

## CRÍTICA DE LIBROS

DALLOS, R. (1996). *Sistemas de creencias familiares. Terapia y cambio*. Barcelona: Paidós.

Allá por el siglo I de nuestra era, el viejo esclavo Epicteto dejó escritas ciertas palabras de notoria actualidad, con las que nos enseñaba que aquello que conturba a los hombres no son propiamente las cosas, sino las opiniones que de ellas nos formamos. Las opiniones, esto es, las creencias, el conjunto de interpretaciones, supuestos y afirmaciones con que hacemos frente a lo que nos sucede y sobre el que levantamos el sentido de nuestras vidas. Las creencias son como nuestro nicho ecológico, el estrato más profundo, que opera en todo momento y que, en última instancia, nos sostiene.

Existir es vivir desde las creencias; unas, tan sencillas como la de que saldremos a la calle para pasear y nos la encontraremos como siempre ante nuestros ojos, según es de esperar; otras, de una mayor complejidad, que se «confunden para nosotros con la realidad misma» como decía Ortega en su ensayo *Ideas y creencias*. Unas y otras, en fin, constituyendo el delicado entramado de todas esas interpretaciones que llamamos *cultura*, cuyo basamento esencial encuentra en nuestras creencias la argamasa que la mantiene compacta y coherente a nuestra mirada.

No resulta extraño, pues, que la psicología haya hecho cuestión de las creencias desde mediados de este siglo; ni lo es tampoco que ahora, en sus postrimerías, vengamos a hablar de los sistemas de creencias como elementos más que importantes en la construcción que las personas hacemos de nuestro entorno vital, de nuestras relaciones con los demás, de aquello que consideramos relevante y de las consecuencias que derivan de mantener ciertos supuestos dañinos o perturbadores en nuestro cotidiano vivir.

El libro de Dallos entra en tales cuestiones, y lo hace desde una doble perspectiva teórico-práctica de raíz constructivista. Es, sin duda, una obra para terapeutas, pero también para todos aquellos que, desde otros ámbitos profesionales, estén interesados en el análisis de los fundamentos de la vida social.

Aunque centrado en cierta idea de familia —entendida como un grupo de personas que han mantenido entre sí estrechas relaciones—, el autor hace un recorrido teórico de amplio trayecto. Inicia su estudio analizando la vida humana como un proceso *autopoiético*, mediante el cual el hombre va otorgando sentido a las cosas que le rodean. El vivir humano es una interpretación, cuyos límites quedan enmarcados por el lenguaje y la cultura donde este vivir se desenvuelve. El individuo es único porque es una variación particular de este proceso de *autopóiesis*, que va a dar origen a su sistema personal de constructos. Pero único no quiere decir original. El sistema de nuestras creencias es un sistema compartido tanto a nivel familiar como cultural.

No crecemos en el vacío, sino en el seno de sistemas relacionales donde ya nos encontramos con un conjunto de creencias organizadas operando. Desde ellas nos vamos haciendo dueños de nuestro vivir; pero, como sucede con el proceso comunicativo, no

podemos decir que somos sus dueños absolutos, déspotas con un completo poder sobre aquello que comunicamos, hacemos o creemos. La simple existencia de los otros, pertrechados a su vez por un sistema propio de constructos, hace que nuestro equipaje de creencias cambie y se enriquezca, o se encastille en esos peculiares constructos constelatorios que llamamos *prejuicios*.

Al igual que sucede con el individuo, nos dice Dallos, la vida de la familia se halla inmersa en un entorno cambiante, que de continuo pone a prueba la validez de las construcciones mentales de sus miembros. Si éstas son lo suficientemente flexibles o cuentan con un número menos limitado de alternativas, el sistema familiar logrará adaptarse, cambiar y evolucionar, sin perder ni su identidad ni su estructura. Si ello no sucede, la superación de las crisis se tornará difícil, siendo la rigidez de las creencias compartidas una de las posibles causas de sufrimiento familiar.

Hay sido o no exitoso ese tránsito a través de los diversos eventos de la vida, lo cierto es que las familias transmitirán el legado de sus experiencias y sus reglas para afrontar las situaciones a las siguientes generaciones, en forma de guiones familiares, de mitos, de creencias. Los guiones son pautas de conducta y formas de interpretar lo que nos sucede, sostenidas ambas por el sistema de creencias de quienes los ponen en acción.

Poco a poco, Dallos va realizando un ejercicio de clarificación en esta enmarañada jungla de los supuestos familiares. Aunque con un neto predominio cognitivo, no olvida destacar que las creencias están entreveradas tanto con las conductas como con las emociones familiares. De modo que, al construir su propia realidad social —culturalmente mediatizada—, el sistema familiar engloba estos tres aspectos para dotar de sentido tanto a su propio mundo como a las acciones que en él realizan sus miembros, o al significado que otorgamos a la conducta de los demás y al sesgo de sus posibles intenciones ocultas.

Con un estilo claro, el autor va reuniendo e integrando algunas de las más poderosas voces de la teoría sistémica, del pensamiento comunicacional y del constructivismo. Conceptos clave como los de *causalidad circular*, *homeostasis* y *cismogénesis*, *constructos personales*, *comunicación* y otros, son analizados con espíritu crítico y minuciosidad a lo largo de varios capítulos del libro, en los que el lector curioso encontrará buen motivo para la reflexión; y el investigador y el psicoterapeuta un claro marco integrador.

Es evidente que si algo pudiera achacarse a esta obra y a su autor es el excesivo optimismo con que su afán integrador reposa sobre bases cognitivistas. Aunque ciertamente trata también de las dimensiones emocional y pragmática, Dallos se inclina por privilegiar la vía cognitiva, enfatizando precisamente lo que de construcción tienen ambas dimensiones. En puntos como éste nos muestra la obra su nunca negado parentesco con la tradición constructivista anglosajona, cuyos autores cita Dallos con profusión.

Detrás de todo este aporte teórico volvemos a encontrarnos con el supuesto básico de Kelly de que el hombre actúa como un científico, tanto en su trato con el mundo como en el seno de sus relaciones humanas, buscando verificar las teorías que se construye acerca de sí mismo y de los demás. El hombre, según esto, se moverá en un mundo de significados compartidos, verdadero mapa que le permitirá ir sabiendo a qué debe atenerse, poseer una cierta capacidad predictiva sobre sí mismo y también sobre los demás, así como sobre el modo más pertinente de relacionarse con ellos.

Aunque no tengamos presente y claro nuestro propio sistema de constructos, es éste quien actúa como guía de nuestras acciones, pautando y limitando también el ámbito de nuestras posibles elecciones. Hay, entre las acciones y nuestras creencias, una interdependencia mecánica. Hacemos cosas porque tienen algún sentido dentro del propio marco teórico particular; que es, naturalmente, un marco compartido.

Semejante posición teórica ha de facilitarnos, sin duda, la integración de perspectivas psicológicas —aparentemente irreconciliables— que podríamos calificar de *internas* y

*externas*, centradas unas en los aspectos más dinámicos de la psique humana y las otras en los más conductuales. Se abre así una importante vía de acceso al mundo peculiar de cada individuo y cada sistema familiar, a la forma cómo se describen a sí mismos y sus problemas y dificultades; y, en fin, a la riqueza que debe tener un enfoque activo de terapia que pretenda comprender tanto como sea posible el mundo variopinto de sus destinatarios.

Francisco Javier Ortega Allué  
*Universitat de Barcelona*