, Buenos Aires, 1986.
6. Rizo, Ana María. ***El proceso de crecimiento integral***. Guadalajara, 1991.
7. Satir, V. ***Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar***. Pax. México, 1977.
8. Simón y col. ***Vocabulario de la terapia familiar***. Gedisa, Buenos Aires, 1988.