

Metodología del Trabajo: los Pasos Concretos y la Dinámica de las Constelaciones Familiares

1. Preparación o fase previa.

El objetivo de esta fase es el de centrar la atención.

2. Recepción y encuadre.

Seleccionado al cliente, necesitamos de él dos aportaciones: cuál es su demanda, su necesidad y cuáles son los hechos (la información).

3. Elección de representantes y configuración inicial.

Para elegir los representantes podemos guiarnos por un doble criterio:

- Atender al hecho más grave, al que tenga más peso.
- Atender a lo más actual o inmediato.

Estos dos criterios no se contraponen, con cierta frecuencia coinciden.

4. El proceso.

Una vez ha sido desplegada la constelación solo hay algo que podemos hacer de manera inmediata: observar, esperar y mirar.

- Observar y mirar la configuración del conjunto, su aspecto o disposición global.
- Observar y mirar la orientación de los representantes (donde dirigen su atención), así como sus posiciones particulares (posturas, expresiones gestuales, etcétera.)

Esperar y observar movimientos espontáneos o incipientes.

Metodología del Trabajo: los Pasos Concretos y la Dinámica de las Constelaciones Familiares

- **La observación.** Está dirigida hacia la imagen formada por los representantes, y luego hacia la figura del espectador. Esta primera imagen que se forma es como una réplica de la imagen interna que se tiene del problema. La pregunta que el terapeuta deberá realizar ante esta primera representación será: ¿qué siento al ver esta imagen? Su respuesta, esa interpretación personal, la guardará y corroborará más adelante si es necesario. ¿Qué formas geométricas se han creado? La interpretación del significado de cualquier figura geométrica formada por la distribución de los representantes dentro del campo de la constelación puede corresponder a:
 - ✓ **Triángulos.** Inexistencia de roles, cualquiera de los representantes podría estar empeñando el papel del otro y ocupando un lugar que no le corresponde. En esta desorganización, lo que se observa es una alteración en el orden de Jerarquía. La consecuencia es el desequilibrio entre lo que se puede dar y lo que se puede tomar. En la imagen triangular todos dan y nadie toma, por lo tanto, es importante revisar el Orden del Equilibrio entre el Dar y el Tomar.
 - ✓ **Líneas rectas.** Puede ser una distancia muy alejada entre alguno de los integrantes de la línea o un integrante que se sale de ella mientras todos los demás están a la misma altura. Las líneas rectas verticales nos hablan del Orden de Jerarquía y las líneas rectas horizontales nos advierten sobre el Orden de Pertenencia.
 - ✓ **Representantes enfrentados.** Cuando dos representantes están cara a cara puede significar atracción sexual o amor. La mayoría de las veces indica algo que decirse, carencia, deuda pendiente, reproche o crítica.

Metodología del Trabajo: los Pasos Concretos y la Dinámica de las Constelaciones Familiares

- ✓ **Representantes dando la espalda.** Un representante que no mira al grupo y da la espalda puede significar el deseo de salir del sistema o el no tener nada que ver con él. Dar la espalda representa una expresión de rechazo y un deseo de alejamiento, búsqueda de un camino diferente o finalización de una etapa.
- ✓ **Círculos.** Representan grupos cerrados que delimitan territorios. Son indicativos de temas pendientes entre los miembros del sistema. En determinados momentos, construir círculos puede ser necesario para recibir ayuda y fuerza sanadora, pero en general nos habla de una afección de los tres Órdenes del Amor. Si queda algún representante fuera del mismo estaremos ante un excluido del sistema. Varios círculos o un círculo alejado del resto del grupo indicarán separación, negación de la situación actual o necesidad de construir una realidad diferente.

El círculo puede ser sanador, el procedimiento para ello consiste en construir un círculo para que aquel representante que sea colocado en su centro pueda ser mirado y reconocido. A este procedimiento se le da el nombre de ritual de reconocimiento.

- ✓ **Cuadrados.** Construyen líneas energéticas que, dirigidas a través de la mirada, nos indicarán cruces de fuerza, dispersión, integración o exclusión. Es muy común que los cuadrados nos muestren a dos parejas de elementos enfrentados cuyo significado habrá que constatar y que, generalmente, tienen que ver con atracción sexual, amor, reproche, crítica o deuda pendiente. El Orden del Amor principalmente alterado en este caso es el de la jerarquía.

Metodología del Trabajo: los Pasos Concretos y la Dinámica de las Constelaciones Familiares

- ✓ **Falta de alineación o composición desordenada.** Si es la primera imagen que encontramos al abrir una constelación podemos sospechar que todos los Órdenes del Amor se encuentran alterados.
- ✓ **La ubicación de los representantes fija y estable.** La inestabilidad puede indicar antecedentes de esquizofrenia en la familia, suicidios, homicidios o participación en guerras, necesidad de buscar a un excluido.
- ✓ **Distancia entre los representantes.** Las distancias nos informan sobre la intensidad de las relaciones entre los representantes. La distancia prudencial puede mostrarnos la necesidad de tener un espacio vital para dirigirse hacia el destino de cada uno. La distancia exagerada puede indicarnos rechazo o indiferencia. Las distancias nos corroboran si la imagen interior del constelador coincide con la realidad que expresa previamente a configurar su Constelación. ¿Algo o alguien queda fuera del grupo? Será necesario reconocer al excluido para darle su lugar.
- ✓ **Ubicación de los representantes.** Los representantes masculinos son colocados a la derecha y los femeninos a la izquierda.
- ✓ **Mirada de los representantes.** Las miradas hablan y debemos aprender a interpretar. Las miradas vinculan, hacia donde se mire existe una relación. Si alguno de los representantes mira hacia abajo a un punto indeterminado, podemos colocar en este lugar a otra persona que represente aquello a lo que se está mirando, aunque no se sepa a qué o a quien se refiere. Mirar a lo lejos busca

Metodología del Trabajo: los Pasos Concretos y la Dinámica de las Constelaciones Familiares

a algún excluido o algún familiar fallecido, también puede manifestar el deseo de querer salir del sistema o interés por algo espiritual. Mirar hacia atrás representa la búsqueda de algo que quedó en el pasado; mirar hacia adelante, búsqueda de un futuro que se quiere alcanzar; mirar al suelo estar frente a un muerto, un aborto, un excluido o un secreto familiar; no poder mirar a los ojos vergüenza o culpa por un acto cometido.

5. Intervención con movimientos.

Para efectos didácticos podemos distinguir tres tipos de movimientos: Movimientos principales o básicos, Movimientos facilitadores y Movimientos de resolución.

6. Intervención con palabras.

Preguntar, contar historias, palabras que acompañan a movimientos o que los enfatizan.

7. Final.

Un trabajo puede acabar en tres tipos de situaciones:

- a) Aparece una imagen de solución.
- b) No hay nada que podamos hacer. Ya se ha visto todo lo que se podía ver.
- c) El cliente se niega a reconocer o se niega a tomar la solución que aparece.

Referencia:

Sánchez, F. (2018) Constelaciones familiares: una guía de trabajo. España: Rigden institut gestalt.