

## COMUNICACIÓN Y SISTEMAS: PENSAR SOBRE CÓMO PENSAMOS

---

### COMMUNICATION SYSTEMS: THINK ABOUT HOW WE THINK

**José Luis Martorell**

Doctor en Psicología

Director del Servicio de Psicología Aplicada de la UNED

Profesor de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia

**Resumen:** los sistemas humanos se pliegan al principio de que *no se puede no comunicar*. En base a esto y dado que las personas tampoco pueden no formar parte de un sistema, el presente artículo se centra en la importancia capital que debe dársele al pensamiento si se quiere sobrevivir en un entorno donde la unidad de supervivencia es el organismo más el ambiente.

El artículo ilustra con ejemplos cómo las atribuciones *construyen* a las personas y describe esquemas de análisis comunicativos focalizados en el poder de definición.

*Palabras clave:* comunicación, sistemas, pensamiento, organismo, ambiente.

**Abstract:** human systems answer to the principle that one *can't not communicate*. Based on this and the fact that people can't not be part of a system either, this article focuses on the importance that should be given to thought if one wants to survive in an environment where the unit of survival is the organism plus the environment. The paper illustrates with examples how attributions *construct* people and describes communicative analysis diagrams focused on the power of definition.

*Keywords:* communication, systems, thought, organism, environment.

Pensar sobre cómo pensamos es un tema tan antiguo como lo es la filosofía, pero sólo recientemente parece que se empieza a considerar que ésta no es exclusivamente una tarea intelectual, de interés para profesores, epistemólogos o teóricos de la ciencia. El pragmático aserto "primero vive y luego filosofa", ha resultado ser muy poco pragmático. Si queremos vivir, o simplemente sobrevivir, parece que vamos a tener que tomarnos muy en serio la vieja tarea de la filosofía: pensar sobre cómo pensamos.

Gregory Bateson, un autor al que conviene seguir leyendo, señalaba (Bateson, 1991) que considerar, siguiendo un pensamiento darwiniano, que la unidad de supervivencia es la especie o la subespecie o la línea familiar o conceptos de ese orden era una falacia epistemológica. En el mundo biológico real la unidad de supervivencia es el organismo más el ambiente. Es decir, que cuando

tratamos de ver si nuestro pensamiento está eligiendo la unidad adecuada o la inadecuada estamos tratando de un tema muy práctico.

La comunicación e interacción entre organismos y entre éstos y el ambiente es un objetivo de los modelos sistémicos y ecológicos (Von Bertalanffy, 1976). En los sistemas humanos la comunicación es, quizá, el elemento que proporciona más información. Los sistemas humanos se pliegan al principio de que *no se puede no comunicar* (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1976), hasta el punto de que pensamiento y comunicación son difícilmente separables. Dado que un ser humano no puede, tampoco, no formar parte de un sistema, para no comunicar hay que comunicar, de un modo u otro, que no se quiere comunicar. Teniendo esto en mente, vamos a introducirnos en el tema de pensar cómo pensamos desde un modelo sistémico. Ya que hemos citado a Bateson, aprovechémosle y partamos de un texto suyo: "...los procesos mentales, el pensar como un ser humano, o incluso el pensar como algo que uno está queriendo dignificar con la palabra 'pensamiento', consiste de hecho en urdir, comparar, crear, embrollar, o dicho de otro modo, maltratar historias. Para hacer esto es para lo que estamos aquí. [...] En esto es en lo que consiste el pensamiento" (Bateson, 1997).

Si el pensamiento consiste en jugar con historias, comencemos, pues, por una historia.

### **Contando historias, construyendo personas**

Escena 1ª: Estamos en el paritorio de una clínica. La política imperante en dicha clínica permite al padre asistir al parto. Cuando el bebé sólo tiene medio cuerpo fuera, y ante la observación de un determinado nivel de actividad, el médico exclama: "¡esta niña está muy viva!".

Escena 2ª: En la consulta de un pediatra, cuatro días después. El pediatra toma por primera vez al bebé en brazos, y ante la observación de un determinado nivel de actividad exclama: "¡esta niña es muy nerviosa!".

Una clase de comportamientos y dos atribuciones sobre ella: ser muy viva o ser muy nerviosa. En realidad, ni siquiera hay que embrollar excesivamente la historia para darse cuenta de que las dos atribuciones no son sobre una clase de comportamientos de la niña, sino sobre la niña: son dos modos de *construir* a la niña. Resulta evidente, además, que las atribuciones no las puede recibir una niña de esa edad, sino que las recibe el sistema del que forma parte: la familia (que a su vez forma parte de sistemas más amplios). La familia tiene, *también*, una historia (o dos, o más) que contar donde, quizá, las atribuciones de ser muy vivo o ser muy nervioso tengan sentidos específicos (es decir, tocan un área que a la familia le importa) y no puedan ser ignoradas: una, otra o ambas atribuciones serán tomadas, incorporadas, rechazadas, comparadas, embrolladas, entrelazadas, distorsionadas o maltratadas para que la historia familiar siga teniendo sentido (Martorell, 1998).

Situémonos ahora algunos años después, tomemos determinados eventos de la vida de esa niña y agrupémoslos del siguiente modo:

Grupo A:

- la niña se cae en el parque y se hace una herida en la rodilla.
- tiene una faringitis.

Grupo B:

- la maestra dice que habla mucho en clase.
- interrumpe lo que está haciendo para preguntar sobre otros temas a los padres.

Tomemos los eventos del grupo A y la atribución "esta niña es muy nerviosa", y hagamos eventos y atribución mutuamente coherentes: por ejemplo, "no paras quieta ni un momento", "sales corriendo sin ponerte el abrigo y te enfrías". *Después de esto*, hagamos lo mismo con los eventos del grupo B: por ejemplo, "no puede estar tranquila ni un momento", "no se concentra en nada".

Tomemos ahora *primero* los eventos del grupo B y la atribución "muy viva" y hagámoslos también mutuamente coherentes: por ejemplo, "se interesa por todo lo que hay a su alrededor", "tiene un pensamiento muy vivo y se adelanta a lo que está pasando". Y ahora hagamos lo mismo con los eventos del grupo A: "juega mucho y, claro, a veces se cae", "tiene una faringitis, simplemente".

Es interesante observar que, incluso con un ejemplo tan simple, combinando, urdiendo y entrelazando los eventos con las explicaciones a partir de la atribución (o utilizándola directamente), se *construyen* dos historias de una niña (en realidad, se construyen dos niñas) que incluyen –o pueden incluir- de modo muy diferente desde una faringitis hasta su estilo de jugar. De hecho, así es como estamos contruidos todos (Martorell, 2000).

Si volvemos al principio de la historia, al paritorio y a la consulta del pediatra, veremos que ambos médicos han emitido una atribución que parece una descripción de la niña cuando es, sobre todo, una elección del médico. Si los padres aceptan una u otra atribución, la utilizarán, desde su punto de vista, para explicar el comportamiento de la niña, pero, pragmáticamente, construirán dicho comportamiento, en el sentido en que desde la visión ecológica no hay comportamientos que no impliquen una relación y no hay relación que pueda prescindir de los *significados* de los comportamientos. Veamos, como muestra, una explicitación de uno de los puntos de nuestro ejemplo: "*Yo, que soy tu padre, te digo a ti, que eres mi hija, que tienes una faringitis por salir corriendo sin ponerte el abrigo, y todo porque eres muy nerviosa*".

Este mensaje sólo puede ser entendido en términos relacionales, sistémicos, y comporta varios niveles. Uno de ellos, primordial para la comprensión de las interacciones humanas, es definir la

relación de un modo *jerarquizado* (yo soy tu padre, tu médico, tu terapeuta, tu sargento, el que sabe, el que manda). Otro nivel es establecer una *puntuación* de los acontecimientos.

Puntuar es una forma de ordenar los hechos para que formen una determinada secuencia; usualmente, para establecer cuál es la causa y cuál es el efecto (la noción contraria, el punto de vista ecológico y sistémico, es que las secuencias son recurrentes y la causalidad circular). Como consecuencia de la puntuación específica de que se trate, a los comportamientos o sucesos se les asigna un *significado* que se impone a aquellos.

Una parte importante de la atribución de significado en muchos mensajes es la *calificación* del comportamiento, bueno o malo, (el de uno mismo, el del otro, el de terceros); esta calificación puede ser explícita o no, en nuestro ejemplo no es difícil imaginar un tono o señales no verbales que transmitan "no me gusta que seas nerviosa" o "estas mal por ser nerviosa".

## El poder de definir

Un esquema, ya clásico, para analizar la comunicación es el que parte de los cuatro elementos esenciales de toda comunicación: emisor, receptor, contenido y contexto. De este modo, un mensaje completo se podría transcribir con el siguiente formato:

*Yo te estoy diciendo esto en este contexto.*

En la comunicación dentro de cualquier sistema humano las interacciones entre los miembros de ese sistema se pueden interpretar desde el esquema precedente, teniendo en cuenta lo siguiente:

1º) Cualquiera de los elementos del mensaje puede estar mal definido, estar implícito o ser incongruente con otros elementos (por ejemplo, verbalizar que el interlocutor es libre de decidir, pero con el lenguaje no verbal calificar de "malo" la decisión que va en contra del contenido del mensaje).

2º) De acuerdo a la teoría de sistemas y al pensamiento ecológico, dentro de un sistema ningún miembro tiene el poder unilateralmente, pero eso no significa que el poder este repartido sino que no hay posibilidad de evitar influir y ser influido por el sistema. En el terreno de la comunicación dentro de un sistema, como ha señalado Stierlin (1994), una de las principales áreas de lucha por el poder es la que toca al *poder de definición*: qué presupuestos y explicaciones son las que valdrán y quién es el "amo" del lenguaje (en nuestro ejemplo, quién decide qué es ser nervioso y qué no lo es, y si eso es "bueno" o "malo").

Esta cuestión ha sido estudiada con una cierta profundidad en los sistemas familiares (Ríos, 1994) (Garrido y Espina, 1995), pero ningún sistema escapa a ella: la diada médico-paciente, el sistema público de salud, la organización, el aula, etc. En este sentido, el poder en el sistema –o más exactamente, a quién se percibe con poder y a quién sin poder dentro del sistema- no sólo gira en torno a la capacidad de definir, sino también, con la misma fuerza, a la capacidad de *no ser definido*.

Teniendo esto en cuenta, cuando una persona pugna por el poder en el sistema, sus mensajes, aunque muchas veces de un modo implícito, tienden a tomar la siguiente forma:

*Yo (que soy como yo te digo) te digo a ti (que eres como yo te digo) esto (que es lo que yo te digo) en este contexto (que yo te digo cuál es y cómo se define).*

La terapia de familia, desde una orientación sistémica, trata de desvelar el entramado de mensajes de este tipo: la lucha por la definición y las victorias y derrotas en esta lucha. Hay que decir que cuando estos juegos de poder toman carta de naturaleza en una familia –en general, en un sistema– el juego puede parecerse al póker o al parchís, en el sentido de que aparentemente hay jugadas ganadoras y jugadas perdedoras, pero en última instancia se parece más a la ruleta rusa: la única jugada ganadora es aprender a no jugar.

En muchas ocasiones, los síntomas que resisten a un tratamiento lineal pueden ser abordados desde la concepción anterior: un fracaso escolar, una adicción, una determinada manera de vivir una enfermedad, etc. no es imposible que sean tanto modos de aceptar una definición como modos de escaparse, o tratar de escaparse, a ella.

### **Un ejemplo de aplicación**

Desde luego la tarea que se propone es compleja, como lo son las relaciones humanas, pero afortunadamente ya disponemos de modelos de intervención que se guían por esta conceptualización.

Por ejemplo, el trabajo de Steinglass (2000) con familias con un miembro con enfermedad crónica. Este clínico e investigador ha trabajado con grupos de familias en las que uno de sus miembros padece una enfermedad crónica, concretamente, el último estadio de la enfermedad renal, diabetes I y II, cáncer, enfermedades autoinmunes y síndromes de dolor crónico. Su propuesta –de la que no queda otro remedio que presentar aquí un resumen casi telegráfico que toque alguno de los puntos de este artículo– consiste en la puesta en marcha de grupos de discusión multifamiliar, en seis sesiones de noventa minutos, con hasta cinco familias por grupo. Los elementos básicos de estos grupos son: la creación de una comunidad de familias con experiencias comunes, la inclusión de pacientes y no pacientes; el énfasis en la búsqueda de soluciones de problemas *en colaboración* (entre la familia, entre las familias del grupo y entre las familias y los profesionales); la creación de una atmósfera sin culpabilizar y sin juzgar (el punto más difícil, según Steinglass).

Es muy interesante señalar que la dinámica de estos grupos pide tanto al profesional como a los familiares que adopten una postura de *observador*, es decir, observe primero para aportar soluciones después, y no "tengo las soluciones porque soy el que sabe" (el médico, el paciente, el

cuidador primario del enfermo etc.). Como consecuencia la familia, como sistema, es considerada como testigo experto que puede reconducir su propia interacción.

Se puede observar que estos grupos de discusión multifamiliares promueven una interacción radicalmente diferente de la que hemos visto más arriba ("yo, que soy como yo te digo..."). Por otro lado, cuando Steinglass señala la dificultad especial de la creación de una atmósfera donde la culpabilización y el juicio queden fuera, está haciendo expresamente mención a nuestra formación como profesionales: la toma del papel de observador por el profesional está basada en el reconocimiento de que del hecho de ser experto en diabetes, por ejemplo, no se sigue que uno lo sea en el impacto de la diabetes en la vida de la familia. En el lenguaje metafórico (urdir historias para cambiar historias, parafraseando a Bateson) que se trabaja especialmente en estos grupos, se trata de "encontrar un lugar para la enfermedad en la vida familiar, mientras al mismo tiempo se pone a la enfermedad en su lugar", y sobre esto es difícil considerarse experto.

Finalmente, hay que señalar que los resultados, si bien algunos de ellos todavía en fase de investigación, tanto en adherencia al tratamiento como en satisfacción de la familia por los resultados, son positivos. Dado que este tipo de propuestas, cuando se ven desde el punto de vista día a día del clínico o de la institución sanitaria tienden a ser vistas como la fruta artificial: "muy bonitas para decorar, pero imposibles de comer", no me resisto a señalar, que aunque en estos grupos concretos no hay datos todavía sobre el estudio coste/beneficio, en otros grupos de estructura hasta cierto punto similar y antecedentes expresos de los que propone Steinglass, realizados con familias con un miembro psicótico, se estimó que basándose en estudios de re hospitalización, por cada dólar gastado en personal para trabajar con los grupos de familias, se ahorran 16 dólares en hospitalizaciones. Como aprendices del pensamiento ecológico tratamos de que nada nos sea ajeno (y el coste económico de la enfermedad tampoco).

Para finalizar este breve paseo por el modo de pensar sistémico, ecológico, no está de más señalar que para que estas ideas sean de utilidad y no caer en una contradicción entre lo que se propone (un modo de pensar derivado de unas premisas que deben quedar explicitadas) y el modo en que se propone (si no hemos acertado en el tono de nuestra exposición sería: la descripción "verdadera" de la "realidad") sería bueno, quizás, que lo viéramos como una herramienta más - poderosa, a veces deslumbrante, pero no única- entre las que la riqueza del pensamiento humano pone a nuestra disposición para afrontar la complejidad de la naturaleza humana.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bateson, G (1991). *Hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Planeta / Lohlé;
- Bateson, G. (1997). *Epistemology of organization*. *Transactional Analysis Journal*, 27, 2, 138-145.
- Garrido, F.M. y Espina, A. (Eds.) (1995). *Terapia de Familia. Aportaciones Psicoanalíticas y Transgeneracionales*. Madrid: Fundamentos.
- Martorell, J.L (1998). La percepción del conflicto en la familia. En Ríos J.A. (Ed.) *El malestar en la familia*. Madrid: Ed. Ramón Areces.
- Martorell, J.L. (2000). *El guión de vida*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ríos, J.A. (1994). *Manual de orientación y terapia familiar*. Madrid: Instituto de Ciencias del Hombre.
- Steinglass, P. (2000) Grupos de discusión multi-familiar para pacientes con enfermedad crónica. *Cuadernos de Terapia Familiar*, 44-45, 115-127.
- Stierlin, H. (1994). Entre el riesgo y la confusión del lenguaje. En Watzlawick P. Y Krieg P. (Eds.) *El ojo del observador. Contribuciones al constructivismo*. Barcelona: Gedisa.
- Von Bertalanffy, L. (1976). *Teoría General de Sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. (1976). *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder

Manuscrito recibido: 13/09/2012

Revisión recibida: 19/09/2012

Manuscrito aceptado: 21/09/2012

[Este artículo fue publicado originalmente como: Martorell JL. Comunicación y Sistemas: pensar sobre cómo pensamos. *Dimensión Humana* 2002, Vol. 6 nº 3: 131-134. Reproducido con permiso]