

Terapia familiar, un enfoque interaccional

INTRODUCCIÓN

La terapia familiar es una disciplina terapéutica que aborda la intervención y el tratamiento de la familia en su conjunto. Desde el punto de vista sistémico, se suele utilizar el término *terapia familiar y de pareja*, en tanto se entiende que el objeto de intervención son los sistemas y subsistemas familiares. La terapia familiar se puede desarrollar desde diferentes ámbitos, como el de la psicoterapia (ejercida exclusivamente por psicólogos y psiquiatras), el de la terapia psicoeducativa o pedagógica, que se basa en cambios conductuales a través de la educación en valores y mejora de habilidades relacionales (ejercida tanto por psicólogos como por trabajadores sociales, mediadores, educadores sociales, etc.), o el del [coaching](#) vivencial. La terapia de familia o terapia familiar aborda los problemas que la gente presenta en el contexto de sus relaciones con personas significativas en sus vidas y en sus redes sociales. Se trata de un reconocido enfoque psicoterapéutico dirigido principalmente al sistema familiar como unidad social.

Este trabajo tiene como finalidad dar a conocer los aspectos importantes que abarca la terapia familiar, los tipos de terapia familiar implementados por los terapeutas y en que consisten. Este cuestionario intentará responder las preguntas comúnmente formuladas por las personas y aclarará las lagunas y mitos que existen en esta disciplina.

Si el terapeuta consigue llegar al fondo del asunto, posiblemente esa persona comience a vivir de una forma mucho más sana y pueda solucionar su modo de [interacción](#) con el entorno, a partir de analizar sus lazos familiares.

1. Defina el concepto de morfogénesis

Morfogénesis define la capacidad que todo [sistema](#) viviente exhibe para la modificación, como estrategia para mantenerse viable. Se trata de un proceso que apunta al desarrollo, crecimiento o cambio de forma, estructura y estado del sistema. Ejemplos: la diferenciación, la especialización, el aprendizaje.

2. Defina el concepto morfostasis o homeostasis

Son los procesos de intercambio con el ambiente que tienden a presevar o mantener un forma, una organización o un estado dado de un sistema (equilibrio, homeostasis, retroalimentación negativa)

Los proceso de este tipo son característicos de los sistemas vivos. En una otra perspectiva, la morfostasis nos remite a los procesos causales mutuos que reducen o controlan las desviaciones.

3. Defina la concepto de resiliencia familiar

La familia resiliente es aquella que posibilita a cada una de sus miembros la capacidad de seguir creciendo ante las adversidades y aún así, mantienen una coherencia en su pervivencia como unidad. Este tipo de familia es aquella que consigue entender los acontecimientos de la vida como parte de un proceso continuo y constructivo de perturbaciones y consolidaciones.

4. Defina el concepto terapia familia

La terapia familia es una disciplina terapéutica que aborda la intervención y el tratamiento de la familia en su conjunto.

5. ¿Cuál son los principales objetivos de la terapia familiar?

Los principales objetivos de la terapia familiar son:

- La mejora del funcionamiento de la familia o diferentes niveles
- El aumento de la comprensión mutua y el apoyo emocional entre los miembros de la misma.
- El desarrollo de estrategias de afrontamiento y habilidades de resolución de problemas ante diferentes dilemas y situaciones de la vida.

6. ¿Explique la estructura de las sesiones?

Una sesión de terapia familiar por lo general dura de 60 a 90 minutos, los intervalos entre sesiones son de una a varias semanas, según los problemas presentados, las necesidades de los miembros de la familia, la fase del tratamiento y otras variables, las decisiones sobre estos asuntos se negocian en colaboración con los clientes y con otros profesionales implicados, la duración media del tratamiento en terapia familiar oscila entre las 6 a 20 sesiones, en ocasiones los terapeutas familiares, pueden elegir y proponer a la familia alternar sesiones con todos los miembros, o con sólo unos miembros (o inclusive individuales) sin perder por ello la visión integral de todo el sistema familiar en su conjunto.

7. ¿Quiénes se benefician con la terapia familiar?

Se benefician de la terapia familiar, los miembros de la familia, del mismo modo cualquier problema de un individuo que afecte sus relaciones familiares.

8. ¿Explique que es la terapia familiar estructural?

La terapia familiar estructural es un método de psicoterapia desarrollado por Salvador Minuchin que se ocupa de los problemas de funcionamiento dentro de una familiar. Los terapeutas estructurales se esfuerzan por abandonar dentro del sistema familiar, con el fin de entender las reglas invisibles que rigen su funcionamiento.

La terapia familiar utiliza, no sólo terminología de sistemas único, sino también un medio de

representar diagramáticamente los parámetros clave de la familiar. Su atención se centra en la estructura de la familia incluyendo sus varias subestructuras.

9. ¿Explique qué es la terapia sistemática?

La terapia sistemática es una disciplina terapéutica que se aplica para el tratamiento de disfunciones, trastornos y enfermedades concebidas como expresión de las alteraciones en las interacciones, estilos relacionales y patrones de comunicación. La terapia sistemática se basa en un enfoque psicoterapéutico que tiene sus orígenes en la terapia familiar, sin embargo se diferencia de esta en tanto que plantea que no es imprescindible que sea una familia el foco de atención terapéutica. Así tanto los conceptos como sus técnicas terapéuticas pueden aplicarse a las relaciones de pareja equipos de trabajo, contextos escolares e individuos.

10. ¿Explique el enfoque terapéutico?

Inicialmente la terapia sistemática se basa en la interacción bidireccional de las relaciones humanas con fenómenos de retroalimentación constantes que influyen en las conductas de los individuos. Siendo el patrón más afectado el llamado "miembros sistemático" expresa cierta patología psiquiátrica o psicología por la cual es referido a atención psicoterapéutica.

Es por eso que es su origen, esta terapia se desarrolló para las familias en cuyo seno había alguien que sufría una enfermedad psíquica graves.

11. ¿Qué es la praxis en la terapia?

La frecuencia de las sesiones suele ser menor que la observada en terapias de otras orientaciones. Puede medir bastante tiempo entre una sesión y la siguiente (dos a seis semanas), mientras que el número total de sesiones, se sitúa en un promedio de entre 10 a 14 sesiones aunque el tiempo de atención dependerá de los avances obtenidos a lo largo del proceso psicoterapéutico. La terapia sistemática ha tenido logros como complemento de los trastornos alimenticios, drogodependientes y conductas infantiles disfuncionales, así como en ciertas depresiones clínicas donde la terapia sistemática de pareja ha resultado eficaz, aunque no tanto como otras aproximaciones clínicas.

12. ¿Qué es psicoterapia?

La psicoterapia es un proceso de comunicación entre un psicoterapeuta (es decir, una persona entrenada para evaluar y generar cambios) y una persona que acude a consultarlo ("paciente" o cliente) que se da con el propósito de una mejora en la calidad de vida en este último, a través de un cambio en su conducta, actitudes, pensamientos o afectos.

13. ¿Explique las distintas escuelas y enfoques psicoterapéuticos?

Las distintas corrientes psicoterapéuticas se han ido desarrollando en que se han ido profundizando las líneas teóricas que las sustentan. En cada una de ellas existen elementos comunes que estarán descritos de manera explícita o que estarán implícitos en sus postulados

iniciales. Estos pueden resumirse de la siguiente manera:

- Una cierta conceptualización del comportamiento humano normal o “sano”
- Una cierta conceptualización del comportamiento humano no normal
- Una metodología específica para la generación de cambios.

Esta variedad de corrientes y escuelas tiene su origen en las distintas formas de comprender la experiencias humanas, la salud o enfermedad, metodología utilizada y muy especialmente, al contexto socio – histórico de donde fue creada. En este sentido, algunas escuelas o grupos de escuelas suponen verdaderos paradigmas que no permiten mezclar las unas con las otras fácilmente.

Claro ejemplo de ello es la psicología conductual y el psicoanálisis de Freud, que difieren tanto en su postulados básicos que resultan inconciliables. Sin embargo, actualmente existen terminología especializada que permite hablar del mismo fenómeno desde distintas corrientes teóricas, alcanza así ejes comunes que permiten dar solidez al ejercicio de las psicoterapias.

Como la enumeración de diferenciaciones entre una y otra escuela de psicoterapia puede llegar a ser demasiado extensa, resulta más clasificados centrarse en las características de las grandes líneas de psicoterapia surgidas hasta hoy, y como estas se han ido desarrollando hasta ahora.

Línea modernas:

- La línea psicoanalítica
- La línea conductual y la cognitivo – conductual
- La línea humanista

Las líneas postmodernas:

- Línea construccionista
- Línea constructivista

Esas líneas o corrientes psicoterapéuticas siguen desarrollándose y definiéndose a partir de sus avances teóricas y prácticos (es decir, desde la investigación, el desarrollo teórico y la acumulación de datos clínicos).

14. ¿Cuáles son los principales objetivos de las psicoterapias?

Los principales objetivos de la psicoterapias son:

- Terapia cognitiva modificar los esquemas de pensamientos
- Terapia de conducta modificar la funcionalidad de la conducta
- Terapia cognitivo – conductual mezcla ambos planteamientos, ya que en sus fundamentos no son del todo contradictorios y permiten complementarse.
- Modificación de conducta: de la perspectiva de conducta surge, por un lado la terapia

de conducta aplicado al ámbito clínico y, por otro la modificación de conducta, como objetivo se centra en otros contextos además del clínico, pero aplicado todos los conocimientos científicos, muy especialmente laboral para promoción de la salud o prevención.

- Terapia gestáltica: conseguir un ajuste creativo en la interacción entre la persona y el resto del mundo, centrándose en la experiencia.

15. ¿Cuál es la eficacia de la psicoterapia?

Entendiendo la psicoterapia como un conjunto de tratamientos específicos, propios del modelo médico, según la revista científica *psychothema*, que realizó una revisión a la luz de recientes investigaciones en aquellos años, concluyó que tan sólo en el trastorno bipolar y esquizofrenia, la psicoterapia se ha mostrado menos eficaz que el tratamiento con psicofármacos. En todo el resto de trastornos la psicoterapia se evidencia como el tratamiento más eficaz.

16. Mencione la lista de modalidades psicoterapéuticas y escoja una de cada línea ya explique en que consiste la misma

Línea psicoanalítica o psicodinámica

- Psicoanálisis (Freud, desde 1896)
- Psicoanálisis lacaniano (Lacan desde 1953)
- Psicoanálisis Kleiniano (Klein desde 1920)
- Psicoanálisis analítica del Carl Gustav Jung (desde 1913)
- Terapia Adleriana de Alfred Adler (desde 1911)
- Terapia psicodinámica

Línea conductual y cognitivo – conductual

- Psicología conductista
- Ingeniería del comportamiento
- Modificación de conducta (Kazdin, Lindsey)
- Terapia contextual (Hayes, Rohleberg)
- Análisis contingencial (Ribes, Diaz – González)
- Terapia de la conducta (Wolpe, Marks, Cautela, Yates, Arthur W. Staats)
- Terapia cognitiva analítica
- Terapia cognitiva – conductual o conductual – cognitiva
- Terapia cognitiva de Aaron Beck
- Terapia racional emotiva conductual de Albert Ellis
- Medicina conductual y biorretroalimentación
- Terapia cognitivista

Línea humanista – experiencial o existencial – fenomenológica

- Psicología humanista (Maslow, desde años 60 del S. XX)
- Terapia centrada en el cliente de Carl Rogers

- Logoterapia de Viktor Frankl
- Psicología transpersonal
- Constructivismo (psicología)
- Respiración helotrópica de Stanislav Grof
- Psicología arquetípica de Carl Gustav Jung
- Terapia Gestáltica de Fritz Perls
- Gestalt theoretical psychotherapy de Hans Jurgen Walter
- Análisis transaccional
- Terapia existencial
- Psicodrama
- Psicomagía y psicogenealogía, psicoterapias desarrolladas por Alejandro Jodorowsky
- Anatheóresis

Línea construccionista y sistémica

- Terapia familiar
- Terapia familiar estructural de Salvador Minuchin
- Terapia breve centrada en soluciones de Steve de Shazer e Insoo Kim Berger
- Psicoterapia breve estrategia de Paul Watzlawick, Giorgio Nardone, Jay Haley, Grupo de Palo Alto
- Terapia sistémica de Mara Selvini Palazzoli, Luigi Boscolo & Gianfranco Cecchin
- Grupo de Milán
- Constructivismo (psicología)

Línea constructivista

- Terapia cognitivo procesal sistémica de Vittorio Guidano
- Constructivismo (psicología)
- Psicología de los constructos personales, de George Kelly

CONCLUSIONES

- Los Estudiantes de Trabajo social debe dominar las limitaciones y sobre todo lo que abarca la terapia familia, para así brindar una terapia y solución adecuado a la familia con problemas.
- El terapeuta familiar debe enseñar a resolver los problemas por medio del ejemplo, la conducta del profesional debe ser impecable y pacífica ante cualquier adversidad o provocación.
- El terapeuta debe conocer las técnicas y estrategias como la palma de la mano, ya que son sus herramientas de trabajo y con ella logrará mejorar la calidad de vida de las familias a quienes atiende.
- El profesional en trabajo social debe tener vocación, ya que esta labor requiere mucho esfuerzo y sobre todo interés por parte del terapeuta para ofrecer proponer cambios en

la vida de las familias con problemas.

BIBLIOGRAFÍA

_____. Terapia Familiar. http://es.wikipedia.org/wiki/Terapia_familiar

_____. Morfogénesis. Psicólogos Madrid. <http://psicologosenmadrid.eu/morfogenesis/>

_____. Psicoterapeuta. Wikipedia. <http://es.wikipedia.org/wiki/Psicoterapeuta>

HALEYJ. Estrategias en Psicoterapia. EdToray. Barcelona España, 1968.

LAPLANCHE, J; PONTALIS, J.B.- Diccionario de Psicoanálisis Edit. Labor Barcelona, España, 1977.

NOLASCO, C. ¿Qué es terapia familiar?
<http://www.bvs.hn/RMH/pdf/1988/pdf/Vol56-4-1988-11.pdf>

WATZLAWICK, P. BEAVIN, J.H. JACKSON, D.D.- Pragmatics of Human Communication. Norton, New York. 1967.

GLOSARIO

1. **Terapeuta:** es aquella [persona](#) con habilidades especiales obtenidas a través de la formación y de la experiencia, en una o más áreas de la [asistencia sanitaria](#) que en su labor, ofrece apoyo.
2. **Psicoanálisis:** es un método creado por el médico y neurólogo austríaco [Sigmund Freud](#) (1856-1939) que tiene como objetivo la investigación y el tratamiento de las enfermedades mentales.
3. **Terapia:** es el conjunto de medios de cualquier clase ([higiénicos](#), [farmacológicos](#), [quirúrgicos](#) o [físicos](#)) cuya finalidad es la curación o el alivio (paliación) de las [enfermedades](#) o [síntomas](#).
4. **Praxis:** Práctica, en oposición a teoría o teórica
5. **Sesiones:** es un período temporal ocupado por una cierta actividad.
6. **Psicología:** es la ciencia que trata de la conducta y de los procesos mentales de los individuos.
7. **Bipolar:** es el [diagnóstico psiquiátrico](#) que describe un [trastorno del estado de ánimo](#) caracterizado por la presencia de uno o más episodios con niveles anormalmente elevados de energía, [cognición](#) y del [estado de ánimo](#).

8. **Patología:** es el estudio y la diagnosis de la enfermedad a través del examen de órganos, de tejidos, de líquidos corporales, y de cuerpos enteros (autopsias).
9. **Retroalimentación:** es el proceso en virtud el cual al realizar una acción, con el fin de alcanzar un determinado objetivo, se realimenta las acciones previas de modo que las acciones sucesivas tendrán presente el resultado de aquellas acciones pasadas.
10. **Pervivencia:** es la duración o permanencia con vida de una cosa, a pesar del paso del tiempo, de los problemas o de las dificultades.

ANEXO

Panameños deben educarse para evitar desintegración familiar

12 | 10 | 1999 Por Rodolfo Barrios Villar

La pobre cultura de los valores, el maltrato físico y psicológico y la concepción de hijos fuera del matrimonio son las principales causas de la desintegración familiar, así lo indicó Sandra Fuentes, jefa de la Dirección de Familia, del Ministerio de la Juventud, la Niñez, la Mujer y la Familia.

Anualmente, en Panamá, un número indeterminado de parejas se unen en matrimonio, ya sea de carácter civil o eclesiástico. Este hecho desde una perspectiva general constituye la base de la sociedad, pero ¿cuántos de estos matrimonios logran conservarse como tal después de los cinco años de convivencia?

Otros datos proporcionados por el Ministerio de la Familia, indican que hasta 1997, de tres matrimonios, dos no alcanzaban los 10 años de convivencia y uno de éstos ni siquiera lograba llegar a los cinco años.

El cuadro de divorcios en Panamá es preocupante, porque desde 1993 hasta 1997 se dieron un total de 10 mil 55, siendo diversos los motivos por los cuales se llegó a esta decisión. Los que más se destacan: el abandono absoluto por parte del esposo de sus deberes como tal o como padre y el trato cruel y físico o psíquico hacia el cónyuge.

Según Fuentes, en Panamá existe una crisis de valores dentro de este núcleo básico de la sociedad, lo cual ha degenerado en un caos general.

Fuente: <http://www.panamaamerica.com.pa/notas/301169-panamenos-deben-educarse-para-evitar-desintegracion-familiar>