



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TERAPIA SISTÉMICA ESTRUCTURAL Y DUELO

Línea de investigación:

Salud mental

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

Autora:

Gómez Ayala, Berta Angélica

Asesor:

Manrique Rivera, Ilich Alexis
(ORCID: 0000-0002-8431-1118)

Jurado:

Llancán Obispo, Jaime Daniel

Aliaga Ponce, Carmen Rosa

Ramírez Magallanes, Ada

Lima - Perú

2023



TERAPIA SISTEMICA ESTRUCTURAL Y DUELO

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%

INDICE DE SIMILITUD

18%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.comillas.edu Fuente de Internet	3%
2	docplayer.es Fuente de Internet	2%
3	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
4	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	www.usat.edu.pe Fuente de Internet	2%
6	www.prensalibre.com Fuente de Internet	2%
7	eprints.uanl.mx Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD Trabajo del estudiante	1%
9	repositorio.ug.edu.ec Fuente de Internet	



FACULTAD DE PSICOLOGIA/ ESCUELA UNIVERSITARIA DE POSGRADO

TERAPIA SISTÉMICA ESTRUCTURAL Y DUELO

Línea de Investigación:

Salud Mental

Trabajo Académico para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional

en Psicoterapia Familiar Sistémica

AUTORA:

Gómez Ayala, Berta Angélica

ASESOR:

Mg. Manrique Rivera, Ilich Alexis

Código ORCID:

0000-0002-8431-1118

JURADO:

Llancán Obispo, Jaime Daniel

Aliaga Ponce, Carmen Rosa

Ramírez Magallanes, Ada

LIMA – PERÚ

2023

Pensamientos

La familia es la base sólida y fundamental del ser humano en todas las etapas del ciclo vital; asimismo para poder entender los cambios dentro del sistema familiar como son las interacciones y la vinculación, es importante la comunicación fluida.

La familia tiene una memoria. Lo que de ella sale a la luz es un regalo para nosotros.

Bert Hellinger

La vida no es lo que se supone que debe ser. Es lo que es. La forma de lidiar con ella es lo que hace la diferencia.

Virginia Satir

Dedicatoria

Dedico el presente trabajo a Dios quien siempre está presente en mi vida otorgándome bendiciones de fortaleza a seguir, a mi madre que estuvo hasta el final y mi familia quienes me apoyan y son mi motivación constante que me impulsa a alcanzar mis metas trazadas.

Agradecimientos

Gracias a Dios nuestro y a mi sistema familiar que siempre están presentes y son mi apoyo, fortaleza e impulso para lograr mis objetivos.

También a mi familia de origen, que me formaron con grandes valores para mi vida personal y profesional.

Agradezco profundamente a la Universidad Nacional Federico Villarreal, por la oportunidad de brindarme estudiar en esta casa de posgrado de la segunda especialidad.

A mis grandes maestros de la formación académica y a mi asesor del caso de estudio, que con sus enseñanzas transmitidas me motivaron a profundizar el enfoque de la Terapia Familiar Sistémica.

Así mismo a las personas involucradas en la realización de este proyecto de estudio del caso.

Índice

Pensamientos.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimientos	iv
Índice de tablas	vii
Índice de Figuras.....	viii
Resumen.....	ix
Abstract.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	11
1.1. Descripción del problema.....	12
1.2. Antecedentes	13
1.2.1. Antecedentes Nacionales	13
1.2.2. Antecedentes internacionales.....	14
1.2.3. Fundamentación Teórica.....	15
1.2.4. Técnicas	18
1.3. Objetivos	23
1.4. Justificación.....	24
1.4.1. Justificación teórica	24
1.4.2. Justificación metodológica.....	24
1.4.3. Justificación práctica.....	24
1.5. Impactos esperados del trabajo académico	25
II. METODOLOGÍA	26

2.1.	Tipo y diseño del trabajo en estudio de caso.....	26
2.2.	Ámbito temporal y espacial del estudio de caso.	26
2.3.	Participante.....	26
2.4.	Técnicas e instrumentos utilizados en el estudio de caso.....	27
	Descripción de los instrumentos.....	27
	Evaluación psicológica.....	27
1.6.	Plan de Intervención.....	30
	1.6.1. Plan de intervención y calendarización.....	30
	1.6.2. Programa de intervención.....	33
1.7.	Consideraciones éticas.....	34
III.	RESULTADOS.....	35
	3.1. Discusión de los resultados.....	35
IV.	CONCLUSIONES.....	37
V.	RECOMENDACIONES.....	38
VI.	REFERENCIAS.....	39
VII.	ANEXOS.....	43

Índice de tablas	Pág.
Tabla 1 Técnicas específicas utilizadas en las sesiones.....	31
Tabla 2 Sesiones psicoterapéuticas	43

Índice de Figuras

Figura 1. Genograma pre terapia	60
Figura 2. Genograma post terapia	61

Terapia Sistémica Estructural y Duelo

Gómez Ayala, Berta Angélica

Universidad Nacional Federico Villarreal

Resumen

La presente investigación describe la intervención a través del Modelo Estructural de la terapia familiar en una paciente mujer adulta con pérdida reciente. El propósito fue examinar los efectos de la terapia sistémica en la recuperación emocional durante el proceso de duelo. Cuando se rompe un vínculo creado por la persona, esta ruptura genera un sentimiento de pérdida y es necesario elaborar el duelo para superarlo y como este proceso puede complicarse, es importante para entender a su vez el duelo en la familia. Pereira (2016) menciona que el proceso de duelo impacta no sólo a nivel individual, sino también en el sistema familiar y en el contexto social; sin embargo, el proceso habitual ha sido un tratamiento individual, esta conceptualización, al excluir al resto de los miembros, no sólo dificulta la resolución, sino que puede provocar la aparición síntomas en otros miembros de la familia. Los resultados de la terapia produjeron cambios en la dinámica familiar y en la actitud y comportamientos del sistema familiar tanto en relación a la paciente sino también en el proceso de duelo familiar. Esta terapia va enfocada a que las familias no caigan en adaptaciones disfuncionales y, para ello, promueve que las familias realicen con éxito cada una de las tareas imprescindibles para seguir creciendo como familia.

Palabras clave: enfoque sistémico, dinámica familiar, duelo

Abstract

The present investigation describes the intervention through the Structural Model of family therapy in an adult female patient with a recent loss. The purpose was to examine the effects of systemic therapy on emotional recovery during the grieving process. When a bond created by the person is broken, this rupture generates a feeling of loss and it is necessary to elaborate the duel to overcome it and since this process can be complicated, it is important to understand the duel in the family. Pereira (2016) mentions that the grieving process impacts not only at the individual level, but also in the family system and in the social context; however, the usual process has been individual treatment. This conceptualization, by excluding the rest of the members, not only makes resolution difficult, but can also cause symptoms to appear in other family members. The results of the therapy produced changes in the family dynamics and in the attitude and behaviours of the family system both in relation to the patient but also in the family mourning process. This therapy is focused on preventing families from falling into dysfunctional adaptations and, to do so, encourages families to successfully carry out each of the essential tasks to continue growing as a family.

Keywords: systemic approach, family dynamics, grief

I. INTRODUCCIÓN

El duelo es una respuesta emocional natural y compleja que se presenta ante la pérdida significativa de un ser querido o de una situación importante en la vida de una persona. Es un proceso que afecta no solo a nivel individual sino también a nivel familiar y social (Moriconi y Calvo, 2020). Siendo que el proceso de duelo impacta no sólo a nivel individual, sino también en toda la esfera del humano (individual, familiar y social) el afrontamiento se debe centrar sin excluir en el resto de los familiares. Pereira y Linares, (2022) comunican que, “al proceder desde un punto individual, focalizando al paciente identificado (PI) se corre el riesgo no sólo de prolongar el sufrimiento, sino de crear otras patologías en otros miembros del sistema” (p. 34). Se crea de este modo una dificultad adicional en la resolución del duelo. La Terapia Familiar Sistémica se basa en el enfoque de que las personas y sus problemas se entienden mejor dentro del contexto de sus relaciones familiares y sociales. El Ministerio de Salud (MINSA 2020) considera que cuando una persona no encuentra formas saludables de calmar su pena, puede encontrarse vulnerable al desarrollo de un duelo patológico que puede traer consecuencias muy graves para la salud mental de las personas y su entorno.

El presente trabajo se estructura en las siguiente secciones; la primera, se inicia con la introducción, descripción del problema, antecedentes, nacionales e internacionales, revisión teórica de la literatura sobre el duelo y la Terapia Familiar Sistémica con enfoque estructural, objetivos, justificación e impacto del presente estudio. En la segunda sección se describe el proceso metodológico empleado para el estudio de caso en el Centro Médico Inmaculado Corazón de La Molina, detallando la selección del caso y las herramientas de recolección de datos utilizadas. En la tercera sección se detalla los resultados alcanzados, su discusión y seguimiento. En la cuarta, quinta, sexta y séptima sección se mencionan las conclusiones; recomendaciones, referencias y anexos.

1.1.Descripción del problema

El duelo es un proceso transitorio que sirve para sanar el shock emocional que se vive al experimentar la pérdida de alguna persona u objeto que tuvo un rol significativo en la vida. Esta etapa es inevitable y totalmente normal en el ser humano, “cada uno lo vive de forma diferente y se va superando paulatinamente con el paso del tiempo, apoyándose emocionalmente del entorno social para finalmente, aceptar y adaptarse a un nuevo ritmo de vida” (Neimeyer, 2001, p.85). Según Flores, et al. (2021), durante la pandemia del Covid en el Perú el padecimiento por duelo se elevó a un 60% durante los últimos dos años sumándole a eso la presencia de condiciones mentales que pudieron desencadenarse en el proceso como la ansiedad, depresión y estrés.

La presente investigación se adentra en el proceso de duelo de Carmen Rosa, una mujer de 78 años que ha sido impactada por la pérdida de su hija mayor, ocurrida en el mes de febrero del presente año a causa de un accidente cerebro vascular (ACV), lo que ha sumergido a Carmen Rosa en un estado de profunda tristeza y desesperanza agravada por el hecho de no haber podido despedirse de ella.

Esta investigación tiene como objetivo principal examinar la efectividad de la Terapia Familiar Sistémica en el abordaje del duelo en el contexto específico de Carmen Rosa y su familia. Al comprender en profundidad los desafíos emocionales y estructurales que enfrentan, se pretende generar conocimientos y recomendaciones prácticas que puedan mejorar la calidad de atención psicológica y el bienestar emocional no solo de Carmen Rosa sino también de otras personas que enfrentan situaciones similares de pérdida. La investigación también aspira a contribuir al campo de la psicoterapia, enriqueciendo la comprensión y aplicación de esta modalidad terapéutica en el contexto de duelo familiar y favoreciendo la atención integral de las personas en situaciones de pérdida.

1.2. Antecedentes

1.2.1. Antecedentes Nacionales

Castillo y Cespedes (2022) analizan el duelo patológico, partiendo de la siguiente pregunta de investigación: ¿De qué manera afecta el duelo patológico en el bienestar general de la persona? Para responder a esta interrogante se planteó describir el duelo patológico y sus características. La autora reflexiona cómo en este proceso es importante el afrontamiento del sujeto para la aceptación de la pérdida y por consiguiente la disminución de la intensidad de los síntomas, pues cuando la persona no tiene la capacidad de afrontamiento, el proceso toma un rumbo distinto al previsto y se torna desadaptativo, provocando una fijación en esta etapa, en la cual la persona no puede mirar hacia el futuro y percibe un entorno lleno de desesperanza que le genera un malestar significativo e interfiere en su vida cotidiana.

Concluye que, para abordar el duelo patológico las estrategias terapéuticas son entre otras:

La terapia cognitivo conductual, terapia del duelo complicado y terapia interpersonal, estas se enfocan en los procesos relacionados con la pérdida, la sintomatología y los recursos intrusivos dolorosos, facilitando su recuperación y disminuyendo el malestar funcional del paciente que afectan su integralidad y desadaptación habitual (p. 45).

Nestorovic (2021), plantea una investigación con el objetivo de encontrar la relación entre tipo de duelo y estrategias de afrontamiento que utilizan en las familias que afrontan una pérdida de algún familiar. Se revisaron 559 referencias se selección 7 investigaciones que cumplían con las características de selección. Los resultados indican una relación entre emociones complejas y resolución de problemas. Se concluye que existe un vínculo entre los métodos concentrados para tratar las emociones y la naturaleza compleja del dolor.

Chang (2020) presenta un proyecto denominado “Abrazo en caja” con el objetivo de ayudar a las personas en el duelo para que logren asimilar su pérdida de forma saludable y

así poder retomar sus vidas y elaborar un recuerdo que no les cause dolor, evitando de esta forma que la pérdida se torne patológica. El autor menciona que numerosas personas luego de la crisis por el COVID vieron afectada la salud, el trabajo e incluso la libertad con la que vivían día a día; sin embargo, la pérdida más dolorosa fue la pérdida de sus seres queridos a causa del virus, viviendo esta tragedia en medio de mucha confusión y dolor que ha hecho del duelo una experiencia intensa. Es así como surge un conflicto con el desarrollo de este, pues los dolientes no encuentran formas saludables de calmar la pena. Este consiste en un producto que incluye 7 piezas contenidas en una caja, cada una está pensada para aportar diferentes estímulos durante el proceso de duelo.

1.2.2. Antecedentes internacionales

García (2019) se traza el objetivo realizar una investigación en torno a la bibliografía existente sobre el proceso de duelo en el contexto de la terapia familiar sistémica, con el fin de estudiar qué peso tienen variables psicológicas tales como el apego o el sistema de creencias familiares a la hora de tener que hacer frente a la pérdida de un ser querido. El tipo de apego que caracteriza a cada persona tiene un papel importante en la forma en que ésta afronta el proceso de duelo. Los resultados indican que el duelo está mediatizado por factores como el momento de vida en el cual la persona fallece, el rol o las funciones que desempeñaba, etc. en función de esto, se desencadenará para la familia distintos desajustes sistémicos. Se recomienda que la intervención utilice técnicas como la reestructuración, narrativas y metáforas, teniendo en cuenta que no hay dos procesos de duelo iguales, que no hay dos familias que viven esta situación de la misma manera, por tanto, el abordaje terapéutico será distinto en función de las particularidades de cada familia.

Esqueda (2018) presenta un trabajo de investigación con el objetivo de analizar la efectividad de la Terapia Breve Cognitivo-Conductual y la Terapia Centrada en Soluciones, en el manejo de la pérdida. Se utilizó diversas estrategias como la psico educación, la

detección de pensamiento, atribución de control, el reencuadre y reestructuración (modelo ABC de las cogniciones), búsqueda de excepciones, elogios, entre otros. El participante del estudio de caso es un joven masculino de 33 años que vive con sus padres a causa de un duelo no resuelto por la pérdida de un familiar cercano. Los resultados obtenidos en las 9 sesiones que se llevaron a cabo mostraron un aumento de sentimientos positivos hacia sí mismo, mayor conciencia y control de sus pensamientos y emociones, elevación de su autoestima y una disminución en los sentimientos depresivos.

Pereira (2016) se plantea el objetivo de analizar desde un punto de vista Sistémico, las consecuencias que para la familia trae la pérdida, o amenaza de pérdida de un miembro y cómo esta es la mayor crisis que tiene que afrontar un sistema. El autor se plantea si, ante la crisis, el sistema tiene suficientes recursos, reaccionará con un cambio adaptativo. Si no los tiene, el sistema puede desaparecer. La reorganización del sistema familiar necesita tiempo, mientras pende sobre el sistema la amenaza de desaparición. El autor concluye afirmando que el duelo desde el punto de vista individual, que ha monopolizado durante muchos años el estudio del duelo, se manifiesta incompleto ya que no contempla las interrelaciones familiares que juegan un importante papel durante el duelo.

1.2.3. Fundamentación Teórica

a. **Terapia Estructural.** Es una modalidad de terapia familiar que fue desarrollada por el psicólogo y terapeuta Salvador Minuchin. Este enfoque terapéutico se centra en identificar y abordar los patrones disfuncionales de interacción dentro de una familia, así como las estructuras y límites que definen las relaciones entre sus miembros. El objetivo principal de la Terapia Estructural es reorganizar y mejorar la estructura familiar para facilitar cambios positivos y saludables en la dinámica familiar. El terapeuta estructural se enfoca en observar las interacciones familiares y en identificar las jerarquías, los roles y las reglas que pueden estar contribuyendo a los problemas presentes en la familia (Páez 2019).

Durante las sesiones de terapia, el terapeuta estructural trabaja para clarificar los límites y las fronteras entre los miembros de la familia, identificar los roles y las funciones de cada individuo, y entender cómo se resuelven los conflictos dentro del sistema. Se busca mejorar la comunicación y la cohesión familiar, así como promover la flexibilidad y la adaptabilidad ante los cambios y desafíos que se presentan en la vida cotidiana (Castillo y Cespedes, 2022).

La Terapia Estructural es especialmente útil en situaciones donde la familia presenta conflictos, dificultades en la toma de decisiones, problemas de comunicación o falta de límites claros entre sus miembros. También puede ser útil en familias donde existen situaciones de crisis, como divorcios, pérdidas o cambios significativos en la estructura familiar (Medina 2022).

b. **Dinámica y estructura familiar.** La dinámica y estructura familiar son dos aspectos fundamentales que influyen en el funcionamiento y la cohesión de una familia. Estos conceptos se encuentran estrechamente relacionados y son esenciales para comprender cómo una familia se organiza, interactúa y se adapta a los cambios y desafíos que enfrenta a lo largo del tiempo (Garza et al. 2019).

c. **Dinámica familiar.** La dinámica familiar se refiere a las interacciones, patrones de comunicación, roles y comportamientos que caracterizan las relaciones entre los miembros de una familia. Es el flujo de energía emocional y la forma en que las personas se conectan, expresan sus emociones, toman decisiones y resuelven conflictos dentro del sistema familiar.

d. **Estructura familiar.** La estructura familiar se refiere a la organización y configuración de la familia, incluyendo el número de miembros, las relaciones de parentesco, los roles asignados a cada individuo y las fronteras entre los subsistemas familiares. Es la forma en que los miembros de la familia se agrupan y se relacionan entre sí.

e. Triángulos. En el contexto de la Terapia Familiar y la dinámica familiar, una triangulación se refiere a un patrón de interacción entre tres miembros de la familia que afecta la estabilidad y el equilibrio de las relaciones familiares. Este concepto fue introducido por Murray Bowen, un destacado teórico y terapeuta familiar (Padilla, et al. 2018). Por ejemplo, en una familia donde los padres tienen conflictos frecuentes, un hijo podría ser involucrado en la disputa, convirtiéndose en el "portador" de los mensajes entre los padres o asumiendo un rol de "defensor" de uno de ellos. En este caso, la dinámica triangular puede afectar la relación entre padres e hijo, generando lealtades divididas y una sobrecarga emocional en el hijo (Linares 2019).

f. Enfoque terapéutico. Se basa en la premisa de que los problemas psicológicos y emocionales de una persona están influenciados y son producto de las dinámicas y relaciones dentro del sistema familiar y social en el que se encuentra. En lugar de centrarse únicamente en el individuo, esta terapia considera a la familia como un sistema interconectado donde los miembros interactúan y se afectan mutuamente.

g. Objetivos de la Terapia. Identificar y comprender los patrones de interacción y las estructuras familiares que pueden estar contribuyendo a la aparición y mantenimiento de los problemas. Se busca promover la comprensión, la comunicación y la cooperación entre los miembros de la familia para facilitar cambios positivos y saludables en el sistema (Jaramillo y Vélez, 2019).

f. Sesiones de terapia. El terapeuta sistémico se enfoca en observar y analizar cómo los miembros de la familia se relacionan entre sí, los roles que desempeñan, las reglas y normas implícitas en el sistema y cómo se manejan los conflictos y las dificultades. A través de técnicas específicas, como el cuestionamiento circular, el genograma familiar y la reestructuración, el terapeuta ayuda a la familia a generar nuevas perspectivas y soluciones para sus problemas.

h. Enfoque. Terapia Familiar Sistémica es especialmente útil en situaciones donde los problemas afectan a varios miembros de la familia y donde se percibe que el sistema en su conjunto está afectado por la dinámica de interacción. Es eficaz en una amplia gama de problemas, como conflictos familiares, problemas de comunicación, trastornos del comportamiento en niños y adolescentes, trastornos de la alimentación, adicciones, problemas de pareja, entre otros (Gómez, 2020). Es importante destacar que la Terapia Familiar Sistémica se enfoca en el presente y en el aquí y ahora, sin dejar de tener en cuenta el pasado y cómo las experiencias familiares previas pueden estar influyendo en el funcionamiento actual.

i. Impacto. La Terapia Familiar Sistémica puede ser realizada tanto con familias completas como con subconjuntos de la familia, dependiendo de las necesidades y características de la situación particular. Es una forma de terapia que se ha mostrado eficaz y beneficiosa para muchas personas y familias, ya que permite abordar los problemas desde una perspectiva más amplia y holística (Guatrochi et al. 2020).

1.2.4. Técnicas

En la Terapia Estructural, se emplean diversas técnicas terapéuticas para abordar los problemas familiares y reestructurar la dinámica familiar de manera más saludable y funcional. Estas técnicas son herramientas específicas utilizadas por el terapeuta para facilitar el cambio y promover la cooperación y la comunicación entre los miembros de la familia (Morejón, 2019). A continuación, se describen algunas de las técnicas comúnmente utilizadas en la Terapia Estructural:

- a. Mapeo de la estructura familiar.** El terapeuta realiza un análisis detallado de las relaciones y la estructura familiar para identificar patrones de interacción, jerarquías y fronteras entre los miembros. Esto ayuda a visualizar la dinámica familiar y a comprender cómo se relacionan e influyen mutuamente.

b. **Escenificación.** El terapeuta puede pedir a los miembros de la familia que escenifiquen situaciones conflictivas o problemáticas para que puedan ser observadas y analizadas. Esta técnica permite identificar patrones de comunicación disfuncionales y brinda la oportunidad de explorar formas más efectivas de interactuar.

c. **Reestructuración.** El terapeuta trabaja con la familia para modificar roles y pautas de comportamiento disfuncionales, estableciendo nuevas formas de interactuar que promuevan la colaboración y la resolución de conflictos.

d. **Genograma.** Es una herramienta gráfica que representa la estructura familiar a lo largo de varias generaciones. El terapeuta utiliza el genograma para identificar patrones hereditarios y dinámicas familiares que pueden estar influyendo en los problemas actuales.

e. **Asignación de tareas.** El terapeuta puede asignar tareas específicas a los miembros de la familia con el propósito de cambiar las pautas disfuncionales y promover un mayor sentido de responsabilidad y cooperación.

f. **Cuestionamiento circular.** Esta técnica consiste en hacer preguntas circulares que permiten a los miembros de la familia reflexionar sobre cómo sus acciones y emociones afectan a los demás y cómo son influenciados por ellos.

El duelo

a. **La familia desde el enfoque sistémico y duelo.** La terapia familiar parte del postulado que la familia funciona como un sistema en el que los individuos mantienen interacciones en los que se influyen mutuamente, es así que, el duelo se debe trabajar dentro del contexto familiar y no solo de manera individual. Se remarca además que la terapia tiene como objetivo empoderar y fortalecer a los miembros del sistema a fin de que elaboren el duelo y puedan continuar viviendo. Se ponen énfasis en que, tras la pérdida de un ser querido importante, se producen cambios estructurales en la familia, por lo que los autores mencionan que se debe

trabajar tanto en los sentimientos individuales, como en considerar la nueva dinámica relacional que se genera siendo, por tanto, necesario una reorganización sistémica.

Con un mapeo detallado de las relaciones familiares, el terapeuta identifica cambios en la estructura y jerarquías que han surgido debido a la pérdida. A partir de allí, se enfoca en identificar patrones de interacción disfuncionales que puedan haber emergido durante el proceso de duelo. Algunos miembros de la familia podrían estar reprimiendo sus emociones o evitando hablar sobre la pérdida, lo que puede generar tensiones y conflictos (Manfredi, et al., 2021).

A través de intervenciones terapéuticas, se busca reestructurar y reorganizar la familia, modificando roles y pautas de comportamiento disfuncionales. Se promueve una mayor comunicación abierta y apoyo emocional entre los miembros, con el objetivo de crear un ambiente seguro donde cada uno pueda expresar sus emociones y sentimientos relacionados con la pérdida (Long, 2023).

La Terapia Estructural también aborda cómo la pérdida ha afectado las fronteras y límites familiares. Algunos miembros pueden sentir la necesidad de aislarse o buscar apoyo fuera de la familia, mientras que otros pueden tener dificultades para expresar sus emociones y necesidades. El terapeuta trabaja para facilitar una adaptación saludable y constructiva al cambio, fomentando el crecimiento emocional y el desarrollo de nuevas formas de interacción familiar.

El duelo es una respuesta emocional y psicológica natural que se experimenta después de sufrir una pérdida significativa. Esta pérdida puede estar relacionada con la muerte de un ser querido, la ruptura de una relación importante, la pérdida de un trabajo, una mascota querida o cualquier otro acontecimiento que provoque un sentimiento de vacío y desapego.

Es una reacción humana normal ante situaciones de pérdida, y cada persona puede experimentarlo

b. Etapas del duelo. Estas etapas son una serie de respuestas emocionales y psicológicas que una persona puede experimentar tras sufrir una pérdida significativa. Estas etapas no siguen un orden fijo ni todas las personas las atraviesan de la misma manera, pero pueden proporcionar una estructura general para comprender la complejidad del proceso de duelo. Siendo el proceso del duelo es una experiencia emocional y psicológica que una persona atraviesa tras sufrir una pérdida significativa. No sigue un patrón lineal ni rígido, pero puede comprenderse como una serie de etapas o fases que una persona puede experimentar mientras se adapta a la realidad de la pérdida. A continuación, se describen algunas características generales del proceso del duelo:

c. Impacto inicial. Esta es la etapa en la que la persona recibe la noticia de la pérdida. Puede sentirse en shock, experimentar incredulidad y negación, y tener dificultades para asimilar la realidad de lo sucedido.

d. Negación y aislamiento. En esta fase, la persona puede tener dificultades para aceptar la realidad de la pérdida y puede intentar evitar o negar sus emociones. Puede aislarse de los demás y buscar distracciones para evitar enfrentar el dolor.

e. Ira y protesta. En esta etapa, la persona puede experimentar sentimientos de ira, frustración y enojo hacia la situación o hacia personas o entidades externas. Puede cuestionar "¿Por qué a mí?" o sentirse injustamente tratada.

f. Negociación. Durante esta fase, la persona puede tratar de negociar con su dolor y la realidad de la pérdida. Puede hacer promesas o intentar cambiar lo sucedido, en un esfuerzo por evitar el dolor emocional.

g. Tristeza y depresión. Esta etapa implica una profunda tristeza y una sensación de vacío emocional. La persona puede experimentar síntomas de depresión, como llanto, desinterés en actividades previamente disfrutadas y problemas para dormir.

h. Aceptación. En esta fase, la persona comienza a aceptar la realidad de la pérdida y a enfrentar su dolor. No implica que la persona esté completamente curada o feliz, pero muestra una mayor adaptación a la nueva realidad.

i. Reconstrucción y reorganización. En esta etapa final, la persona comienza a reconstruir su vida y a reorganizarse en función de la pérdida. Puede buscar nuevas formas de vivir sin la presencia física de la persona perdida y encontrar significado en su experiencia de duelo. Es esencial destacar que el proceso del duelo es altamente individual y personal. No todas las personas experimentan todas las etapas, ni lo hacen en el mismo orden o con la misma intensidad. Algunas personas pueden atravesar el duelo más rápidamente, mientras que otras pueden llevar más tiempo en este proceso (Llácer et al. 2019).

j. Terapia estructural y duelo. Cuando una familia atraviesa un proceso de duelo debido a la pérdida de un ser querido, la Terapia Estructural se presenta como un enfoque terapéutico valioso para ayudarles a reorganizarse y adaptarse a la nueva realidad tras la pérdida. El terapeuta estructural se adentra en la dinámica familiar para comprender cómo la pérdida ha afectado la estructura y las interacciones entre sus miembros (Nicastri y Vales, 2019).

k. El duelo en la tercera edad. López (2020) menciona que las personas mayores, por su propio estadio vital, han perdido la independencia para desenvolverse en actividades cotidianas, la disminución de sus facultades mentales y físicas, además, usualmente han perdido a su pareja o conyugue, todo esto hace que cuando experimentan el duelo, este proceso suele ser más duro que si se tratara de una persona más joven.

I. Adulto mayor. Perel (2023) nos indica que en los adultos mayores es más común la presencia de enfermedades crónicas, el fin de la vida laboral y cambios en la estructura familiar entre otros. En el adulto mayor el duelo se hace más difícil de asumir pues no sólo es la pérdida de un ser querido, sino que el duelo se suma a las crisis emocionales originadas por los cambios anteriormente señalados.

Durante esta etapa de la vida, es común que surjan o se intensifiquen enfermedades crónicas, a la vez que coincide con el fin de la vida laboral y cambios en la estructura familiar. También puede experimentarse la pérdida de seres queridos, incluyendo el cónyuge y amigos cercanos. Ante este contexto, las personas mayores deben enfrentar el proceso de duelo para adaptarse y ajustarse a las nuevas situaciones de la vida, lo que puede dar lugar a crisis emocionales asociadas con los cambios mencionados anteriormente.

1.3. Objetivos

Objetivo general

Restablecer el funcionamiento psicosocial, personal y familiar de la PI al nivel premórbido, eliminando los síntomas provocados por la pérdida minimizando la posibilidad de recaídas.

Objetivos específicos

1. Desarrollar en la paciente estrategias emocionales y comportamentales a través del modelo de la psicoterapia estratégica que le servirán como soporte luego de concluido el proceso psicoterapéutico.
2. Bloquear y modificar las soluciones intentadas ante los síntomas del Duelo por soluciones alternativas funcionales, comprendiendo cómo las soluciones intentadas no sólo no eliminan el problema, sino que lo mantienen.

3. Fortalecer en la familia el desarrollo de factores protectores como el dialogo, la aceptación, y una estructura familiar funcional con límites flexible, que ayude en el desarrollo un estilo de vida saludable frente a situaciones de estrés.

1.4. Justificación

1.4.1. Justificación teórica

El presente trabajo de investigación se fundamenta en el objetivo de abordar el duelo desde la epistemología de la terapia sistémica estructural; que proporciona un marco conceptual que analiza la dinámica familiar y las interacciones entre sus miembros. El duelo es una experiencia que afecta no solo a nivel individual sino también a nivel familiar, el enfoque sistémico se presenta como una herramienta valiosa para comprender cómo la pérdida de un ser querido puede influir en la estructura y funcionamiento familiar. Cuando el paciente y su familia concurren a consulta teniendo el motivo claro, en este caso una pérdida, es posible trabajar directamente sobre la pérdida, viendo el tiempo que ha pasado, las tareas que ha realizado con éxito la familia, y las que aún tiene pendientes Gomendio (2019).

1.4.2. Justificación metodológica

La justificación metodológica de este trabajo de investigación radica en la aplicación de la psicoterapia estructural en la intervención sobre los efectos del duelo en la paciente del Centro Médico Inmaculado Corazón de La Molina. El método cualitativo busca entender una situación social como un todo, teniendo en cuenta sus propiedades y su dinámica. En su forma general, la investigación cuantitativa parte de cuerpos teóricos aceptados por la comunidad científica, en tanto que la investigación cualitativa pretende conceptualizar sobre la realidad, con base en la información obtenida de la población o las personas estudiadas.

1.4.3. Justificación práctica

La presente investigación aborda un tema relevante y de gran impacto en la sociedad, como es el duelo y su influencia en la dinámica familiar. La terapia sistémica estructural se

presenta como una intervención prometedora para ayudar a las familias a afrontar y superar el duelo de manera saludable y adaptativa. Los resultados obtenidos a través de este enfoque permitirán identificar la eficacia y el impacto de esta terapia, teniendo implicaciones importantes para la práctica clínica y la mejora de los servicios de atención en el Centro Médico Inmaculado Corazón de La Molina y en otros contextos como el hospitalario.

1.5. Impactos esperados del trabajo académico

Se espera que este trabajo académico contribuya significativamente al conocimiento y la comprensión del duelo y su influencia en la dinámica familiar desde una perspectiva sistémica, teniendo un impacto positivo en la atención a las familias que enfrentan procesos de duelo en centros médicos hospitalarios, etc. Se espera que los resultados obtenidos en esta investigación ayudarán a otros profesionales de la salud mental y terapeutas que coinciden la terapia sistémica estructural como una opción efectiva para abordar el duelo en diferentes contextos familiares.

II. METODOLOGÍA

2.1. Tipo y diseño del trabajo en estudio de caso

A nivel metodológico la presente investigación, siguiendo a Sánchez y Reyes (2006) es de tipo No Experimental al no haberse manipulado las variables; asimismo según Montero y León (2007) se utilizó el tipo de investigación transversal debido a que la descripción de la población se hace en un único momento temporal.

De acuerdo con Vázquez et al. (2022) los estudios de caso tienen múltiples propósitos, como describir en detalle, validar teorías existentes e incluso generar nuevas teorías. Un rasgo distintivo del análisis de caso es su aplicabilidad práctica, ya que equilibra la teoría y la práctica clínica de manera estándar. En el mismo sentido Hernández-Sampieri, et al. (2018) señalan que el estudio de caso es un método de estudio cualitativo, no experimental, al no haberse elaborado ni intervenido deliberadamente las variables de estudio, observando los fenómenos tal y como se da en el contexto real

2.2. Ámbito temporal y espacial del estudio de caso.

La usuaria participante del estudio de caso vive en el distrito de San Miguel, las sesiones se llevaron a cabo durante los meses de marzo a mayo del 2023, en consultorio particular del Centro Médico Inmaculado Corazón de La Molina localizado en la ciudad de Lima.

2.3. Participante.

Mujer adulta de 78 años, viuda, residente del distrito de San Miguel. La paciente es madre de cuatro hijos, habiendo fallecido su hija mayor en febrero de este año (ver imagen 1). Los hijos no viven con ella, pero están cerca. La paciente convive con una persona que la acompaña.

2.4. Técnicas e instrumentos utilizados en el estudio de caso

Descripción de los instrumentos

- a. **Mapa familiar o Genograma.** Instrumento utilizado para realizar el diagnóstico estructural, el objetivo es representar a la familia al momento de iniciar la terapia. A través de los símbolos es posible observar coaliciones, alianzas, jerarquías, pautas repetitivas generacionales, entre otros. Sucintamente se obtiene: 1. El mapeo de la estructura familiar. 2. La descripción de las características individuales (edad, relación legal, emocional y psicopatología. 3. Se recoge información anecdótica (crisis, accidentes, fallecimientos, enfermedades, educación, etc.) de cada miembro.
- b. **Entrevista sistémica.** La entrevista permite la recopilación de información del sistema familiar, obteniendo datos que serán utilizados para el planteamiento del diagnóstico, además es una intervención en sí misma.
- c. **Técnicas sistémicas.** Las técnicas de terapia estructural que se utilizaron son las siguientes: Desafío del síntoma; Cuestionamiento de la realidad familiar; Metáforas; Reformulación; Ampliar el foco (desfocalizar); Fijación de límites; Dialogo / preguntas reflexivas; Preguntas lineales y circulares; Creación del contexto terapéutico; Escenificación; Repetición del mensaje; Intensidad; Potenciar lados fuertes.

Evaluación psicológica

Se realizó la evaluación psicológica de Carmen Rosa (PI), mujer de 78 años, viuda y residente de San Miguel. La PI es madre de cuatro hijos, siendo su hija mayor la fallecida en el pasado mes de febrero de 2022, a causa de un ACV. El hijo mayor, Gustavo, actuó como intermediario en el proceso, buscando ayuda profesional para su madre debido a la profunda

tristeza y la falta de interés en actividades diarias que ella experimentaba tras la pérdida de su hija.

Motivo de Consulta. La paciente busca apoyo profesional en razón a la pérdida de la hija mayor. Esta pérdida se vio agravada por las restricciones impuestas en su momento por la pandemia de Covid-19. Carmen Rosa busca ayuda terapéutica por su estado de ánimo marcado por la tristeza, la desmotivación y la notoria falta de involucramiento en sus actividades cotidianas. Estas emociones y circunstancias ha generado una profunda preocupación en Carmen Rosa, quien reconoce que su capacidad para involucrarse en su vida diaria se ha visto significativamente afectada, sintiéndose falta de energía para participar en las actividades que anteriormente disfrutaba. Estas dificultades la motivan en su búsqueda de apoyo terapéutico con la esperanza de recuperar su bienestar emocional y su capacidad de enfrentar la vida de manera más positiva y constructiva.

Problema Actual. Carmen Rosa se encuentra sumida en una profunda tristeza y en una marcada desmotivación. Estos sentimientos emanan directamente de la pérdida de su hija mayor, cuyo fallecimiento ocurrió en un contexto que añadió complicaciones al proceso de duelo. La tristeza que Carmen Rosa experimenta constituye un componente central del problema actual, manifestándose en una variedad de formas, desde momentos de llanto intenso hasta una sensación constante de melancolía. Además, Junto a la tristeza, la desmotivación, se expresa una disminución en su voluntad y energía para participar en las actividades cotidianas y en una falta de interés general en su vida diaria.

Desarrollo Cronológico del Problema. El punto de inicio es el fallecimiento de la hija mayor en el pasado mes de febrero. La pérdida y el proceso de duelo se instalan en la vida de la paciente y su entorno familiar. El duelo es un proceso dinámico que involucra diversas etapas y fluctuaciones emocionales. En el momento del fallecimiento de su hija, Carmen Rosa experimenta las diversas etapas de duelo, incluyendo el shock inicial,

negación, dolor profundo, ira, tristeza y eventualmente aceptación. Además, se indagó en cómo las circunstancias específicas relacionadas con la pérdida de su hija habían impactado en la vida de Carmen Rosa. El hecho de no poder despedirse de su hija debido a las restricciones de viaje impuestas por la pandemia de Covid-19 añadió una capa adicional de dificultad a su proceso de duelo. La imposibilidad de estar presente en la sepultura y de brindar el último adiós a su ser querido había dejado una sensación de despedida inconclusa, lo que podría haber influido en su capacidad para aceptar y procesar la pérdida de manera saludable. Se examina cómo el duelo había afectado la capacidad de Carmen Rosa para afrontar la situación en su vida cotidiana. Se exploran los cambios en su rutina, su interacción con otros miembros de la familia y amigos, su participación en actividades sociales y su cuidado personal. La tristeza y la falta de interés que experimentaba afectan su bienestar general y su funcionalidad en diversas áreas. En última instancia, este análisis del desarrollo cronológico del problema permitió identificar patrones, cambios y desafíos en el proceso de duelo de Carmen Rosa.

Momento Actual. Se examina detalladamente cómo Carmen Rosa se encontraba en el momento actual, considerando sus emociones, pensamientos y comportamientos en relación con la pérdida de su hija. Además, se identificaron sus interacciones sociales, su disposición para participar en actividades y su relación con la empleada del hogar, con quien compartía su vivienda.

1.6. Plan de Intervención

Definición

Mujer adulta que presenta sintomatología por pérdida reciente de la hija mayor (duelo no resuelto). La dinámica familiar no es favorable en razón a la lejanía física de los restantes hijos; la paciente vive acompañada de una persona que la atiende permanentemente en el domicilio. El plan de intervención contempla un enfoque integral que abarque aspectos emocionales, cognitivos y conductuales.

1.6.1. Plan de intervención y calendarización

Tabla 1

Técnicas específicas utilizadas en las sesiones psicoterapéuticas.

Actividades/Técnicas	N.º de sesión	Fecha
<p>Connotación positiva: Consiste en atribuir un significado positivo a la conducta problema o síntoma (a menudo en términos de generoso sacrificio) y del contexto relacional donde adquiere su funcionalidad, especificando la contribución de cada uno de sus miembros a la pauta circular.</p>	1	01/03/2022
<p>Tarea: Las tareas consisten en actividades que se deben realizar fuera de la sala de terapia después de la sesión. En la siguiente sesión se revisará su cumplimiento, no tanto para asegurarse de que las han hecho, sino para valorar su grado de compromiso con la terapia, saber quién las ha boicoteado, etc.</p>	1	“

Desarrollo de recursos: la mayoría de escuelas sistémicas y terapéuticas comparten un interés, en mayor o menor grado, por el desarrollo de recursos y habilidades en los miembros de la familia y de la familia como un todo. El terapeuta trabaja con los miembros de la familia para identificar las habilidades, talentos, conocimientos y recursos que tienen. Esto puede incluir fortalezas individuales, así como fortalezas en las relaciones y dinámicas familiares.

2 04/04/2022

Reformulación: la reformulación pretende alterar el significado que se atribuye a un determinado acontecimiento (sea un suceso, una conducta, una emoción, un síntoma, etc.) sin modificar necesariamente a priori dicho acontecimiento.

2 “

Lados fuertes: Estrategia que se basa en destacar y aprovechar las fortalezas y recursos los miembros de una familia.

3 2/05/2022

Retroalimentación: Un evento es retroalimentación cuando deriva de un comportamiento del sujeto y posee significado dentro de su dinámica cognitiva emocional, facilitando un cambio o una estabilización en su comportamiento.

4 05/05/2022

Técnica de la escala: Las preguntas de escala permiten simultáneamente que tanto el cliente como el terapeuta evalúen la situación del cliente e identifiquen su distancia actual de la meta, lo que hará para mantener su nivel actual de progreso y seguir adelante. Entre otros objetivos.

4 “

Pregunta del milagro: Es una maniobra o técnica de terapia breve, que se focaliza en la solución del conflicto. Consiste

5 01/06/22

en preguntar al paciente acerca de cómo imagina su vida, si su problema no existiera.

Reencuadramiento: Consiste en ser capaces de percibir cualquier situación o experiencia desde diferentes perspectivas, y centrarnos en aquella que nos resulta más útil. 6 02/06/2022

Reestructuración: Para Minuchin, la reestructuración de la familia, es el conjunto de intervenciones directivas que crean movimientos, generando cambios, asegurando una exitosa "modación"; imponiendo desafíos, uniéndose a la familia sin perder la libertad de cuestionar en el proceso. 6 “

Construcción de la realidad: Son las pautas interactivas y las estructuras reactivan, y son reactivadas en cada momento dado, por acuerdos acerca de la visión del mundo o mapas de la realidad. Este nivel de reconstrucción de mapas de realidad de los sujetos constituye un tercer nivel de análisis y de intervención en terapia familiar. 6 “

Metáfora: Es una expresión sobre como la familia está viviendo una situación en concreto, le traslada un mensaje con un significado propio, las metáforas dentro del sistema familiar permiten la explicación de realidades difíciles a través de construcciones sencillas. 7 07/08/2022

Lados fuertes: Estrategia que se basa en destacar y aprovechar las fortalezas y recursos los miembros de una familia. 7 07/08/2022

1.6.2. Programa de intervención

1. Evaluación Detallada. Se trata de una evaluación profunda de los síntomas y las emociones que Carmen Rosa experimentó. Esto permitirá entender en mayor detalle la naturaleza y la intensidad de su tristeza, así como identificar otros posibles síntomas de duelo complicado o depresión.

2. Establecimiento de Objetivos. En colaboración con la PI, se establecieron objetivos claros y realistas para el proceso de intervención. Estos objetivos incluyen la reducción de la tristeza, el aumento de la motivación para participar en actividades y la mejora en su bienestar emocional general.

3. Intervención Psicoeducativa. Se proporcionó información detallada sobre el proceso de duelo y cómo las emociones y los síntomas son una parte natural de este proceso. Carmen Rosa se benefició al comprender que su experiencia es válida y que existen estrategias para enfrentarla de manera saludable.

4. Terapia de Duelo. Enfoques terapéuticos específicos para ayudar a Carmen Rosa a procesar su duelo. La terapia proporcionó un espacio seguro para que pueda expresar sus emociones, hablar sobre su hija y trabajar en la aceptación de su pérdida.

5. Estrategias de Afrontamiento. Se enseñó técnicas de afrontamiento efectivas para manejar la tristeza y la desmotivación en su vida diaria. Esto incluye el fomento de actividades que solían brindarle satisfacción y el desarrollo de habilidades para enfrentar momentos difíciles.

6. Apoyo Familiar y Social. Se involucró a la familia y a otros sistemas de apoyo en el proceso de intervención. Esto implicó comunicarse con sus hijos y otros seres queridos para crear un entorno de comprensión y apoyo durante su duelo.

7. Seguimiento y Evaluación. El progreso de Carmen Rosa fue monitoreado de cerca a lo largo de las sesiones de intervención, revisándose regularmente los objetivos establecidos y se realizando los ajustes en el enfoque de intervención cuando fue necesario.

1.7.Consideraciones éticas

En el transcurso de este estudio, se han mantenido estrictos estándares éticos para asegurar la integridad de la investigación y el respeto por todas las partes involucradas. A continuación, se detallan las consideraciones éticas relevantes:

Previo al inicio del estudio, se obtuvo el consentimiento informado de la participante, Carmen Rosa, para su inclusión en la investigación y el uso de los datos clínicos con fines educativos y de análisis. La confidencialidad se mantiene en todo momento en entorno a la identidad de la Usuaría y Familia. Los datos recolectados se utilizaron exclusivamente con fines académicos y nunca se compartieron con terceros no autorizados.

Se ha seguido rigurosamente el estilo de citación y referencias de la American Psychological Association (APA) para asegurar la correcta atribución de las fuentes utilizadas en el informe. A su vez se han considerado los parámetros éticos y se ha enfatizado la originalidad en la redacción y otorgando el debido crédito a las ideas de otros autores cuando correspondía. La investigación se desarrolló siguiendo las normativas éticas y directrices de la universidad en la que se llevó a cabo. Se buscó y obtuvo la aprobación ética necesaria antes de iniciar el estudio y se respetaron las políticas institucionales en relación con la recolección y el tratamiento de los datos de los consultantes.

III. RESULTADOS

A través de la aplicación de la psicoterapia sistémica se lograron los objetivos planteados para el presente estudio de caso. Completadas 7 sesiones podemos observar la extinción de los síntomas de la paciente productos del duelo restableciéndose tanto el funcionamiento individual al nivel premórbido y cambios en la estructura familiar del PI que aseguran un soporte y acompañamiento. Se dará seguimiento luego de seis meses.

1. En relación al primer objetivo específico, se construyeron y desarrollaron estrategias emocionales y comportamentales que ayudaron a la PI no sólo en la comprensión y aceptación de la pérdida, sino la percepción de un presente más satisfactorio.

2. La paciente y su entorno familiar intentaron bloquear los sentimientos generados por la pérdida, así como negar sus sentimientos de dolor, abatimiento, tristeza, etc. lo cual no sólo no extinguía estos, sino que los prolongaba. La psicoterapia le ha permitido ver otras alternativas, más coherentes y funcionales.

3. Respecto a los resultados del tercer objetivo específico, aplicar estrategias sistémicas como “lados fuertes”, “construcción de la realidad” entre otros fortaleció el vínculo entre los hijos de la PI, por lo cual ella ahora se siente ahora más acompañada y menos sola en el proceso emocional que está llevando.

3.1. Discusión de los resultados

Lebrero (2018) comenta que “la pérdida forma parte de la vida del ser humano desde que este nace. Estas pérdidas a las que nos vamos enfrentando son de diferente tipo; pérdidas evolutivas, pérdidas intrapersonales, pérdidas típicas de los cambios de etapa, pérdidas relacionales o pérdidas materiales” (p.78).

1. Nuestro primer objetivo específico se centró en la búsqueda del desarrollo de estrategias emocionales y comportamentales distintas para hacer frente al duelo. Esqueda op.

cit. (2018) menciona estrategias como la psicoeducación, el reencuadre y la reestructuración, las cuales fueron aplicadas en nuestro Caso, ayudando a nuestra PI a elevar su autoestima y disminuyendo sus sentimientos de abatimiento y desesperanza.

2. Mendoza (2022) reflexiona sobre el duelo patológico y cómo impacta en el bienestar de la persona. El autor concuerda con nuestro planteamiento de que el mejor afrontamiento es la aceptación de la pérdida. Por tanto, recomendó a la PI no negar sus sentimientos, facilitando así su recuperación, extinguiendo los sentimientos generados por la pérdida.

3. Respecto a los resultados del tercer objetivo específico, García op. cit. (2019), plantea que aun teniendo en cuenta que ninguna persona o familia responde igual ante el duelo, considera como estrategias adecuadas la utilización de la reestructuración cognitiva, técnicas narrativas y metáforas los cuales son factibles de aplicar en familias que hayan sufrido alguna pérdida. En nuestro caso dichas estrategias facilitaron el acercamiento de la PI a su entorno familiar.

IV. CONCLUSIONES

Respecto a los objetivos planteados en la presente investigación:

- Se han redefinido de un modo más evolutivo la pérdida sufrida por la muerte de la hija de la PI. Se han flexibilizado sus paradigmas respecto a las etapas por la que se atraviesa en el proceso del duelo. La Sra. Carmen Rosa ahora puede expresar su dolor y tristeza, encontrando un espacio seguro en la psicoterapia sintiéndose valorada por expresar sus sentimientos.
- La psicoterapia ha aumentado la fortaleza de la PI, se resaltan sus otros roles como madre y abuela, se destacan los recursos internos que posee los cuales ha utilizado para enfrentar otros problemas a lo largo de su vida. Así como sus cualidades y capacidades que la han llevado a superar obstáculos y su capacidad de pedir ayuda a su entorno.
- La utilización de diversas técnicas para redefinir pérdida, permitió la exploración de las emociones en el sistema familiar los cuales ayudaron la PI a comprender el proceso de duelo y la posibilidad de crecimiento. Técnicas como "Construcción de la Realidad Familiar" fueron útiles para abordar sus creencias y resistencias, enfocándose en la aceptación del ciclo vital y del duelo a lo largo del tiempo.
- La PI mostró una mejora notable, percibida por ella misma tanto como por su familia quienes notaron su mayor ánimo y tranquilidad. Se percibe cómo Carmen Rosa ha estado más activa, preparando postres y compartiendo tiempo con su familia. Se destacó una mejoría notable en la comunicación y en la capacidad de llegar a acuerdos en el seno familiar. Esto apunta a la presencia de pautas transaccionales más saludables y funcionales en la dinámica familiar.

V. RECOMENDACIONES

1. Intervenciones personalizadas. Es importante diseñar intervenciones psicoterapéuticas personalizadas que tengan en cuenta las particularidades de cada individuo y su historia de vida. La exploración de sus antecedentes y recursos internos de los pacientes es fundamental para el progreso psicoterapéutico.
2. Considerar el enfoque Multidimensional al abordar el duelo desde una perspectiva multidimensional que incluya aspectos emocionales, cognitivos, sociales y relacionales. Las intervenciones deben considerar cómo la pérdida afecta diferentes áreas de la vida del individuo y trabajar en fortalecer su capacidad para enfrentar estos desafíos.
3. Fortalecer Vínculos Sociales. Fomentar la importancia de mantener y fortalecer los vínculos sociales y familiares durante el proceso de duelo. La percepción de apoyo y la capacidad de compartir experiencias emocionales con otros pueden contribuir positivamente a la adaptación y la recuperación.
4. Resaltar las fortalezas y recursos internos del paciente. Todas las personas, deberían poder reconocer sus distintos roles y habilidades, ello puede ser esencial para mejorar la autoimagen y confianza en sí mismos.
5. Brindar información sobre el proceso de duelo, sus etapas y desafíos comunes, para que otros pacientes puedan comprender que sus emociones y reacciones son normales. Esto puede ayudar a reducir la sensación de aislamiento y a fomentar una actitud de paciencia consigo mismo.

VI. REFERENCIAS

Castillo, B., Cespedes, D. (2022). *Adaptación y propiedades psicométricas del inventario de duelo complicado en adultos de Lima Metropolitana*. [Tesis de fin de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/103093>

Chang, M. (2020). Diseño de producto para la prevención del duelo patológico generado por las normas sanitarias en el contexto Covid-19 en ciudadanos de 40 años a más en Lima Metropolitana. [Tesis de fin de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/460e12d4-ebd3-41d5-975b-a12694c68eb3>

Esqueda, N. (2018). Reestructuración cognitivo-emocional tras un proceso de Duelo integrando técnicas breves centradas en soluciones y Cognitivo-conductuales. [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León].

<https://core.ac.uk/download/pdf/227485529.pdf>

Flores, C., Cuba-Llanos, T. y Cubas, S. (2021). Pandemia por COVID y el síndrome de duelo: ¿un enemigo reemergente en la salud mental?, *Revista de Neuropsiquiatría*, 84, (3) pp.96.

<http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v84i3.4041>

García, A. (2019). *Bibliografía comentada Sobre el duelo*. Tomado de:

<https://paliativossinfronteras.org/wp-content/uploads/20-BIBLIOGRAFIA-COMENTADA-SOBRE-DUELO-GARCIA-Biblio.pdf>

Garza, I., Castro, L. y Calderón, S. (2019). Estructura familiar, ideación suicida y desesperanza en el adolescente. *Psicología desde el Caribe*, 36 (2), pp. 228-247.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2019000200228

Gomendio, L. (2019) *Duelo y Terapia Familiar Sistémica*. [Trabajo de fin de Grado, Universidad de Comillas]. Repositorio Institucional.

<https://repositorio.comillas.edu>

Gómez, P. (2020). *La familia como sistema. Terapia familiar sistémica*. Editorial Arias Gallegos.

Guatrochi, M., Irueste, P., Pacheco, S., y Delfederico, F. (2020). Nuevas configuraciones familiares: tipos de familia, funciones y estructura familiar. *Redes: revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales*, (41), pp. 11-18.

<https://redesdigital.com/index.php/redes/issue/view/3>

Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: Editorial Mc Graw Hill.

Jaramillo, A., y Vélez, E. (2019). La pregunta por la pregunta en la terapia familiar sistémica posmoderna. *Revista Universidad Católica Luis Amigo*, (3), pp. 127-150.

Linares, J. L. (2019). *Terapia familiar de las psicosis. Entre la destriangulación y la reconfirmación*. Ediciones Morata.

Lebrero, A. (2018). *El duelo y la terapia sistémica*. Desclée de Brouwer.

Llácer, L., Campos, M., Martín, P., y Marín, M. (2019). Modelos psicológicos del duelo: una revisión teórica. *Calidad de vida y salud*, 12(1), pp. 35-45.

<http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/176>

Long, W. (2023). *Terapia de trauma para familias de los condenados a muerte*.

Tomado de: <https://texasafterviolence.org/wp-content/uploads/2021/05/Terapia-de-trauma-para-familias-de-los-condenados-a-muerte.pdf>

- López, M. (2020). La gestión del duelo en la tercera edad. *Temaer hospitalaria*. s/n.
<https://temaerasistencia.com/lagestion-del-duelo-tercera-edad/>
- Manfredi, A., Almécija, M., Cavallo, A., Croattini, P., Freire, R. y D'Urzo, M. (2021). *El goce en los bordes del duelo*. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.
<https://www.aacademica.org/000-012/520>
- Medina, R. (2022). *La terapia familiar de tercer orden. Del amor indignado al diálogo solidario* (Vol. 15). Ediciones Morata.
- Mendoza, G. (2022). *El duelo patológico, un enemigo de la salud mental*. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Tomado de:
<http://www.usat.edu.pe/articulos/el-duelo-patologico-un-enemigo-de-la-salud-mental/>
- Morejón, A. R. (2019). *Manual de psicoterapias: Teoría y técnicas*. Herder Editorial.
- Moriconi, V. y Calvo, E. V. (2020). El duelo durante la pandemia de COVID-19. *Mente y cerebro*, (103), 30. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7492821>
- Montero, I. y León, O. (2007). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *Revista internacional de psicología clínica y salud*. 2, (3), pp. 503-508.
- Ministerio de Salud. (2020). Plan Nacional de Fortalecimiento de Servicios de la Salud Mental Comunitaria 2018 a 2021. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4422.pdf>
- Nestorovic, D. (2021). *Estrategias de afrontamiento ante el duelo por pérdida de un miembro familiar*. [Tesis de fin de Licenciatura, Universidad de Lima].
https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13221/Nestorovic_Monsalve.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Neimeyer, R. (2001). *Aprender de la pérdida. Guía para afrontar el duelo*. Paidós.

Nicastri, A. y Vales, A. (2019). Duelo y objeto. XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

<https://www.aacademica.org/000-111/469>

Padilla, M., Posada, O. y Medina, S. (2018). La adherencia familiar en el trastorno mental grave. *Atención Primaria*, 50(9), pp. 519-526.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6836919/>

Páez, M. (2019). Intervención sistémica con familias: de la linealidad a la circularidad. *Artículo científico*, 28, pp.207 – 227. <https://doi.org/10.18046/recs.i28.2629>

Pereira, R. (2016). Abordaje del duelo sistémico. *Anales de psiquiatría*, (18)5, p.75.

Pereira, R. y Linares, J.L. (2022). *Caminos de la terapia familiar*. Morata.

https://edmorata.es/wp-content/uploads/2022/11/Pereira-Linares.-Caminos-de-la-TF_prw.pdf

Perel, S. (2023). *Eficacia de la terapia ACT en el tratamiento de duelo patológico en adultos mayores*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Belgrano].

<https://repositorio.ub.edu.ar/bitstream/handle/123456789/10312/Tesina%20-%20Sandra%20Perel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sánchez, H. y Reyes, C. (2006). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma.

Vázquez, L., Ricardo, E. y Hernández, B. (2022). Investigación científica: perspectiva desde la neutrosfía y productividad. *Universidad y Sociedad*, 14(S5), pp. 640-649.

<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3334>

VII. ANEXOS

Tabla 2

Sesiones psicoterapéuticas

SESIÓN	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTE
1	01/03/ 2022	60 minutos	Carmen Rosa
OBJETIVO	Establecer alianza terapéutica		
DESARROLLO DE SESION			
Etapa social	<p>La Sra. Carmen Rosa (CR) acude a la consulta sola, la terapeuta (T) le da la bienvenida, se presenta indicando su nombre, su ocupación, con quienes vive, su pasatiempo y pide a la usuaria que se presente, le muestra el ambiente terapéutico y le pide que se pongan cómoda. La terapeuta inicia la conversación preguntando si es la primera que acuden a una consulta psicológica y cuál fue su experiencia.</p> <p>Se observa que la Sra. Carmen Rosa, se sienta distante a la terapeuta.</p> <p>Se realiza el encuadre terapéutico estableciendo los horarios, número de contacto y frecuencia de sesiones, honorarios, confidencialidad y se le pide que firmen el contrato terapéutico.</p> <p>T: La terapeuta pide a la consultante la queja inicial.</p> <p>Buenas tardes soy la psicoterapeuta</p> <p>Cuéntenme ¿Quiénes conforman la familia?</p> <p>¿Le fue difícil llegar hasta aquí? ¿Dónde vive?</p> <p>Recibí la llamada de su hijo Gustavo, solicitándome una cita para Usted.</p>		

	<p>¿A qué se dedica?</p> <p>¿Cuáles son sus pasatiempos?</p> <p>T: Las sesiones de terapia se desarrollarán durante 60 minutos en el horario de 4 a 5 pm, de forma mensual. Se llevarán a cabo 10 sesiones. La terapia se llevará a cabo en esta dirección salvo que acordemos una nueva.</p>
Formulación del problema	<p>Terapeuta: Cuénteme ¿en que la puedo ayudar?</p> <p>Paciente: Me siento muy triste, quiero que me escuche. Hablo con mis hijos, pero siento que no me comprenden</p> <p>T: Sra. Carmen Rosa, ¿Qué es lo que quiere que la escuche para que se sienta comprendida?</p> <p>Paciente: lo que pasa Dra. No me despedí de mi hija, murió a causa de un derrame cerebral, ella vivía en España y no la vi, no me despedí.... (denota tristeza)</p>
Etapa de interacción	<p>T: ... debe haber sido muy difícil para usted, Sra. Carmen Rosa</p> <p>Paciente: sí, Dra. Siento que el dolor nunca se me pasará... (se muestra triste), no le dije adiós, no la llegue a ver ...mi hijita... (se muestra lábil), Disculpe Dra. No puedo hablar.</p> <p>T: No se preocupe, cualquier persona en su lugar sentiría ese tremendo dolor, tómese todo el tiempo que necesite, este es un espacio en donde usted pueda sentir confianza.</p> <p>Paciente: Recuerdo que me llamó por teléfono, conversamos buen tiempo, como siempre tan cariñosa, me dijo que iban a celebrar el mes siguiente el cumpleaños de mi nieto de 8 años. También estaba muy deseosa de venir en mayo de 2022, quería celebrar conmigo el día de</p>

	<p>la madre, sin embargo, esa propuesta quedó en nada, porque ella ya no está. En todas las veces que nos comunicábamos nunca me dijo el problema de su salud, tampoco le pregunté acerca de la salud... como madre debí preguntarle... Siento tanto dolor.</p>
<p>Connotación positiva</p>	<p>T: Sra. Carmen Rosa, veo en usted una mujer muy fuerte, a pesar de haber tenido una pérdida irreparable, veo que esta acá, buscando ser escuchada, buscando ayuda. Mientras usted me cuenta me pregunto ¿cómo es que está de pie? realmente veo en usted que quiere estar mejor.</p> <p>Paciente: Sí, Dra. Quiero estar mejor. Desde que falleció mi hija no tengo ganas de hacer nada, no tengo ganas ni de cambiarme la ropa, cuando vienen a visitarme mis hijos con mis nietos prefiero estar en mi cuarto. Siento que mis nietos, mis hijos me necesitan. Necesitan de mi cariño, de mi afecto y ser escuchados.</p> <p>T: bueno primero me gustaría volver a decirle que usted es una madre con muchas fortalezas, principalmente por asistir a las sesiones terapéuticas para así intentar aceptar la partida inesperada y difícil por los cuales está atravesando, me doy cuenta también lo que busca al venir a consulta es sentirse mejor ya sea consigo misma por ende con su familia. Es bueno saber que usted es importante para su familia y en reciprocidad ellos para usted.</p>

Tarea	<p>T (puente): Es por esto que me gustaría proponerle la siguiente tarea</p> <p>T: Me gustaría que para siguiente sesión pueda recordar si ¿ha habido alguna situación menos dolorosa y menos difícil que hayan superado?</p>
-------	---

SESION	FECHA	DURACION	PARTICIPANTE
2	04/04/ 2022	60 minutos	Carmen Rosa
Objetivo	<p>Análisis de la tarea.</p> <p>Fomentar la reflexión de sus recursos psicológicos para la solución de los problemas.</p>		
DESARROLLO DE SESIÓN			
<p>Revisión de la tarea</p> <p>Técnica</p> <p>Trabajo de recursos</p>	<p>T: ¿cómo le fue con la tarea?</p> <p>Paciente: con esta tarea me he recordado muchas dificultades que he tenido desde muy pequeña, mis padres se separaron cuando yo tenía cinco años, siendo hija única de la relación. Mi padre nos venía a ver de vez en cuando, jugaba conmigo.</p>		
Connotación positiva	<p>Siempre me preguntaba porque ambos no estuvieran juntos, yo extrañaba vivir en familia. A los 15 años me casé enamorada y quedé embarazada luego de haber tenido a mis cuatro hijos, mi esposo me fue infiel y me condicionó al divorcio inmediato y se fue a vivir con su amante y al poco tiempo se casó. Posterior a esto trabajé arduamente para darles buena educación a mis hijos. Al cabo de ello mis hijas salieron a buscar un futuro en el extranjero y varones hicieron lo propio.</p>		

<p>T: ¿Cómo ha podido usted salir adelante a pesar de haber pasado momentos difíciles en su niñez con poca presencia de su padre?</p> <p>Paciente: Mis amigas siempre estuvieron para mí, escuchándome, acompañándome con ellas comprendí que no siempre las familias están juntas.</p> <p>T: ¿Sra. Carmen Rosa, de dónde saco fuerza para tolerar el dolor que causó la infidelidad?</p> <p>PACIENTE::::: la fuerza saqué de las entrañas, sentí que mis hijos me necesitaban, ellos fueron mi mayor motivación.</p> <p>T: ¿Cómo es que hizo usted cuando sus hijos se fueron en busca de un porvenir mejor?</p> <p>Paciente: por amor a mis hijos accedí a quedarme sola, pero siempre busqué comunicación con ellos.</p> <p>T: Sra. Carmen Rosa, me quedo impresionada por todos los sucesos que ha vivido. Noto en usted una madre dedicada, llena de amor.</p> <p>Paciente: incluso quedarse sola, pero también veo que ante una situación difícil busca ayuda de su entorno en lugar de estar padeciendo, eso es muy bueno. Porque usted ante tales situaciones no se quedó esperando que alguien de soluciones o que simplemente la vida tome su curso, usted buscó ayuda para comprender la realidad, buscó reparar algunas necesidades que puedan tener sus hijos, en lugar solo esperar la voluntad de su</p>

	<p>esposo, revisó entre usted capacidades y salió fortalecida usted y sus hijos.</p> <p>T. ¿Sra. Carmen Rosa, que opina de lo que he dicho?</p> <p>Paciente: Dra. mientras usted me decía recordaba los fragmentos dolorosos de mi vida, solo me percataba de esos momentos difíciles, pero ahora con lo que acaba de decirme, me está ayudando a mirarme a mí misma de lo que puedo ser capaz. No lo había visto así.</p>
--	--

SESION	FECHA	DURACION	PARTICIPANTE
3	2 de mayo 2022	60 minutos	Carmen Rosa
Objetivo	Realizar una retroalimentación de la sesión anterior,		
DESARROLLO DE SESION			
Técnica: Lados fuertes	Se busca resaltar los cambios positivos que Carmen Rosa ha logrado. Se explora cómo Carmen Rosa ha logrado superar la tristeza y mantenerse activa en su vida cotidiana, preparando postres y leyendo periódicos.		
Connotación positiva	Terapeuta: Sra. Carmen la felicito por estar interesada nuevamente en lo que le agradaba antes, no todas las personas lo logran, veo que su fortaleza es grande, la felicito!		

Tarea:	Terapeuta: Sra. Carmen Rosa, le voy a dejar la tarea de recopilar los mejores postres que le salen, y hacer una selección de cuales le gustaría volver a hacer esta semana
--------	--

SESION	FECHA	DURACION	PARTICIPANTE
4	5 de mayo 2022	60 minutos	Carmen Rosa
Objetivo	Conocer los cambios que se está logrando en el proceso de la terapia		
DESARROLLO DE SESION			
Retroalimentación	La terapeuta realiza una retroalimentación de la sesión anterior enfocando en los recursos internos que había utilizado para afrontar los problemas		
Técnica Escala	<p>T: la semana pasada nos enfocamos en sus cualidades, capacidades frente a los problemas. Me di cuenta de la fortaleza interna que camina con usted.</p> <p>T: Sra. Carmen Rosa, que quiere lograr al venir a la terapia?</p> <p>Paciente: ya no quiero estar triste, quiero estar mejor. Quiero recordar a mi hija sin dolor. Aceptar que ella se ha ido.</p> <p>T: muy bien Sra. En este proceso vamos a trabajar juntas, para ello quiero su compromiso al cambio.</p> <p>T: quiero atreverme a preguntar. Pensando en una escala de 1 al 10, en donde 1 es peor estado y 10 sería estar sin ningún problema, ¿cuéntame en que número se encuentra hoy desde el momento en que empezó con las sesiones?</p>		

	<p>Paciente: cuando me voy de la sesión, siento con un peso menos.</p> <p>Paciente: creo que estaría en 4.</p> <p>T: ¡! ¡Fabuloso!!... ¿Cómo hizo para que pase de un 1 a un 4?... tan solo han pasado ocho semanas, eso es bastante!!</p> <p>Paciente: Dra. Hace dos meses estuve sin vida, agradezco a mi hijo se haya contactado con usted. Cada vez me estoy dando cuenta que mis hijos me quieren, mis nietos se desviven por venir a visitarme. Yo quiero estar bien.</p> <p>T: ¿ha notado cambios en usted desde la primera sesión hasta ahora que se encuentra en un 4?</p> <p>Paciente: sólo ha sido cuatro cambios</p> <p>T: Woo!! Eso es bastante, además todos los cambios son tan importantes, Cuénteme</p> <p>Paciente: ya tengo ánimos como para levantarme, ducharme y poder cambiarme de ropa, desde la semana pasada estuve un poco más tiempo en la cocina y otras en la sala.</p>
<p>Connotación positiva</p> <p>Cierre</p>	<p>T: ¡excelente!... ¿cómo se atrevió para levantarse ir a la ducha y salir de su cuarto?</p> <p>Paciente: ocurre que, por las mañanas me siento más animada, agradecida, yo soy Paciente::.</p> <p>T: ¿Paciente::: creyente?</p> <p>Paciente: en Dios, siento que gran parte de las fuerzas viene de él.</p> <p>T: que bueno, Sra. Carmen Rosa</p> <p>T: ¿cuénteme, quien se ha dado cuenta de este cambio que ha tenido?, ducharse y cambiarse y estar en su cocina y sala</p>

<p>Paciente: como vivo con mi empleada, ella.</p> <p>T: ¿en qué cosas se ha dado cuenta de que usted está con mejor ánimo?</p> <p>Paciente: bueno ahora me ve en la cocina preparando panqueque y estar en mi sala a veces para leer o llenar crucigrama que contiene en el periódico.</p> <p>T: ¿En algo más se ha dado cuenta su empleada del hogar de que se está sintiéndose mejor?</p> <p>Paciente. Sí, le converso, poco pero ya no son solo órdenes que le hacía. Lucia es una buena chica, trabaja conmigo desde hace 6 años.</p> <p>T: Perfecto, ¿Qué pensará Lucía de estos cambios?</p> <p>Paciente: supongo que pensara que estoy volviendo a vivir o que me quiero sentir mejor.</p> <p>T: ¿Lucía ha hecho algo cuando ha notado estos cambios?</p> <p>Paciente: Sí, está más pendiente de lo que quiero, incluso compra flores.</p> <p>T: ¿cómo se siente ante estos cambios, Sra. Carmen Rosa?</p> <p>Paciente: bien, me gusta sentirme limpia, me gusta estar como antes leer periódicos. Antes leía mucho, porque mantenía la mente ocupada entre lecturas y crucigramas.</p> <p>T: Sra. Carmen, veo que el cambio lo ha hecho por sí sola, el mes pasado me ha revelado que ha superado muchos obstáculos en su vida y me estoy convenciendo que esta última no va ser la excepción. Reitero en decirle que es una mujer muy fuerte que</p>

	<p>hace cualquier cosa por sus hijos y por usted. En poco tiempo usted está avanzando muy bien.</p> <p>Paciente: Pues sí...me siento contenta... soy consciente que esto es un proceso (asentaba con su cabeza)</p> <p>T: bueno, quiero dejarle una tarea para la siguiente semana, la tarea tiene relación con lo que ha estado demostrando hasta ahora.</p> <p>Para la próxima sesión, observe que cambios ha logrado hasta ahora y cuales quiere mantener en su vida.</p>
--	--

SESION	FECHA	DURACION	PARTICIPANTE
5	01 de junio 2022	60 minutos	Carmen Rosa
Objetivo	Redefinir los límites difusos.		
DESARROLLO DE SESION			
Revisión de la tarea	<p>T: ¿cómo le fue con la tarea encomendada?</p> <p>Paciente: bueno...Dra. Quiero seguir levantándome con más ánimo, también quiero preparar postres, ¡me gusta mucho!!! Que yo prepare postres les gustan mucho a mis hijos, sobre todo a mis nietos.</p> <p>T: ¡!! ¡Qué rico deben ser sus postres!!! ¿Qué postre de lo que usted prepara le gusta más?</p> <p>PACIENTE:::: me gusta mucho la tartaleta de fresa, me sale bien</p> <p>T. uhmmm!!! ya me imagino el olor que emanan sus postres.</p> <p>...que más le gustaría mantener en su vida?</p>		

<p>Técnica del milagro</p>	<p>Paciente : También me gustaría seguir leyendo mis periódicos, mis hijos han contratado para que me traigan periódico todos los días, antes deje de leer, pero me gustaría seguir leyendo</p> <p>T: ¿algún cambio más que le gustaría mantener?</p> <p>Paciente : no he tenido otro cambio, pero estuve pensando en ver el álbum familiar de fotos, aunque me causaría dolor por no haberme despedido de mi hija, por no haberla visto el ultimo día en vida, me habría gustado viajar hasta España, pero mis hijos con han querido que vaya porque en España el Covid- 19 estaba fuerte.</p> <p>T: entiendo, ¿ha habido en algún momento en que usted pensó en cómo le habría gustado despedirse?</p> <p>Paciente : sí, me habría gustado al menos darle el último beso, rezar a su costado, decirle que parte de mí se va con ella, que la amo tanto. Me habría gustado acompañar hasta su última morada, incluso acompañar a mis nietos y yerno, deben haber sufrido mucho...(suspira)</p> <p>T: ¿Cómo le gustaría recordar a su hija?</p> <p>Paciente : Que siempre fue amorosa conmigo, con sus hermanos, me llamaba todas las semanas, se preocupa mucho por mi salud, incluso desde España sacaba cita con mi médico. se comprometía mucho con su trabajo, desde niña era muy responsable.</p> <p>T: ¿Cómo se siente hablar de ella ahora?</p> <p>Paciente : Antes me generaba mucho, mucho dolor, era como tener un nudo en la garganta. Poco a poco me hace sentir bien hablar de ella. Incluso rezarle me hace sentir mejor.</p>
----------------------------	--

	<p>T: Que bueno que le haga sentir bien hablar de su hija...En mi experiencia he observado que las personas que han perdido un ser querido, no llegan olvidar la persona buena, activa, emprendedora, trabajadora que fue, no pierden para siempre más bien conservan en su memoria, aprenden a relacionarse de una nueva forma.</p> <p>T: ¿Que situaciones usted le que ayudaría relacionarse mejor con su hija?</p> <p>Paciente : en las noches invocar su nombre, porque así sentiría su presencia, recordar cómo era antes, cuando era niña con sus travesuras y/o ocurrencias.</p> <p>T: Cuéntame, ¿qué travesuras recuerda cuando ella era niña?</p> <p>Paciente : jaaaa...recuerdo, en una ocasión se había pintada la carita con mis cosméticos, tipo payasita. Se había puesto mis tacones y estaba caminando imitándome.</p> <p>T: ¡jaaaa...que graciosa, me imagino como se la vería!!!!!!!</p> <p>Paciente : Sí, me causo gracia parecía ser una niña grande.</p> <p>T: Supongamos que esta noche, mientras usted duerme, se produce un milagro y su malestar, su tristeza, desaparece</p> <p>T: ¿Cómo se daría cuenta que ocurrió un milagro?</p> <p>Paciente : doctorcita, no había pensado en eso...creo que me daría cuenta recordándole a mi hija feliz, la maravillosa mujer, madre e hija que fue.</p> <p>T: ¡Qué bueno!!! ¿en qué más se daría cuenta?</p> <p>Paciente : volvería preparar los postres que más le gustaban para mis nietos</p>
--	--

<p>T: ¿Me está queriendo decir que invitaría a su casa a sus nietos?</p> <p>Paciente : Sí.</p> <p>T: ¡extraordinario!!!!!! Y cuénteme, ¿qué más sería diferente?</p> <p>Paciente : podría volvería invitar a mis hijos almorzar a la casa.</p> <p>Los domingos sería de mucha bulla y algarabía, porque estaría mis nietos, mis hijos, estaríamos juntos. Volvería a decorar mi casa con flores, me gustan mucho las flores es signo de alegría,</p> <p>T: ¡tantas cosas nuevas!!! ¿En qué notaría que ya no tiene tristeza en usted?</p> <p>Paciente : yo creo en que al recordar a mi hija con felicidad.</p> <p>Incluso en este momento estoy pensando que me gustaría ir a España para ir al cementerio para ir a orar, pero eso será más adelante, porque el Covid- 19 aunque esta fuerte.</p> <p>T: honestamente estoy orgullosa que usted sea mi consultante por cuidar su salud. Toma precauciones para no exponerse al Covid-19 siendo responsable, a pesar de tener muchas ganas de ir España.</p> <p>Me doy cuenta que ama tanto a sus hijos y a su familia</p> <p>T: Para la siguiente semana quisiera que piense, ¿quiénes se darían cuenta que este milagro ha ocurrido?</p> <p>T: ¿y quién cree que sería la primera persona en darse cuenta que usted ya no está triste?</p> <p>Paciente : sería mi empleada, Lucía.</p> <p>T: ¡ahhh...su empleada, genial!!! ¿qué notaría diferente?</p> <p>Paciente : notaría que estoy más organizada, se daría cuenta que preparo los postres con frecuencia, llamo a familiares y amistades,</p>

	<p>decorando la casa, vería leyendo los diarios, completando palabras, sudokus, juegos de mesa. Me gustan estas actividades.</p> <p>T: ¿De qué más se daría cuenta su empleada?</p> <p>Paciente : creo que me vería que me arreglo aspecto personal, me pongo joyas, estoy más animada.</p> <p>T: ¿Quién más aparte de Lucía se daría cuenta de los cambios que se darían?</p> <p>Paciente : mis hijos, sobre todo, mi hijo, Francisco quien vive en el primer piso. Se daría cuenta que preparo postres, que le preparo su plato favorito. Él es un inspector de la cocina, porque cada vez que viene suele revisar qué hay de comida o postre.</p> <p>T: ¡ohhh!!! ¡Qué bien!!!...su hijo debe ser afortunado por los platos favoritos que la mamá le prepara!!!...en verdad, le veo y me lo dice también.</p> <p>T: ¿y qué sentiría su hijo Francisco al ver cambios en usted?</p> <p>Paciente : Estaría muy contento, feliz, sabiendo que estoy volviendo a hacer las cosas que hacía antes.</p>
--	---

SESIÓN	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
6	02/06/ 2022	60 minutos	Carmen Rosa
OBJETIVO	Redefinir el duelo en el subsistema parental, filial y fraternal		
DESARROLLO DE LA SESIÓN			
T: Acerca de la tarea encomendada de quienes de la familia se daba cuenta de su mejoría y como se sentía ante las muestras de reacción de su familia.			

Paciente: suspira... me siento mejor mi familia se ha dado cuenta de que estoy animada ya no estoy tan triste como al inicio poco a poco estoy superando mis hijos también se reconfortan al verme más tranquila y están más pendientes me llaman por teléfono más seguido y vienen a verme una vez por semana mis hijos los que viven en Perú, y mi hija que radica en EE.UU. ella viene a verme una vez al año en vacaciones de trabajo así han acordado mi familia.

Hoy les cuento una historia, del águila. Se Paciente:: el que el águila puede llegar a vivir hasta setenta años. Sin embargo, cuando se aproxima a los cuarenta su pico alargado se ha encorvado y casi le toca el pecho. Sus garras se han ido apretando y debilitando. Las plumas de sus alas se han engrosado, son más pesadas, y cada vez le será más difícil ¡volar! Al llegar a los cuarenta años, el águila tiene que tomar una difícil decisión: dejarse morir o enfrentar el reto de un doloroso proceso de renovación que le permitirá vivir otros treinta años más de una vida fructífera.

Si elige el proceso de renovarse para vivir, el águila buscará la cima de una montaña, con un nido cercano a un paredón.

Golpeará su pico contra la pared hasta que consiga arrancárselo. Esperará varios días Paciente::mente hasta que le crezca un pico nuevo. Luego se irá desprendiendo una a una las garras de los talones. Cuando las garras le habrán crecido, empezará a desplumarse, a arrancarse las plumas viejas. Este punzante

Metáfora

	<p>proceso de renovación le tomará varias semanas. El águila sabe que será como volver a nacer</p>
<p>DEVOLUCIÓN A LA FAMILIA</p>	
<p>Terapeuta: La felicito por el esfuerzo que usted hace al venir a las sesiones, significa que a pesar de que Ud. está atravesando por una etapa de duelo. Su compromiso e interés por su mejoría dice mucho de Ud. Carmen Rosa, la importancia que cuenta con el apoyo de su familia que siempre está presente en su vida y unidos.</p>	
<p>INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA</p>	
<p>Técnica de reencuadramiento</p>	<p>Por medio de la técnica de reencuadramiento ha permitido conocer las emociones y sentimientos de Carmen Rosa, que conforma el subsistema parental con el fin de que pueda darse cuenta del proceso de duelo que está atravesando en la actualidad con miras a la aceptación a un mediano plazo, por todo ello se generan pautas transaccionales difusas las que serían abordadas en la siguiente sesión.</p>
<p>Técnica de reestructuración</p>	<p>La metáfora ha servido para que la usuaria, se dé cuenta de la situación que está atravesando y que tiene miras a solución y a sobreponerse del proceso por duelo.</p>
<p>Técnica de construcción de la realidad familiar</p>	<p>Por medio de esta técnica se abordarán las creencias o resistencias con respecto al duelo. Haciendo ver la realidad y aceptación del ciclo vital, con respecto al duelo asimilándolo en el tiempo.</p>
<p>PRÓXIMA SESIÓN</p>	

La terapeuta indica que la próxima sesión terapéutica, deberá acudir con su hijo Gustavo.

SESIÓN	FECHA	DURACIÓN	PARTICIPANTES
7	07/08/2022	60 minutos	Carmen Rosa / Gustavo
OBJETIVO	Pautas transaccionales en el subsistema parental, filial y fraternal.		
DESARROLLO DE LA SESIÓN			
<p>T: quiero felicitarles por haber venido madre e hijo, es muy importante su compañía sobre todo en esta sesión.</p> <p>Paciente: ahora me siento acompañada y más segura con mis hijos y ellos entre hermanos también ahora la comunicación y los acuerdos están presentes.</p> <p>Gustavo: Dra. Estoy muy agradecido por haber ayudado a mi madre todo este tiempo y ver mejoría, seguridad y más confianza en sí misma, eso me hace bien a mí y a mis hermanos y por ende a toda la familia.</p>			
METÁFORA	Un río que baja desde las montañas hasta el mar, con sus etapas desde su nacimiento hasta su desembocadura con sus relieves y peculiaridades, lo primero que vemos es el agua que sale de las montañas que necesita tiempo para llegar al mar.		
PRESCRIPCIÓN	Realizar una carta de despedida en la cual qué quiso decirle antes de su partida. Decisión propia a donde conservarla o es su libre albedrío.		
DEVOLUCIÓN A LA FAMILIA			

T:Carmen Rosa y Gustavo, en el transcurso de las sesiones terapéuticas he percibido que ustedes como familia han dado todo lo mejor por la estabilidad y mejoría de su mamá, sabiendo que no podían venir por temas laborales, se valora el haber estado pendientes por medio de llamadas, y reconocer el cambio que denota Carmen Rosa, habiendo puesto todo de su parte con la invitación a las tareas y el interés por su mejoría viéndose reflejado el bienestar en la estructura familiar y por ende las pautas transaccionales son funcionales. Con miras a llevar el duelo en la mente y el corazón abrazando los recuerdos más bonitos vividos en su momento. .

INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA

<p>Técnica de reencuadramiento</p>	<p>Por medio de esta técnica de re encuadramiento los integrantes del subsistema parental y filial Carmen Rosa y Gustavo, se han dado cuenta del síntoma y que las pautas transaccionales en el pasado fueron disfuncionales que vivenciaba la familia. En la actualidad han mejorado eso se refleja en los subsistemas tanto filial y fraternal quienes conforman la estructura familiar pos duelo.</p>
<p>Técnica de reestructuración y complementariedad</p>	<p>Con estas técnicas Carmen Rosa y familia se han podido dar cuenta del problema suscitado a consecuencias del duelo y auto cuestionándose han podido entender que no podían avanzar o que sus vidas puedan fluir en relación a las pautas transaccionales de la estructura familiar.</p> <p>En la actualidad han comprendido y analizado que los cambios que se generan en los subsistemas es saludable para su mejoría personal, familiar y entorno social. Todo esto se logrará en unión y apoyo familiar.</p>

<p>Técnicas de lados fuertes y construcción de la realidad familiar</p>	<p>Por medio de la técnica de lados fuertes: quiero decirles Carmen Rosa y Gustavo, ustedes y demás hijos que componen una estructura diferente a otras familias, siendo importante en sus esencias ustedes son una familia muy unida y que Marisol siempre será buena hija y hermana.</p> <p>Y el duelo es un proceso, los sentimientos de afecto tanto parental y fraternales no cambiarán hacia su ser querido que partió concientizando que la etapa que están viviendo por duelo pronto llegará a la aceptación de la pérdida.</p> <p>Por tanto, se ha llegado a concluir que la estructura familiar y sus pautas transaccionales deben ser funcionales en la medida que ustedes y la familia sean convenientes y que continúen las relaciones interpersonales dentro y fuera del sistema familiar.</p> <p>A pesar de que para una madre el fallecimiento de un hijo no tiene nombre y que en nuestra cultura se está preparado para que los hijos entierren a sus padres y no lo contrario.</p>
<p>PRÓXIMA SESIÓN</p>	
<p>Terapeuta: tiene un alta temporal, a fin de año en diciembre nos veremos para su verificación de la reestructura familiar y ver su desarrollo y avance funcional post duelo.</p>	

Figura 1

Genograma pre terapia

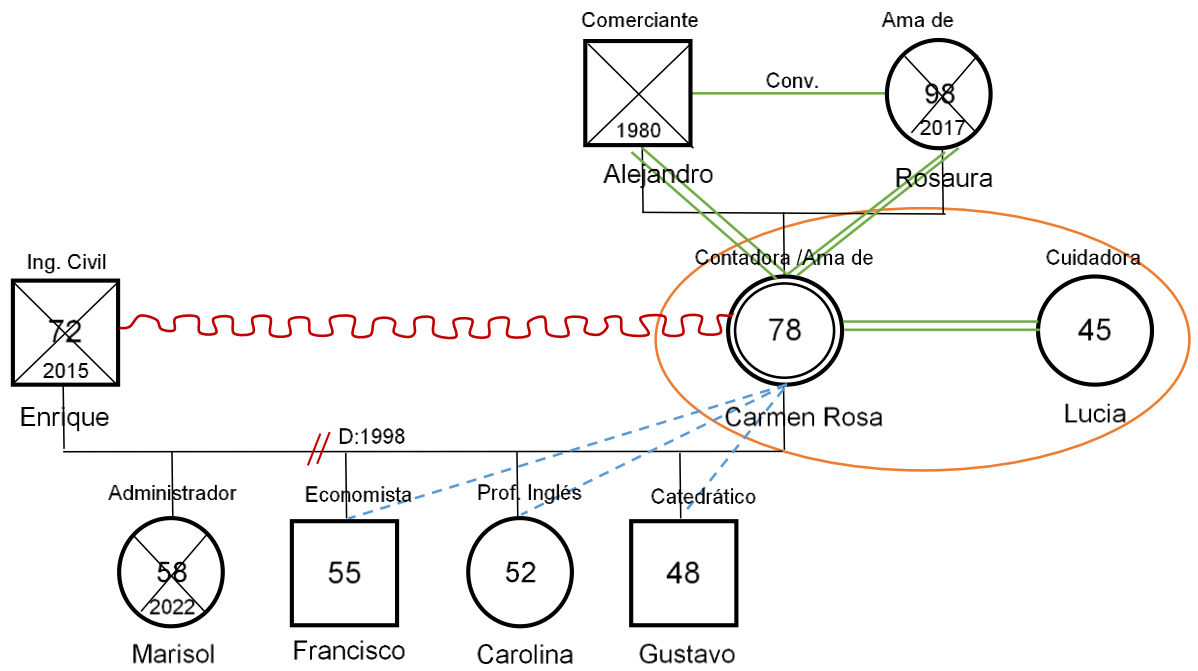


Figura 2*Genograma post terapia*