

cuestionamiento circular – circular questioning

Authored by
memjavad

November 16, 2025

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *cuestionamiento circular – circular questioning*. Spanish Psychological Databases. Retrieved from <https://spanish.arabpsychology.com/?p=4642>

Preguntas Circulares

Primary Disciplinary Field(s): Terapia Familiar Sistémica, Psicología Clínica, [Cibernética](#)

1. Definición Central

Las preguntas circulares representan una técnica de intervención dialógica fundamental dentro del marco de la **Terapia Familiar Sistémica**, desarrollada inicialmente por el influyente equipo de Milán (Selvini Palazzoli, Boscolo, Cecchin y Prata) en la década de 1970. Esta metodología se distingue por su enfoque radicalmente relacional, buscando activamente revelar los patrones de interacción, las dinámicas de poder y las conexiones mutuas que mantienen un problema dentro de un sistema familiar o social. A diferencia de las preguntas lineales tradicionales, que buscan causas directas o culpables individuales ("¿Por qué hiciste eso?"), las preguntas circulares están diseñadas específicamente para explorar las diferencias, las alianzas, las jerarquías y las reacciones mutuas entre los miembros del sistema, promoviendo una visión de la realidad que es inherentemente contextual y recursiva.

El objetivo primordial de esta técnica no es simplemente obtener información fáctica sobre un evento, sino más bien generar una nueva perspectiva, o una "hipótesis", en la mente de los participantes sobre cómo sus comportamientos están interconectados y cómo influyen recíprocamente en la estabilidad o inestabilidad del sistema. Para lograr esto, el terapeuta formula preguntas dirigidas a un miembro (A) sobre la relación o percepción de otros dos miembros (B y C). Este movimiento comunicacional obliga al individuo A a adoptar una posición de **observador externo**, facilitando una toma de conciencia crítica sobre la naturaleza circular y compleja de los conflictos. Este proceso de "revelación" o redefinición es considerado el motor clave para iniciar el cambio terapéutico, ya que introduce nueva información en el sistema.

En esencia, las preguntas circulares operan bajo la premisa epistemológica de que la realidad es construida y que los problemas persisten no por fallas intrapsíquicas individuales, sino por patrones rígidos y predecibles de interacción. Por lo tanto, la intervención terapéutica debe enfocarse en modificar la forma en que el sistema se comunica, se percibe a sí mismo y establece sus reglas. La formulación de estas preguntas exige una gran habilidad clínica, ya que deben ser neutrales, no enjuiciadoras y orientadas a la diferencia, buscando contrastar las perspectivas y las reacciones ante eventos o cambios específicos a lo largo del tiempo o entre distintas diadas relacionales.

2. Etimología y Desarrollo Histórico

El concepto de las preguntas circulares surgió como una innovación directa de la **Escuela de Milán**, liderada por Mara Selvini Palazzoli, en un momento crucial de la evolución de la terapia

familiar. Su desarrollo fue una respuesta práctica a la necesidad de aplicar la naciente teoría sistémica y la cibernética de segundo orden a la práctica clínica. El modelo terapéutico anterior, influenciado por la teoría psicoanalítica o los modelos estructurales, a menudo se centraba en la causalidad lineal o en la estructura jerárquica rígida. El Equipo de Milán, fuertemente influenciado por el trabajo de [Gregory Bateson](#), reconoció que la causalidad en los sistemas humanos es intrínsecamente circular: un evento o comportamiento no es solo causa, sino también efecto en un ciclo recursivo.

La formalización de la técnica estuvo intrínsecamente ligada al desarrollo simultáneo de los tres conceptos operacionales centrales del modelo de Milán: la **hipotetización**, la **circularidad** y la **neutralidad**. La circularidad, entendida como el patrón recursivo de las interacciones y el intercambio de información, se convirtió en el lente epistemológico a través del cual se debían formular las preguntas. Luigi Boscolo y Gianfranco Cecchin, en particular, jugaron un papel clave en la sistematización de la técnica, argumentando que el terapeuta debe utilizar el *feedback* inmediato del sistema (las respuestas de los miembros) para generar la siguiente pregunta, creando así un flujo constante de nueva información que mapea dinámicamente las relaciones.

Aunque inicialmente la técnica se aplicaba en un contexto terapéutico altamente estructurado (a menudo con el uso de un equipo reflexivo observando tras un espejo unidireccional), su eficacia y claridad conceptual facilitaron su rápida diseminación. Con el tiempo, las preguntas circulares fueron adoptadas y adaptadas por diversas escuelas de terapia familiar, incluyendo enfoques constructivistas, posmodernos y narrativos. Su legado más significativo reside en haber transformado fundamentalmente la entrevista clínica, redefiniéndola de una mera recolección de datos diagnósticos a una intervención activa que introduce nueva información y posibilidades de [metacomunicación](#) dentro del sistema, promoviendo el cambio a través de la diferencia.

3. Fundamentos Teóricos

El principal pilar teórico que sustenta la eficacia de las preguntas circulares es la **Cibernética de Segundo Orden**. Esta perspectiva sistémica postula que el observador (el terapeuta) no puede permanecer separado ni objetivo respecto al sistema observado, sino que forma parte de él. En consecuencia, el terapeuta no busca una verdad objetiva sobre el problema, sino que se enfoca en cómo la familia construye su realidad y cómo las preguntas mismas actúan como perturbaciones que pueden cambiar esa construcción. Las preguntas circulares son, por lo tanto, herramientas que facilitan la observación de las diferencias y las conexiones, elementos esenciales para comprender la homeostasis y el cambio en un sistema autopoiético.

Otro fundamento crucial es la [Teoría General de Sistemas](#), que concibe a la familia como una red interactiva donde el comportamiento de un miembro solo puede entenderse en relación con los demás. Bajo esta óptica, un síntoma individual (como la ansiedad de un niño) no es visto como

una patología aislada, sino como un indicador de un desequilibrio, una rigidez o una necesidad funcional dentro de las reglas relacionales del sistema. Al explorar cómo cada miembro percibe el síntoma y reacciona ante él, las preguntas circulares revelan la función que ese síntoma, a menudo doloroso, cumple en el mantenimiento de la [homeostasis familiar](#), es decir, el equilibrio dinámico del sistema.

Adicionalmente, la técnica se basa profundamente en la idea batesoniana de que la **información** y la **diferencia** son los únicos motores posibles del cambio. Gregory Bateson definió la información como "una diferencia que hace una diferencia". Las preguntas circulares están diseñadas precisamente para introducir una diferencia perceptual en el sistema. Al pedir a un miembro que describa la relación o la reacción de otros, se rompe el patrón comunicacional habitual y se introduce una nueva perspectiva (una diferencia). Si esta diferencia es lo suficientemente significativa, puede desestabilizar temporalmente el patrón rígido y abrir el camino a la construcción de nuevas narrativas o soluciones. Esta orientación hacia la información relacional es lo que confiere a las preguntas circulares su carácter inherentemente terapéutico, trascendiendo su función meramente diagnóstica.

4. Tipología y Estructura de las Preguntas

Aunque todas las preguntas circulares comparten el objetivo de explorar las relaciones y la circularidad, pueden clasificarse en varias categorías funcionales, dependiendo del tipo de contraste o información relacional que el terapeuta busque obtener. La estructura básica siempre implica preguntar a un miembro (A) sobre la relación o interacción entre otros dos miembros (B y C), pero el foco temporal o situacional puede variar dramáticamente.

Preguntas de Diferencia o Contraste: Estas preguntas buscan identificar variaciones en la percepción, el comportamiento o la intensidad emocional en relación con un evento, un tiempo o una persona. Por ejemplo: "¿Quién de ustedes se muestra más preocupado cuando su hija se aísla, su padre o su abuela?" o "¿Quién se enfada más cuando Pedro llega tarde, el lunes (día de trabajo) o el sábado (día libre)?" Estas comparaciones ayudan a mapear alianzas, la distribución de la preocupación y la variabilidad de las reacciones en función del contexto.

Preguntas de Cambio o Secuencia Temporal: Se centran en cómo han evolucionado las interacciones o percepciones a lo largo del tiempo, especialmente después de un evento de transición o crisis. Por ejemplo: "¿Qué ha cambiado en la relación entre sus padres desde que su hermano mayor se fue de casa para estudiar?" o "¿Cómo reaccionó su hermana ante la noticia de que usted había conseguido el ascenso, y cómo reaccionó su madre?" Estas preguntas son cruciales para establecer conexiones causales circulares y para identificar patrones de adaptación o de regresión tras un suceso significativo.

Preguntas Hipotéticas o de Futuro: Invitan a los miembros a imaginar un cambio futuro o una situación hipotética, lo cual sirve para movilizar recursos y revelar prioridades relacionales. Por

ejemplo: "Si el problema de su hijo desapareciera mágicamente esta noche, ¿qué sería lo primero que su esposa notaría diferente en usted mañana por la mañana?" o "¿Si su madre decidiera mudarse, ¿quién de la familia asumiría su rol de mediador en las discusiones?" Estas proyecciones son fundamentales para evaluar la disposición al cambio y las jerarquías de afecto o preocupación de manera indirecta.

Preguntas de Triada o Relacionales Múltiples: Son el tipo más puro de preguntas circulares, dirigidas a un observador (A) sobre la interacción entre otros dos miembros (B y C) en un momento específico. Por ejemplo: "Cuando su madre y su hermana discuten sobre la herencia, ¿qué hace su padre y cómo reacciona usted al verlo?" Estas preguntas revelan los triángulos emocionales, las coaliciones ocultas y el papel funcional que juega el observador en la dinámica de conflicto.

La maestría en el uso de esta tipología reside en la capacidad del terapeuta para encadenar las preguntas de manera fluida y estratégica, utilizando la respuesta de un miembro como punto de partida para la siguiente pregunta dirigida a otro miembro, manteniendo así el foco en la recursividad del sistema. Esta diversificación de la interrogación permite al terapeuta construir hipótesis sistémicas complejas y, simultáneamente, ofrecer al sistema familiar una visión más rica y matizada de su propia estructura relacional.

5. Metodología y Aplicación en Terapia

La aplicación exitosa de las preguntas circulares requiere que el terapeuta adopte una postura de **curiosidad genuina** y neutralidad activa. Antes de la entrevista, el terapeuta debe haber formulado una hipótesis sistémica preliminar que intente explicar cómo el problema se mantiene funcionalmente en la familia. Las preguntas circulares se utilizan entonces como una herramienta dual: sirven para probar, refinar o desechar esta hipótesis (función diagnóstica) y, al mismo tiempo, actúan como una intervención que introduce información nueva y desestabilizadora (función terapéutica).

Metodológicamente, el proceso debe ser altamente estructurado. Primero, se establece claramente el foco de la pregunta (un evento, un síntoma o una relación). Segundo, el terapeuta selecciona a un miembro de la familia (el observador) y le dirige la pregunta sobre la interacción de otros dos. Es esencial que el terapeuta evite dirigir la pregunta directamente a los participantes de la interacción en cuestión, ya que esto podría generar respuestas lineales o defensivas. Tercero, después de recibir la respuesta, el terapeuta dirige la misma pregunta (o una variación) a otro miembro, o utiliza la respuesta anterior para formular una pregunta de reacción: "¿Qué piensa usted que sintió su esposa cuando su hijo dijo eso?". Este constante movimiento de enfoque mantiene la circularidad y previene la fijación en un solo punto de vista.

En la práctica clínica, esta técnica es particularmente invaluable para trabajar con familias que

presentan patrones de comunicación rígidos, como la **culpabilización lineal**, donde un miembro es señalado como el "paciente identificado" o el único responsable del problema. Al introducir las preguntas circulares, el terapeuta descentra la atención del individuo sintomático y la distribuye a través del sistema, mostrando cómo la conducta de ese individuo es inseparable de las reacciones y los patrones de los demás. Por ejemplo, en casos de problemas conductuales en adolescentes, en lugar de preguntar al adolescente por su rebeldía, se podría preguntar a la madre: "Cuando su hijo llega tarde, ¿quién de los dos (usted o su marido) le pregunta primero sobre dónde estuvo?" y luego al padre: "¿Qué hace su esposa cuando usted interviene en la discusión?". Este proceso terapéutico revela las coaliciones, las dinámicas de control y la función sistémica del síntoma, facilitando la comprensión de que el problema es relacional y no individual.

6. Significado e Impacto

El impacto de las preguntas circulares en el campo de la psicoterapia es incalculable, marcando una transición definitiva de los modelos terapéuticos centrados en el individuo hacia los modelos sistémicos y relacionales. Su principal significado radica en haber proporcionado una herramienta concreta y operable para implementar los principios abstractos de la cibernética y la teoría de sistemas en el entorno clínico. Convirtieron la idea teórica de la [causalidad circular](#) en una técnica de entrevista aplicable, accesible y reproducible, democratizando la aplicación de la teoría sistémica.

A nivel formativo, esta técnica es hoy un componente esencial y obligatorio en la capacitación de terapeutas familiares, de pareja y de sistemas en todo el mundo. Ha influido de manera transversal, permeando no solo la terapia sistémica pura, sino también enfoques posmodernos como la **Terapia Centrada en la Solución** y la **Terapia Narrativa**, donde la exploración de las diferencias y las percepciones relacionales sigue siendo el eje central para la deconstrucción de problemas. Al centrarse en las interacciones y no en los atributos patológicos individuales, las preguntas circulares promueven una visión más humanista, respetuosa y menos patologizante de los conflictos y las dificultades familiares.

Además, su uso ha trascendido el ámbito clínico, teniendo un impacto significativo en la investigación cualitativa y la consultoría organizacional. En la mediación de conflictos, la consultoría empresarial y la gestión de equipos, la técnica es valorada por su capacidad para obtener datos ricos y contextualizados sobre la estructura social y emocional de los grupos. Al obligar a los participantes a reflexionar sobre las percepciones de otros, se facilita el [insight](#) colectivo y se promueve la comprensión de que la solución a menudo reside en cambiar la forma en que se interactúa y se percibe la situación, y no solo en la búsqueda de hechos objetivos.

7. Debates y Críticas

A pesar de su validación empírica y su amplia aceptación, el uso de las preguntas circulares ha sido objeto de importantes debates teóricos y metodológicos. Una de las críticas más persistentes se centra en la postura de **neutralidad** requerida por el terapeuta, tal como fue definida originalmente por el Equipo de Milán. Críticos constructivistas y éticos argumentan que la neutralidad absoluta es una ficción inalcanzable en la práctica, ya que la selección misma de qué preguntas formular y a quién dirigir la palabra inevitablemente introduce un sesgo, una dirección o una jerarquía de importancia en la conversación, influyendo sutilmente en la percepción y la narrativa de la familia.

Otra preocupación metodológica importante se relaciona con la **complejidad cognitiva** que estas preguntas pueden imponer a los participantes. Las preguntas circulares a menudo exigen un alto nivel de abstracción, la capacidad de diferenciar entre las emociones propias y las ajenas, y la habilidad para adoptar una perspectiva meta-relacional. Este nivel de procesamiento puede resultar confuso, frustrante o incluso ineficaz en niños pequeños, personas con déficits cognitivos o sistemas familiares con una comunicación muy limitada. Existe el riesgo de que la técnica se perciba como un "interrogatorio" si se aplica de manera mecánica o insensible a las capacidades del sistema.

Finalmente, se ha debatido la aplicabilidad cultural universal de la técnica. Aunque es altamente efectiva en sistemas occidentales que valoran la diferenciación individual, algunos terapeutas sugieren que en contextos culturales donde la confrontación indirecta, el respeto a la jerarquía o la expresión abierta de las diferencias es socialmente inapropiada, las preguntas circulares deben ser adaptadas con extrema cautela. La efectividad de la técnica depende intrínsecamente de la capacidad del sistema para tolerar la introducción de información disruptiva sobre sus patrones relacionales, y esta tolerancia varía significativamente entre culturas y subgrupos sociales. Por ello, la sensibilidad del terapeuta al contexto cultural es fundamental para evitar generar resistencia o ruptura de la alianza terapéutica.

8. Lecturas Adicionales

[Terapia familiar sistémica \(Wikipedia\)](#)

[Mara Selvini Palazzoli \(Wikipedia\)](#)

[Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. \(1980\). Hypothesizing-Circularity-Neutrality: Three Guidelines for the Conductor of the Session. Family Process.](#)

[Causalidad circular \(Wikipedia\)](#)