

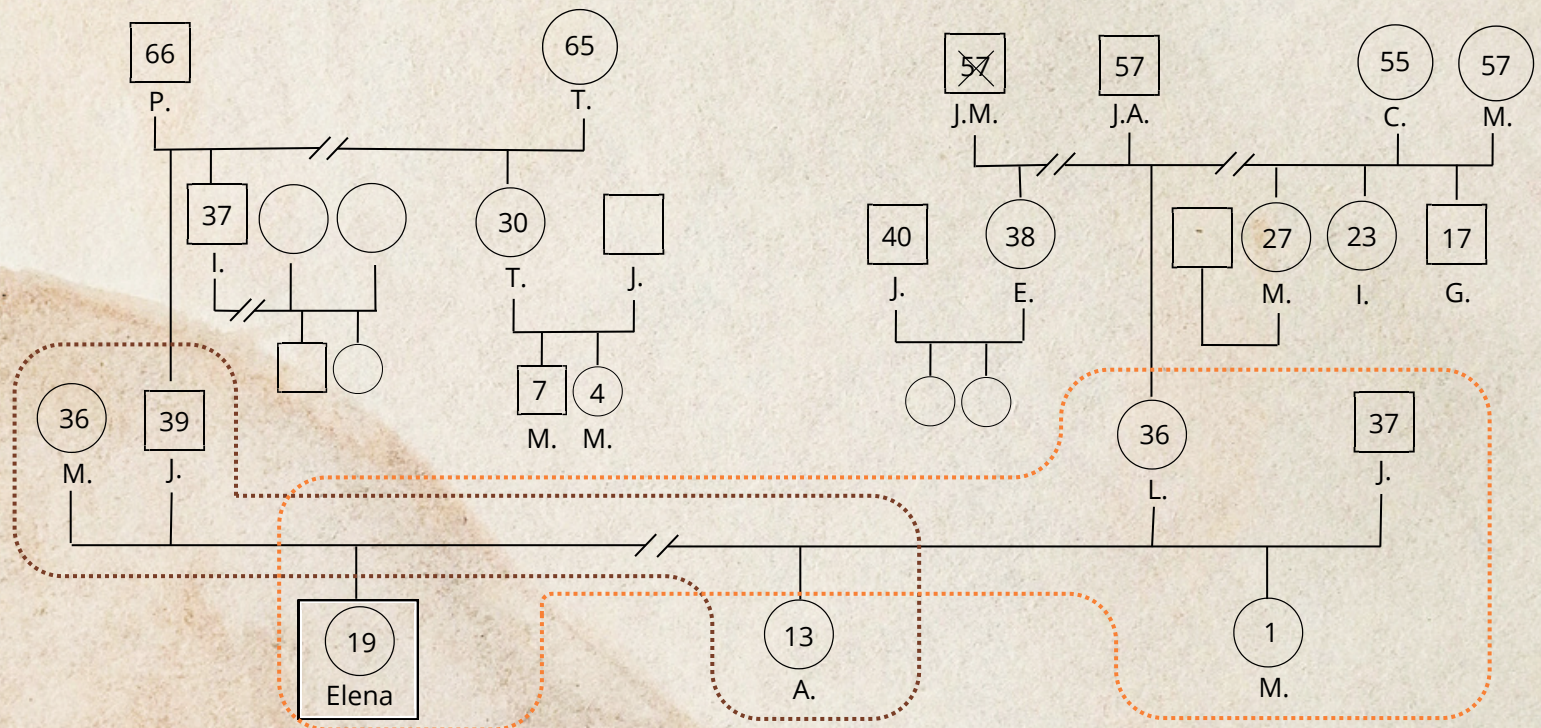
Más Allá del Síntoma: Enfoque Sistémico para el Bienestar Emocional

María Caballero Delgado, Gloria Alonso Toribio, Víctor Manuel Tocino Expósito

INTRODUCCIÓN

La terapia sistémica comprende a la persona como parte de un **sistema relacional amplio**, donde los síntomas reflejan el equilibrio o desequilibrio familiar. El objetivo se centra en los **patrones de interacción y vínculo** que mantienen el malestar, más que en el cambio individual (Pereira, 2023).

CASO CLÍNICO



HIPÓTESIS

-Parentalización

Asume responsabilidades de cuidado generándole sobrecarga emocional.

-Límites difusos

Dificultad para separar sus necesidades de las de su madre y hermana.

-Triangulación

Mediación en conflictos familiares que aumenta sentimientos de culpa.

-Lealtades familiares

Sentimiento de obligación de proteger a miembros más vulnerables.

INTERVENCIÓN

-Validación del malestar en su contexto

-Clarificación de los roles en la jerarquía familiar

-Diferenciación del conflicto familiar
Metáfora de la mesa de una sola pata

-Fomentar espacio de expresión y escucha emocional

REFERENCIAS

McGoldrick, M. y Gerson, R. (1985). *Genogramas en la evaluación familiar*. Gedisa
Pereira, R. (2023). *Manual de terapia familiar sistémica. Tomo 1: las bases de la terapia familiar*. Morata