



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

### **ESTUDIO DE CASO: INTERVENCIÓN EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA EN UNA ADOLESCENTE CON ANSIEDAD DESDE EL ENFOQUE ESTRUCTURAL**

#### **Línea de investigación:**

#### **Salud mental**

Trabajo académico para optar el título de segunda especialidad  
profesional en Psicoterapia Familiar Sistémica

#### **Autora:**

Camacho Carrión, Lilian Margot

#### **Asesor:**

Espíritu Alvarez, Fernando Julio

ORCID: 0000-0002-0065-8414

#### **Jurado:**

Valdez Sena, Lucía Emperatriz

Ramirez Magallanes, Olga Ada

Quevedo Suárez, Beatriz

**Lima - Perú**

**2024**



# ESTUDIO DE CASO: INTERVENCIÓN EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA EN UNA ADOLESCENTE CON ANSIEDAD DESDE EL ENFOQUE ESTRUCTURAL

## INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>11</b> %	<b>11</b> %	<b>0</b> %	<b>2</b> %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.unfv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3</b> %
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>3</b>	<b>1library.co</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>4</b>	<b>www.colibri.udelar.edu.uy</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>5</b>	<b>dspace.palermo.edu</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Abierta para Adultos</b> Trabajo del estudiante	<b>&lt;1</b> %
<b>7</b>	<b>dokumen.tips</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>8</b>	<b>www.researchgate.net</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %



Universidad Nacional  
**Federico Villarreal**

**VRIN** | VICERRECTORADO  
DE INVESTIGACIÓN

## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

# **ESTUDIO DE CASO: INTERVENCIÓN EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA EN UNA ADOLESCENTE CON ANSIEDAD DESDE EL ENFOQUE ESTRUCTURAL**

**Línea de Investigación:  
Salud Mental**

Trabajo Académico para optar el título de Segunda Especialidad Profesional en  
Psicoterapia Familiar Sistémica

**Autora:**

Camacho Carrión, Lilian Margot

**Asesor:**

Espíritu Alvarez, Fernando Julio  
ORCID: 0000-0002-0065-8414

**Jurado:**

Valdez Sena, Lucía Emperatriz  
Ramirez Magallanes, Olga Ada  
Quevedo Suárez, Beatriz

**Lima – Perú  
2024**

**Dedicatoria**

A mi familia, por todo su amor y apoyo que han sido la base para mi desarrollo personal, académico y profesional. Gracias por ser un pilar importante de fortaleza y ejemplo a seguir. Tenerlos es un regalo invaluable y este logro es para ellos también.

### **Agradecimiento**

A Dios, por bendecir mi camino, mis pensamientos y decisiones.

A mi familia y a todas las personas que aportaron sus conocimientos y me apoyaron para que este logro se haga realidad. Por brindarme su tiempo, demostrarme su amor, comprensión y su apoyo incondicional, por hacer que este sacrificio sea recompensado al alcanzar todas mis metas.

A la familia que me permitió interactuar y aprender de ella.

## ÍNDICE

Resumen.....	7
Abstract.....	8
I. INTRODUCCIÓN.....	9
1.1. Descripción del problema.....	11
1.2. Antecedentes .....	11
1.2.1. Antecedentes Nacionales .....	11
1.2.2. Antecedentes internacionales.....	13
1.2.3. Fundamentación Teórica.....	14
1.2.3.1. Teoría Sistémica.....	14
1.2.3.2 Familia como sistema. ....	15
1.2.3.3 Modelo estructural. ....	17
1.2.3.4. Trastorno de ansiedad. ....	20
1.2.3.5. Ansiedad y adolescencia desde el enfoque sistémico. ....	21
1.3. Objetivos .....	22
1.4. Justificación.....	23
1.5. Impactos esperados del trabajo académico .....	23
II. METODOLOGÍA .....	24
2.1. Tipo de estudio .....	24
2.2. Ámbito temporal y espacial del estudio de caso .....	24
2.3. Participante.....	24
2.4. Técnicas e instrumentos utilizados en el estudio de caso.....	24
2.4.1. Técnicas: .....	24
a. Reencuadramiento. ....	24
b. Reestructuración. ....	25
c. Desequilibramiento.....	26
d. Complementariedad.....	26
2.4.2. Evaluación psicológica: .....	27
2.5. Intervención.....	29

2.5.1.	Plan de intervención.....	29
2.5.2.	Programa de intervención .....	30
2.6.	Consideraciones éticas .....	67
III.	RESULTADOS.....	68
3.1.	Análisis de los resultados .....	68
3.2.	Discusión de resultados .....	69
IV.	CONCLUSIONES .....	71
V.	RECOMENDACIONES.....	72
VI.	REFERENCIAS.....	73
VII.	ANEXOS .....	76
	Anexo A: Genograma al inicio de la intervención.....	76
	Anexo B: Genograma al final de la intervención.....	77
	Anexo C: Consentimiento informado .....	78

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Clarificar del motivo de consulta.....	30
<b>Tabla 2.</b> Análisis de la estructura familiar. ....	34
<b>Tabla 3.</b> Provocar interacciones en la familia.....	37
<b>Tabla 4.</b> Analizar el sistema conyugal. ....	42
<b>Tabla 5.</b> Cuestionar la naturaleza del problema.....	47
<b>Tabla 6.</b> Descubrir el secreto familiar.....	52
<b>Tabla 7.</b> Definir acuerdo familiares. ....	58
<b>Tabla 8.</b> Afrontamiento del problema familiar. ....	63

## Resumen

El presente estudio de caso aborda la intervención terapéutica bajo el enfoque sistémico estructural en una adolescente de 14 años que presenta ataques de ansiedad, sensación de ahogo y dificultad para respirar, con lo que se busca reducir la sintomatología reestableciendo el funcionamiento de la estructura junto a las relaciones familiares, con el fin de minimizar la posibilidad de recaídas. Los objetivos específicos incluyeron evaluar la estructura familiar, reestructurar los niveles de poder, clarificar los subsistemas, cambiar las interacciones familiares, definir reglas y normas funcionales, y redefinir los roles conyugales. El desarrollo del estudio de caso se llevó a cabo en un Hospital de Lima Norte entre los meses de agosto hasta octubre del año 2023. Se emplearon técnicas como el reencuadre, reestructuración, desequilibrio y complementariedad a través de la intervención con ocho sesiones psicoterapéuticas más dos de seguimiento, se consiguió reorganizar la estructura familiar, se mejoró tanto la integración como el vínculo entre los miembros del sistema, se logró el crecimiento y desarrollo autónomo de sus miembros, se incorporó acuerdos conyugales que permitieron una convivencia funcional en la familia, para que la problemática inicial desaparezca y reducir notablemente los síntomas en la adolescente. Este estudio destaca la eficacia de la terapia sistémica estructural en el tratamiento de la ansiedad en adolescentes, enfatizando la importancia de abordar el contexto familiar para lograr cambios duraderos.

*Palabras clave:* Ansiedad en adolescentes, intervención familiar, enfoque estructural.

### **Abstract**

The present case study addresses therapeutic intervention using the structural systemic approach in a 14-year-old adolescent who experiences anxiety attacks, a sensation of suffocation, and difficulty breathing. The aim is to reduce symptoms by restoring the functioning of the structure and family relationships, to minimize the possibility of relapses. The specific objectives included evaluating the family structure, restructuring power levels, clarifying subsystems, changing family interactions, defining functional rules and norms, and redefining marital roles. The case study was conducted at a hospital in Lima Norte between August and October 2023. Techniques such as reframing, restructuring, imbalance, and complementarity were employed. Through intervention with eight psychotherapeutic sessions and two follow-up sessions, the family structure was reorganized, the integration and bond among system members were improved, autonomous growth and development of its members were achieved, and marital agreements were incorporated that allowed for functional coexistence in the family, leading to the disappearance of the initial problem and a significant reduction in the adolescent's symptoms. This study highlights the effectiveness of structural systemic therapy in treating anxiety in adolescents, emphasizing the importance of addressing the family context to achieve lasting changes.

*Keywords:* Anxiety in adolescents, family intervention, structural approach.

## I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad la ansiedad es uno de los problemas de salud mental más prevalentes en la adolescencia, afectando significativamente el bienestar y desarrollo de los jóvenes. Cuando uno de los integrantes del sistema familiar presenta síntomas ansiosos, suele traer consigo una serie de dificultades en la dinámica familiar, pues el sistema se ve alterando y suele reorganizarse de manera disfuncional para intentar lidiar con esta problemática.

Desde el enfoque sistémico, se entiende que el individuo no puede ser comprendido de manera aislada, sino que forma parte de un sistema más amplio, en este caso, la familia. Las interacciones, reglas, límites y jerarquías que se establecen dentro del sistema familiar juegan un rol crucial en el origen, mantenimiento y resolución de los problemas de salud mental. Por ello, la terapia familiar sistémica se presenta como una alternativa eficaz para abordar los trastornos de ansiedad, pues permite intervenir en la estructura y dinámica del sistema, generando cambios duraderos.

El presente estudio de caso tiene como objetivo principal reducir los síntomas de ansiedad de una adolescente, reestableciendo el funcionamiento saludable de la estructura y relaciones familiares. Para ello, se utilizará un abordaje terapéutico basado en el modelo estructural desarrollado por Salvador Minuchin (1979), el cual se centra en la evaluación y reestructuración de la organización interna del sistema familiar.

La adolescente, a quien llamaremos Abigail, es una joven de 14 años que acude a consulta acompañada de su madre, debido a la presencia de ataques de ansiedad, sensación de ahogo y dificultad para respirar. Estos síntomas surgen principalmente en situaciones de presión académica y en el contexto de conflictos familiares, donde se evidencian dinámicas disfuncionales entre los miembros del sistema.

A través de la implementación del modelo estructural, se buscará evaluar la estructura familiar como generadora de disfuncionalidad, reorganizando los niveles de poder, clarificando

los subsistemas y redefiniendo los roles de los cónyuges. De esta manera, se espera minimizar la posibilidad de recaídas y contribuir a la mejora de la convivencia y el bienestar emocional de Abigail y su familia.

En la SECCIÓN I se describe el problema, se mencionan las investigaciones anteriores tanto nacionales como internacionales, se plasman los objetivos, la justificación del estudio y los impactos esperados. En la SECCIÓN II se hace referencia a la metodología, las técnicas e instrumentos utilizados, la evaluación psicológica y se presenta tanto el plan, así como también el programa de intervención. En la SECCIÓN III se informa sobre la obtención de resultados tanto a nivel de la paciente como los cambios sistémicos al terminar las sesiones. En la SECCIÓN IV y V se brindan las conclusiones y recomendaciones del caso. En la SECCIÓN VI se presentan las referencias bibliográficas de acuerdo con las normas APA.

## **1.1. Descripción del problema**

Esta problemática muestra el estudio de caso que tiene como paciente identificada a una adolescente de 14 años, que viene con su madre a consulta por presentar: ataques de ansiedad, sensación de ahogo y dificultad para respirar. Esto se muestra durante el año 2022; cuando las clases se desarrollaban de modo virtual en aquel año, la menor frente a una pregunta de un examen, no logra resolverla y empieza a faltarle el aire, la madre consigue tranquilizarla hasta que en una reunión familiar posterior vuelve a presentar los síntomas. Durante el tiempo de pandemia convive más con sus padres y cada vez que discuten, el padre se exalta y responsabiliza a la madre por los problemas familiares, ante lo cual la madre desborda en llanto y el padre se retira disgustado para evitar una mayor confrontación.

En la actualidad cada vez que visita a su abuela paterna, la menor escucha comentarios descalificadores sobre la crianza de su madre, en torno a su apariencia física o sus ataques de ansiedad. En la relación con los miembros de su familia, empieza a percibir preferencias por su hermano menor, ya que los padres evitan que el menor llore. La adolescente se niega a pasar tiempo con él y los conflictos entre ellos llegan a ser más frecuentes.

Al mismo tiempo, evita salir de su cuarto y prefiere estar sola, empieza a subir de peso, se preocupa mucho por su imagen personal, se ve gorda frente al espejo. En dos ocasiones cuando vio discutir a sus padres se encerró en el cuarto y se cortó el brazo con una gilet. Además, empezó a comer menos, aparecieron problemas para conciliar el sueño, lo que al siguiente día le provocaba somnolencia. Esto unido a los dos ataques de ansiedad mencionados, motivó a su familia a buscar atención psicológica.

Luego de la información brindada, se consideró necesario iniciar una terapia familiar desde el enfoque estructural, para lo cual se solicitó la presencia de la familia completa.

## **1.2. Antecedentes**

### ***1.2.1. Antecedentes Nacionales***

Ruiz (2022), documenta un caso clínico titulado “*Psicoterapia breve estratégica a una usuaria con trastorno de pánico*”. Describe cómo la paciente experimentaba síntomas de ahogo, taquicardia, pánico y miedo a morir. Para evaluar su condición, se emplearon herramientas como el cuestionario de pánico y agorafobia (CPA), y un inventario de autoevaluación de ansiedad. La terapia se llevó a cabo durante 6 meses, con un seguimiento adicional de 3 meses, logrando resultados positivos. El estudio sugiere que la terapia breve estratégica resulta especialmente eficaz para establecer una conexión sólida con el paciente y prevenir recaídas o la aparición de nuevos síntomas, superando en estos aspectos a otras modalidades terapéuticas más tradicionales, como la conductual de tercera generación.

Flores (2022) llevó a cabo una investigación centrada en una familia monoparental liderada por una mujer, cuyos hijos en edad escolar mostraban signos de ansiedad. El estudio, titulado “*Intervención sistémica bajo el modelo estructural de una familia monoparental con jefatura femenina*”, buscaba reorganizar la dinámica familiar. El objetivo del estudio fue intervenir en la estructura familiar, abordando la coalición entre los padres e hijos, estableciendo pautas claras entre la madre e hijo, desarrollando una jerarquía materna saludable y restaurando las fronteras familiares. Para evaluar el caso, se emplearon entrevistas, observación de conductas, entrevistas a especialistas de la organización, el genograma y un análisis cualitativo del relato de los miembros de la familia. Al finalizar el estudio, se obtuvieron resultados positivos, concluyendo que los desafíos de las familias monoparentales pueden ser resueltos mediante recursos propios y redes de apoyo.

Velarde (2019) presentó un estudio de caso sobre “*una adolescente con trastorno de conducta alimentaria con el enfoque sistémico*” desarrollado en la ciudad de Arequipa. El objetivo del estudio fue conectar las ideas de varios expertos que han estudiado a las familias desde una perspectiva sistémica, particularmente en relación con la anorexia y sus manifestaciones. La adolescente de 14 años participó en un programa de terapia que constaba

de 13 sesiones, cada una diseñada con propósitos, técnicas y metas específicas. El estudio se basó en la teoría sistémica y profundizó en el concepto de "Familias Anoréxicas" para lograr una mejor comprensión de las dinámicas familiares y cómo interactúan sus miembros. Al término del tratamiento, los resultados fueron positivos.

### ***1.2.2. Antecedentes internacionales***

Peñaherrera y Ortiz (2021) desarrolla el estudio sobre “*efectividad de la terapia familiar sistémica en estados de ansiedad*” en Ecuador y destaca la capacidad de este enfoque para generar cambios significativos y duraderos tanto en los pacientes como en sus familias en un período relativamente corto. La investigación se centró en un grupo de 26 participantes que recibían tratamiento para la ansiedad. Los resultados fueron notables: en promedio, los niveles de ansiedad de los participantes disminuyeron en 13 puntos entre la primera y la quinta sesión de terapia, lo que confirma la efectividad de la intervención frente a los casos de estados de ansiedad.

Almela y Angélica (2020) desarrollan un programa de intervención en Monterrey, enfocado en adolescentes con síntomas de depresión y ansiedad. Su programa de intervención, basado en el enfoque sistémico narrativo socioemocional, tenía como meta principal fortalecer las habilidades relacionadas con la inteligencia emocional. El estudio contó con la participación de 80 jóvenes mujeres, con edades comprendidas entre los 13 y 15 años. Se obtuvo como resultado una diferencia significativa en el grupo de ansiedad y un resultado pequeño para la depresión con efectos medio y alto en la autoimagen. Del mismo modo, las producciones verbales y pictográficas favorecieron la disminución de la sintomatología disfórica y la autoimagen.

Jordán (2019) en el estudio “*Terapia estructural aplicada a una familia de la ciudad de La Paz*” con una adolescente de 14 años y su familia en Bolivia. Manifestando problemas emocionales, ansiedad y atención dispersa. La intervención se desarrolla en tres etapas, la

primera consistía en establecer una alianza con las hermanas, en la segunda sesión se busca obtener un cambio en la organización familiar y en la tercera etapa, se realiza sesiones de pareja juntos con los padres de la paciente. El diseño de intervención utilizada fue la terapia estructural y la terapia Estratégica Centrada en soluciones, con lo que se observó notables cambios en sus interacciones y nuevos repertorios comportamentales para lograr relacionarse de manera funcional.

Minutti (2019) elaboró el estudio en relación con los síntomas ansiosos y depresivos junto al conflicto para diferenciarse de la familia desde el enfoque sistémico con una mujer perteneciente a la universidad Iberoamericana en Puebla, México. El estudio se llevó a cabo con un total de 10 sesiones, la evaluación fue cualitativa y cuantitativa. Con ello se obtuvo resultados significativos en la disminución de los síntomas depresivos y ansiosos, así como la diferenciación familiar y reacomodación de la paciente frente a su rol en la familia.

Rendón y Pacheco (2019) presentan un estudio de caso sobre *“Terapia Narrativa aplicada a un caso de ansiedad generalizada en un adolescente de 14 años”*, dicho estudio fue realizado en Bolivia. Con el objetivo de analizar la aplicación de técnicas narrativas para el control de los síntomas ansioso. El análisis y descripción muestra las tres técnicas empleadas como son: la externalización, la identificación de los acontecimientos extraordinarios y las conversaciones de andamiaje. Finalmente, la aplicación de las técnicas tuvo influencia en distintos niveles de la vida del adolescente y generó conductas adaptativas.

### **1.2.3. Fundamentación Teórica**

**1.2.3.1. Teoría Sistémica.** El surgimiento del modelo sistémico trajo consigo la intervención familiar, la cual progresivamente ha tenido muchas más aplicaciones. Su foco de intervención es la familia (sistema), dejando de lado los modelos tradicionales centrados en el individuo. Desde este modelo se habla de un sistema como un todo, el cual está en constante interacción y da forma a sistemas complejos señalando que la suma es mayor que sus partes, al

darse estas interacciones entre los elementos, los objetivos del sistema cambian. (Erazo, 2015). Por consiguiente, se entiende dentro del modelo sistémico que el individuo y la familia son parte de un sistema abierto que interactúa constantemente.

De la misma manera, señalan Feixas et al. (2016), el modelo comprende que el todo es más que la suma de sus partes y se define por sus funciones, estructura, relaciones de interdependencia y feedback. Es así como, aplicado en la familia, cada miembro cumple una función y cada acción influye en los demás y del mismo modo, se ve afectado por ellas. En otras palabras, esto forma parte de una danza ya que las acciones están interconectadas con cada miembro del sistema.

Cabe mencionar que la teoría sistémica tiene principios básicos en “la teoría general de sistemas (Ludwing Von Bertalanffy, 1953), la cibernética (Wiener, 1948), los axiomas de la comunicación (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967), el constructivismo y el construccionismo social” (Velarde 2019, p.16). Todo ello proporcionó aportes en el crecimiento del enfoque sistémico y desde las distintas perspectivas del enfoque pone énfasis en la interacción y las construcciones de la realidad que los acompañan.

Por ello, todas estas teorías vistas hasta ahora propiciaron el surgimiento de la práctica terapéutica con la familia. Para Rodríguez (1995) lo novedoso del modelo sistémico es que aborda al síntoma desde el contexto donde se desarrolla y no lo trata como un ente independiente, puesto que; si se ignora la relación que existe, entonces propiciaría la cronicidad de la enfermedad en el paciente.

**1.2.3.2 Familia como sistema.** El rasgo fundamental del modelo sistémico es el ser humano considerado como un ente social, que se desarrolla activamente en grupos sociales, como son los amigos, el trabajo, la escuela, entre otros. Y se considera a la familia como la cuna del desarrollo psicosocial. Minuchin junto con Fishman (2004) definen a la familia como: “un grupo natural que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción” (p. 25). Es

preciso comprender que la familia es un todo organizado, donde cada miembro juega un papel importante, establece una forma de comunicarse que determinará el tipo de relación que se establece dentro del sistema y a su vez permitirá o el mantenimiento o la presencia de situaciones disfuncionales, ya que comparten una historia y un código singular.

Por eso en los sistemas familiares existe los subsistemas que están conformados por grupos, con ello la familia forma parte de un subsistema y la comunidad. Así pues, a través de la integración de estos, se asigna quién participa en qué y cómo, con el establecimiento de alianzas que tienden a modificarse según edades, intereses y funciones.

Para Villarreal y Paz (2015) los principales subsistemas son: conyugal, parental y filial. Al explicar los subsistemas (Minuchin 1979, como se citó en Velarde,2019) hace referencia a que el primero está compuesto por la pareja, la misma que debe desarrollar límites que los proteja de las interferencias de otros sistemas, por ende, deben poseer un espacio propio de soporte emocional. Mientras que el sistema parental, es donde, se encuentra a los padres o al adulto que cumple el rol parental y son los encargados de representar una autoridad flexible para comprender las necesidades de la etapa de desarrollo de sus hijos.

Por último, se encuentra el subsistema filial o fraterno donde (Minuchin 1979, como se citó en Velarde,2019) sostiene que “El subsistema fraterno es el primer laboratorio social en el que los niños pueden experimentar relaciones con sus iguales” (p. 97). Es preciso comprender que, para analizar la relación entre la acción individual y el grupo familiar, se estudia a la familia como un todo organizado, donde permite que la relación supere y articule las partes.

De esta forma al introducir las nociones fundaciones de los sistemas, Feixas-Muñoz et al. (2016) comentan que, para considerar a la familia como un sistema, es conveniente estudiar las interacciones actuales entre sus miembros en lugar de tratarlos por separado, ya que las acciones influyen en la conducta o acción de los demás. Como, por ejemplo, la acción

que realiza un padre, la misma que tiene que ver con lo que acaba de hacer su hija. Dicho de esta forma, el paciente identificado forma parte de un sistema complejo y su síntoma es entendido como la relación que guarda con la dinámica familiar actual. Lo que ocurre en la intervención familiar es que uno de los miembros comunica el malestar de forma sintomática.

A su vez, la visión sistémica emplea la causalidad circular, es decir; como las consecuencias actúan en función a las causas, y éstas a su vez influyen al cambio (Feixas-Muñoz et al. 2016). Por consiguiente, es evidente que la consiga causa-efecto es innecesaria, ya que la perspectiva sistémica deja de lado las causas pasadas de los síntomas y se centra en los problemas, desde las interacciones complejas y recurrentes actuales.

Por lo tanto, el funcionamiento de cada miembro o integrante está en relación con la estructura que desarrolla el sistema, permitiendo la posibilidad de la flexibilidad y adaptación de los cambios. Desde la propuesta de este autor la claridad en los límites es fundamental para evaluar el funcionamiento de una familia (Minuchin 1979, como se citó en Velarde,2019).

**1.2.3.3 Modelo estructural.** La terapia familiar estructural, fundada por el Dr. Salvador Minuchin, es desarrollada en la década de los 60 – 70 en EE. UU, Filadelfia, es así como Minuchin (1979) considera el surgimiento del enfoque estructural como respuesta al concepto donde el sujeto forma parte de su medio, es decir; la relación del individuo con su contexto familiar. Con ello menciona la transformación de la estructura familiar, el mismo que está desarrollado en base a la regulación, alimentación y socialización.

Este concepto nació mientras Minuchin trabajaba como director en la correccional para niños de Wiltwyck, Nueva York, debido a que los jóvenes atendidos en esta institución, una vez rehabilitados y dados de alta, reincidían, debido a los problemas familiares, con factores relacionados con la pobreza, desorganización y multi-problemas. En ese sentido, fomenta un enfoque terapéutico concentrado en la estructura familiar, argumentando que los procesos que priman en el sistema familiar se ven reflejados transitoriamente en la estructura.

(Ochoa de Aldea, 2004). En otras palabras, el enfoque estructural considera al sujeto como parte del sistema influyéndose recíprocamente y cambiando conductas en señal de respuesta a su medio contextual.

Un modelo desde la estructura familiar es definido por Minuchin (1979) como el conjunto invisible de demandas funcionales o disfuncionales que organizan la forma en que interactúa el sistema familiar. Surge el término, “pautas transaccionales” entendidas como las reglas que se siguen acerca de quiénes son los que actúan, con quién y de qué forma. Desde el enfoque se indaga los índices de equilibrio familiar y solo si sobrepasan es que surgiría el síntoma.

En la intervención terapéutica, se va explorando las interacciones dentro de la estructura y es el síntoma que juega un papel regulador poderoso de control y manejo de la estructura familiar, donde se desconoce su objetivo e intenta dirigir las conductas del sistema, y con frecuencia no es percibido claramente por el paciente identificado o por los miembros del sistema.

**A. *Proceso de intervención.*** Minuchin y Fishman (2004) consideran que los terapeutas enfocados en la familia tienen como objetivo cuestionar los aspectos disfuncionales de la homeostasis familiar y la utilización de la técnica apunta a una meta de cambio, no obstante; lo que imparte el rumbo es la conceptualización que hace el terapeuta sobre la dinámica familiar y el proceso de cambio. Su objetivo principal consiste en cuestionar el núcleo de la estructura disfuncional, descubriendo la organización del síntoma. En ese caso la intervención estructural considera a la familia como un sistema complejo que funciona mal y la función del terapeuta será producir una crisis que empuje al sistema a reubicar a cada miembro para una mejor organización y funcionamiento. Así es que se da apertura a la organización de nuevas alianzas, estructuras saludables y funcionales. Dicho esto, se plantea tres estrategias de acción necesarias para alcanzar los objetivos terapéuticos:

En principio, las familias acuden a terapia tras una lucha constante, asumiendo que “el problema” proviene de uno de los integrantes del sistema, pero es el terapeuta quien ingresa el supuesto que la familia se equivoca, promoviendo el cuestionamiento del síntoma. Es decir, el problema no habita en el paciente individualizado, sino en las pautas de interacción de la familia, siendo el paciente identificado un organismo sometido a tensión y los demás integrantes de la familia igual de sintomáticos. Es ese caso el cuestionamiento puede ser directo o indirecto y su objetivo es reencuadrar la concepción que tiene la familia sobre el problema presentado, fomentando la búsqueda de nuevas respuestas afectivas, cognitivas y acciones diferentes. (Minuchin y Fishman 2004, como se citó en Rojas, 2013).

Mientras que la concepción que tiene la familia sobre el mundo depende en gran medida de la posición que ocupan dentro de los diferentes subsistemas familiares, al aumentar o aminorar la proximidad entre los miembros se dará lugar a nuevas formas de pensar, sentir y actuar, surgiendo la posibilidad del cuestionamiento de la estructura familiar. Por eso con la intervención se identifica la proximidad y la distancia entre los sectores disfuncionales dentro de la familia. El terapeuta siendo un extraño, juega y trabaja con su posición dentro de los subsistemas y cuestiona la demarcación que los miembros de la familia desarrollan, para alentar al sistema en mejorar los niveles de funcionamiento, analizando interacciones y proponiendo pequeños cambios. (Minuchin y Fishman 2004, como se citó en Rojas, 2013).

Al acudir a terapia la familia, pone en evidencia que es inviable su realidad, una realidad que posee esquemas cognitivos y cuyo propósito es confirmar la construcción familiar, basado en una situación conflictiva y estereotipada del sistema, por lo tanto, el cuestionamiento de la realidad familiar tiene su cimiento en estos constructos. El terapeuta toma los datos que la familia trae y los reorganiza. Al modificar la visión de la realidad donde se desarrolla cada miembro, es necesario elaborar nuevas interacciones entre ellos, ya que al ofrecer un nuevo encuadramiento aparecerán nuevas formas de vivencia hacia sí mismos y hacia los demás de

modo diferente. (Minuchin y Fishman 2004, como se citó en Rojas, 2013). Estas acciones se realizan ya que la familia es un sistema de constante cambio, lo que hace que se modifique de forma permanente.

**B. *Diagnóstico estructural y elementos.*** A diferencia de este modelo con otros, aquí se incluye la responsabilidad compartida entre los integrantes del grupo familiar y surge el interés de cómo todos los integrantes participan para el mantenimiento del síntoma. De acuerdo con Minuchin (1979) establece dentro de la estructura familiar elementos que serán explicados en los párrafos siguientes:

En la estructura familiar, un elemento importante a tomar en cuenta son los límites que indican qué individuo puede ser un holón o subsistema y cómo deben interactuar, permitiendo con precisión desarrollar sus funciones sin interferencias y a la vez establecer el contacto con los otros subsistemas. Los límites pueden ser claros, rígidos o difusos. Mientras que los subsistemas son considerados como la unión de miembros para desempeñar funciones específicas, estos se conforman según generación, género, interés y función, como son el subsistema individual, conyugal, parental y filial.

Dentro de las interacciones familiares se identificó la jerarquía, como la posición donde se ubican los integrantes de la familia, con relación al poder y orden, así se marca la subordinación de un miembro respecto a otro. Se establecen las alianzas que son la unión positiva de dos o más miembros del grupo familiar con el objetivo de aliarse para compartir una finalidad. Mientras que la coalición es la unión de uno o más integrantes, generalmente oculta, donde se alían contra un tercero. En vista de ello, surgen los triángulos como término utilizado para equilibrar la relación de varios miembros que tienen relaciones conflictivas.

**1.2.3.4. Trastorno de ansiedad.** La ansiedad es vista como un fenómeno esencial que permite a cualquier individuo anticipar situaciones, provocando una defensa o un ataque frente al peligro que creemos encontrar. Esta respuesta surge acompañada de cambios somáticos y

psíquicos que se adapta a los desafíos o peligro actual o futuro. (Castañeda et al., 2010, como se citó en Salinas 2018).

**A. Ansiedad generalizada.** La ansiedad generalizada se distingue por una respuesta desproporcionada en duración e intensidad, que no siempre está ligada a un peligro real o a preocupaciones excesivas sobre problemas cotidianos. Esta condición suele ir acompañada de síntomas físicos de ansiedad. El Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG) tiene un inicio gradual y tiende a ser crónico y recurrente, con síntomas que persisten de manera continua más que episódica. La característica principal de este trastorno es un estado de preocupación persistente, que se asocia con síntomas de tensión muscular, hiperactividad del sistema nervioso autónomo y un estado de alerta excesivo.

Los individuos con TAG a menudo experimentan una sensación constante de inquietud y aprensión, incluso en situaciones que otros considerarían normales o poco estresantes. Esta preocupación constante puede interferir significativamente con la vida diaria, afectando el trabajo, las relaciones personales y el bienestar general de la persona.

**1.2.3.5. Ansiedad y adolescencia desde el enfoque sistémico.** Tradicionalmente, los desórdenes de ansiedad han sido abordados principalmente desde la psiquiatría y la teoría del aprendizaje, centrándose en el paciente individual. Sin embargo, esta perspectiva a menudo pasa por alto la importancia de las relaciones íntimas en el desarrollo y mantenimiento de estos trastornos. Los factores relacionales juegan un papel crucial en el origen, la persistencia y el tratamiento exitoso de los trastornos ansiosos (Rohrbaugh y Shean, 1988, como se citó en Carrizo 2021).

Desde una perspectiva familiar, es evidente que las relaciones con otros, especialmente con la familia, son fundamentales para comprender el curso de muchos trastornos ansiosos y la respuesta al tratamiento. Las intervenciones sistémicas crean un contexto en el que las familias pueden apoyar la recuperación y ofrecer un espacio donde los

patrones de interacción familiar y los sistemas de creencias que a menudo mantienen inadvertidamente los trastornos de ansiedad pueden ser transformados (Carr 2018, como se citó en Carrizo 2021).

Este enfoque sistémico reconoce que la ansiedad no existe en el vacío, sino que se desarrolla y mantiene dentro de un contexto relacional. Al abordar estos patrones familiares y sistemas de creencias, se puede lograr un tratamiento más integral y efectivo para los trastornos de ansiedad.

### **1.3. Objetivos**

#### **Objetivo General**

Reducir los síntomas de ansiedad reestableciendo el funcionamiento de la estructura y relaciones familiares desde el enfoque sistémico, con el fin de minimizar la posibilidad de recaídas.

#### **Objetivos específicos**

- Evaluar la estructura familiar como generadora de disfuncionalidad en el sistema a través de la interacción de sus miembros.
- Reestructurar los niveles de poder en la familia bajo el enfoque sistémico.
- Clarificar los subsistemas familiares para establecer límites a nivel conyugal, parental y fraternal.
- Cambiar la interacción familiar para fomentar el vínculo entre los integrantes de la familia.
- Definir las reglas y normas, que permitan la convivencia funcional del sistema familiar.
- Redefinir los roles de los cónyuges, generando una interacción meta complementaria como padres, que permita la extinción de las escaladas simétricas.

#### **1.4. Justificación**

El presente estudio de caso pretende dar a conocer una alternativa de abordaje psicoterapéutico basado en el enfoque de terapia estructural. Por ese lado es importante el abordaje en el fortalecimiento de la dinámica familiar, mediante la definición de jerarquías y establecimiento de límites claros y obtener la restauración del poder en los padres para afrontar satisfactoriamente los eventos ambientales. Tal es así que, existen numerosas familias que tienen un integrante con indicadores de ansiedad y se va formando un clima familiar tenso y difícil de sobrellevar, generando un ambiente desfavorable entre todos y afectando sus relaciones y vínculos familiares.

En efecto, es imprescindible abordar la ansiedad desde un enfoque donde se incluya a los integrantes de la familia y no sólo al sujeto identificado considerado como el portador del síntoma. Dado que, este suceso afecta en su totalidad al sistema presente, produciendo una estructura desfavorable para el correcto funcionamiento familiar. Precisamente, se realiza este estudio de caso para desarrollar estrategias de ayuda, a través de recursos terapéuticos que sean fácil en la aplicación y poner en evidencia su eficacia en los trastornos de ansiedad.

#### **1.5. Impactos esperados del trabajo académico**

Mediante el presente estudio se pretende mostrar la efectividad de la intervención familiar desde la terapia sistémica estructural, buscando eliminar o disminuir los síntomas por los que frecuentemente asisten los pacientes a consulta. Más aún, lograr que la adolescente y las personas que conviven con este diagnóstico desarrollen una vida saludable, estable y funcional ajustada a sus expectativas y objetivos planteados. Teniendo en cuenta esto, reducir los malestares para contribuir a mejor la convivencia familiar y generar mayor autonomía en su bienestar emocional.

Del mismo modo, se espera que este estudio de caso favorezca a la comunidad, siendo los resultados consistentes en el tiempo, con pocas recaídas e intervención de corta duración.

## II. METODOLOGÍA

### 2.1. Tipo de estudio

En cuanto al aspecto metodológico, se realiza una investigación cualitativa de tipo aplicativo y con diseño de estudio de caso.

### 2.2. Ámbito temporal y espacial del estudio de caso

La paciente del caso de estudio vive en el distrito de puente piedra. Las sesiones se llevaron a cabo desde el mes de agosto hasta octubre del año 2023, en el consultorio psicológico de un hospital de Lima Norte, localizado en la ciudad de Lima.

### 2.3. Participante

La usuaria es una adolescente a quien se llamará Abigail de 14 años, estudiante de secundaria, vive en la ciudad de Lima distrito de puente piedra, es la primera hija de dos hermanos, vive actualmente con sus padres y su hermano en una casa multifamiliar perteneciente a la familia de su papá. Se presenta en compañía de su mamá de 38 años, de ocupación auxiliar de educación. Paciente orientada en tiempo, persona y espacio, su lenguaje claro y fluido, aparenta edad cronológica. Se observa nerviosa, mueve constantemente el pie derecho y espera que la madre hable para que ella responda, como buscando cuidar que la madre no se sienta afectada por lo que relata.

### 2.4. Técnicas e instrumentos utilizados en el estudio de caso

#### 2.4.1. Técnicas:

**a. Reencuadramiento.** Las familias traen consigo una historia formada y encuadrada de su realidad, es el terapeuta quien inicia su encuadramiento con lo que la familia trae y considera importante. Su objetivo es hacer que la familia avance hacia un manejo eficiente de su realidad disfuncional para cambiar la forma en que actualmente ven los datos de su historia. Su función es convencer a los integrantes de la familia que lo que tienen de conocimiento sobre su problema actual se puede ampliar o modificar. (Minuchin y Fishman,

2004). Las técnicas que forman parte del encuadramiento terapéutico son:

**a.1. Escenificación.** Se realiza cuando el terapeuta provoca la actuación con una determinada interacción disfuncional, con el objetivo de vivenciar la realidad familiar desde lo que ellos delimitan y progresivamente se va introduciendo formas distintas de interactuar. En las *interacciones espontáneas*, se produce un intercambio esencial entre los miembros con el objetivo de observar cómo participa el sistema, así también al *provocar interacciones*, se conoce el modo de funcionamiento los integrantes de la familia junto con la dirección y presión que ejerce el terapeuta por medio de sus disposiciones escénicas. En las *interacciones alternativas*, en ocasiones la familia las inicia, y que el terapeuta después puede encuadrarlas y allí es posible combinar los movimientos. (Minuchin y Fishman, 2004).

**a.2. Enfoque.** El terapeuta deberá escoger elementos de la interacción familiar que guarden relación con la estrategia terapéutica y resaltar un aspecto específico que se considera necesario para el cambio para que ellos logren visualizar su mejoría. En ocasiones, el terapeuta tiene que posponer o ignorar la información de los procesos o del contenido para seguir con su meta estructural, ya que si lo hace no podrá organizar datos que interesen a la terapia y desista del valor jerárquico de estos datos.

**a.3. Intensidad.** Los miembros de la familia desarrollan una sensibilidad auditiva que se regula con la historia común del problema. El terapeuta necesita hacer que la familia se escuche y exige que se supere ese umbral de sordera, busca una lealtad a la realidad familiar y sólo a través de la *intensidad del mensaje* del terapeuta se logra variar lo que se cuestiona. Así pues, la *repetición del mensaje* es una técnica importante y esto recae tanto en el contenido como en la estructura familiar. (Minuchin y Fishman, 2004).

**b. Reestructuración.** Los individuos pertenecen a múltiples holones y cumplen diferentes funciones dentro. El terapeuta trabajará diferenciando y delimitando las fronteras entre los holones familiares para obtener flexibilidad y crecimiento, ya que en los subsistemas

familiares se constituye la complejidad y competencia. Implica cuestionar la estructura familiar en sí misma, y las reglas de interacción que la rige y la integra. (Minuchin y Fischman, 2004).

**b.1. Fijación de fronteras.** Apunta a la distancia psicológica entre los holones individuales y diadas, es decir qué tan permeables son los límites existentes; así como la duración de la interacción dentro de los holones significativos. En la distancia psicológica, se elaboran movimientos estratégicos para establecer límites, observando proximidad, alianzas, coaliciones y diadas o triadas funcionales en los miembros de la familia. Con la duración de la interacción, al extender o acortar un proceso también llega ser una herramienta para demarcar subsistemas o separarlos. (Minuchin y Fischman, 2004).

**c. Desequilibramiento.** Tiene como foco de acción el cambio en la distribución del poder y vínculo jerárquico entre los miembros de la familia, ya que, si se genera un cambio en la posición de la jerarquía, entonces se modifica la perspectiva de sus miembros en relación con la interacción entre ellos, permitiendo la posibilidad de alternativas en los demás subsistemas. En la *alianza con miembros de la familia*, el objetivo del terapeuta como experto será la aproximación con la familia para generar confianza con los integrantes. Mientras que, en la *alianza alternante*, se produce cuando se alternan las alianzas con dos subsistemas en conflicto. Otro será el *ignorar a miembros de la familia*, siendo el terapeuta quien habla o actúa como si uno o más integrantes asistentes a la sesión fueran invisibles. Y en la *coalición vs miembros de la familia*, se busca la alianza contra el miembro de la familia que se encuentra en desventaja y se opone contra otros para darle fuerza. (Minuchin y Fischman, 2004).

**d. Complementariedad.** Busca demostrar que la conducta de cualquiera de los integrantes del sistema repercute en las vivencias globales familiares. Se establece el *cuestionamiento del problema* donde se disputa la individualización del problema en el paciente identificado. En el *cuestionamiento del control lineal*, buscando la realidad del

síntoma presentado, más no la aparición de este por una sola causa. Para el *cuestionamiento del modo de recortar los sucesos*, se cambiará la puntuación que tienen los integrantes de la familia sobre sus interacciones. (Minuchin y Fischman, 2004).

### ***Instrumentos***

- Genograma: ver anexo 01

#### ***2.4.2. Evaluación psicológica:***

- **Historia familiar.** Paciente adolescente de 14 años, de sexo femenino, natural de Lima vive en el distrito de Puente Piedra con sus padres y hermano menor, cursa el tercer grado de secundaria. Vive en una casa multifamiliar dividida en dos. En la parte de adelante viven sus abuelos, su tía paterna y su prima de 8 años, en la división de atrás se encuentra ella y su familia, el único espacio que comparten ambas familias es el pasadizo para ingresar.

El padre de 40 años de profesión técnico electricista, la madre de 38 años trabaja como auxiliar de educación inicial, el hermano de 4 años cursa el nivel inicial. Los padres llevan una convivencia de 13 años y comentan que decidieron vivir juntos después del nacimiento de la menor, desde allí han vivido en la casa de los abuelos paternos. En este tiempo, la menor llega a ser la primera nieta hasta la edad de los 5 años, posterior a ello nace la prima de Abigail a quien, según refiere; los abuelos desplazaron su cariño y atención. A la edad de 10 años nace su hermano y vuelve a percibir preferencias de los padres hacia él.

Con respecto a la relación con los abuelos y la tía paterna desarrolla mayor comunicación con su abuela al igual que el padre. En ocasiones tanto la abuela como la tía son mediadoras y consejeras en los conflictos que los padres presentan; sin embargo, madre de Abigail evita comunicarse con la abuela debido a las críticas frecuentes hacia ella, mientras que el abuelo se mantiene al margen de la situación. En el caso de los abuelos maternos no mantiene una comunicación frecuente, ya que viven en la provincia de Ancash. A la fecha niega antecedentes familiares de enfermedad mental o personas que hayan presentado los mismos

síntomas.

De modo adicional es pertinente mencionar que los padres de Abigail deciden separarse al año de relación, cuando la niña tenía solo dos años producto de constantes peleas, a la vez, que la madre descubre una infidelidad del padre. Luego, de seis meses de separación retomaron la relación. Posterior a ello, cuando Abigail tenía 10 años nace su hermano y a la vez descubre una infidelidad del padre, desde allí la menor genera mayor cercanía a la madre y empieza el distanciamiento hacia el padre.

- **Problema actual y desarrollo cronológico.** Dentro del relato sobre el motivo de consulta la menor comenta sufrir de “ataques de ansiedad”. Según refiere el primero sucedió hace 6 meses cuando llevaba clases virtuales durante la pandemia, veía discutir con más frecuencia a sus padres y cuando iba a responder una pregunta del examen, no podía resolverla, se ahogaba, no podía respirar y sentía que su corazón palpitaba rápidamente. Surgen pensamientos como “no voy a lograrlo, fracasaré”, “me ahogo, mi corazón va a estallar”. En ese momento la madre logra tranquilizarla, hasta que en una reunión familiar posterior nuevamente aparecen las dificultades, en este caso, la tía y la abuela empiezan a recriminar a la madre sobre su rol y el padre respalda lo dicho. Previa a la atención psicológica vuelve a padecer un ataque de ansiedad en el colegio, aquí pudo controlarlo con la ayuda de una amiga. Al suceder estos episodios la madre decide pedir consulta en el hospital en el área de psiquiatría, la misma que la deriva para el área de psicología después de brindarle medicamentos para problemas para dormir.

A nivel familiar menciona que durante la pandemia pasa más tiempo con sus padres y con frecuencia forma parte de las discusiones entre ambos. Al compartir la casa con la abuela paterna y en los momentos que la visitaban surgen comentarios de descalificación sobre el método de crianza de su madre, en torno a su apariencia física o a sus ataques de ansiedad. Luego comenta que ha empezado a percibir preferencias por su hermano menor, ya que

ninguno de los padres corregía cuando se portaba mal. Empieza la rivalidad entre hermanos y la adolescente se niega a cuidarlo, cuando los padres no están.

## 2.5. Intervención

### 2.5.1. Plan de intervención

Sesión	Participantes	Objetivo	Técnicas
1	Madre e hija	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recoger el motivo de consulta.</li> <li>- Clarificar el motivo de consulta.</li> <li>- Delimitar acuerdos terapéuticos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preguntas circulares.</li> <li>- Reencuadre del problema.</li> </ul>
2	Madre e hija	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluar la estructura familiar como generadora de disfuncionalidad en el sistema a través de la interacción de sus miembros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reestructuración del sistema relacional</li> <li>- Fijación de fronteras</li> </ul>
3	Padres e hijos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar la interacción familiar para fomentar el vínculo entre los integrantes.</li> <li>- Reestructurar los niveles de poder en la familia bajo el enfoque sistémico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reencuadramiento</li> <li>- Escenificación</li> <li>- Interacciones espontáneas y provocadas</li> </ul>
4	Padres	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación de roles y funciones en el sistema conyugal.</li> <li>- Fortalecimiento en la toma de decisiones.</li> <li>- Potenciar la comunicación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reecudramiento</li> <li>- Intensidad</li> <li>- Repetición del mensaje</li> <li>- Complementariedad</li> </ul>
5	Padres e hija	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cambiar la interacción familiar para</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Complementariedad del</li> <li>- Cuestionamiento del</li> </ul>

		fomentar el vínculo entre los integrantes de la familia.	problema - Cuestionamiento del control lineal - Reencuadramiento
6	Madre e hija	- Reducir los síntomas a través del descubrimiento del secreto familiar que permita a la vez la liberación de emociones.	- Complementariedad del problema - Cuestionamiento del problema
7	Madre e hija	- Definir acuerdos que permitan la convivencia funcional entre los integrantes de la familia. - Reforzamiento de los límites y jerarquías.	- Símbolos universales de roles. - Fijación de fronteras
8	Madre e hijos	- Reforzar los subsistemas familiares para establecer límites a nivel conyugal, parental y fraternal.	- Enfoque - Desequilibramiento

### 2.5.2. Programa de intervención

**Tabla 1.**

*Clarificar del motivo de consulta.*

Nº Sesión	Fecha	Duración	Participantes
01	Agosto del 2023	50'	Madre y Abigail
<b>Objetivos de la sesión</b>	Contacto inicial y establecimiento de acuerdos terapéuticos. Análisis inicial del sistema familiar. Clarificar el motivo de consulta y problema actual.		
<b>Desarrollo de la sesión</b>			

---

		En la sesión buscamos información acerca del motivo de consulta, se crean las condiciones de un contexto terapéutico. Se realiza la presentación del terapeuta, se le explica la reserva y confidencialidad
<b>Etapa</b>	<b>de</b>	de la información a recoger.
<b>definición</b>	<b>de</b>	<b>T:</b> ¿En qué las puedo ayudar? ¿Qué las ha traído por aquí?
<b>motivo</b>	<b>de</b>	<b>J:</b> mi hija siente que le falta el aire, se ahoga y no puede respirar. No puede dormir y también he visto que se corta el brazo.
<b>consulta</b>		<b>T:</b> ¿Qué me puedes decir, Abigail? <b>A:</b> Tengo problemas de alimentación, ansiedad y depresión, a veces como mucho y me dan ganas de vomitar. También tuve un ataque de ansiedad el año pasado en mis clases virtuales y no podía respirar ni hablar, esto me ha pasado dos veces más. En la noche no me siento bien y no puedo dormir o duermo muy tarde o a veces no me da sueño. A veces cuando me veo al espejo y no me gusto y me veo gorda, me empiezo a cortar porque me siento culpable por haber comido tanto. <b>T:</b> Y... ¿desde cuándo pasa todo esto que me cuentas? <b>A:</b> Desde la pandemia...desde el 2022, pero ahora última pasa más seguida y mis papás discuten porque no saben cómo ayudarme. <b>T:</b> Cuéntame con más detalle... ¿quiénes estaban allí cuando ocurrió esto?
<b>Técnica:</b>	<b>A:</b>	Ummm bueno, ese día descansó mi papá y mi mamá estaba en la
<b>Reencuadre</b>	<b>del</b>	cocina... creo que mis papás estaban discutiendo un poco fuerte y mi
<b>problema</b>		hermanito estaba en la sala jugando... yo estaba en la computadora, en clase y tenía que dar mi examen, cuando el profesor me hace la pregunta, mi mente estaba en blanco y no podía respirar.

---

---

**T:** ¿qué hicieron tus papás cuando estabas así?

**A:** Bueno...dejaron de discutir y mi mamá fue hacia donde yo estaba y me empezó a hablar, me decía que me calmara, que respire... mi papá sólo se quedó parado en la sala y vi en su cara que estaba enojado, recuerdo que le dijo a mi mamá cuando me estaba ayudando que “ya se le va a pasar, tiene que calmarse”... pero yo no podía, sentía que me ahogaba, que mi corazón iba a estallar.

**T:** Recuerdan si algo más sucedió en ese tiempo.

**J:** En la pandemia todo fue diferente... ella había bajado sus notas. Su papá ya le había dicho que se tenía que ponerse a estudiar más y yo la ayudaba con lo que entendía.

**A:** Sí, es que mis papás me exigen notas altas y yo no entiendo algunas cosas.

**T:** ¿Qué pasa cuando no haces lo que tus papás quieren?

**A:** Mi mamá a veces trata de entenderme, pero me dice que mi papá va a estar molesto...mi papá es otro tema, él no me pega, pero me grita y después le grita a mi mamá, allí discuten... aunque mi mamá le explica

**Clarificación del** las cosas, mi papá se altera, grita y golpea las cosas.

**motivo de** **T:** Entiendo lo que me dices, en este caso qué nos puede decir Sra. Julieta.

**consulta**

**J:** Es cierto lo que dice mi hija, hemos tenido discusiones con su papá por cómo vemos a Abigail. A veces mi esposo no se controla y mi hija se va a su cuarto llorando, mi hijo menor lo ve a su papá asustado y como no entiende mi esposo lo que pasa con mi hija, me culpa...me aconsejaron que la trajera a psicología porque cada vez son más cosas.

---

---

	<b>T:</b> Bien, entonces ¿lo que ud quiere es ayudar a su hija para evitar discutir con su esposo?
	<b>J:</b> Bueno, sí, creo que sí...en realidad lo que más quiero es ayudar a mi hija, quiero que salga de esto. Quiero que vuelva a quererse, que me diga lo que le pasa, saber qué hacer y ser la familia feliz de antes.
	<b>T:</b> Con lo que dice tú mamá, ¿cómo te sientes, Abigail?
<b>Reformulación</b>	<b>A:</b> Es que me siento culpable cuando cómo y más cuando discuten por mi culpa. Por las noches me siento triste y me entran las ganas de cortarme, a veces no puedo dormir.
	<b>J:</b> (Llora) Sí, cuando me lo dijo busqué ayuda, vine con la psiquiatra y ella nos derivó aquí. Su papá también quiso venir, pero por el trabajo no pudo.
	<b>T:</b> Por lo que me dicen, ¿se trata de un problema de familia?, todas las familias pasan por diferentes problemas, lo importante es aprender a buscar soluciones y pedir ayuda con lo que llegarían a sentirse aliviados. Ahora me gustaría preguntarles si ¿están de acuerdo en iniciar una terapia familiar?
	<b>J:</b> Sí eso va a ayudar a mi hija, estoy dispuesta a hacerlo. Hablaré con mi esposo.
<b>Etapa de devolución:</b>	<b>A:</b> Sí yo también quiero que todos llevemos terapia.
<b>Connotación positiva</b>	<b>T:</b> Ante todo quiero decirle que las felicito por venir a terapia. Si están aquí es porque quieren mejorar su relación y encontrar soluciones para disminuir lo que está pasando. Seguramente lo que buscan al final de todo esto, es el bienestar de su familia.  Nos encontramos la próxima semana.

---

**Tabla 2.**  
*Análisis de la estructura familiar.*

N° Sesión	Fecha	Duración	Participantes
02	Agosto del 2023	50'	Madre y Abigail
<b>Objetivos de la sesión</b>	Analizar y evaluar la estructura familiar como generadora de disfuncionalidad en el sistema a través de la interacción de sus miembros.		
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
<b>Identificación de roles y funciones</b>	<p><b>T:</b> Buenas tardes, bienvenidos. Me alegre verlas nuevamente. ¿Cómo han estado?</p> <p><b>J:</b> Bien Dra., he visto mejor a mi hija, al menos por esta semana no se ha cortado ni ha tenido otro ataque de ansiedad.</p> <p><b>A:</b> Yo no he visto pelear a mis papás. Sólo me habló mi abuela y me dijo que mi papá estaba preocupado por mí y que debo poner de mi parte para mejorar.</p> <p><b>T:</b> ¿Esto quiere decir que tu abuela siempre habla contigo sobre lo que te pasa?</p> <p><b>A:</b> No siempre habla conmigo, ella está en su casa y cuando yo voy a visitarla es porque me gusta pasar tiempo con mi prima, ella es más pequeña que yo. Sólo que esta vez la vi preocupada, creo que mi papá le ha contado algo.</p> <p><b>T:</b> Y cómo te hizo sentir lo que te dijo tu abuela.</p> <p><b>A:</b> Un poco preocupada e incómoda, porque yo no veo a mi papá triste por lo que me pasa y si me incomoda que le cuente a mi abuela</p>		

---

lo que tengo. Me gustaría que lo podamos solucionar entre nosotros porque luego escucho que mi tía y mi abuela hablar cosas de mi mamá, no me gusta.

**T:** Qué opina ud Sra Julieta sobre lo que dice Abigail.

**J:** No sabía cómo se sentía mi hija sobre esto. Si le digo la verdad, yo trato de sobrellevar la relación con mi suegra porque hemos tenido enfrentamientos, a mí no me gusta que hable de mí y ahora me estoy enterando que también está haciendo sentir mal a mi hija.

**T:** La escucho molesta, qué la pone así.

**J:** Es que, mire como se pone mi hija y yo estoy intento ayudarla y la hacen sentir así.

**T:** Y a todo esto, ¿qué es lo que dice su esposo?

**J:** Seguro no se da cuenta, porque cuando yo tenía problemas con él su mamá y su hermana siempre se metían para defenderlo y yo era la mala.

**Técnica:**

**Reestructuración**

**de roles y funciones**

**T:** Me doy cuenta de que su esposo y ud. Tienen problemas para comunicarse... que la familia de él se involucra en los asuntos de su uds.

**J:** Viéndolo ahora así, sí. Creo que siempre ha sido así, yo lo veía normal, porque es su familia y cada vez que discutíamos o se salía de la casa o su mamá con su hermana venían a tratar de calmarlo, después de eso empezaban a decir las dos, que yo no educaba bien a mi hija por eso mi esposo se molestaba y cosas así.

**T:** Entonces los dos dejaron que más personas se involucren en los problemas que tenía con su esposo, incluso sus hijos.

---

---

	<b>J:</b> No me di cuenta de eso, pero creo que si...reconozco que no lo hice con mala intención y su papá dijo que la próxima sesión si vendría porque ahora no pudo cambiar turno en el trabajo.
<b>Técnica:</b>	<b>T:</b> Entonces vamos a aclarar las funciones de la familia. En este caso, la función principal de los padres es velar por el bienestar de los hijos.
<b>Fijación de fronteras</b>	<b>de</b> Entonces qué le parece si empezaremos por evitar las discusiones en frente de los hijos, los padres conversarán o discutirán en un espacio cerrado o privado.
	<b>J:</b> Está bien, se lo voy a decir a mi esposo.
	<b>T:</b> Abigail, ¿qué opinas tú?
	<b>A:</b> Yo no quiero que mis papás discutan. Cuando lo hacen veo mal a mi mamá, la veo llorando y yo tengo que saber lo que les pasa para ayudarlos.
	<b>T:</b> Entiendo que estés preocupada por ellos y en particular por tu mamá, pero recuerda que los problemas de adultos se solucionan entre adultos. El lugar que ocupas en tu familia es el rol de hija. Tus
<b>Etapa de devolución:</b>	<b>de</b> papás son personas adultas y tienen diferencias...de esta forma están aprendiendo a resolver sus problemas solos.
<b>Connotación positiva</b>	<b>A:</b> Ya lo voy entendiendo.
	<b>J:</b> Yo hablaré con tu papá porque los dos queremos que tú te sientas bien. Lo que podamos hacer para que estés mejor lo haremos, tu papá me lo dijo.
	<b>T:</b> Bien, felicito su compromiso de cambio y su participación en la sesión, así que continuamos la siguiente sesión para revisar el acuerdo establecido en esta sesión.

---

**Tabla 3.**  
*Provocar interacciones en la familia.*

N° Sesión	Fecha	Duración	Participantes
03	Agosto del 2023	50'	Padres e hijos
<b>Objetivos de la sesión</b>	Mejorar la interacción familiar para fomentar el vínculo entre los integrantes de la familia.		
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
	<p><i>Al ingresar la familia a la sesión se observa que Abigail se sienta al lado de la madre. Mientras que su hermano menor se sienta en el medio de los dos padres.</i></p> <p><b>T:</b> Buenas tardes, bienvenidos. Me alegre que estén presentes todos en esta sesión. ¿Cómo han estado?</p> <p><b>P:</b> Yo he conversado con mi esposa y quiero que las cosas sean como antes. Estoy aquí porque he visto que mi hija ha mejorado en estos días.</p> <p><b>J:</b> Bien Dra., le comenté a mi esposo lo que hablamos la sesión pasada y hemos tratado de manejar ese acuerdo por el bienestar de mi hija.</p> <p><i>Mientras los padres empiezan a hablar, menor le pide el celular a la madre una y otra vez. La madre termina por dárselo y empieza a hablar</i></p>		
<b>Identificación de roles y funciones</b>	<p><i>Abigail.</i></p> <p><b>A:</b> Antes me obligaban a comer más y yo quería vomitar, ahora veo que mis papás me comprenden más y ya no los veo discutir tanto como antes...</p> <p><i>Estefano (hermano menor) interrumpe el discurso e insiste a la madre que le ponga el juego que le gusta en el celular.</i></p> <p><b>A:</b> Ya ves mamá, mira cómo se comporta tu hijo (<i>cruza los brazos</i>).</p>		

---

*Mientras que la madre le pone el juego con el volumen bajo, el menor comienza a quejarse.*

**E:** No le bajas, no escucho, ¡no le bajas!

*Se observa a la madre avergonzada y le explica al menor que no puede hacer eso porque están en sesión. El menor empieza a golpear la silla con las piernas y el padre interviene diciendo...*

**P:** Estefano, hijo, hazle caso a tu mamá, ahora no podemos hacer eso, estamos con la psicóloga.

*El menor empieza a llorar y la madre accede a lo que él quiere y solo así deja de llorar. Mientras tanto Abigail se queda mirando lo que hace su mamá y muestra un rostro de molestia.*

**Técnica:** **T:** ¿acabo de observarlos y me preguntaba, es así como pasan su día a

**Escenificación** día?

**Interacción espontánea** *Abigail respira profundamente y voltea su mirada. La madre responde rápidamente.*

**J:** Si Dra. Disculpe, se aburre rápido, tiene que estar haciendo algo, sólo está tranquilo cuando está con el celular y cuando no le doy llora, por eso se lo di.

**P:** Conmigo no pasa eso, él sabe que me molesto y no le doy nada. **T:** Abigail qué nos puedes decir.

**A:** Mis papás mucho lo consienten, no lo corrigen. Mi papá dice que como es pequeño, todavía no entiende bien las cosas y mi mamá me grita a mi cuando yo le grito o cuando coge mis cosas y se las quito.

---

---

**T:** Veo que Abigail está molesta porque ve que su hermano no la obedece. Y me parece que hay una pequeña diferencia aquí, el menor obedece más al papá, que a la mamá.

**J:** Lo que pasa es que cuando yo le llamo la atención, se molesta y me termina diciendo que no me quiere...y si está su papá se va a quejarse con él, luego su papá viene y hace como que me pega y él se calma, deja de llorar así.

**P:** Si eso pasa porque todavía es pequeño y deben tenerle paciencia. Él me obedece cuando yo le digo algo.

**T:** Sr. Pedro... a qué cree que se deba que su hijo lo obedezca a ud y no a su esposa.

**P:** Pensándolo bien... creo que a mi esposa le falta carácter, ella le dice algo y luego mi hijo le gana.

**A:** (interrumpe...) si papá, pero le tú le dices a mi mamá que no lo castigue y una vez que lo hizo, ni bien llegaste a la casa de trabajar te contó y terminaste discutiendo con mi mamá.

**T:** Por lo que estoy escuchando, la mamá no es capaz de corregir a su hijo sin la ayuda de su esposo, porque esto a la vez podría generar discusiones entre uds (*señalando a los padres*).

*Después de lo mencionado, el menor empieza a incomodarse porque la batería del celular era baja y temía que se apagara. En ese momento se le pide a la madre que intervenga con el menor.*

**T:** ¿Sra Julia ud sabe qué va a pasar si se apaga el celular?

**J:** Sí, Estefano va a llorar.

**T:** Entonces...qué le gustaría a ud que pasara.

---

---

	<b>J:</b> Que no llore cuando se le apague o cuando le quite el celular.
<b>Escenificación</b>	<b>T:</b> ok. Empiece a ofrecerle el rompecabezas que tenemos aquí a cambio
<b>Provocar</b>	del celular que él sabe que pronto se apagará.
<b>interacciones</b>	<b>J:</b> Estefano mira aquí hay un rompecabezas de cars que es el que te gusta, vamos a usarlo porque el celular se va a apagar.
	<b>E:</b> No, no quiero jugar ( <i>golpea los pies con la silla y empieza a quejarse</i> ).
	<b>P:</b> Estefano hazle caso a tu mamá ( <i>habla con voz firme y Estefano lo mira</i> )
	<b>T:</b> Deje que la mamá le de las órdenes. Sabe ud que es ella quien le da las indicaciones cuando ud no está en casa.
	<b>P:</b> sí así es.
	<b>T:</b> Bien entonces Sra Julia, sígale diciendo a Estefano que tiene que dejar el celular y a cambio usará la rompecabeza.
	<b>J:</b> Estefano ¿qué te dije que haríamos? (Estefano empieza a llorar). Vamos a usar el rompecabezas a cambio del celular.
	<b>E:</b> no quiero jugar con eso ( <i>cruza sus brazos y se voltea mirando hacia el papá</i> ).
	<b>J:</b> Estefano aquí está la rompecabeza del dibujo que te gusta, ven juega con esto.
	<b>A:</b> Sí Estefano, mira yo lo voy a hacer primero.
	<b>T:</b> Entiendo lo que quieres hacer Abigail, pero este es el momento de tú mamá. Estamos buscando que tu hermano empiece a seguir las órdenes de tu mamá y tú no tengas problemas con tu hermano.
	<b>A:</b> Esta bien, ok.

---

---

*Estefano se para de la silla y se dirige a la puerta para abrirla y molesta por no abrirla.*

**T:** Haga lo que sea necesario sra Julia para que él siga sus órdenes.

**J:** Estefano, mira yo voy a armar primero y tú me ayudas después.

**E:** Al ver a que ni su hermana ni su papá intervienen, regresa lentamente y empieza a ordenar las piezas.

**T:** *(el terapeuta habla en voz baja y suave)* haga que se quede ocupado, de modo que ud vuelva a retomar la conversación con nosotros.

**J:** Bien Estefano, tú puedes hacerlo. Ahora yo voy a conversar con la Dra y tú terminas el rompecabezas para irnos a casa.

**E:** *al cabo de unos minutos, Estefano dice...* mamá no puedo encontrar una pieza.

**J:** Ay, hijo a ver, te ayudo.

**T:** Deje que él termine solo la actividad.

**E:** Mamá ayúdame *(intenta llorar otra vez)*.

**J:** Arma, busca las otras piezas y deja para el final esa pieza.

**T:** Así está muy bien. Ahora siéntase cómoda.

**J:** Ay pero sé ocurrirá otra vez.

**T:** Todos hemos visto como ud lo hizo, lo ha logrado. Si ud realmente muestra seguridad en que esto durará, así será... cómo se sintieron con esto que acaba de pasar.

**J:** *(un poco avergonzada responde)*...sí, parece que se pudo, por un momento pensé que no lo lograría...es la primera vez que hago esto delante de mi esposo. Me sentí nerviosa y tranquila porque logré que mi hijo me haga caso.

---

---

	<p><b>P:</b> Al inicio quería meterme porque mi hijo llora fuerte y de repente se van a asustar los demás pacientes (<i>sonríe</i>). Luego me di cuenta de que mi esposa puede guiarlo sin que yo intervenga porque también vi que mi hijo me mira cada vez que su mamá le dice algo. Me sentí enojado al inicio y después más tranquilo.</p> <p><b>A:</b> Yo al inicio pensé que se iba a molestar mi papá porque mi hermano como dice él llora y hace bulla, por eso traté de ayudarle a mi mamá.</p> <p><b>T:</b> Veo que finalmente se logró. Todos vimos que ud lo hizo sra Julia. Quizás no se ha dado cuenta, pero su hijo tiene una habilidad única para distraerla, por eso ud daba una orden y luego se olvidaba. Me doy cuenta de que Estefano es experto distrayéndola y así la mantiene continuamente ocupada.</p>
<b>Etapa de devolución Reformulación</b>	<p>Después me sentí calmada porque veía que poco a poco mi hermano la estaba obedeciendo.</p>
<b>Connotación positiva. Tarea</b>	<p><b>T:</b> La participación y compromiso de uds permite un mejor desarrollo de las funciones de la familia. Como ya lo hemos visto, con la colaboración de uds los cambios se realizan, por eso queda pendiente poner en práctica esto en casa...principalmente entre mamá y papá. Toma tiempo y paciencia al inicio, pero progresivamente se van a ir adaptando, tanto uds como los hijos. Nos vemos la siguiente semana.</p>

---

**Tabla 4.**  
*Analizar el sistema conyugal.*

<b>Nº Sesión</b>	<b>Fecha</b>	<b>Duración</b>	<b>Participantes</b>
<b>04</b>	Setiembre del 2023	50'	Padres

---

---

**Objetivos de la sesión** Desafiar la interacción conflictiva.

Analizar el funcionamiento del holón conyugal.

---

**Desarrollo de la sesión**

---

**T:** Buenas tardes, cómo les ha ido después de la última sesión

**P:** Me ha costado un poco Dra porque mi hijo llora...trato de controlar mi carácter y dejar que su mamá lo corrija.

**J:** También me ha costado un poco porque se me olvidaba hacer lo que decía, con tantas cosas en la casa y el trabajo, después me daba cuenta de que mi hijo justo cuando estaba ocupada venía y me pedía cosas, poco a poco le estoy enseñando a que espere cuando estoy ocupada.

**T:** Qué me pueden decir de Abigail...cómo la han visto estos días.

**J:** Los últimos días he estado durmiendo con ella, veo que ya no se levanta como antes, pero si a veces duerme después de venir del colegio.

**Reencuadramiento de la realidad familiar** **P:** Yo he visto que está comiendo un poquito más y su mamá no me ha contado ni yo tampoco he visto que tenga otro ataque de ansiedad. Ahora que mi esposa corrige a mi hijo, he tenido un poco más de tiempo para Abigail, trato de llegar temprano y conversar con ella, a veces le hago chistes y se ríe.

**J:** Sí eso es así Dra. Mi hija también me decía que quería pasar más tiempo con su papá y que ahora mi hijo haga menos berrinches ha hecho que esto se pueda dar.

---

---

**Técnica:**

**Intensidad**

**Repetición**

**mensaje**

**T:** Lo que están diciendo es muy importante, es un gran logro como padres, quiero felicitarlos porque son ustedes quienes hicieron que estos cambios se den y por lo tanto son sólo ustedes los que pueden mantenerlos.

**J:** Tenemos algo más que decirle Dra. Porque me preocupa.

**T:** La escucho, cuénteme.

**J:** Yo sé que todo toma tiempo y estamos buscando mejorar para nuestros hijos...días después de tener la sesión con ud, tuvimos una discusión fuerte con mi esposo y me preocupada que eso afecte a mis hijos. Habíamos quedado en no discutir delante de ellos, pero en ese momento todo se salió de control.

**T:** ¿Qué fue lo que sucedió?...cuéntame un poco más.

**P:** Discutimos porque yo vi que mi esposa corrigió muy fuerte a mi hijo, a mí me molestó mucho y perdí el control...a veces levanto la voz muy fuerte...debo controlarme un poco más, es que en mi familia todos somos de carácter fuerte.

**J:** Él me dijo cosas hirientes y estoy todavía un poco molesta por lo que me dijo.

**T:** ¿Dónde ocurrió esta discusión y quienes estaban presentes?

**P:** Estábamos en mi casa, en el patio estaban mis hijos y vino mi hermana, porque escuchó todo y sé que habíamos hablado con mi esposa que mi familia no se tiene que meter. Por eso sé que cometí un error, pero sé que puedo controlarme mejor.

**T:** ¿Qué podría hacer para controlarse mejor?

---

---

**P:** Ummm...estuve pensando que, aunque me cueste no voy a intervenir cuando mi esposa corrija a mi hijo. Lo que haré es hablar con ella a solas sino estoy de acuerdo con lo que hizo.

**T:** Me parece una buena idea que fortalezca el acuerdo establecido con su esposa y que eviten tener discusiones delante de los hijos.  
¿qué opina ud sra Julia?

**J:** Sí...estoy de acuerdo. Tenemos que evitar discutir delante de ellos porque veo que Abigail también se siente mejor con eso.

**T:** Como ya lo ven uds están alcanzando logros grandes por su familia y los felicito porque uds pueden conseguir que se mantengan.

**P:** Y vamos a hacer lo necesario para que mis hijos estén bien.

**J:** También pienso lo mismo, sólo quiero que mis hijos estén bien.

**Complementariedad** **T:** ¿Y uds estan bien? ¿cómo se están llevando como pareja?

**Cuestionamiento del problema** **P:** Dra. Tenemos discusiones como todas las familias, pero tratamos de solucionarlo... nunca faltan los problemas en una familia...

**J:** Ummm.. bueno, siempre hemos tenido problemas, pero ahora último creo que se han dado más.

**T:** ¿Qué hizo que estas discusiones sean más frecuentes en las últimas semanas?

**P:** Mi esposa es muy desconfiada y piensa que si no llego temprano a la casa es porque estoy con otra persona. Ella no ve que mi trabajo es cansado.

**T:** ¿Porque cree que su esposa desconfía de ud.?

---

---

**P:** Yo cometí un error hace muchos años...cuando mi hija tenía 2 años...pero eso fue hace mucho tiempo, ella tiene que olvidar eso.

**J:** Él todo el tiempo está trabajando, llega tarde y no me ayuda con los chicos.

**P:** Pero Julia yo estoy trabajando y llego cansado, tú puedes estar con los chicos.

**T:** Noto sr Pedro que está enojado, qué lo hizo sentirse así.

**P:** Es que mi esposa siempre me dice lo mismo y ya le expliqué.

**J:** *(Con los ojos lloroso)* ...y hace unas semanas atrás encontré mensajes de una mujer...mensajes cariñosos y él dice que son amigos.

**T:** Entiendo... Uds dicen que están bien y en ese intento de estar bien siguen apareciendo discusiones que afectan a sus hijos. El propósito de las sesiones es que los integrantes de la familia se sientan bien y eso quiere decir que...si los padres empiezan a resolver sus conflictos, los hijos también mejorarán... Y con lo que me cuentan veo que no se están llevando bien como pareja y eso está afectando su relación de padres.

**J:** Estoy intentando hablar sólo con él, pero a veces él se va de la casa y me quedo llorando.

**P:** No quiero afectar a mis hijos por mis errores y reconozco que cuando mi esposa se pone así me enojo y a veces no me controlo...digo cosas sin pensar.

**T:** Escuché que, a pesar de sus discusiones tienen un objetivo en común, que es el bienestar de sus hijos.

---

---

**J:** Sí.

**P:** Eso es así.

**T:** Ustedes son padres preocupados por sus hijos y los felicito porque lo están haciendo muy bien, es importante que continúen así porque ustedes han visto los cambios que ha tenido su familia y sobre todo lo bien que se sienten. Con esto, sería importante que ahora piensen cómo podrían tener un tiempo para uds como pareja.

**J:** Yo creo que podemos hacer un fin de semana.

**P:** Yo tengo que organizar bien mis horarios y darme un tiempito para salir sólo con mi esposa... si pudiese ser un fin de semana.

**T:** Me parece muy bien, por lo que esto quedará como tarea para la próxima semana. Nuevamente quiero felicitarlos por los logros

**Asignación de la tarea** obtenidos y recuerden que el cambio es producto de uds, son ustedes capaces de mantenerlo y no perderlo.

---

**Tabla 5.**  
*Cuestionar la naturaleza del problema.*

<b>Nº Sesión</b>	<b>Fecha</b>	<b>Duración</b>	<b>Participantes</b>
<b>05</b>	Setiembre del 2023	50'	Padres e hija
<b>Objetivos de la sesión</b>	Clarificar la naturaleza del problema.  Reestructurar el poder y fortalecer el vínculo en los integrantes de la familia.		
<b>Desarrollo de la sesión</b>			

---

---

**T:** Buenas tardes...cómo han estado estos días... ¿cómo les fue con la tarea que se les asignó la sesión anterior?

**J:** Bueno doctora todavía no hemos podido hacerla porque mi esposo no tiene mucho tiempo.

**P:** Si Dra tengo mucho trabajo, pero me daré más tiempito para mi familia.

**T:** Tenemos que cumplir las indicaciones para seguir avanzando con los cambios...a todo esto, ¿cómo has estado Abigail?

**A:** Más o menos...he tenido dos ataques de ansiedad, pero en esta vez mi papá me ayudó a calmarme...me dijo que me relaje, que respire profundamente 3 veces y luego tomé un poco de agua.

**T:** Cuéntame un poco más Abigail, qué piensas cuando te falta el aire.

**A:** Pienso que voy a decepcionar a mis padres, que me voy a decepcionar a mí misma por no concentrarme en mis tareas... ummm...otras veces recuerdo que mis padres peleaban mucho.

**T:** ¿Y qué sentías cuando tus papás peleaban?

**A:** Siempre he visto que mis papás peleaban y cuando veía que mis padres peleaban...cuando veía llorar a mi mamá por las cosas que mi papá le decía, sentía rabia y enojo con mi papá.

**Cuestionamiento del problema**

**T:** ¿Qué hacías cuando te sentías así?

**A:** A veces me ponía a llorar de cólera, pero sin que me vieran mis padres, en mi cuarto... otras veces discuto con mi papá porque mi papá le dice cosas feas a mi mamá y hasta mi hermanito se asustaba cuando pasaba.

---

---

*Durante su relato, menor observa constantemente a la madre, mientras que ella permanece con la mirada hacia abajo.*

**T:** Mientras me ibas contando noté que estás pendiente de cómo se siente tu mamá. No está bien que cuando te sientas mal, no puedas sentirte libre de estar así. Es necesario que tengas la libertad de sentirte así sin preocuparte de protegerla.

**A:** Ummm bueno...Yo siempre he visto que mi mamá sufre y no me gusta verla así.

**P:** Mi esposa llora por todo...es muy sensible.

**A:** Lloro cuando se pelean y tú te vas de la casa papá. Tu nos dejas solas en la casa, no te importa y te vas.

**T:** Actúas como la protectora de tu madre, como la salvadora de su sufrimiento...parece que tus padres te han dado una pesada responsabilidad.

**A:** Ummm... yo sólo quiero que se lleven bien y a veces no sé qué hacer...

**T:** No nos ayuda que te sientas responsable por lo que sucede con tus padres, por lo contrario, como han podido ver, su hija se siente

**Cuestionamiento del control lineal** obligada a proteger a su madre. Hay ocasiones donde las personas tienen ganas de llorar...ud Sr Pedro dice que su esposa llora por todo y ud ¿a veces no siente ganas de llorar?

**P:** Bueno, no me pasa como le pasa a mi esposa...en mi familia todos son duros, gritan o reniegan...mi hermana tiene un feo carácter.

---

---

**T:** A ver si los entendí bien, mamá no sólo llora cuando discute con papá, sino que ella es propensa al llanto, ¿es así?

**A:** Es sensible, sólo que a mi papá no le gusta que sea así, por eso va y le cuenta a mi abuela y luego yo me siento culpable porque ella me dice que se sienten mal por lo que estoy pasando.

**P:** Ellos sólo quieren ayudarnos, sus intenciones no son malas.

**T:** Por lo que veo, ud involucra a su familia (*mamá y hermana*) en sus problemas de pareja y eso hace que su esposa y sus hijos queden de lado... ¿y ha pensado en la posibilidad tanto su que su hermana, sus padres y su familia vivan juntos?

**P:** No creo eso tampoco... no lo había visto así... todos cometemos errores ... me estoy dando cuenta que eso no es lo mejor para mi familia. Trataré de buscar la forma para que ellos no se involucren y yo hablaré con mi esposa sobre estos temas.

**T:** Me gustaría que la Sra Julia pueda decirnos algo al respecto.

**J:** Pues sí...en los últimos días, como le había contado antes; no hemos estado bien y nuestras discusiones han aumentado porque no confío en mi esposo por lo que ya le había contado antes.

**T:** Al escucharla noto que sufre... ¿se imagina lo que siente Abigail cuando la escucha o la ve así?

**J:** (*Llora*)...no quiero que mi hija sufra y quiero que ella se sienta bien, ella no tiene por qué cargar con esto, veo que se siente mal...no me daba cuenta de eso.

**T:** Bien, estoy de acuerdo con lo que dice. Los problemas que tenga con su esposo, tienen que resolverlo con él. Quiero que entienda

---

---

que es válido que se sienta así, pero... Si Ud decide sentirse así todo el tiempo y a pesar de eso continuar, sólo ocasionará que su hija se preocupe y busque protegerla...deberá sacar todo lo que siente, ponga un tiempo, unos días y luego continúe. Tiene que tomar decisiones para el bienestar suyo y de su familia.

**J:** No es fácil y voy entendiendo lo que tengo que hacer...*(se va limpiando los ojos)*.

**T:** Sr Pedro, qué podría hacer ud para mejorar esta situación.

**P:** No entiendo bien lo que me dice Dra.

**T:** Debemos tener claro que el rol de un padre es comunicarse, escuchar, pasar tiempo con los hijos, velar por su bienestar sintiéndose protegidos, no sólo como proveedor económico.

### **Reencuadramiento**

### **de funciones y rol de padres**

Mientras que el rol de esposo es respetar a su esposa, comunicarse, tomar decisiones juntos y buscar soluciones donde ambos se sientan bien, debe tener presente que las decisiones que uno toma afectan a la otra parte. ¿Ud hace todo eso o no? En todo caso ¿qué podría hacer para ayudar a que esta situación mejore?

**P:** No me daba cuenta cómo se sentía mi hija, si me hace sentir mal lo que ella me dice y la quiero mucho...voy a tratar de darle más tiempo a ella ... a mi familia ... y otra vez hablaré con mi esposa sobre lo que nos pasó.

**T:** Bien... ¿cómo te hace sentir esta situación Abigail?

**A:** Pues un poco más tranquila, porque sé que mi mamá estará mejor, no me gusta verla mal.

---

---

**T:** Como son uds padres que desean el bienestar de sus hijos, dejarán que su hija tenga su espacio para crecer en un ambiente con menos peleas y mayor armonía o dejarán que se siga sintiendo menos capaz e infeliz.

**J:** Yo haré lo mejor para ella... no me daba cuenta como ella se sentía y me gustó la sesión porque me di cuenta de cosas que hacía y no veía.

**P:** Aunque no voy a poder asistir a las siguientes sesiones por los permisos de mi trabajo. Gracias Dra por su ayuda, me mantengo en contacto a través de mi esposa.

**T:** Hasta la siguiente semana entonces.

---

**Tabla 6.**

*Descubrir el secreto familiar.*

<b>Nº Sesión</b>	<b>Fecha</b>	<b>Duración</b>	<b>Participantes</b>
<b>06</b>	Setiembre del 2023	50'	Madre e hija
<b>Objetivos de la sesión</b>	<p>Descubrir el secreto familiar y cuestionar el funcionamiento del síntoma.</p> <p>Liberar a la menor del sufrimiento emocional.</p>		
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
<p><b>T:</b> Buenas tardes, ¿cómo les ha ido en estos días...veo que el papá no ha venido hoy.</p> <p><b>J:</b> Sí, lo que pasa, como le comenté, en su trabajo ya ha pedido muchos permisos, pero nosotros seguimos preocupados por mi hija.</p> <p><b>T:</b> Entiendo...qué le preocupa.</p>			

---

---

**J:** Abigail se volvió a cortar.

**T:** Abigail, nos cuentas un poco más sobre lo que pasó.

**A:** Mi mamá no se dio cuenta y yo le conté porque me molesta que mi hermano sea tan fastidioso y mis papás no le dicen nada.

**T:** Me dices entonces que por una pelea con tu hermano te cortaste.

**A:** Es que yo sé que no voy a ganar contra él y a veces llora por nada y cuando le digo algo, mis papás me gritan a mí, no es justo.

**T:** Entiendo que te sientas molesta e intranquila por esta situación con tu hermano...hay algo en lo que estoy pensando y quiero preguntarte...he visto que no te llevas bien con tu hermano, pero nunca ese conflicto fue un motivo para realizarte un corte o me equivoco.

*Abigail se queda en silencio con la mirada hacia el piso.*

**J:** Yo tampoco lo entiendo, cuando me contó me asusté me iba poner a llorar ...luego recordé lo que hablamos y la escuché.

**T:** Recuerda algo más que haya pasado en esos días.

**J:** Pues no, sólo he tratado de seguir llevando las cosas con mi esposo, algunas han cambiado, como que busca jugar más con Estefano, ya no grita tanto...he visto que conversa más con mi hija cuando regresa del trabajo y así...

**T:** Si tu mamá nos está comunicando que ha habido mejoras, cambios en la familia, qué está ocasionando que te sientas así ahora,

**Técnica:**

**Cuestionamiento**

**del problema**

Abigail.

**A:** No sé... yo entré a ducharme y pensé muchas cosas y vi el rasurador y me hice daño.

---

---

**T:** Ok. En qué pensaste cuando te cortabas.

**A:** Ósea... algunas cosas si han cambiado, pero no me siento bien...algunas veces siento que no estoy viviendo una realidad, como si las cosas siguieran pasando y no las creo.

**T:** Cuando piensas así cómo te sientes.

**A:** Siento rabia, siento cólera... porque siento que me engañan... siento que me ocultan cosas... ¡me molesta que no me quieran decir las cosas, que me las oculten!

*La mamá se muestra sorprendida, con el rostro desencajado.*

**T:** Veo que estas enojada y en base a mi experiencia, algunas personas muestran enojo cuando en realidad lo que sienten es tristeza, pasa algo así contigo.

**A:** Es que ya no soy una niña y no me pueden engañar.

**T:** Nos puedes contar un poco más cómo te sientes.

**A:** Es que, he visto llorar a mi mamá más seguido. Cuando converso con ella me dice que todo está bien, pero no la veo bien, llora cuando mi papá no está... eso me hace sentir engañada... no me gusta sentirme así...siento que me ven la cara.

**T:** Entiendo... ¿qué haces cuando te siente así?

**A:** A parte de cortarme... ummm... sobre pienso las cosas, no me da ganas de comer, me veo al espejo y no me gusta mi físico, me siento sola, no quiero salir y los recuerdos vienen a mi mente imaginando los problemas que tienen mis papás.

---

---

**T:** Quiere decir que la forma de actuar de tus padres no sólo te provoca incertidumbre, sino que ocasiona que tengas todas esas reacciones.

**A:** Pues, pensándolo así, creo que si...

**T:** Entonces, me estás diciendo que tus papás no te ayudan a que te sientas mejor.

**A:** Ósea...si, pero no... me ayuda hablar con mi mamá, pero no me gusta cuando dice que todo está bien y me esconde como se siente.

**T:** Cómo es eso Sra Julia... ¿ud no ayuda a su hija a sentirse mejor?

**J:** *(Mantiene su mirada hacia el piso... pensativa)* ... Justo ahora, estamos tratando de resolver un problema con mi esposo. Y sólo buscamos que mi hija no se sienta responsable de lo que nos pasa.

**T:** Por lo que escucho desde hace dos sesiones atrás van resolviendo un problema entre los dos y al parecer no lo pueden solucionar o sino su hija no se sentiría como ahora nos está contando.

**J:** *Se queda en silencio* ... Es que es una situación difícil para mí y le va a afectar a mi hija.

**T:** Si su intención es que su hija no sufra, hoy nos ha dicho cómo se siente y ella está sufriendo. Al no comunicarle lo que la familia está pasando, sólo hace que ella se sienta peor... es lo que nos ha dicho.

**J:** Entiendo... Quiero que me ayude con esto, porque no sé cómo lo va a tomar mi hija.

**Cuestionamiento**

**del modo de recortar los sucesos**

**T:** Bien...Abigail, tu mamá tiene algo que decir, esto es difícil para ella... cómo te sientes con eso.

---

---

**A:** Nerviosa... *Con la mirada hacia abajo...* Creo que mi papá le es infiel a mi mamá.

*La madre con cara de asombro y con la mirada llorosa.*

**J:** Sí es eso.

**A:** Yo sabía que algo les pasaba... no era verdad cuando decía que se quedaba tanto tiempo en el trabajo.

**T:** Es evidente que tu mamá no se siente bien con lo que descubrió y por lo que veo sigue siendo difícil para ella toda esta situación.

**J:** Sí... aunque es difícil para mí, mi esposo quiere recuperar a la familia...me dijo que fue un error.

**A:** Mamá...yo tengo que decirte algo también... no es la primera vez que pasa esto... el día que iba a nacer mi hermanito yo vi en su celular de mi papá que hablaba con una mujer. Yo le pregunté quién era y me dijo que una amiga, pero yo creo que te engañaba con esa mujer porque había corazones en los mensajes.

*La sra Julia empieza a llorar.*

**T:** ¿Con lo que nos estás contando cómo te sentiste?

**A:** No se lo dije antes a mi mamá porque no quería verla mal, cuando vi esos mensajes no se lo dije a nadie y quise pensar que estaba equivocada... me sentí mal, no entendía bien lo que estaba pasando... y ahora que lo pienso bien, ya no veía igual a mi papá, sentía algo raro cuando lo veía... me alejé de él.

**T:** Entonces la relación con tu papá no cambió porque tu hermano nació sino porque descubriste mensajes cariñosos entre tu papá y una mujer.

---

---

**A:** Ummm... creo que si... ahora que lo pienso bien... si fue así, en ese tiempo pasó todo... yo tenía 10 años... antes jugaba con mi papá, me gustaba estar con él, lloraba cuando se iba a trabajar y lo esperaba siempre despierta cuando regresaba del trabajo.

**J:** Yo no sabía de eso...*(Llora)*

**A:** Mamá vamos a salir juntas de esto *(Hija abraza a la madre)*.

**T:** Sra Julia, me gustaría saber qué piensa después de escuchar a su hija.

**J:** Mi esposo me dijo que quería recuperar la familia, que estaba arrepentido.

**T:** Entonces me dice que ud tiene decidido perdonar a su esposo.

**J:** Ummm...sí yo quiero que mis hijos tengan una familia... que nos les falta un papá.

**T:** Bien... si eso es así porque veo que sigue llorando.

**J:** Es que es difícil esta situación.

**T:** No estoy entendiendo... si ud parece haberlo perdonado porque su familia es importante entonces porque seguir sufriendo por algo que ya decidió.

**J:** *(Se muestra con el rostro desencajado, sorprendida)*...ehhh...ummm...tiene razón, no debería estar así.

**T:** Veo que ha sido una situación difícil para las dos... a la vez noto que era necesario que hablaran sobre lo que pasaba en la familia.

**A:** Sí, yo me siento mal por verla así a mi mamá, pero también me siento más tranquila porque le dije lo que tenía guardado desde los 10 años.

---

---

**J:** No me hubiese gustado decirle, porque no quiero que se lleve mal con su papá, pero veo que le afectaba todo esto desde antes.

**T:** Recuerden que todo cambio lleva tiempo y ha sido necesaria la comunicación entre uds. Escucho que las dos se han sentido aliviadas y de eso se trata. Por hoy la sesión queda aquí y si hay alguna decisión nueva que tomen, sería oportuno que lo comuniquen a la familia también.

**J:** Sí Dra. Eso haré con mi hija.

**A:** Está bien

**T:** Nos vemos la siguiente sesión.

---

**Tabla 7.**  
*Definir acuerdo familiares.*

<b>Nº Sesión</b>	<b>Fecha</b>	<b>Duración</b>	<b>Participantes</b>
<b>07</b>	Octubre del 2023	50'	Madre e hija
<b>Objetivos de la sesión</b>	Definir acuerdos que permitan la convivencia funcional entre los integrantes de la familia.  Reestablecer el poder en el holón conyugal y respetar las jerarquías.		

---

**Desarrollo de la sesión**

---

**T:** Buenas tardes, ¿cómo les va?

**J:** Bien Dra. Mi hija sólo ha tenido un ataque de ansiedad esta semana, pero fue en el colegio me contó que una amiga la llevó a la enfermería y después de darle un poco de agua le pasó...En la casa ha cambiado, ya no quiere que su papá se le acerque y su papá está triste por eso, yo hablo con él.

---

---

**T:** Abigail, cuéntame un poco más.

**A:** Sí...me faltaba el aire en el salón, fue cuando hubo cambio de profesor y tocaba el curso de matemáticas, estaba en mi carpeta y mi corazón empezó a acelerarse y me costaba respirar...mi amiga me llevó a la enfermería y allí me dio un vaso con agua tibia porque me revisó y no tenía nada, luego me habló, me contaba sobre su vida, me pareció extraño que me contara sus cosas...pero se me pasó.

**Símbolos**

**T:** Y las cosas en casa cómo van.

**universales**

**A:** Ya no volví hacerme daño, incluso le mostré a mi mamá lo que

**(asimilar**

**la** usaba para cortarme el brazo, lo tenía guardado en el ropero... me

**infidelidad**

**del** sentí liberada.

**padre)**

**T:** Al parecer las cosas están un poco diferentes, mamá nos cuenta que has cambiado.

**J:** Lo que pasa es que ella no quiere que yo perdone a su papá.

*Abigail mantiene la mirada hacia abajo, con el rostro triste.*

**T:** ¿Pareces triste Abigail o me equivoco?

**A:** Yo no quiero que mis papás regresen... quiero que se separen, mi mamá va a sufrir...

**T:** Lo que acabas de decir es una decisión dolorosa para una hija, no me imagino cuán dolorosa debe ser para una madre... Una hija pide que sus padres se separen.

**A:** Es que, estar juntos es como perdonarlo o justificar una infidelidad.

**T:** Con lo que me dices, te acuerdas de que habíamos hablado sobre, a quién le correspondía resolver los problemas de los padres.

**A:** Sí Dra. Pero mi papá le faltó a la familia, a la casa a nosotros.

---

---

**T:** Veo que hay mucho dolor con esta situación.

**A:** Sí, es que, si mamá lo perdona y regresan, mi papá no va a entender lo que hizo mal.

**T:** Tengo la impresión de que te sientes con la responsabilidad de decidir por tu mamá.

**A:** Sí, es que mi mamá lo va a perdonar rápido...ya lo hizo dos veces.

**T:** Bien, me estás diciendo entonces como tu mamá lo va a perdonar a tu papá... ¿lo que tú quieres es decidir por ella y darle una lección a

**Fijación**

**de** tu papá? ¿lo que quieres es darle un castigo, es decir; corregirlo?

**fronteras**

*Abigail observa con el rostro de asombro y acentúa con la cabeza.*

**A:** Aja...

**T:** Y dime, ¿los hijos castigan/corrigen a los padres?

**A:** Ummm... no, no... es al revés.

**T:** Entonces ¿para qué nos aferramos a una posibilidad donde nosotros como hijos no decidimos?

**A:** Es que, mi mamá lo quiere a mi papá todavía.

**T:** Tú no quieres a tu papá.

**A:** Sí, pero nadie le está enseñando que lo que hizo está mal.

**T:** Cuando te escucho, veo enojo.

**A:** Sí, es que no es justo que mi mamá y yo estemos así, sufriendo.

**T:** Abigail, no te olvides que es tu mamá y papá quien decide, ellos son los adultos. Tú no puedes controlar sus decisiones. Ellos como todas las personas cometen errores y todos son libres de remedirlos.

**A:** Y con lo que me está haciendo sentir a mí, ¿qué hago?

---

---

**T:** Yo veo que te sientes mal por como ves a tu mamá y te genera impotencia que ella no vea las cosas desde tu punto de vista... no estás de acuerdo con la decisión que tu mamá tomó y eso hace que no te sientas bien.

**A:** Sí, sí, eso es así.

**T:** De esa forma, cómo ayudarías desde tu lugar de hija a que esta situación mejore.

**A:** Ummm... no sé, es difícil ...

**T:** Pensemos un poco más... esta situación es difícil, pero eres tú la que sufre y la que decide llevar la responsabilidad más grande, es como si quisieras decidir por tus papás.

**A:** Bueno... creo que podría dejar que mis papás decidan, así no esté de acuerdo... para no sentirme tan mal.

**T:** Sra Julia, qué opina de esto.

**J:** Estaba escuchando atenta a lo que mi hija decía y no me gusta escucharla con tanto rencor... su papá y ella se han llevado bien siempre... ella jugaba con su papá, no se dormía si él no llegaba del trabajo...somos una familia.

**T:** Entiendo cómo se siente y también escuche a su hija. Si ella se siente así es por todo lo que vivió y pasó con él... es por todo lo que representaba su papá... toda esta situación también es dolorosa para ella y aun así, veo y la escucho que se siente con la responsabilidad de protegerla, eso también la lastima...le pregunto ¿una hija es quien protege a los padres o viceversa?.

---

---

**J:** Ahora que lo dice así, voy entendiendo... yo no me di cuenta, una mamá también se equivoca.

**T:** Ya que son una familia como ud dice, ¿qué podría hacer para ayudar a su hija para que esta carga sea menos pesada y que disfrute de su adolescencia?

**Reestructuración  
de funciones**

**J:** Empezaré por ser más fuerte...que mis decisiones sean pensando en cómo se sienten mis hijos y que si mi hija me ve triste va a ser porque poco a poco iremos superando esta situación, no porque me lamente por lo que tenemos, para mí, mis hijos son todo y yo quiero que tengan una familia.

**T:** Qué le brinda su familia.

**J:** Ummm...pues... su papá está intentando cambiar, antes no lo había visto así...ya no tenemos tantas discusiones como antes. Le duele mucho que su hija se sienta mal por lo que él hizo, veo que ahora respira para no gritar como antes, intenta ser más amoroso conmigo y con mis hijos, nos estamos comunicando mejor y cuando no estamos juntos me escribe preguntando como están sus hijos. Esta vez está poniendo de su parte para remedir su error.

**T:** Cómo te sientes Abigail con lo que tu mamá acaba de decir.

**A:** Pues, un poco extraña y rara...no sabía lo que mi mamá dice, quizás estoy siendo un poco dura con mi papá.

**T:** Algo que le quiera decir a su hija, Sra Julia.

**J:** Sí que la quiero, que la amo y que las decisiones que tomo son pensando en el bienestar de ella. Yo cometo errores, pero esta va a ser la última vez que le perdono una infidelidad a tu papá. Él me ha dicho

---

---

que va a buscar nuestro perdón y yo no quiero que tú te sientas mal por eso. Ya veremos qué va haciendo y poco a poco se irán dando las cosas, no lo vamos a perdonar fácilmente... lo que hoy hemos hablado también le voy a decir para que él se dé cuenta.

**A:** Esta bien mamá. Vamos a salir juntas de esto. No voy a meterme en sus asuntos, pero que mi papá no me presione para tratarlo como siempre porque no me siento bien.

**J:** Se lo diré a él, que todo vaya poco a poco.

**T:** Que bueno que se hayan escuchado. Las espero la siguiente semana.

---

**Tabla 8.**  
*Afrontamiento del problema familiar.*

Nº Sesión	Fecha	Duración	Participantes
08	Octubre del 2023	50'	Madre e hijos
<b>Objetivos de la sesión</b>	Evaluar cambios desde la primera sesión hasta la actual. Afrontamiento del problema familiar.		
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
<p><b>T:</b> Buenas tardes, que bien verlos de nuevo.</p> <p>Al ingresar la familia con la paciente. La madre sienta al menor al medio entre la hermana y ella. Y durante el momento que la madre habla el menor se recuesta en el brazo de la madre.</p> <p><b>J:</b> Sí Dra. También traje a Estefano y le he dicho que se comporte bien o no le voy a comprar sus stickers de cars que quiere.</p>			

---

---

**T:** Entonces si él decide obedecer se llevará lo que mamá le prometió. Qué opinas Abigail sobre eso.

**A:** Que está bien. Mi hermano ha cambiado, ya no hace tanto berrinche como antes, si llora, pero ya no tanto como antes y mi mamá también ya no le hace tanto caso.

*Estefano empieza a aburrirse, se mueve constantemente en la silla.*

*Mientras su hermana habla se le brinda un rompecabezas pequeño y se le ofrece cambiarlo por uno más grande si permanece en silencio.*

**T:** Qué quiere decir eso.

**A:** Bueno, que mi mamá ya lo está corrigiendo y que ya me estoy llevando mejor con mi hermano.

**T:** Es cierto eso Estefano.

*Estefano se queda mirando y continúa armando los rompecabezas.*

**Técnica:**

**T:** Parece que a Estefano un ratoncito vino y le comió la lengua.

**Enfoque**

**E:** Aquí está (con un tono serio, saca su lengua).

**T:** Ah muy bien. Allí estaba... entonces dime, qué cosas hacen tu hermana y tu juntos.

**E:** Nos vamos al parque, me compra dulces y a veces me enseña mi tarea.

**T:** Que bueno, cuanto gusto, eso quiere decir que ella ya no está molesta contigo o se molesta a veces.

**E:** Si se molesta, a veces le dice a mi mamá y me quita el celular y yo me aburro.

**T:** Entonces te quita el celular cuando te portas mal.

---

---

**E:** Sí.

**T:** Por lo que escucho Abigail, ahora haces muchas cosas con tu hermano.

**A:** Sí...esta última semana hicimos pijamada, vimos una película juntos y también dormimos juntos.

**T:** Veo que la cosas ahora son diferentes, qué cambió para que la relación con tu hermano esté como ahora lo vemos.

**A:** Desde que mi mamá empezó a corregir a mi hermano, cuando veía que ya no le creía tanto a él, él ya no estaba tan fastidioso conmigo, sino que ahora venía a querer jugar conmigo o que yo lo defendiera...y creo que... también fue la última sesión que tuvimos. Pienso ahora que él no tiene la culpa que mis papás estén peleando... *Cuando Abigail está hablando, Estefano va a abrazarla y allí termina de decir cómo se siente...* sino que él es indefenso, es un niño que necesita que lo protejan y no se da cuenta todavía de lo que pasa. Siento que debo estar unida más a él ahora.

**T:** Pensar de esa forma, cómo te hace sentir.

**A:** Estoy más tranquila, ahora me gusta pasar más tiempo con mi hermano... esta semana ya no he tenido ninguna dificultad para respirar, sólo para dormir un poco y por eso a veces dejo que mi hermano venga a dormir conmigo.

**T:** Eso es en relación con tu hermano, cómo estás en relación con tus papás.

**A:** He visto que mi papá está más calmado, ya no se enoja tanto, conversa con mi mamá, he incluso esta semana han salido juntos,

---

---

por eso también me quedé con mi hermano...cuando se quiere acercar a mí, no me gusta, no me siento cómoda, le he dicho que poco a poco.

**Desequilibramiento** (alianza con un miembro de la familia)

**T:** Frente a esta situación, qué te gustaría que pasara para que te sientas mejor.

**A:** Quiero que mi papá entienda que no me puede presionar, que las cosas no van a ser como antes rápido... no es que no lo quiera, es mi papá, pero todavía me cuesta perdonarlo... también pienso que mi papá le sigue contando a mi abuela lo que pasa en mi casa, porque ahora ya no me dicen nada, pero mi abuela me ve raro.

**T:** Ahora que lo ves calmado y menos enojado a tu papá, has intentado decirle lo que te incomoda.

**A:** No todavía.

**T:** Por lo que entiendo, quieres que tu papá cambie, qué podrías hacer para que tu papá entienda como te sientes.

**A:** ummm...Hablar con él.

**T:** Bien entonces cuándo podrías hacerlo.

**A:** El sábado que está libre.

**T:** Sra Julia, qué nos puede decir.

**J:** Sí Dra. Todo va poco a poco y para que mi hija sepa, su papá y yo estamos intentando reconciliarnos, si ya no peleamos en frente de ellos porque buscamos que estén mejor. Pero no es tan fácil y si veo que él está intentando recuperar a la familia.

**T:** Y respecto a lo que dice su hija, ¿qué opina?

---

---

**J:** Esta bien, ella tiene que hablar con él porque él quiere que lo perdona rápido y yo ya le he dicho, pero qué será... él quiere mucho a mi hija... si ella habla con él, quizás respete más y la entienda.

**T:** Bien... al escucharlas noto que la familia ha tomado decisiones que favorece al bienestar de los demás integrantes.

Las felicito por los avances que están presentando... Ahora tengo que comentarles que la frecuencia de las sesiones va a variar. Las siguientes sesiones se realizarán una vez por mes.

**J:** Ok, Dra. Entiendo.

**A:** Esta bien Dra.

**T:** Nos vemos el siguiente mes entonces.

---

## **2.6. Consideraciones éticas**

De acuerdo con la declaración de los principios del código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú se promueve la confidencialidad para salvaguardar el respeto a la familia y el bienestar del paciente. Al realizarse el presente estudio de caso en un hospital de Lima Norte, en el área de consultorios externos del servicio de psicología se establecen horarios específicos de atención con una frecuencia de 3 veces por mes, una duración de 50 minutos por sesión y una tolerancia en la llegada del paciente de 10 minutos y sólo si no se encontraba horario de atención se le otorgaba la opción de cita adicional. Previo al inicio de la terapia se le informa a la familia respecto a la confidencialidad y el mantenimiento del uso de un seudónimo para no revelar su identidad y/o cualquier dato que la pueda identificar. Por todo lo antes expuesto, la presente investigación no representa ningún riesgo ético.

### III. RESULTADOS

#### 3.1. Análisis de los resultados

Inicialmente los síntomas se presentaron con mayor intensidad y frecuencia, progresivamente éstos fueron disminuyendo en la paciente y cuando esto sucedió empezó a desarrollar su etapa de vida adolescente con regularidad. Así es que, logró una mejor construcción de su identidad y autonomía tanto en el área individual como en la parte familiar, cumpliendo con el propósito que se plasmó desde el periodo inicial del presente estudio de caso. Dentro del cumplimiento de las 8 sesiones psicoterapéuticas desarrolladas más las dos sesiones de seguimiento, se confirmó que el modelo sistémico estructural es efectivo para los casos de ansiedad.

Al intervenir en la estructura familiar, se incorporó nuevas pautas de interacción entre los miembros de la familia para reorganizar el sistema conyugal, parental y filial, mediante la modificación de fronteras entre el sistema parental y filial, pasando de tener límites difusos a delimitaciones claras, además del establecimiento de la jerarquía de poder que va desde los padres hacia los hijos.

Se pone al descubierto el malestar que producía la situación conflictiva entre el sistema conyugal y la paciente, generando una redefinición en el rol como hija, ya que eso provocaba que la ansiedad aparezca, al mismo tiempo empezó a regularse emocionalmente.

A nivel conyugal se estableció una relación complementaria que permitió la ejecución de acuerdos, mejorar la comunicación e interacción, provocando la protección y el bienestar entre los integrantes de la familia.

Se logró la integración parcial y el fortalecimiento del vínculo parental y filial, con lo que la paciente mostró mayor confianza en sí misma, elaboración del planteamiento de metas a futuro y disminución de los sentimientos de minusvalía.

La familia desarrolló nuevas competencias, volviendo a los integrantes a sus

subsistemas, así es que; se obtiene mayor armonía y comunicación entre todos sus integrantes. Los padres validan a la hija y la paciente genera el sentido de pertenencia al sistema familiar.

### **3.2. Discusión de resultados**

La intervención se llevó a cabo con el presente estudio de caso que refleja el desarrollo de la problemática durante 8 sesiones psicoterapéuticas y dos sesiones de seguimiento, donde se evaluaron cambios y mejorías. Se demuestra la eficacia del modelo sistémico estructural en síntomas de ansiedad en una adolescente frente a su sistema familiar, analizando los roles, las interacciones, la comunicación y las funciones de los subsistemas.

En la relación con la madre se observó un vínculo saludable, en el que se evidenció mayor entendimiento, menos confrontación y validación desde el rol de madre e hija, lo mismo que sucedió con la relación entre los hermanos. Por el lado de la relación con el padre y hasta las sesiones de seguimiento, se detectó un proceso de reconstrucción del vínculo y se contempló una recuperación y reconciliación cercana. En su desempeño individual, desapareció la sensación de ahogo y falta de aire, disminuyó la preocupación por su autoimagen, denotó gusto consigo misma, progresivamente su horario de sueño se fue regulando y mostró deseos de metas a futuro.

En la última sesión figura el cambio logrado, con lo que se determinó que la paciente estaba llevando una vida sin síntomas presentes. Y si bien en la actualidad existe un mayor diálogo entre toda la familia y la estructura se respeta y ha mejorado, pero no llega a ser óptimo.

Igualmente, desde el enfoque sistémico estructural se observó que la paciente, al asumir su posición de hija dentro del sistema familiar, permitió que la madre afronte los problemas con el padre, invitando a la adolescente a no apropiarse de los conflictos parentales. Tanto así que se modificó la relación que desarrolló con los padres, permitiendo el proceso de diferenciación y al mismo tiempo se logró la consolidación de su propia identidad, como lo describe Minuchin (1979) cuando habla sobre el impacto que provoca la organización de los

subsistemas familiares en la formación del proceso adecuado de la diferenciación, ya que si se presentan miembros aglutinados en el sistema familiar, esto afectaría al desarrollo adecuado del proceso de identidad, limitando fuertemente su autonomía.

Además, Jordán (2019) realizó el estudio de una adolescente con indicadores de ansiedad, explosiones emocionales y mal humor, desde la intervención sistémica estructural desarrollada en tres etapas con varias sesiones. Es así como los resultados coinciden con los expuestos en el presente trabajo, referente al establecimiento de límites, elaboración de nuevas reglas y acuerdos entre subsistemas, la restauración de la jerarquía y la recuperación de poder en la madre frente al sistema conyugal con lo que se forma una relación complementaria, atreviéndose a expresar sus puntos de vista y el subsistema filial se fortalece y vuelve a recuperarse.

Cabe mencionar que, con este método terapéutico se puede lograr un cambio en familias que presentan problemáticas complejas desde un enfoque estructural, puesto que es primordial trabajar con los miembros de la familia con el fin de ayudarlos a entender el valor de los vínculos, promover la comunicación y provocar una estructura estable y saludable que permita la autonomía de sus miembros como seres sociales.

#### IV. CONCLUSIONES

- Debido a los resultados obtenidos en el presente estudio de caso, se comprueba la eficacia de la intervención sistémica estructural para la remisión de los síntomas de ansiedad.
- Es imprescindible reestablecer o reorganizar la estructura familiar para que la problemática inicial desaparezca y que se encontró que la forma de interactuar del sistema familiar contribuyó al mantenimiento y/o disminución del síntoma.
- En base a la reestructuración de poder entre los subsistemas, junto a la interacción y retroalimentación de los miembros, se logran cambios que sólo la familia será capaz de mantenerlos en el tiempo.
- Se consiguió una mayor integración del sistema, clarificando los roles y funciones a nivel conyugal, parental y filial, mediante la incorporación de nuevas formas de interacción a nivel comunicacional y afectivo.
- Mediante las técnicas estructurales como la reestructuración, complementariedad, desequilibrio, ente otras se adquirió nuevas pautas de interacción que permitió la restauración del vínculo entre los miembros del sistema familiar y un mejor funcionamiento de este.
- Se consideró la redefinición de reglas y normas para una convivencia funcional que permitió el crecimiento y evolución de los miembros de la familia, a partir de una intervención guiada.
- Se incorporó un sistema de acuerdos entre los conyugues que permitió un reconocimiento de la autonomía para el desarrollo de los subsistemas parental-filial, incorporando una relación meta complementaria entre los padres.

## V. RECOMENDACIONES

a. Es importante difundir el presente estudio de caso a la comunidad académica, con el propósito de evidenciar la eficacia del enfoque estructural en los casos con síntomas de ansiedad y generar un respaldo para futuras investigaciones.

b. He de reconocer que, con este modelo terapéutico estructural podemos lograr cambios en el ambiente familiar mejorando la convivencia. De ese modo se muestra que el modelo puede cambiar la organización de un sistema donde los miembros se ayuden mutuamente y generen vínculos saludables.

c. Impulsar políticas de salud mental que permitan la intervención con familias, con el fin de promover el desarrollo de entornos familiares saludables.

d. Fomentar la intervención familiar teniendo en cuenta que, en el transcurso del tratamiento aparecerán posibles descubrimientos inesperados o nuevas crisis que llevarán a tomar nuevos rumbos de intervención y el terapeuta deberá ser capaz de responder de forma creativa ante estas contingencias.

## VI. REFERENCIAS

- Almela, M. y Angélica, A. (2020) Intervención narrativa socioemocional para disminuir síntomas depresivos y ansiosos en adolescentes. *HAL Open Science (Monterrey)*, 5(10), pp.114-131 [Intervención narrativa socioemocional para disminuir síntomas depresivos y ansiosos en adolescentes \(hal.science\)](#)
- Basile, S., Carrasco, M., Martorell, J. (2015) Preocupaciones excesivas en la adolescencia: descripción, evaluación y tratamiento de un caso de ansiedad generalizada. *Scielo (España)*, 26(3), pp. 121-129 [Preocupaciones excesivas en la adolescencia: descripción, evaluación y tratamiento de un caso de ansiedad generalizada - ScienceDirect](#)
- Carrizo, V. (2021) *Intervenciones en un caso de estrés y ansiedad en una joven adulta en el marco de una familia desligada desde el modelo sistémico estratégico focalizado breve*. [Tesis de pregrado en psicología] Universidad de Palermo.
- Chinchilla, R. (2015) Trabajo con una familia, un aporte desde la orientación familiar. *Actualizaciones investigativas en educación (Costa Rica)*, 15(1), pp.1-29. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44733027039>
- Erazo, A. (2015) Un enfoque sistémico para comprender y mejorar los sistemas de salud. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 38 (3), pp. 248-53.
- Feixas, G., Muñoz, D., Compañ, V., Montesano, A. (2016). *El modelo sistémico en la intervención familiar*. Universitat de Barcelona. [\\*Modelo Sistemico Enero2016 \(ub.edu\)](#)
- Flores, J. (2022) *Intervención sistémica bajo el modelo estructural en una familia monoparental con jefatura femenina*. [Trabajo de pregrado]. Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Minuchin, S. (1979). *Familias y terapia familiar*. Gedisa.
- Minuchin, S. y Fishman, C. (2004). *Técnicas de terapia familiar*. Paidós.

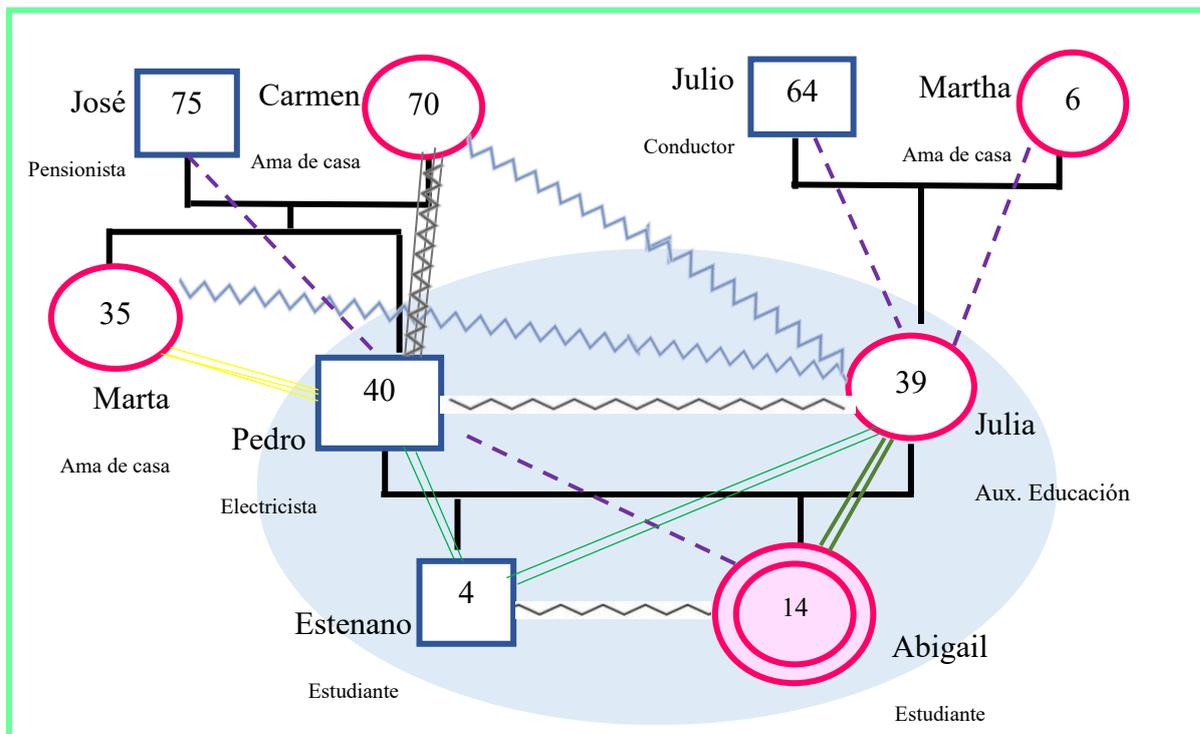
- Minutti, J. (2019) *Ansiedad y dificultad en la diferenciación familiar desde un abordaje sistémico* [Tesis de maestría, Universidad Iberoamericana Puebla] Repositorio institucional UIP [\\*Tesis.pdf \(iberopuebla.mx\)](#)
- Jordán, P. (2019) Terapia estructural aplicada a una familia de la ciudad de la Paz. *Scielo (San Pablo)*, 17 (2), pp. 462-476. [TERAPIA ESTRUCTURAL APLICADA A UNA FAMILIA DE LA CIUDAD DE LA PAZ \(scielo.org.bo\)](#)
- Ochoa, I. (1995). *Enfoques en terapia familiar sistémica*. Herder
- Rendón, L. y Pacheco, R. (2019) Terapia narrativa aplicada a un caso de ansiedad generalizada en un adolescente de 14 años. *Scielo (San Pablo)*, 17 (2), pp. 236-268. [TERAPIA NARRATIVA APLICADA A UN CASO DE ANSIEDAD GENERALIZADA EN UN ADOLESCENTE DE 14 AÑOS \(scielo.org.bo\)](#)
- Salinas, C. (2018) *Eficacia del modelo de terapia breve estratégica en el tratamiento de trastornos de ansiedad*. [Trabajo de segunda especialidad]. Universidad autónoma de Nuevo León.
- Peñaherrera, E. y Ortiz, D. (2021) *Efectividad de la terapia sistémica en estados de ansiedad*. [Tesis de maestría] Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Piazza, M. y Fiestas, F. (2015). Estudio transversal de uso de servicios de salud mental en cinco ciudades del Perú. *Scielo(Perú)*, 38, (5), pp. 337-345. [Estudio transversal de uso de servicios de salud mental en cinco ciudades del Perú](#)
- Rodríguez, B. (1995). La óptica sistémica en el tratamiento de la anorexia nerviosa y la bulimia. *Asociación especialista neuropsiquiátrica (Madrid)*, 16(57), pp. 47-55. <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/viewFile/15465/15325>
- Ruiz, N. (2022) *Caso psicológico: psicoterapia breve estratégica a usuaria con trastorno de pánico*. [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio UNFV. [TESIS Ruiz Diaz, Nely Bertha.pdf \(unfv.edu.pe\)](#)

Velarde, C. (2019) *Estudio de caso de una adolescente con trastorno de conducta alimentaria con el enfoque sistémico familiar* [Tesis de segunda especialidad]. Universidad Nacional San Agustín.

Villarreal, D. y Paz, A. (2015). Terapia familiar sistémica: una aproximación a la teoría y la práctica clínica. *Redalyc.org (Lima)*, 1(1), pp. 45-55. [Redalyc.TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA: UNA APROXIMACIÓN A LA TEORÍA Y LA PRÁCTICA CLÍNICA](#)

## VII. ANEXOS

## Anexo A: Genograma al inicio de la intervención



Símbolos de personas y relaciones del genograma	
	Masculino
	Femenino
	Paciente identificada
	Unidos
	Muy unidos/fusionados
	Podre/conflicto
	Fusionados y conflictivos
	Distante



**Anexo C: Consentimiento informado**

Formato de consentimiento Informado

**Participantes:** .....  
.....  
.....  
.....

Autorizamos voluntariamente a los terapeutas, que la información recopilada sea registrada, analizada, ordenada a fin de ser estudiadas y/o supervisadas por profesionales especialistas fuera del consultorio psicológico. En función de lo expuesto y con la información recibida, por escrito y verbalmente, me considero informado.

En tal sentido, se respetará la privacidad y confidencialidad, protegiendo los datos de forma anónima a la medida de lo posible.

Por todo lo antes mencionado ratifico mi consentimiento, acepto estos procedimientos y participo en las finalidades anunciadas.

El mismo formulario que es firmado en las instalaciones de:

..... con  
fecha:..... a horas:.....

\_\_\_\_\_  
Participante (1)

\_\_\_\_\_  
Participante (2)

\_\_\_\_\_  
Participante (3)

\_\_\_\_\_  
Participante (4)