



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**CASO PSICOLÓGICO: ABORDAJE SISTÉMICO ESTRATÉGICO EN CONFLICTOS
EN LA RELACIÓN DE PAREJA**

Línea de investigación:

Salud mental

Trabajo Académico para optar el título de Especialista en Psicoterapia
Familiar Sistémica

Autor:

López Tasayco, Junior Ernesto

Asesor:

Cerna Hoyos, José Alberto
(ORCID: 0000-0002-3160-0485)

Jurado:

Henostroza Mota, Carmela
Ardiles Bellido, José
Espíritu Álvarez, Fernando Julio

Lima - Perú

2021



Referencia:

López, J. (2021). *Caso psicológico: abordaje sistémico estratégico en conflictos en la relación de pareja* [Trabajo académico de segunda especialidad, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/5502>



Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada (CC BY-NC-ND)

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede generar obras derivadas ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



Universidad Nacional
Federico Villarreal

Vicerrectorado de
INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**CASO PSICOLÓGICO: ABORDAJE SISTÉMICO
ESTRATÉGICO EN CONFLICTOS EN LA RELACIÓN DE
PAREJA**

Línea de investigación:

Salud mental

**Trabajo académico para optar el título de Especialista en
Psicoterapia Familiar Sistémica**

Autor

López Tasayco, Junior Ernesto

Asesor

Cerna Hoyos, José Alberto
(ORCID N° 0000-0002-3160-0485)

Jurado

Henostroza Mota, Carmela
Ardiles Bellido, José
Espíritu Álvarez, Fernando Julio

Lima- Perú

2021

Dedicatoria

A mi familia y todos aquellos que me apoyan, acompañándome en cada momento, siendo parte de mi sustento, motivación y decisión en el día a día.

Agradecimiento

A Dios y a mis seres queridos,
compañeros y guías en mi formación
como profesional y como persona.

Índice

Resumen	1
Abstract	2
I. Introducción	3
1.1 Descripción del problema	4
1.2 Antecedentes	5
1.2.1 Antecedentes internacionales	5
1.2.2. Antecedentes nacionales	6
1.2.3. Marco Teórico	7
1.3 Objetivos	17
1.4 Justificación e importancia	17
1.5 Impactos esperados del Trabajo Académico	18
II. Metodología	19
2.1. Descripción del problema en consulta	19
2.2. Sesiones de terapia desarrollada	23
III. Resultados	40
IV. Conclusiones	42
V. Recomendaciones	43
VI. Referencias	44

Resumen

En el presente estudio de caso se trabajó desde el modelo estratégico de la terapia sistémica en una pareja de esposos que a la fecha llevan dos años de casados y cinco años de relación, formalizan la relación antes de que nazca su menor hija, quien a la fecha tiene dos años, a poco del inicio de la convivencia, inician los primeros conflictos. Ambos refieren en la consulta que tienen conductas de violencia verbal, poco compromiso con las tareas domésticas y limitadas muestras de afecto o consideración por ambas partes, lo que resulta en constantes reproches, alejamiento e involucramiento con la familia de origen en los problemas conyugales. La terapia de pareja desde el modelo sistémico estratégico tiene entre sus objetivos el reconstruir el vínculo conyugal mediante la mejora en la comunicación, redefinición de las reglas y la ejecución de tareas en pro de la funcionalidad del sistema familiar, proponiendo objetivos a corto y mediano plazo. Durante el desarrollo de las sesiones se abordaron los sistemas y patrones de comunicación que mantienen a nivel intrafamiliar, así como el establecimiento de límites y fronteras con las familias de origen, observándose la independencia de ambas partes para el fortalecimiento de su propio núcleo familiar, asimismo se identificaron las expectativas que cada uno de ellos sobre el matrimonio, determinando objetivos claros y metas realistas y maduras, es mediante estas estrategias que se observaron cambios significativos positivos en cuanto a la comunicación y vinculación conyugal.

Palabras clave: terapia familiar estratégica, vínculo conyugal, comunicación, interacción familiar, familia de origen

Abstract

At this case we worked from the strategic model of the systemic therapy in a married couple who to date have been married for two years and have been in a relationship for five years, formalize the relationship before their youngest daughter was born, She's two years old; shortly after the beginning of the cohabiting, the first conflicts begin. Both refer in the consulting that they have verbal violence, little commitment to domestic chores and limited displays of affection or consideration by both parties, which results in constant reproaches, estrangement and over involvement with the family of origin in marital problems. Couples therapy from the strategic systemic model has among its objectives to rebuild the conjugal bond by improving communication, redefining the rules and executing tasks in favor of the functionality of the family system, proposing short and medium term objectives. During the development of the sessions, the communication systems and patterns that they maintain at the intra-family level were addressed, as well as the establishment of limits and borders with the origin families, observing the independence of both parties to strengthen their own family nucleus. The expectations that each of them about marriage were identified, determining clear objectives and realistic and mature goals, it is through these strategies that significant positive changes were observed in terms of communication and marital bonding.

Keywords: strategic family therapy, marital bonding, communication, family interaction, origin family

I. INTRODUCCIÓN

El objetivo del estudio del presente caso está dirigido a la descripción de la intervención terapéutica desde el enfoque sistémico estratégico en una familia joven, incidiendo en la relación conyugal, la pareja de esposos refiere comunicación hiriente con conductas de violencia verbal caracterizadas por gritos, amenazas, insultos y ridiculización de las necesidades afectivas de la pareja, evidenciando una comunicación disfuncional. Estas dificultades que se inician antes de la convivencia y se intensifican durante la misma.

En nuestro medio, la conformación de una pareja ha variado a lo largo de la historia de las personas y de los procesos de desarrollo psicosocial, es frecuente encontrar ahora parejas que posponen el matrimonio y que optan por una convivencia acordada. El fenómeno de la violencia viene escalando sostenidamente los últimos años, si bien la agresividad es un instinto natural parte del ser humano desde que nace, puede ser considerado como una respuesta ante una determinada situación de peligro que favorece la alerta, defensa y adaptación al entorno; por otro lado, la violencia es un constructo netamente social, un comportamiento natural del hombre resultado de los roles sociales, valores, normas, etc. Es por esto que la revisión y explicación los casos de violencia gana relevancia, golpes, humillaciones, violaciones, privaciones y hasta feminicidios se han vuelto situaciones cada vez más frecuentes en nuestro ambiente. Según la Encuesta Demográfica de Salud Familiar 2020 (INEI, 2020) “el 54,8% de mujeres (de 15 a 49 años de edad) fueron víctimas de violencia ejercida alguna vez por el esposo o compañero”, y a pesar que este número es menor al de años anteriores sigue siendo alarmante; más aún si comparamos también las estadísticas del Ministerio del Interior (MININTER), quienes

reportan 276,322 denuncias de violencia en el año 2019, número significativamente mayor a los 222,376 casos denunciados en el 2018.

La violencia en las parejas no es ajena a todos los cambios que experimentamos hoy, la pandemia del COVID-19, ha puesto de manifiesto que el número de parejas, especialmente de mujeres que sufren agresión y violencia física, psicológica, sexual o económica por parte de sus parejas es un problema que tiene repercusiones en las víctimas que atentan contra la salud física, emocional, cognitiva, así como también la de sus hijos.

El objetivo de este estudio de caso es dar a conocer a través de la psicoterapia sistémica estratégica de cómo lograr habilidades de resolución de conflictos, mejorar los niveles de comunicación y fomentar acuerdos que faciliten la convivencia conyugal y familiar, que son los problemas más frecuentes que afectan a las parejas, las familias y los hijos de quienes están atrapados en un espiral de violencia.

En el presente estudio se revisarán los antecedentes académicos que fundamentan el abordaje sistémico estratégico como tratamiento eficaz en casos de conflictos y de violencia en la pareja, a su vez se examinan los diferentes factores que mantienen el síntoma de la violencia en la pareja y la familia, subsiguientemente se describe la metodología empleada desde el enfoque estratégico familiar, desarrollando luego la intervención psicoterapéutica aplicada al presente caso, luego se muestran los resultados, conclusiones y recomendaciones del caso.

1.1 Descripción del Problema

La pareja en consulta está conformada por Oscar y Marcia, quienes manifiestan tener una relación conflictiva, consistente en violencia de pareja; se insultan repetidamente, se rechazan, amenazan con terminar la relación, las discusiones se vienen

intensificando en el último año (2020) llegando incluso, Marcia, a sentir temor por alguna posible agresión física.

Ambos se culpan y culpan de la poca empatía que perciben del otro, la esposa indica que su pareja tiene “mamitis” y que es “un hijito de mamá”, a lo que él responde que sus padres son su ejemplo de pareja y que quisiera llevarse con su esposa tan bien como su papá se lleva con su mamá. Asimismo, él reclama que su esposa mantiene una mejor relación con su madre, llegando incluso a contarle sobre sus problemas de pareja, cada vez que discuten ella acude a su madre para solucionar todo tipo de inconvenientes.

1.2 Antecedentes

1.2.3. *Antecedentes internacionales*

Cáceres (2009), en su artículo *Separación, pérdida y duelo de la pareja: Reflexiones imprescindibles para una terapia de divorcio* detalla que el proceso de duelo no necesariamente inicia con la separación física, sino que desde la propia convivencia se va dejando de lado la idealización de la pareja, perdiendo poco a poco el sentimiento de pertenencia al núcleo familiar, el sentirse comprendido por el otro o la resonancia emocional en el otro, de esta manera la confianza va mellando; y es en este proceso en donde aparecen las crisis que desestructuran el vínculo. Asimismo, nos plantea que se deben de tener como mínimo cuatro objetivos de terapia: elaborar las pérdidas de la separación; pasar de la relación conyugal a la post conyugal; definir la relación parental post-separación; y lograr una organización familiar post-separación.

López (2009) en su trabajo titulado *Uso de la terapia familiar sistémica en parejas con conflictos matrimoniales y niños con problemas de atención: un estudio de caso*, hace referencia a la utilidad de la terapia familiar sistémica para tratar los conflictos maritales, identificando que en todas sus escalas aplicadas al caso de estudio resultaron con puntajes

de funcionalidad más alto, asimismo, resalta la utilidad por ser un enfoque más holístico en donde se abordan todos los componentes familiares.

Soria (2010) en su presentación *Tratamiento sistémico en problemas familiares. Análisis de caso* hizo el análisis e intervención sobre un caso de una familia con problemas de pareja y conducta inadecuada del hijo adolescente, utilizando el modelo sistémico estructural, incidiendo en la delimitación de límites claros, así como en la distribución del poder en ambos cónyuges tanto para el establecer las reglas como para la resolución de conflictos, favoreciendo el acercamiento de los cónyuges para la toma de decisiones.

Pineda (2016) en su trabajo titulado *Psicoterapia de pareja, un estudio de caso* indica que favorecer la comunicación asertiva así como el adecuado manejo emocional son los objetivos principales en cuanto a la terapia de pareja, asimismo se debe tomar en cuenta la edad, nivel de instrucción la pareja, así como la fase que atraviesa la familia.

Inchauste (2018) en su trabajo *Terapia sistémica aplicada a un caso de akt'aña en una familia aymara. estudio de caso*, realiza el estudio de caso de una paciente de origen aymara con diagnóstico de bulimia nerviosa, identificando diversos factores que permiten el desarrollo de los síntomas, y resaltando la importancia de la función del síntoma en el sistema familiar estudiado; asimismo resaltó que aún existe cierta violencia ejercida hacia la mujer dentro de la familia tradicional de manera en que se le toma como un ser inferior, sumiso, con responsabilidades y obligaciones muy marcadas y diferenciadas de los varones integrantes de la familia.

1.2.3. *Antecedentes nacionales*

Manrique (2019) en su trabajo *Disfunciones en la comunicación y problemas en la pareja* hace la intervención sistémica en una pareja joven, incidiendo en el mejoramiento de los estilos de comunicación y la redefinición de metas en pro de cambios

que mejoren la relación conyugal, concluyendo en que la intervención sistémica es realmente efectiva en el proceso terapéutico.

1.2.3. *Marco Teórico*

1.2.3.1 La terapia familiar estratégica.

La base de la terapia familiar estratégica fue desarrollada alrededor de los 50s teniendo a Jay Haley como impulsor de la misma, estableciendo como técnicas aquellas que fueron utilizadas por Milton Erikson, adicionalmente se relaciona con el término estratégico por los trabajos de Weakland, Watzlawick y Fish. Haley propone un modelo de terapia breve enfocada en la resolución de síntomas específicos del paciente mediante técnicas directivas, para esto el terapeuta deberá mostrarse como un experto en el tema en cuestión, Haley indicaba que lo más importante de la intervención es que los pacientes vean los problemas resueltos de inmediato para que luego puedan ir comprendiendo el porqué de ellos.

Haley (1980) define con mucha claridad lo que para él es una terapia estratégica: Una terapia se considera estratégica si el clínico inicia lo que ocurre durante ella y diseña un enfoque participativo para cada problema. Cuando se encuentran el terapeuta y una persona con un problema, la acción que tiene lugar está diseñada por ambos, pero en la terapia estratégica la iniciativa corresponde en gran medida al terapeuta. Éste debe identificar problemas solubles, fijar metas, diseñar intervenciones para alcanzarlas examinar las respuestas que recibe para corregir su enfoque y, por último, evaluar el resultado de la terapia para ver si ha sido eficaz.

La terapia familiar estratégica ha sido desarrollada por Jay Haley y su esposa Chloe Madanés, quienes en el 1976 fundaron el Instituto de Terapia Familiar en

Washington desarrollan un enfoque de terapia familiar muy influido por la terapia de Milton Erickson, este modelo de terapia familiar estratégica sostiene que el terapeuta debe asumir la responsabilidad de configurar una estrategia específica basada en la adecuación, flexibilidad y creatividad, que permita resolver los problemas o situaciones del cliente, siendo uno de los objetivos principales de tratamiento ayudar a las familias a superar las crisis que enfrentan en su ciclo vital. El fundamento teórico y su base científica se centra en la teoría general del sistema y la cibernética o comunicación; el foco de intervención es el poder y las secuencias de interacción familiar; el rol principal terapéutico es el directivo en el proceso de cambio, Jay Haley no estudió formalmente la conducta humana, su desarrollo como psicoterapeuta suyo en trabajos realizados en el Mental Research Institute en Palo Alto California, donde se llevaron a cabo investigaciones de terapia familiar su estructura y procesos de comunicación junto a Bateson, Erikson, Weakland, Minuchin y Braulio Montalvo; su esposa Cloe Madanés estudió psicología en Argentina y fue estudiante de Milton Erickson.

Los postulados de la terapia familiar estratégica son:

- Unidad terapéutica: se centra en situaciones sociales no en el individuo.
- Problema o situación: involucra tanto al cliente, su familia nuclear, otros familiares, grupos de padres, profesionales que están en contacto con el problema y considera el contexto social en que ocurre.
- La familia: organización social donde se establecen las jerarquías, reglas, poder y estatus.
- Conducta sintomática: producto de niveles conflictivos de comunicación generados por una organización que funciona de manera inadecuada, debido a jerarquías trastocadas, difusas o incongruentes.

- Problemas: dado por confusiones en la jerarquía familiar, perturbaciones que interfieren en la adaptación al ciclo vital.

Los objetivos del modelo de terapia estratégico son:

- Identificar problemas solubles.
- Fijar metas.
- Diseñar intervenciones por el terapeuta para dirigir alcanzar las metas a la familia.
- Examina de sus respuestas.
- Evaluar el resultado de la terapia.
- Hacer énfasis en la jerarquía y las coaliciones como punto central para perturbar o cambiar estructuras familiares, sin pretender modificar la psicodinámica o estructura familiar sino superar la crisis del ciclo vital.

Los pasos del modelo estratégico son:

- a. La primera entrevista que a su vez consiste en cuatro fases: la fase social, el planteamiento del problema, las fases de interacción y la fase de intervención y establecer el plan de tratamiento.
- b. La evaluación.

a. Etapas de la Primera entrevista:

La primera entrevista usualmente ocurre a través de una llamada telefónica o un referido es donde se obtienen los nombres de los participantes o clientes su dirección, teléfono de contacto, empleo ocupación, experiencias previas de terapia quien, nos refirió cómo contactaron los servicios y una presentación breve del problema o situación.

1. La fase social.

Es el primer contacto entre miembros de la familia y terapeuta, una etapa donde se saludan a la familia y se procura desarrollar un sentimiento de comunidad para ambos,

para el terapeuta y la familia; se evalúa quién se sentó al lado de quien, como son las alianzas, cómo es el estado de ánimo de los miembros de la familia, cómo su relación con los hijos entre sus sistemas para atender, cómo difieren del problema o en dónde están en acuerdo con el problema, quién se relaciona con quién, qué padre con qué hijo, la cercanía o la distancia entre los miembros de la familia, quién contesta primero las preguntas del terapeuta y quién toma más precaución o permanece callado. Éstas son observaciones para realizar una hipótesis inicial de la conceptualización del caso. Es en esta fase social donde ocurrirá todo el proceso de la psicoterapia por la familia ya que los asuntos familiares son dinámicos y estas fases hay que evaluarlas continuamente.

2. Planteamiento del problema.

Se busca plantear a la familia la pregunta sobre por qué han venido o qué problemas les aquejan pasando así de una situación social a una situación de terapia ¿cuál es el problema? ¿En qué puedo hacerles útil? ¿Qué cambios desean lograr? ¿Por qué han venido a verme? El modelo estratégico recomienda primero dirigirse a los adultos, primero aquel que parece estar más desligado del problema y a la vez tratar con mayor atención y respeto a quien se muestre más vulnerable.

3. Etapa de interacción.

En esta etapa se pide a los miembros de la familia que conversen entre sí sobre el problema para alentarlos al diálogo o comunicación familiar, el objetivo es obtener más información de las pautas de comunicación organización, jerárquica y aclarar la estructura familiar. Para el diseño del plan de terapia familiar es importante recopilar toda la información pertinente sobre el problema, estar muy pendiente de cuando se produce el síntoma, de qué manera, dónde y con quién, qué hace cada integrante de la familia cuando aparece el problema, cómo desaparece éste, quién ha tenido un problema similar en la

familia, a quiénes une y a quiénes separa el problema dentro de la familia, qué cosas cambiaría si el problema desapareciera.

Durante todo el proceso, el terapeuta debe de analizar el postulado más importante de este modelo de estratégico, la conducta sintomática. Sobre la conducta sintomática se puede identificarse en diferentes características:

- Involuntaria o voluntaria. Para los terapeutas estratégicos toda conducta sintomática es voluntaria sin embargo aquellas que están relacionadas a enfermedades orgánicas serían involuntarias.
- Desamparo o poder. La persona con la conducta sintomática parece ser la más vulnerable dentro del sistema familiar, sin embargo tiene un poder muy significativo lo que le permite realizar demandas irrazonables, recibir más atención o excusar su conducta.
- Metáfora vs Literal. Los síntomas pueden verse como una metáfora de otra secuencia de problemas o comportamientos en el sistema familiar.
- Jerarquía vs Igualdad. Es un problema como las demandas de más o menos jerarquía.
- Hostilidad vs Amor. Toda conducta tiene un propósito, por lo que es importante determinar el mismo, si va hacia la agresión o hacia el cuidado o protección de algo.

4. Plan de tratamiento o fijación de metas.

Se solicita a la familia que especifique claramente los cambios que desean lograr, es necesario formular los cambios deseados de forma operacionalizada, que sean observables y medibles, la importancia de esta parte radica en que se debe de evaluar el éxito de la terapia.

b. La evaluación:

Junto a la familia se evalúa el logro de las metas alcanzadas y debe ocurrir durante todo el proceso terapéutico en cada sesión.

1.2.3.2 Estrategias de intervención

Directivas directas, son todas aquellas que se realizan en terapia: preguntas; asentir con la cabeza; tareas para la casa; dramatización; metáforas, se utilizan situaciones similares en la dinámica familiar que ayude a disminuir la conducta sintomática. Todo lo que hace el terapeuta constituye un mensaje para que la otra persona haga algo o deje de hacer algo

Directivas indirectas, son utilizadas cuando los pacientes se niegan a seguir lo prescrito por el terapeuta, rechazando todas alternativas dadas para la solución del problema: las tareas paradójicas, son pedirle a la familia o a algún integrante de la misma, que no cambie; otra estrategia indirecta es la ordalía, que es una imposición del terapeuta de una “prueba de fuego” (Haley, 1987), una acción que debe ser tan severa que el cliente prefiera evitar la conducta antes de seguir haciéndola, por lo que a las personas les resulte más difícil tener un síntoma que abandonarlo.

1.2.3.3 Pareja

La palabra “pareja” tiene diferentes acepciones según la Real Academia Española (2021):

1. adj. Igual o semejante.
2. adj. Liso, llano.
3. f. Conjunto de dos personas, animales o cosas que tienen entre sí alguna correlación o semejanza, y especialmente el formado por hombre y mujer.

4. f. Cada una de las personas, animales o cosas que forman una pareja, considerada en relación con la otra. He perdido la pareja de este guante.
5. f. Persona que acompaña a otra en una actividad. Juan es mi pareja de mus.
6. f. Compañero o compañera del sexo opuesto o, en las parejas homosexuales, del mismo sexo. Vive con su pareja y dos hijos.

“pareja de hecho”

1. f. Unión de dos personas que conviven como un matrimonio sin serlo.

Asimismo, podemos referirnos a la pareja como aquella relación significativa, con estabilidad en el tiempo, de consenso mutuo con un fin de matrimonio; pero existen parejas que no tienen el mismo fin, por lo que con el paso del tiempo, el concepto de pareja ha ido evolucionando, el término pareja indica semejanza como vocablo, sin embargo en sociedad nada está más distante de eso, ya que la unión de dos personas únicas e irrepetibles no guarda sentido con la igualdad, semejanza, similitud ni parecido; y es por esto que el acto de mantener una relación sentimental de compromiso, responsabilidad y exclusividad se vuelve tan complejo como lo es. La pareja humana supone matices, contrastes, diferencias, variación y hasta inestabilidad que busca paradójicamente la estabilidad.

1.2.3.4 Ciclos vitales

Según Haley (1980) las parejas atraviesan diversas fases a lo largo de su constitución y desarrollo:

Ciclos vitales de la pareja		Objetivos	Estresores	Habilidades a desarrollar
1	Galanteo.	Conseguir pareja, un puesto de trabajo e identificar valores	Miedo al sexo opuesto, a salir del ámbito familiar, demostrar la eficacia	Mejorar conductas de cortejo.

		familiares transmitidos	en el mundo adulto y decidir qué valores familiares conservar y abandonar.	Gestión de la vida sexual. Habilidades interpersonales. Habilidades laborales. Clarificar valores.
2	El matrimonio y sus consecuencias.	Establecer la relación que se tendrá con las familias de origen, definir el ámbito propio de la pareja y la independencia de las familias de origen.	Consensuar la repartición de los roles con la pareja, planificar a futuro, establecimiento del hogar y rutinas de convivencia, así como de límites con familias de origen.	Habilidades de resolución de conflictos en la pareja. Habilidades laborales. Habilidades para la gestión del hogar.
3	El nacimiento de los hijos.	Tener hijos. Establecimiento de normas de crianza y roles familiares. Establecer nuevos límites a las familias de origen.	Consecuencias del embarazo. Nacimiento de los hijos y sus consecuencias. Educación.	Estilos adecuados de crianza. Estrategias de resolución de conflictos. Afianzamiento de valores propios. Roles de padres.
4	Dificultades matrimoniales del periodo intermedio.	Disfrutar de lo obtenido y gestionar las nuevas situaciones y obligaciones.	Gestión de la carrera profesional. Afrontamiento del duelo por objetivos	Consolidación de habilidades aprendidas.

			<p>no cumplidos y conflictos de nueva situación vital.</p> <p>Administración del tiempo.</p>	<p>Consolidación del territorio propio de la pareja.</p> <p>Consolidación de pautas de interacción de pareja</p>
5	El destete.	<p>Dejar partir a los hijos y confiar en sus capacidades.</p> <p>Aprender a quedarse solos y reorganizar la vida sin los hijos.</p>	<p>El alejamiento de los hijos del núcleo familiar.</p> <p>Reorganización del rol de los padres y ver a los hijos como adultos.</p> <p>Gestión de nuevas formas de comunicación en pareja sin los hijos.</p> <p>Los hijos deben gestionar estresores propios del galanteo y discusiones a partir del destete.</p>	<p>Reorganización de los roles de pareja y padres con hijos fuera del núcleo familiar.</p> <p>Resolución de conflictos en pareja.</p>
6	El retiro de la vida activa y la vejez.	Disfrutar de lo conseguido en periodos anteriores.	<p>Pérdida de relaciones sociales.</p> <p>Disminución de ingresos.</p>	Construcción de nuevas redes sociales o mantenimiento de la antigua.

			Cambios en la organización del tiempo.	Capacidad de disfrutar lo conseguido.
			Afrontamiento de duelos sucesivos.	Capacidad de formular proyectos a corto plazo.

1.2.3.5 Violencia de pareja en el Perú.

De acuerdo al Informe final Violencia contra las mujeres en relaciones de pareja: Patrones de victimización y tipología de agresores (Hernández, W. y Morales, H., 2019), en el Perú la violencia contra las mujeres se ha vuelto un problema persistente sobre el cual hay cada vez más atención, sin embargo es un tema con pocos estudios significativos debido a que por lo general homogenizan tanto a las víctimas como a los agresores, sin tener en cuenta la pluralidad de tipos que existen, es por esto que se plantea que no hay una víctima, sino patrones de víctimas, así como no hay un solo perfil de agresor, sino varios tipos de ellos, es por esto que a nivel de políticas públicas, no se logra alcanzar metas u objetivos más importantes, ya que los programas ofrecidos no están adecuadamente dirigidos a las diferentes poblaciones que requieren de protección.

Con respecto a la violencia de pareja, Bikel y Zanuso (2007) indican:

Las peleas se convierten en el estilo comunicacional habitual cuando hay una gran necesidad de denigrar al otro como única forma posible de huir del dolor, cuando se sobreinvolucra a hijos, familiares, amigos y profesionales por la necesidad de intermediarios litigantes, cuando no existe autocrítica y reconocimiento de la propia responsabilidad, entonces se produce una detención en la etapa de la pelea que conduce al estancamiento del proceso de divorcio y consecuentemente, a la

cronicidad del proceso legal. En esta etapa se produce el mayor descuido de los hijos

1.3 **Objetivos**

1.3.1 Objetivo general

- Reconocer la eficacia del abordaje sistémico estratégico en conflictos en una relación de pareja.

1.3.2 Objetivos específicos

- Redefinir los roles en los cónyuges, favoreciendo la interacción metacomplementaria evitando las respuestas de escaladas simétricas.
- Fomentar la comunicación asertiva que evite las descalificaciones y humillaciones.

1.4 **Justificación e importancia**

El presente estudio de caso tiene como objetivo dar a conocer la eficacia de la terapia sistémica estratégica en el tratamiento de pareja con conductas de violencia. En nuestro medio son frecuentes los reportes de los sistemas de salud mental de las instituciones nacionales y privadas el nivel de violencia existente en las parejas, cuyas consecuencias son lamentables para las mujeres que muchas veces terminan en feminicidios.

El interés por el estudio de la pareja nos lleva y nos crea el interés por desarrollar una propuesta de prevención, promoción e intervención en salud mental en parejas cuyas relaciones atentan contra el bienestar de alguno de sus integrantes también de sus hijos; según Martínez (2006) es la pareja el punto de inicio para desarrollar la forma de relacionarse de todo ser humano de relación que van a estructurar todo el sistema familiar. Si la pareja no logra la acomodación mutua y la complementariedad de sistemas de

creencias y valores puede generar las condiciones para los conflictos conyugales. Cuando esta pareja llega a la etapa de ser padres, si como pareja no están consolidados, como padres tendrán dos posibilidades: o se convierten únicamente en padres negando a expensas de la vida de pareja, o generan síntomas entre ellos y en el sistema familiar en general.

Por lo tanto, el presente estudio de caso se plantea de la siguiente manera ¿si el modelo sistémico estratégico es eficaz como intervención en parejas con conductas de violencia?

1.5 Impactos esperados del trabajo académico

Esperamos que a través del presente estudio de caso dar respuestas de promoción y prevención de la salud mental a eventos que generan violencia en la relación de pareja. La psicoterapia sistémica estratégica brinda la oportunidad de desfocalizar, retirando al conflicto de los individuos, estableciendo un enfoque alternativo donde la relación busca diferentes formas de afrontar el síntoma.

El impacto a lograr con esta intervención en este caso en particular está relacionado a fomentar un estilo de comunicación más funcional, evitando las humillaciones y otras formas de violencia, asimismo se busca establecer expectativas más realistas y maduras sobre el vínculo que mantiene la pareja y la idea de familia a construir con ellos mismos, logrando de esta forma una mejor convivencia.

II. METODOLOGÍA

El método cualitativo es el que se ha utilizado en el presente trabajo, el objetivo de esta metodología gira en torno a comprender el complejo mundo de la experiencia vivida desde el punto de vista de las personas que la viven (Taylor y Bogdan, 1984); dentro de las técnicas de este método se encuentra el estudio de caso, para Yin (1994) el estudio de casos es una investigación empírica que revisa un determinado suceso o acontecimiento en su propio contexto, más aún cuando las características del mismo no se encuentran del todo claras. Siendo la dinámica familiar un fenómeno único y particular que atraviesa diferentes etapas y que guarda relaciones de acuerdo a las posturas de los integrantes, se justifica el estudio de caso como metodología.

2.1. Descripción del caso

2.1.1. *Motivo de consulta*

Pareja llega a consulta argumentando problemas en la convivencia, presentando discusiones frecuentes con gritos, insultos y humillaciones, además se culpan entre si de los maltratos; asimismo ella indica sentirse poco valorada por la labor que realiza en casa y en el cuidado de su menor hija, reclamando que el padre no permanece mucho tiempo ni apoya en casa argumentando que tiene que trabajar y estudiar, él refiere sentirse muy cargado con todo esto y que solo quiere evitar problemas con su pareja.

2.1.1.1 **Presentación actual del problema**

La pareja mantiene una relación desde hace 5 años, ambos refieren que al inicio estaban muy bien, salían juntos y tomaban su tiempo juntos como un escape a sus propias familias, disfrutaban de las actividades que podían compartir y daban el máximo de tiempo libre a su relación, así estuvieron como enamorados por tres años, sin embargo ya

existían discusiones conforme pasaba el tiempo, ya que ella argumentaba que él no le prestaba el tiempo ni la atención como cuando iniciaban la relación, prestándole más atención a su trabajo; luego ella quedó embarazada, por lo que se precipitó el matrimonio por la presión de ambas familias, según ellos refieren. La convivencia inició en un departamento alquilado cerca a la familia de ella, luego de la ceremonia de matrimonio; a las pocas semanas nace su hija, ellos reciben la ayuda de las madres de ambos los primeros meses, pero después, ella se queda a cargo del cuidado de la menor y de la casa mientras él labora en un trabajo dependiente formal. Los episodios de reclamos fueron escalando y poco a poco se convirtieron en insultos, humillaciones y hasta en forcejeos por parte de ambos; ninguno ha denunciado violencia ante las autoridades, mas la familia de ella le ha sugerido que lo haga; él refiere no querer hacerle daño y que prefiere dejarla hablando sola para no llegar a más, mientras que ella indica que le da cólera que él se vaya y la deje con la palabra en la boca, sintiendo que él no se preocupa de cómo se sienta ella. En los últimos meses, él ha iniciado estudios de post grado, motivo por el cual se ausenta de casa los fines de semana, lo que hace que ella le reclame aún más. Acuden a consulta debido a un pedido e insistencia de ella, referidos por una amiga de él.

2.1.1.2 Presentación actual del problema

Ficha de entrevista personal - Esposo

Apellidos y nombres : XXXXX, Oscar

Edad : 34 años

Lugar de nacimiento : Lima

Lugar de residencia : Lima

Grado de instrucción : Superior Completa (Contabilidad)

Número de hijos : 01

Antecedentes familiares : Proviene de una familia estructurada, funcional, su padre (58 años), de ocupación comerciante, sin enfermedades de consideración a la fecha, su madre (55 años), de ocupación ama de casa, sin enfermedades de consideración, mantienen una relación funcional, el segundo de tres hermanos, actualmente convive junto a su esposa y su hija (02 años) en un departamento alquilado en el distrito de San Martín de Porres.

Ficha de entrevista personal - Esposa

Apellidos y nombres : XXXXX, Marcia

Edad : 29 años

Lugar de nacimiento : Huancayo

Lugar de residencia : Lima

Grado de instrucción : Secundaria Completa

Número de hijos : 01

Antecedentes familiares : Proviene de una familia reestructurada, disfuncional, padres separados desde hace 20 años, su padre biológico (60 años), de ocupación transportista, sin enfermedades de consideración a la fecha, su madre (54 años), de ocupación operaria de limpieza, sin enfermedades de consideración, es la tercera de tres hermanas, actualmente convive junto a su esposo y su hija en un departamento alquilado en el distrito de San Martín de Porres.

Para ella la relación era un contraste con su familia de origen ya que sus padres son separados y por lo general presenciaba discusiones entre sus padres o descalificaciones por parte de ambos cuando se referían al otro, asimismo, ella creció junto a su madre y sus dos hermanas, siendo la relación con éstas caracterizada por pocas muestras de afecto, ya que, según ella refiere “cada una veía por una misma”, por lo que

solo se hablaban cuando necesitaban algo; en cuanto a su madre, refiere que es una persona trabajadora y amable, sin embargo por su trabajo no dedicaba mucho tiempo a ellas, solo durante los primeros meses en los que nació su hija percibió que estaba un poco más pendiente de ella porque iba a verla interdiario y le ayudaba con los cuidados de su hija; en cuanto a su padre, manifiesta que es una persona recta y machista, no lo ve mucho porque trabaja viajando y los momentos en que está en Lima no lo busca, solo habla con él por teléfono dos o tres veces por mes; mientras ella crecía siempre lo percibió como una persona poco expresiva y distante.

En cuanto a Oscar, él es el segundo de tres hermanos, proviene de una familia estructurada, sus padres son comerciantes de abarrotes en un puesto del mercado, sin embargo su padre es quien se dedica a tiempo completo al trabajo, mientras que la madre se queda en casa y solo apoya algunos días en el negocio, él refiere que ambos se llevan bien y que ve a su padre como una persona correcta, firme y confiable, que hace todo para que no les falte nada pero no tiene mucha cercanía con él, su hermano mayor es quien más confianza tiene con su padre, ya que ambos trabajan juntos en el negocio, el menor de sus hermanos no trabaja y se queda en casa puesto que ha intentado estudiar varias carreras técnicas pero las ha dejado por despreocupación propia; su madre es con quien tiene mejor relación y más confianza, ella se queda en casa desde algunos años y solo ayuda de forma eventual en el negocio familiar puesto que tiene dificultades en su desplazamiento y sufre de dolores lumbares frecuentes e intensos; él la considera como una persona amable, cariñosa y preocupada por sus hijos, según él refiere es quien “mantiene la casa unida”.

La convivencia de la pareja presenta “altibajos” como ellos mismos refieren, al iniciar las discusiones, por lo general, llegan a los insultos, sacándose en cara la relación que guarda cada uno de ellos con su familia de origen; también se evidencia dificultad en

la expresión de emociones y estilos de comunicación ineficientes. En el aspecto íntimo, la intimidad sexual ha disminuido significativamente desde el inicio de la convivencia, refiriendo que en el último mes han mantenido relaciones sexuales una vez y no han tenido algún otro acercamiento de esa índole.

2.2. Sesiones de terapia desarrollada

SESION	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
1	07/06/2021	45 minutos	Oscar / Marcia
Objetivo	Clarificación del motivo de consulta. Firma del contrato terapéutico. Planificación de las sesiones de terapia de pareja.		
DESARROLLO DE LA SESION			
Etapas de definición del motivo de consulta.	<p>Terapeuta: Bueno, soy el Licenciado Junior López, conmigo van a llevar las sesiones de terapia, díganme ¿En qué los puedo ayudar?</p> <p>Marcia: Doctor, venimos porque ya son muchos problemas que tenemos, siento que gritamos todos los días, hasta a veces ya nos excedemos, así no creo que nuestro matrimonio vaya a ningún lado, lo peor es que mi hija está aún pequeña y no quiero que crezca con nosotros así, pienso que no vamos hacia ningún lado y ya estoy cansada.</p> <p>Terapeuta: Y Ud., Oscar, ¿qué opina respecto a lo que su esposa dice?</p> <p>Oscar: Marcia tiene razón, doctor, discutimos mucho, ella es muy terca en lo que piensa, cree que tiene siempre la razón, y cuando las cosas no se hacen como ella quiere, se molesta, ya no se le puede decir nada, es poco tolerante, y se pone a gritar, de todo grita, si hago algo, me critica y si no lo hago me está reclamando, ya no sé qué quiere de mí. Es muy intolerante.</p> <p>Marcia: ¿Pero por qué me dices intolerante? No soy la única que grita, no estoy loca. ¿Se da cuenta cómo me hace quedar mal?</p> <p>Terapeuta: ¿Pero, cuál específicamente es el problema?</p> <p>Oscar: No creo que solo sea un problema, ella siempre me está reclamando, si me quedo en el trabajo, reclama que trabajo mucho, si llego temprano, dice que no le ayudo cuando llego. Yo estoy estudiando la maestría y ella hasta eso lo ve mal, todo es virtual ahora, trato de estar en la casa llevando las clases con los audífonos, pero no se puede porque ella empieza a hablarme, y como no le escucho bien lo que dice, se molesta y cambia su actitud; como yo en casa a veces no puedo estar tranquilo por lo que ella hace, me voy a la oficina a hacer mis clases y ella se</p>		

	<p>molesta. Encima ella me cuestiona que para qué gasto plata en estudiar, que ese dinero podríamos usarlo para mi hija, yo trato de explicarle pero no entiende, todo esto ya me sobrepasa.</p> <p>Marcia: Yo creo que él ha empezado a estudiar para no estar en casa, para olvidarse que tiene familia, ya no nos quiere ver, no pasa tiempo con mi hija, el trabajo y el estudio lo es todo para él. Yo no le reclamo cosas que no son, solo quiero que él ponga de su parte en la casa. Nunca cumple con lo que dice, no nos ponemos de acuerdo en nada por eso.</p>
<p>Técnica: Pregunta por los intentos de solución.</p>	<p>Terapeuta: Marcia ¿qué han intentado hacer para solucionar los problemas de los que me habla? ¿Quisiera saber qué han hecho o quiénes le han ayudado en esto?</p> <p>Marcia: Yo he hablado con mis hermanas, ellas me apoyan y me escuchan, a mi mamá no le he dicho nada porque no quiero molestarla.</p> <p>Oscar: sus hermanas no solo escuchan, seguro le han estado diciendo cosas a ella, le estarán metiendo cosas en la cabeza, ellas siempre critican también, no sé para qué les cuentas a ellas, es más, las dos son separadas y seguro eso le han dicho a ella.</p> <p>Marcia: Yo les digo a ellas justo por eso, ya han vivido, ellas tienen experiencia sobre cómo debe ser un matrimonio y sobre qué es lo que no debería hacer.</p> <p>Terapeuta: ¿Y que le han dicho?</p> <p>Marcia: Ellas me dicen que me separe pues él no va a cambiar, si ahora que mi hija está pequeña no muestra interés, ¿cómo será más adelante? Ellas me dicen que busque un lugar cercano a mi casa y que vaya con mi hija y que ellas me van a apoyar.</p> <p>Terapeuta: ¿Y Ud. cree que sería lo mejor separarse? ¿De esa manera se solucionaría el problema?</p> <p>Marcia: No sé, no creo que se solucione el problema porque igual seguiremos discutiendo cuando nos veamos por mi hija. Yo no quiero que mi matrimonio fracase. No quiero que mi hija crezca con todo esto, viendo a sus padres discutir o peor aun peleándose, insultándose, no quiero eso para ella.</p> <p>Terapeuta: Oscar, ¿Ud. qué piensa de lo que escucha de Marcia?</p> <p>Oscar: Yo también quiero mejorar nuestra situación, ambos debemos poner de nuestra parte.</p>
<p>Connotación positiva:</p>	<p>Terapeuta: Ante todo quisiera empezar por felicitarles por asistir a terapia, no todas las parejas que tienen dificultades deciden ir a terapia, muchas veces piensan que no hay solución. Al verlos y escucharlos hoy, aquí, dan cuenta de que Uds. quieren superar esto y seguir adelante, quieren llevarse mejor, sin agresiones ni insultos; seguramente quieren un hogar con padres que se quieran y se respeten, y que su hija vea eso.</p>

Reformulación:	<p>Terapeuta: Todas las parejas enfrentan dificultades, la diferencia entre unas y otras es que solo algunas están dispuestas a solucionar sus dificultades. Veo que Uds. son del segundo tipo</p> <p>Terapeuta: Oscar, ¿Qué opinas sobre lo que acabo de mencionar?</p> <p>Oscar: Bueno, pienso que todos tenemos problemas solo que hay que darnos el tiempo y poner ambos de nuestra parte para solucionarlo.</p> <p>Terapeuta: ¿Y qué opinas Marcia, sobre lo que dice Oscar?</p> <p>Marcia: Yo quiero mejorar nuestra relación pero espero que él sea sincero al menos aquí con Ud., porque siempre se hace la víctima y al final es él quien me deja hablando sola. Quiero que él ponga de su parte también.</p>		
Tarea:	<p>Terapeuta: Bueno, por el tiempo que ha pasado en esta sesión, considero importante todo lo que acabo de escuchar, y al menos Uds. están de acuerdo en recibir la ayuda psicoterapéutica tal como lo hemos redactado en el contrato terapéutico, y me gustaría darles una tarea para que lo trabajen hasta nuestra próxima sesión. La tarea para esta semana consistirá en lo siguiente: la próxima sesión traerán por escrito cuatro acuerdos que ustedes puedan establecer de acuerdo a la conversación que tengan entre ustedes.</p>		
SESION	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
2	11/06/2021	45 minutos	Oscar y Marcia
Objetivo	<p>Reporte de la tarea anterior.</p> <p>Exploración de la estructura familiar: Genograma familiar</p> <p>Reconocimiento de la familia de origen en relación a la familia actual.</p>		
DESARROLLO DE LA SESION			
Revisión de la tarea	<p>Terapeuta: ¿Cómo les fue con la tarea asignada?</p> <p>Marcia. Bien Dr., el primer acuerdo al cual hemos llegado es que vamos a dar lo mejor de nosotros para superar esto, por nuestra hija, tenemos que luchar por ella, para que ella sea mejor que nosotros, no queremos separarnos y dejar que nuestra hija vea todo eso, mi mamá y mi papá se separaron cuando yo tenía ocho años y no quiero que ella pase por lo que yo pasé. El segundo acuerdo es el de mejorar nuestros momentos de intimidad sexual y de pareja. Tres: Vamos a ayudarnos a hacer las cosas de la casa. Y cuatro, vamos a dedicar un tiempo para nosotros, al menos dos horas a la semana, hacer algo para divertirnos juntos.</p> <p>Terapeuta: Y Ud. Sr. Oscar ¿Quisieras agregar algo a lo expresado por Marcia?</p>		

	<p>Oscar: Estoy de acuerdo con lo que Marcia dice, yo he pensado en los momentos que podemos compartir como pareja, cuando salimos sentimos todavía que nos divertimos, aun saliendo con mi hija. Sé que a pesar de no tener mucho tiempo libre, podemos hacer cosas juntos, mis padres a veces trabajaban juntos y salían y volvían juntos, me gustaría ser así también con Marcia, llevarnos bien.</p> <p>Terapeuta: Yo los felicito a los dos por haber relatado cosas tan importantes, que van a ayudar a mejorar la relación de pareja.</p>
<p>Técnica trazado de mapa familiar.</p>	<p>Terapeuta: Ahora quisiera proponerles que me ayuden a elaborar un mapa familiar, donde vamos a incluir a sus padres, abuelos, hermanos de cada uno de ustedes para conocer a la familia de cada uno de Uds. y cuáles fueron los principales problemas que ellos también tuvieron.</p>
	<p>Terapeuta: Elaboración del mapa familiar (genograma). Se recoge la información pertinente a la historia del grupo familiar de origen de cada uno.</p> <p>Terapeuta: Marcia, Usted refiere que sus padres se separaron cuando usted tenía ocho años, ¿sabe cuál fue el motivo? ¿Me podría decir cómo le afectó la separación de sus padres?</p> <p>Marcia: no sé el motivo exacto, mi mamá siempre se quejaba de que mi papá no paraba mucho en la casa y que le gustaba estar más con sus amigos que con su familia, además ya después mi papá tuvo otra pareja y no volvió; me afectó que no estaba cuando lo necesitaba, cuando habían reuniones de colegio o cuando tenía que presentar tareas, al final no lo tenía de apoyo a él ni a mi mamá porque ella no se metía mucho en mis cosas tampoco, siempre he hecho mis cosas sola, ella solo venía a ver si todo estaba bien con la casa nomas, no le interesaba mucho por lo que yo pasaba.</p> <p>Terapeuta: de acuerdo a lo que Usted refiere me imagino que le fue difícil estar sin el apoyo afectivo emocional tanto de papá como de mamá.</p> <p>Marcia: Sí, fue muy difícil para mí y creo que lo fue para mis hermanas también. Y pensé que si algún día me casaba quería hacerlo diferente a como lo hicieron papá y mamá.</p> <p>Terapeuta: Oscar, dígame un poco sobre la historia de su familia de origen</p> <p>Oscar: en mi familia no he visto que mis papás se lleven mal, simplemente a veces ni los veía, no eran mucho de discutir.</p> <p>Terapeuta: Y usted Oscar, ¿a cuál de sus padres se siente más cercano?</p> <p>Oscar: Yo siempre he estado más con mi mamá y la veo como que ella siempre ha estado ahí para mí, con mi papá no tengo mucha confianza como con ella.</p> <p>Terapeuta: ¿Por alguna razón no tiene mucha confianza con su papá?</p>

	<p>Oscar: él no paraba mucho en la casa y cuando llegaba no conversaba mucho con nadie, los fines de semana salía a trabajar y no volvía hasta la noche, hasta domingos trabajaba.</p> <p>Terapeuta: Ahora tengo una idea más clara de la familia de origen de cada uno de ustedes y al parecer cada uno de ustedes se esfuerza por emular a uno de sus padres y sin proponérselo casi lo hacen como ellos. Me gustaría saber su opinión de cada uno de ustedes.</p> <p>Marcia: si doctor, creo que al final me he vuelto un poco como mis padres y eso también lo he pensado y por eso es que no quiero seguir así, no quiero repetir lo que ha pasado con ellos, mi hija no merece eso.</p>		
	<p>Oscar: yo creo que mi papá era una buena persona, pero siempre quise pasar más tiempo con él en casa, más que nada para no estar cargando yo solo con todo, pero entendía que si él no salía a trabajar no habría dinero para mantener la casa.</p>		
Etapas de Devolución: Reformulación:	<p>Terapeuta: Los hijos desde el amor que tienen a sus padres, a veces quieren ayudar a compensar lo que ellos nos dan, pero todo lo que hagamos nunca será suficiente y, cuando tenemos pareja repetimos lo que ellos vivieron.</p>		
Tarea:	<p>Terapeuta: Ahora, hemos avanzado mucho esta sesión, quisiera felicitarlos por la apertura que tienen y creo que poco a poco están reconociendo algunos patrones de su familia de origen que han venido repitiendo, y esto es importante porque para tratarse mejor hay que empezar por reconocer cómo cada uno funciona. Es por eso que como tarea para la siguiente sesión deberán traer escrito cómo es cuando discuten, deben poner detalles como por ejemplo: ¿qué sucede para que empiecen las discusiones, cómo se pone cada uno, qué responden, cómo termina usualmente cada discusión, quién cede, etc.? Si tienen alguna duda sobre la tarea me la pueden consultar ahora y si no, pues nos veremos en la siguiente sesión.</p>		
SESION	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
3	16/06/2021	45 minutos	Oscar y Marcia
Objetivo	<p>Revisión de la tarea sesión 2 Redefinición del problema Desafío de la interacción conflictiva Buscar maneras alternativas de expresión de las diferencias</p>		
DESARROLLO DE LA SESION			
	<p>Terapeuta: ¿Cómo les fue con la tarea? ¿Tienen su lista?</p> <p>Marcia. Sí, yo me di cuenta que grito mucho cuando Oscar no me presta atención, no me dirige la palabra y solo ve que hacer sus cosas, es como si yo no estuviera, solo soy mamá y no me dice nada más.</p>		

<p>Revisión de la tarea</p>	<p>Terapeuta: ¿Y Ud. Sr. Oscar?</p> <p>Oscar: Yo siento que cada vez que llego a casa, es otra vez lo mismo, nos gritamos, nos insultamos, y cada vez veo lo negativo de mi esposa, y eso le estoy encarando permanentemente, a veces frente a mi hija, creo que lo que dice Marcia tiene mucha razón, me aburro con ella, como gritar, no contestar el saludo, hablamos malas palabras como dice ella, menos delante de la niña.</p>
<p>Redefinición de la Interacción conyugal - redefinición del problema de consulta:</p>	<p>Terapeuta: Bien como Uds. se han dado cuenta, es una situación que ustedes lo mantienen y eso les da la posibilidad de seguir manteniendo el problema, pero hay que acabarlo. ¿No sé si ustedes están de acuerdo?</p> <p>Marcia: Si, estoy de acuerdo, esta situación tiene que cambiar, no podemos seguir así porque nos hace daño y más aun a nuestra hija.</p> <p>Oscar: Creo que sí, debemos mejorar, le doy la razón, lo malo es que mejoramos uno o dos días y después volvemos a lo mismo.</p> <p>Terapeuta: En toda relación de pareja de todo lo bueno y lo malo cada uno es responsable del 50% de lo que pasa en la relación.</p> <p>Terapeuta: Marcia, ¿qué es lo que Ud. espera de Oscar para no sentirse ignorada?</p> <p>Marcia: Yo quisiera que él me preste más atención y no sea indiferente con todo el esfuerzo que hago, no sólo para él sino viendo a mi hija.</p> <p>Terapeuta: No les parece que al ser indiferente Oscar es como si él en lugar de pareja se sintiera que es no solo el papá de la niña sino también el papá de Marcia y para Ud. imagino que debe ser difícil hacer de marido o de papá de su esposa e hija.</p> <p>Oscar: Muchas veces me siento así.</p> <p>Terapeuta: ¿Cómo así?</p> <p>Oscar: Como si siempre tendría que estar atento a que no les falte nada, tengo que trabajar para que estén tranquilos, pienso que debo ayudarle a Marcia porque ella también hace mucho por nuestra hija pero es tener responsabilidad por las dos, porque si le pasa algo a Marcia no sabría qué hacer. Yo tampoco soy de piedra, me canso.</p> <p>Terapeuta: Todavía no lo tengo claro, si eres esposo de Marcia o padre de ella y de tu hija, porque lo que me refieres está más tendiente a un buen padre a ser un buen marido. Marcia, ¿tú qué opinas?</p> <p>Marcia: Yo sé que él se esfuerza mucho porque no nos falte nada, pero eso no es motivo para que me deje de lado.</p>

		<p>Terapeuta: Marcia, siento y escucho que tú a Oscar lo ves como un buen padre y no como un buen marido, por eso es que las cosas se complican y el diálogo o la comunicación se vuelven confusos. Oscar, ¿tu escuchas lo mismo?</p> <p>Oscar: Bueno, no trato de ser padre de Marcia, solo quiero que ella esté bien para que podamos mejorar como pareja; intento ser buen padre y tal vez he dejado de lado el ser pareja para ella.</p> <p>Terapeuta: Tienes toda la razón, te convertiste en padre de tu mujer y dejaste de ser pareja, y eso confunde a Marcia. ¿Qué opinas Marcia?</p> <p>Marcia: Valoro mucho lo que Oscar hace por nosotras pero yo necesito a mi pareja, no solo a un padre.</p>	
Etapas de Devolución		<p>Terapeuta: Ok, por fin creo que tienen claro lo que tienen que ser, una relación de pareja es ante todo una relación de un hombre y una mujer en estado adulto y no una relación desequilibrada entre un padre y una hija-esposa. ¿Lo comprendieron?</p> <p>Marcia: Es verdad, hemos dejado de ser pareja.</p> <p>Oscar: Nos hemos enfocado más en nuestra hija.</p>	
Tarea:		<p>Terapeuta: Voy a asignarles una tarea para la siguiente sesión. Van a buscar alternativas de expresión de su rol como pareja y su rol de padres, diferencias sobre cómo han venido reaccionando hasta ahora cuando hay algún problema o discusión y cómo podrían hacerlo mejor, las escribirán y traerán para revisarlas la siguiente sesión.</p>	
SESION	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
4	22/06/2021	45 minutos	Oscar y Marcia
Objetivo		<p>Revisión de la tarea 3</p> <p>Redefinición de los límites y fronteras.</p> <p>Continuar con el manejo adecuado de la comunicación</p>	
DESARROLLO DE LA SESION			
Revisión de la tarea		<p>Terapeuta: ¿Cómo les fue con la tarea? Debieron de haber traído un escrito sobre cómo han venido solucionando los problemas hasta ahora y cómo podrían brindar una mejor solución. ¿Lo han hecho?</p> <p>Marcia: He hecho una lista sobre eso, lo que he puesto es que primero, cuando discutimos empezamos por cosas pequeñas, por ejemplo el saludo, o decir las gracias cuando alguno de los dos hace algo, en ese momento, el otro da algún comentario o muestra de molestia, él hace sus gestos y yo puedo decir tal vez que el saludo o las gracias son gratis, desde ahí empezamos, una cosa llega a la otra y terminamos o por gritarnos o por no dirigirnos la palabra, yo me voy con mi hija o a sentarme en la sala y él se mete al baño o al cuarto.</p>	

	<p>Terapeuta: ¿Y Ud. Oscar?</p> <p>Oscar: Si, yo también he escrito algo parecido, he puesto que empezamos a discutir cuando llego a la casa o por algún hecho de gastos de la casa, siempre que llego ella me empieza a decir toro lo que falta en la casa o algún problema de su familia, ahí ya pierdo las ganas de hablar, llego cansado por lo que creo que ese cansancio me hace reaccionar mal a veces, igual una vez que estamos discutiendo ella insiste en decirme cómo debería ser yo, que debería estar más tiempo en casa, salir con ellas, salir con su familia de ella, yo no estoy para eso, le digo que estoy ocupado pero lo toma a mal, ella ya empieza a recriminar que no tengo tiempo para ella y ya se pone diferente, cualquier cosa que pase después ya es otra discusión y nos vamos a los insultos, hasta en algún momento me ha mentado la madre, yo me he molestado en esas ocasiones porque no tiene por qué decir eso, menos en casa, igual en otras ocasiones yo mismo le he respondido igual a ver si a ella le gusta, pero ya se nos va de las manos, peor se pone y hasta me ha tirado cosas, me ha dicho que un día se va a ir con mi hija y no voy a saber nada de ellas, ya le he dicho que no tiene que meter a la bebe en esto pero igual es.</p> <p>Terapeuta: ¿Y qué soluciones han pensado? ¿Cómo alternativas de respuesta han escrito algo?</p> <p>Oscar: Yo he puesto que tal vez podamos tratar de respirar antes de contestar o esperar a estar solos cuando tengamos alguna queja del otro.</p> <p>Marcia: Yo he puesto que debemos de llamarnos más seguido o escribarnos al whatsapp por lo menos para que todo no se acumule durante el día. Muy poco hablamos y por eso cuando él llega tengo que decirle todo lo que sucede porque él siempre para ocupado y para no molestarlo ya no lo llamo.</p> <p>Oscar: Pero tú sabes que puedes llamarme o escribirme en cualquier momento, a veces tal vez no responderé porque pueda estar en una reunión, pero en cuanto me desocupo respondo. Lo que pasa es que ella quiere que le respondan en el momento y a veces no tengo mi teléfono a la mano o me llaman para reuniones.</p>
<p>Interacción</p>	<p>Terapeuta: Por lo que veo Uds. si conocen alternativas de solución, ¿por qué crees Marcia que no los han puesto en práctica o por qué no ha funcionado?</p> <p>Marcia: Pienso que puede ser por el hecho que no tenemos tiempo para ponernos de acuerdo, cuando él llega yo tengo tantas cosas por decirle pero también sé que está cansado, yo también me siento cansada, es fuerte ver por la casa y por mi hija. Por eso me apoyo en mi familia, mis hermanas, ellas me aconsejan que no le diga nada a él porque si no se va a molestar, trato de no incomodarlo, pero igual él llega, hablamos un poco y todo se descontrola.</p> <p>Terapeuta: Oscar, ¿Qué piensas de lo que ha dicho Marcia?</p>

Oscar: Ella asume cosas que no son, siempre se deja llevar por lo que dicen sus hermanas, lo peor es que ellas no son el mejor ejemplo a seguir y ella lo sabe, ambas son separadas y sus relaciones no funcionaron. Igual es con sus amigas, ella les hace más caso a ellas que a mí, por eso ya le he dicho que no les haga caso, ese también es un motivo de discusión, siempre para todo es su familia, sus hermanas y su mamá, la señora es buena, pero trabaja, no pasa mucho tiempo con ella, no se mete mucho tampoco, pero las hermanas son muy cizañosas, como a ellas les ha ido mal a veces hasta creo que quieren que le vaya mal a ella. No se debe dejar guiar por ellas. Mi familia por eso no se mete.

Marcia: Pero no es tampoco que no se metan, tú eres quien al final se va con ellos. Cada vez que tenemos alguna discusión te vas donde tus padres y seguro ellos pensarán que soy yo quien te hace problemas. Él siempre está yendo donde ellos, no acepta que ya tiene su propia familia.

Terapeuta: Escucho a ambos y creo que ambos se han refugiado a su manera donde Uds. creen pueden encontrar una solución para no explotar el uno con el otro, ¿Marcia, no crees que tal vez recurres a los consejos de tus hermanas como una forma evitar separarte de Oscar, porque ves que si discuten más se puedan perder el uno del otro?

Marcia: Yo trato de buscar alguna solución y no sé qué más hacer.

Terapeuta: Y Ud. Oscar, ¿no cree que prefiere evitar las discusiones saliendo de casa, yendo donde sus padres o quedándose en el trabajo para no llegar a mayores con Marcia?

Oscar: Si, trato de que pase el tiempo y tal vez así se puedan solucionar las cosas porque si explotamos podría ser peor.

Terapeuta: ¡Al fin! Estamos de acuerdo entonces en que ambos, a su manera, no quieren separarse, más bien buscan no hacer daño al otro, pero ¿no sería mejor intentar primero buscar soluciones entre Uds. que con otras personas?

Terapeuta: Generalmente, todas las personas tienen un deseo de ser apoyados por su pareja, pero en Uds. pareciera que cada uno busca hacer las cosas por su lado para salir adelante sin ver lo que el otro da o está dispuesto a dar, se esfuerzan por no causarle problemas al otro cuando lo que en realidad están haciendo es dejándolo de lado, apoyándose muchas veces más en su familia de origen que en la familia que han formado. ¿Sienten que su pareja los apoya o tal vez perciban que más están de parte de su familia de origen?

Marcia: Yo siento que él le da más preferencia a su familia, nos deja solas.

Terapeuta: Oscar, ¿sientes que tu esposa te apoya o que más bien solo ve lo malo en ti?

Oscar: Creo que con sus hermanas solo va a quejarse de todo lo que hago.

	<p>Terapeuta: Creo que toda pareja debe ser un equipo, ¿no? Entre ellos mismos, no con sus hermanos o padres, sino uno con su pareja. Cuando le damos más cabida a la familia de origen en momentos de discusiones o problemas ¿en dónde quedaría el otro? ¿Acaso no quedaría en el otro bando? y el problema no es la otra persona, sino la situación. Tendrían que hacer frente a la situación como un equipo. ¿Qué pasaría si en lugar de cada uno ver por su lado, se unieran y afrontaran los problemas juntos? ¿Qué se necesitaría para que eso suceda?</p> <p>Marcia: Que hablemos entre nosotros y confiemos más.</p> <p>Terapeuta: Pero Uds. ¿creen que puedan lograrlo? ¿Podrán confiar más entre Uds. y ser un equipo?</p> <p>Oscar: Yo creo que sí. Si ponemos de nuestra parte, yo voy a poner de mi parte, por ella y por mi hija.</p> <p>Marcia: Yo también lo haré.</p> <p>Terapeuta: Pienso que hoy hemos visto que cada uno de Uds. viene poniendo de su parte para solucionar los problemas, sin embargo para solucionarlos ha dejado de lado a la pareja y ha dejado que su propia familia de origen intervenga, creo que primero podrían buscar que fortalecer su propia relación, su propio equipo y buscar entre ustedes algunas alternativas de solución antes que ir con otras personas.</p>		
Connotación positiva	<p>Terapeuta: También quisiera remarcar su esfuerzo y la honestidad con la que han intervenido hoy, sé que no es fácil aceptar que uno se equivoca o que uno no logra solucionar las cosas solo, pero creo que el decir cómo se sienten es una muestra importante de cuan comprometidos están con su propio progreso, son Uds. muy fuertes, y quedaría creer un poco más en el otro, fortalecer esa confianza que sé que tienen en el otro, consolidarse como equipo.</p>		
Tarea	<p>Terapeuta: Para esta semana les dejaré una tarea que deberán realizar desde ahora en adelante, no tiene fin esta tarea. Sé que todos los días pueden surgir diferentes situaciones complicadas en su hogar, por lo que todos los días en que Oscar llegue a casa, deberán destinar sólo 15 minutos para que Marcia explique algún tema de la casa que no haya podido resolver, en este caso, Marcia, Ud. no deberá compartir el problema con nadie sino hasta que lo haya conversado con Oscar, y Ud. Oscar, junto con Marcia, tendrán que comentar el problema y buscar entre los dos una solución que se pueda aplicar. ¿Entendieron la tarea? Para la siguiente sesión me comentarán sobre cómo les está resultando esta forma de resolver los problemas.</p>		
SESION	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
5	28/06/2021	90 minutos	Oscar y Marcia
Objetivo	<p>Revisión de la tarea 4</p> <p>Continuar con los objetivos de la comunicación funcional</p>		

DESARROLLO DE LA SESION	
Revisión de la tarea	<p>Terapeuta: En la sesión anterior hablamos sobre los límites de las familias y de la confianza que se necesita fortalecer en toda relación, en base a eso se dejó una tarea ¿Recuerdan cuál fue?</p> <p>Marcia: Nos dijo que cada día teníamos que tener 15 minutos al momento en que llegue Oscar para hablar sobre algún problema que haya sucedido en el día, ahí teníamos que ver entre los dos cómo resolverlo.</p> <p>Terapeuta: Entonces, ¿cómo les fue?</p> <p>Marcia: Bueno, creo que si lo pudimos hacer. En los primeros días hasta creo que me faltó tiempo para decirle las cosas, después al tercer o cuarto día ya fue menos el tiempo que usábamos.</p> <p>Oscar: Si, en un inicio fueron los 15 minutos de quejas, pero como también ya buscábamos cómo solucionar, ya como que empecé a ver cómo ella soluciona las cosas.</p> <p>Terapeuta: Oscar, ¿Consideran que hicieron buen equipo?</p> <p>Oscar: Yo creo que sí, tenemos un poco más de confianza, y como que ya le dedicamos un tiempo para los problemas, después de ese tiempo ya no tocamos esos problemas. Quince minutos me pareció poco cuando lo escuché, pero en realidad se habla bastante en ese tiempo.</p> <p>Marcia: Para mí mejoró todo cuando en un momento al tercer día, él me dijo, "sabes qué, confío en ti, tú me avisas nomas". Después de ese día ya como que trataba de solucionar y ya como que me sentí más respaldada.</p> <p>Terapeuta: Excelente, ¿y no han tenido que recurrir a sus familias de origen? ¿Marcia, no has ido con tus hermanas? ¿O tal vez haz visto que Oscar va por mucho tiempo donde su madre?</p> <p>Marcia: La verdad es que si he ido donde mis hermanas pero no he hablado nada sobre los problemas del día, solo he ido a visitarlas como para saludarlas. Oscar no ha salido mucho de casa tampoco.</p> <p>Terapeuta: Oscar, entonces pienso que no has sentido la necesidad de ir a donde tu mamá.</p> <p>Oscar: No, solo hemos hablado por teléfono con mi hermano mayor y mi mamá para ver cómo estaban. Tampoco hemos estado discutiendo estos días.</p>
Interacción:	<p>Terapeuta: Al parecer han encontrado mejores formas de solucionar los inconvenientes que puedan presentarse en casa, pero Uds. también deben saber que en todo hogar hay normas, reglas, límites que se marcan sobre lo que se puede o no hacer. ¿En algún momento Uds. han hablado sobre las reglas que debe haber en casa? Por ejemplo ¿qué hacer cuando están juntos, cuando quieran estar solos, qué hacer cuando alguno no cumple con lo que tiene que hacer, qué está permitido y qué no?</p>

Marcia: No hemos hablado de eso anteriormente, es que cada vez que hablábamos de cualquier cosa en la que no estuviéramos de acuerdo terminábamos gritándonos.

Oscar: Recién las últimas semanas estamos hablando un poco más fluido, tal vez ahora si podríamos poner esas normas porque nuestra hija también está creciendo y a veces yo también quiero ponerle orden pero me aguanto porque no quiero ser muy fuerte con ella, no sé cómo Marcia lo pueda tomar tampoco.

Terapeuta: Sería mejor si dedican un tiempo, en un momento de calma, para poder hablar sobre los temas importantes, porque muchas veces cuando una pareja habla de cuestiones que tal vez no sean cómodas de hablar, es normal que no se llegue a un acuerdo rápidamente. Seguramente Uds. tienen algunos temas de los cuales quisieran hablar, acuerdos que quisieran hacer o algunas normas que tener en casa.

Marcia: Yo creo que sería importante tomar un tiempo para eso, ahora creo que si podríamos hablar sin gritarnos y poder llegar a acuerdos.

Oscar: También creo que sería mejor intentarlo así, tranquilos como estamos y entre nosotros, tomar las decisiones nosotros que no le estén metiendo ideas otras personas a Marcia, estamos poniendo de nuestra parte y creo que hemos mejorado. Ya ella no me reclama por cualquier cosa y primero me dice las cosas a mí, lo bueno es que ya no todo son quejas, ahora siento que me entiende cuando le hablo y no está a la defensiva todo el tiempo.

Terapeuta: Bueno, entonces ya que ambos concuerdan en que si pueden tomar acuerdos y sentar algunas normas en casa, ¿qué temas creen Uds. que quisieran llegar a un acuerdo? ¿Qué tema sería importante trabajarlo hoy?

Marcia: Yo creo que podríamos ponernos de acuerdo en la crianza de mi hija, a veces veo que él como que quiere gritarle porque no le hace caso, es una bebé prácticamente, no puede estar tratándola como un adulto.

Oscar: Por ejemplo eso es algo que yo también quisiera quedar con ella, porque yo veo a mi hija que "se la pasea", hace lo que quiere cuando está sola con ella, porque ella sabe que conmigo no puede, mi hija sabe que tiene que hacerme caso, el problema es que cuando está ella, se engríe, y lo peor es que ella no me deja decirle nada, ya la veo que me mira con una cara como queriéndome pegar, siento que ella me desautoriza, como que no confía en mí.

Terapeuta: ¿Y qué debería de pasar para que te sientas respaldado?

Oscar: Ella podría dejar que yo le llame la atención y no ponerse en el plan de que mi hija es bebé, porque no lo es.

Terapeuta: Marcia, ¿qué piensas de lo que ha dicho Oscar?

Marcia: No creo estar mal, tengo que cuidar a mi hija, yo soy quien paso más tiempo con ella y sé cómo se comporta y lo que quiere, a veces él cree que ella tiene que hacer lo que él dice apenas lo dice, y no es así.

Terapeuta: ¿No crees que él también como padre podría poner ciertas reglas o podría tener su propio estilo de crianza? Porque al poner cierta resistencia al modo en que tu esposo actúa, es como si estuvieras haciendo notar ante tu hija que ella no debería hacerle caso, como si él fuera un visitante más de la casa o tal vez un niño. ¿Lo tomas así?

Marcia: No, él no es ni un visitante ni un niño, solo que me gustaría que sea un poco más calmado con nuestra hija.

Terapeuta: ¿Y quién tiene la forma adecuada de tratar a su hija, Ud.?

Marcia: No, sé que no tengo todas las respuestas pero hago mi mejor esfuerzo.

Terapeuta: ¿Cree que él no hace su mejor esfuerzo? Ambos han ido aprendiendo cómo ser padres y lo seguirán haciendo, cada uno a su estilo, pero eso sí, ambos deben de seguir un mismo objetivo, ponerse de acuerdo por ejemplo en que deben apoyarse entre Uds., su hija no tendría por qué ver que su papá o su mamá desvaloriza las indicaciones del otro; ambos tienen que poner de su parte en esto. Marcia, ¿no lo crees así?

Marcia: Veo que él también se esfuerza, solo que no quisiera que mi hija le tenga miedo de su reacción.

Terapeuta: ¿Tú le tienes miedo?

Marcia: Ahora no, pero antes sí, tenía miedo que en algún momento entre tantos gritos lleguemos a cosas mayores, a yo responder mal y que él se ponga peor y me pegue o peor, que se vaya. (sollozos)

Terapeuta: ¿Quisieras decirle algo a tu esposa, Oscar?

Oscar: Marcia, disculpa si he sido muy duro contigo, sé que estamos mejorando, y yo seguiré poniendo de mi parte para ser mejor familia, tú y mi hija son lo que tengo, son mi motor, solo quiero que seamos una buena familia.

Terapeuta: ¿Y qué sería ser una buena familia para ti?

Oscar: Una familia unida, con mi hija creciendo feliz, viendo a sus padres bien, que nos apoyemos entre todos, que seamos fuertes.

Etapa de Devolución: Connotación positiva - Reformulación		<p>Terapeuta: Los felicito a ambos, ponen mucho esfuerzo para tener una buena familia y eso es admirable. Me parece que ambos buscan hacer lo mejor para la familia pero desde su propia óptica. Ya sabemos que Oscar no puede ser padre de su hija y su esposa, y también hemos hablado de que para solucionar los problemas deben de ser un equipo. Ahora, también es importante que se pongan de acuerdo en las normas y en la forma en cómo quieren que se lleven las cosas en su hogar, que confíen el uno en el otro en que lo que hacen es para mejorar la familia y partiendo desde ahí tomar acuerdos. No es responsabilidad de uno solo el llevar a la familia, ¡Dejen que el otro también haga su parte y confíen en que lo hará bien! ¿Creen que puedan confiar en el otro para esto?</p> <p>Oscar: Yo confío en Marcia. Espero que ella también en mí.</p> <p>Marcia: Yo también voy a confiar en ti Oscar. Tenemos que ser mejores para nuestra hija.</p>	
Tarea:		<p>Terapeuta: Como ya hemos visto el día de hoy que es mejor conversar en un momento tranquilo las cuestiones sobre el hogar en donde se tienen que poner de acuerdo, esta vez tendrán como tarea lo siguiente: Van a encontrar un momento en el que estén tranquilos, tal vez puedan llevar a su hija donde sus abuelos y dejarlos con ellos mientras Uds. tienen un tiempo a solas, ese tiempo lo van a utilizar para acordar sobre los temas de crianza, de gastos económicos, sobre visitas a familiares u otros temas en los sientan que necesitan ponerse de acuerdo para ir en la misma dirección junto con su pareja; en la siguiente y última sesión, traerán esos acuerdos escritos. ¿Está bien? Si tuvieran alguna duda sería bueno que lo digan ahora, si no es así bueno nos veremos en la siguiente sesión.</p> <p>Oscar y Marcia: Todo bien, claro.</p>	
SESION	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
6	05/07/2021	90 minutos	Oscar y Marcia
Objetivo	Reporte de la tarea de la semana 5 Cierre		
DESARROLLO DE LA SESION			
Revisión de la tarea	<p>Terapeuta: ¿Qué tal? ¿Cómo les fue con la tarea? Coméntenme.</p> <p>Marcia: Doctor, tuvimos primero problemas porque no encontramos un tiempo adecuado, primero pensamos hacerlo el feriado, pero ese día preferimos salir con mi hija e ir a visitar a la casa de mi mamá y de mi suegra después. Recién el sábado quedamos para que mi hijita se quede con mis suegros por la tarde aprovechando que no tenía clases Oscar ese día.</p> <p>Terapeuta: ¿Pero lo hicieron? ¿Qué tal les fue Oscar? ¿Qué acordaron? ¿Les fue difícil?</p>		

	<p>Oscar: Si, primero quisimos ponernos de acuerdo en lo que respecta al cuidado de nuestra hija y sobre que ella va a ser la que cuando esté bajo su cuidado debe de poner el orden y cuando esté yo pues ella va a dejar que no desautorizarme y yo tampoco a ella. Después hablamos sobre las visitas a nuestros padres, sé que su mamá quiere ver a su nieta también, así como mi mamá, por eso hemos decidido visitarlos por lo menos 2 fines de semana al mes a cada uno, vamos a ver que podamos ir a almorzar o sino invitarlos a que vengan y tal vez por la noche podamos ir a cenar a donde mis papás pues ellos están libres después de almuerzo.</p> <p>Terapeuta: ¿Fue difícil llegar a acuerdos, Marcia?</p> <p>Marcia: Lo más difícil fue en cuanto a lo económico, a los gastos. Yo sé que ahora no estoy trabajando fijo, solo vendo algunas cositas que hago en casa como dulces y otros, pero quiero ayudar porque también veo que se gasta en casa con mi hija, además él está pagando lo de la maestría y estamos ajustados.</p> <p>Terapeuta: ¿Y a qué acuerdo llegaron?</p> <p>Marcia: Algo, no del todo porque lo único que hemos visto es en hacer una lista de los gastos que se hacen diariamente y él me va a enseñar a llevar las cuentas de casa, por mi parte yo quiero empezar a hacer semanalmente algún dulce para ofrecer y vender desde casa, para ver cómo nos va, en eso él me va a ayudar a llevar las cuentas también, ya me ha explicado un poco de cómo hacer para que sea más rentable. Ojalá nos vaya bien.</p> <p>Terapeuta: Veo que han hecho acuerdos muy importantes, Oscar, ¿podrán cumplirlos?</p> <p>Oscar: Yo creo que sí, porque ambos estamos cediendo y sabemos que es lo mejor para nuestra familia.</p>
<p>Interacción:</p>	<p>Terapeuta: ¿Y cómo se están tratando? ¿Han tenido la necesidad de gritarse en estos días?</p> <p>Marcia: Yo en un momento sí, como que alcé la voz, en ese momento él me miró pero no gritó ni se fue como antes, en ese momento me di cuenta y le pedí que me disculpara, fue por una tontería, lo que pasa es que estaba con otras cosas en la cabeza, de mis hermanas que no le ayudaban a mi mamá, por eso había renegado con ellas, lo peor es que me dijeron que yo no ayudaba tampoco. Me sentí mal por no poder ayudar a mi mamá.</p> <p>Terapeuta: ¿Cómo lo tomaste tú, Oscar?</p> <p>Oscar: Yo ya la veía un poco mal, por eso la entendí y traté de calmarme. Sus hermanas no van a cambiar, para ellas nunca tienen la culpa.</p> <p>Marcia: Pero es mi familia, son mis hermanas y es mi mamá. No puedo dejar de sentirme con responsabilidad de ella.</p>

	<p>Terapeuta: Muchas veces no podemos controlar todo, así queramos difícilmente podemos estar en todos lados y ayudar a todo el mundo que nos interese. También es importante reconocer que un enfermo no puede cuidar de otro enfermo, primero sería mejor fortalecerse Uds. como familia para después poder ayudar más a los demás. Creo que es muy bueno que te preocupes por tu madre pero ella también tiene recursos como para afrontar lo que esté pasando, siempre serás su hija y ella lo sabe.</p> <p>Marcia: Ella siempre se ha preocupado por mí, a pesar de que trabajaba siempre la veía preocupada por nosotras.</p> <p>Terapeuta: Uno puede ayudar desde la situación en la que se encuentra, dando lo que puede dar y creo que lo que más quisiera tu madre es que seas feliz y que te encuentres bien. ¿O tú no quisieras lo mismo para tu hija cuando ella tenga ya su familia?</p> <p>Marcia: Creo que sí, quisiera que mi hija tenga su tranquilidad y no hacerla preocupar.</p> <p>Terapeuta: Entonces creo que lo mejor que podrían hacer ambos primero como pareja sería fortalecerse y a su vez puedan ser mejores padres, comunicándose mejor y apoyándose. ¿Están dispuestos a seguir mejorando de esa manera?</p> <p>Marcia: Si, debemos ser mejores para nuestra hija y para nosotros mismos también como pareja.</p> <p>Oscar: Entiendo a Marcia, su preocupación por su familia también, porque yo también me preocupo por mis padres, y ellos mismos me han dicho que primero vea por mi esposa y mi hija, así que yo también estoy de acuerdo con mejorar primero nosotros como familia.</p>
Interacción:	<p>Terapeuta: Ahora quisiera que me comenten si han percibido cambios en Uds. desde que empezó la terapia, ¿qué cambios han notado? ¿Han mejorado en algún sentido?</p> <p>Oscar: Pienso que sí, he notado que nos hablamos mejor, ya no nos estamos gritando, le estamos dedicando un tiempo para solucionar las cosas juntos, he entendido que primero son mi esposa y mi hija, primero debo ver que ellas estén bien, también que es importante darnos un tiempo para cada cosa.</p> <p>Terapeuta: Y Ud. Marcia, ¿hubo alguna mejora?</p> <p>Marcia: si, definitivamente. Ya no nos gritamos, lo veo más comprometido con nosotras y yo también estoy entendiendo que él si nos quiere solo que todo tiene su tiempo, su trabajo también es importante para mí.</p> <p>Terapeuta: ¿y Uds. creen que estos cambios son temporales o pueden ser parte de su relación, pueden mantenerse en el tiempo?</p> <p>Oscar: Hay que mantenerlo, sé que las cosas cambian pero para todo hay solución, más aun si se conversa y llegamos a acuerdos.</p> <p>Terapeuta: ¿y Ud. Marcia?</p>

	<p>Marcia: Claro, hablando uno se entiende, hay que darnos el tiempo nomás.</p>
Escala de avance	<p>Terapeuta: Muy bien, entonces, para calificar el progreso de cada uno de Uds. a lo largo de estas 6 sesiones, con relación al motivo de consulta por el que vinieron, los malos tratos que tenían entre sí, la sobrevinculación con su familia de origen y las dificultades para llegar a acuerdos entre Uds. mismos; me gustaría que escriban en esta escala del 1 al 10 en qué situación se encuentran, siendo 1 un avance mínimo y 10 que ya no existen problemas.</p> <p>Marcia: (Marca el 8) Yo creo que hemos avanzado mucho y aún podemos seguir mejorando.</p> <p>Oscar: (Marca el 8) Si bien no nos gritamos como al inicio, creo que necesitamos mejorar a controlarnos cuando tenemos problemas fuera de casa aún.</p>
Connotación positiva	<p>Terapeuta: A lo largo de este tiempo Uds. han demostrado querer ser mejores, no solo para Uds. sino para su hija, para tal vez no fallar como han visto fallar a otras personas, para no hacer ni hacerse daño. Han demostrado mucha valentía, primero para aceptar y buscar ayuda, luego han sido honestos aquí y entre Uds. también, esos valores son los principales en un hogar: compromiso, respeto, honestidad y pasión. Es lo que he visto en Uds. y lo que me gustaría que transmitan desde su hogar.</p>
Cierre	<p>Terapeuta: con esto damos por terminado este proceso terapéutico, de igual forma, vamos a contactarnos en aproximadamente 6 meses para ver cómo siguen las cosas en casa.</p>

III. RESULTADOS

Los resultados encontrados durante las intervenciones psicoterapéuticas (06) trabajadas con la pareja se encontraron lo siguiente:

En la primera sesión se tuvo como objetivo la clarificación del motivo de consulta, la firma del contrato terapéutico y la planificación de las sesiones a seguir; durante este proceso se evidenció la presencia de hechos considerados como violencia (gritos, humillaciones, desvalorizaciones, empujones y jalones) por parte de ambos como forma de expresión de sus propias molestias y limitaciones de comunicación, por lo que se procedió a resaltar la intención de la pareja de mejorar su dinámica, reformulando la situación de manera que ambos, a su manera buscan resolver los problemas por su cuenta.

En la segunda sesión los objetivos fueron el reporte de la tarea asignada previamente, así como la exploración de la estructura familiar mediante el genograma familiar, identificando a las familias de origen con relación a la familia actual; en este proceso se encontraron patrones familiares que se buscan evitar en la pareja pero que se han replicado a pesar de sus esfuerzos; por lo que se reformula la relación que mantienen en pro de que la pareja evidencie más claramente su accionar.

Durante la tercera sesión se buscó que revisara la tarea previa, redefinir los problemas explorados, fomentar la interacción conyugal e identificar alternativas de expresión de las diferencias; se observó también el desplazamiento del rol conyugal por el rol paternal que mantiene la pareja, así como la poca confianza que tuvo Oscar en la capacidad de resolución de problemas de su pareja; por lo que se hizo la redefinición de dicho vínculo, resaltando la importancia de precisar los roles conyugales y parentales.

El transcurso de la cuarta sesión tuvo como objetivo la revisión de la tarea propuesta la sesión anterior, asimismo se encontró que la pareja mantenía una comunicación caracterizada por los insultos, humillaciones y desvalorizaciones, por lo que se realizó la reformulación de los límites y fronteras, proponiendo adecuados estilos de comunicación y resolución conjunta de los problemas que se suscitan.

En la quinta sesión se incidió en la comunicación funcional así como fomentar la interacción conyugal, identificando limitaciones en cuanto al establecimiento de las normas de convivencia, por lo que se trabajó sobre la base de la comunicación y reconocimiento de los esfuerzos del otro.

Por último en la sexta y última sesión se realizó la evaluación mediante el reconocimiento de la escala de avance con relación al motivo de consulta, connotando positivamente los logros obtenidos y cerrando el proceso terapéutico familiar estratégico indicando un seguimiento en un plazo no menor de seis meses.

De acuerdo a los objetivos y al problema planteado se pueden afirmar el modelo de la psicoterapia sistémica estratégica si es eficaz en el tratamiento de la violencia en las relaciones de pareja.

IV. CONCLUSIONES

El abordaje sistémico estratégico en la relación de pareja prioriza la intervención particular sobre los problemas o síntomas que se presentan, recurriendo a técnicas directivas en pro de la búsqueda de alternativas de solución de problemas concretos, visibles y realistas, teniendo en cuenta el ciclo vital en el que se encuentra la pareja.

El establecimiento de los límites es vital para el desarrollo de la pareja, favorece el proceso de independización de la misma y provee un espacio idóneo para el desenvolvimiento e interacción conyugal, lo que permite que se promuevan alternativas de solución novedosas, realistas y consensuadas en el hogar.

Por otro lado es importante resaltar la diferenciación de la relación conyugal de la parental, buscando que fortalezca primero lo conyugal para complementar lo parental, *primero se es pareja y luego padres*, esto favorece la interacción, comunicación eficaz y acercamiento en la pareja, evitando las escaladas simétricas en la relación e incongruencias jerárquicas en el matrimonio al desarrollarse un determinado síntoma, ya que esto puede devenir en algún hecho de violencia.

V. RECOMENDACIONES

1. Para cualquier intervención es necesaria la determinación clara y precisa del motivo de consulta, por lo que es recomendable establecer, junto con la pareja las características del síntoma, ya que no solo se debe de ver de un aspecto analógico, sino también metafórico, lo que implica enfatizar en las secuencias comportamentales para redefinir el problema.
2. Es importante también incidir no solo en la relación que mantiene la pareja, sino también establecer los límites y fronteras con las familias de origen de ambas partes.
3. Existe también la necesidad de delimitar objetivamente los subsistemas conyugal y parental, dejando claro que la intervención no podrá ser exitosa si no se logra priorizar la comunicación asertiva en la pareja.
4. La efectividad de las técnicas aplicadas se encuentran en función a la adecuada determinación de objetivos de cada sesión, por lo que es recomendable la adecuada planificación terapéutica.

VI. REFERENCIAS

- Andolfi, M. (1991). *Terapia familiar: un enfoque interaccional*. Paidós.
- Bikel, R. & Zanuso, L. (2007). Hasta que la muerte nos separe. Divorcio, duelo, reparación y correlaciones judiciales. *Sistemas Familiares*, 23(2), pp. 59-69.
<http://catalogosuba.sisbi.uba.ar/vufind/Record/201603170442036098>
- Caceres, C. (2009) Separación, pérdida y duelo de la pareja: reflexiones para una terapia de divorcio. *Revista de Familias y Terapias*. 27, pp. 41-60
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4756913>
- Espriella, R. (2008) Terapia de pareja: abordaje sistémico. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37 (Supl.1), pp 175-186.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502008000500014
- Estrada, L. (1991). *El ciclo vital de la familia*. Posada.
- Haley, Jay (1980) “*Trastornos de la emancipación juvenil*”. Amorrortu editores.
- Haley, Jay (1980) *Terapia no convencional. Las técnicas psiquiátricas de Milton H. Erickson*. Amorrortu editores.
- Haley, Jay (1987) *Terapia de ordalía. Caminos inusuales para modificar la conducta*. Amorrortu editores.
- Hoffman, L. (1987). *Fundamentos de la terapia familiar: Un marco conceptual para el cambio de sistemas*. Fondo de Cultura Económica.
- Inchauste García, Shirley. (2018). Terapia sistémica aplicada a un caso de akt’ña en una familia aymara. estudio de caso. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 16(1), pp. 31-60.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612018000100002

- López, M. (2009). *Uso de la terapia familiar sistémica en parejas con conflictos matrimoniales y niños con problemas de atención: un estudio de caso* [Tesis de grado, Universidad san Francisco de Quito]. <https://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/682>
- Manrique, I. (2019). *Disfunciones en la comunicación y problemas en la pareja* [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional Federico Villarreal]. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3338>
- Martínez, P. (2006) El método de estudio de caso: estrategia metodológica de la investigación científica. *Pensamiento & Gestión*, 20, pp. 165-193. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64602005>
- McGoldrick, M. y Gerson, R. (1987). *Genogramas en la evaluación familiar*. Gedisa
- Minuchín, S. (2009). *Familia y Terapia Familiar*. Gedisa.
- Pineda, M. (2016). Psicoterapia de pareja, un estudio de caso. *Educación y Salud Boletín Científico de Ciencias de la Salud del ICESA*, 5 (9). <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICESA/article/view/2255>
- Real Academia Española: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.4 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [Recuperado 15 de agosto de 2021]
- Sánchez, R. (2000). *Terapia Familiar: Modelos y Técnicas*. Manual Moderno.
- Sauceda, J., y Maldonado, J. (2003). *La familia: su dinámica y tratamiento*. Organización Panamericana de la Salud.
- Soria, R. (2010). Tratamiento sistémico en problemas familiares. Análisis de caso. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 13 (3), pp. 87-104. <http://www.journals.unam.mx/index.php/repi/article/view/22593>
- Taylor, S. J. y R. Bogdan (1984) *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Paidós.

Yacuzzi, E (2005): *El estudio de caso como metodología de investigación: Teoría, mecanismos causales y validación*. Universidad del CEMA
<https://econpapers.repec.org/paper/cemdoctra/296.htm>

Yin, R. (1994): *Case Study Research: Design and Methods*. Sage Publications.