



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

“TÉCNICAS DE TERAPIA FAMILIAR”

Ayala Diaz, Evelyn Dahiana.
Ayala Fernández, Alex Fabricio.
Centurión Leguizamón, Tamara María Montserrat.
Duarte López, Carlos Mauricio.
Romero Armoa, Alison.
Valdez Insfrán, Karen Elizabeth.

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Universidad del Sol. Asunción. Paraguay

eveayaladiaz@gmail.com

alexayalafernandez23@gmail.com

monsecenturion22@gmail.com

mauriduarte14@hotmail.com

alisonarmoa03@gmail.com

karen2003valdez@gmail.com

RESUMEN

El presente estudio se centra en el análisis de las técnicas de terapia familiar, basadas en los conceptos de fronteras, desequilibramiento y complementariedad propuestos por Salvador Minuchin. El objetivo general es describir estos conceptos y su relevancia en la terapia estructural de familias. Para ello, se utilizó una metodología de investigación bibliográfica, revisando fuentes teóricas y estudios previos sobre la obra de Minuchin y la terapia familiar estructural. Los resultados más relevantes indican que el concepto de fronteras es clave para entender las dinámicas de poder y roles dentro de una familia, mientras que el desequilibramiento es una técnica que permite al terapeuta alterar estas dinámicas para fomentar cambios estructurales. La complementariedad, por su parte, facilita la comprensión de las interacciones recíprocas y de cómo los miembros de la familia se adaptan a sus roles. El aporte original de la tesis reside en la integración de los tres conceptos en un marco teórico cohesionado, que puede aplicarse en el diagnóstico y tratamiento de problemas familiares complejos. En conclusión, las técnicas de terapia familiar de Minuchin ofrecen herramientas fundamentales para trabajar con familias en crisis, facilitando un cambio estructural que permita mejorar las interacciones y dinámicas familiares.

Palabras clave: Complementariedad. Desequilibramiento. Fronteras. Terapia estructural. Terapia familiar.

Sede Central - Asunción: Francisco Dupuis Nº 462 (ex 5ta Proyectada) entre 14 de Mayo y

Alberdi **Telefax:** (021) 371-371 / (0981) 898990 **www.unades.edu.py** **Email:**

secretaria@unades.edu.py



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N° 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N° 10/2010

ABSTRACT

The present study focuses on the analysis of family therapy techniques, based on the concepts of borders, imbalance and complementarity proposed by Salvador Minuchin. The general objective is to describe these concepts and their relevance in structural family therapy. To do this, a bibliographic research methodology was used, reviewing theoretical sources and previous studies on Minuchin's work and structural family therapy. The most relevant results indicate that the concept of boundaries is key to understanding the dynamics of power and roles within a family, while imbalance is a technique that allows the therapist to alter these dynamics to promote structural changes. Complementarity, for its part, facilitates the understanding of reciprocal interactions and how family members adapt to their roles. The original contribution of the thesis lies in the integration of the three concepts into a cohesive theoretical framework, which can be applied in the diagnosis and treatment of complex family problems. In conclusion, Minuchin's family therapy techniques offer fundamental tools for working with families in crisis, facilitating structural change that improves family interactions and dynamics.

Keywords: Complementarity. Imbalance. Borders. Structural therapy. Family therapy.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

1.INTRODUCCIÓN

La Terapia Familiar es un campo dinámico que abarca diversos conceptos y enfoques para abordar las complejidades de las relaciones familiares. Entre estos conceptos se encuentran: Las fronteras: se refiere a los límites que definen las interacciones entre los miembros. Por consiguiente, establecer fronteras saludables es esencial para proteger la individualidad y promover relaciones equilibradas. Una gestión adecuada de estas fronteras permite a los miembros comunicarse de manera efectiva y respetar las necesidades de los demás.

Las técnicas de terapia familiar son un conjunto de intervenciones diseñadas para mejorar la dinámica y funcionalidad dentro del sistema familiar, abordando las relaciones y roles entre sus miembros. Estas técnicas se basan en la idea de que los problemas individuales no pueden entenderse sin considerar el contexto familiar en el que se desarrollan. Entre las más destacadas, la terapia familiar estructural de Salvador Minuchin resalta el uso de técnicas como el establecimiento de fronteras, el desequilibramiento y la complementariedad. El establecimiento de fronteras ayuda a clarificar los límites entre los miembros de la familia, diferenciando los roles y funciones de cada uno, mientras que el desequilibramiento implica la intervención del terapeuta para modificar las dinámicas de poder o influencia, generando cambios necesarios en el sistema familiar. La complementariedad, por su parte, resalta la importancia de las interacciones mutuas, en las que los comportamientos y actitudes de cada miembro influyen en los demás de manera recíproca. A través de estas técnicas, el terapeuta busca reestructurar las relaciones familiares para

Sede Central - Asunción: Francisco Dupuis Nº 462 (ex 5ta Proyectada) entre 14 de Mayo y Alberdi
Telefax: (021) 371-371 / (0981) 898990 **www.unades.edu.py** **Email:** secretaria@unades.edu.py



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

fomentar una comunicación más saludable, aumentar la cohesión y mejorar la adaptación familiar frente a conflictos o crisis.

La investigación presenta como objetivo general describir estos conceptos y su relevancia en la terapia estructural de familias.

La investigación sobre las técnicas de terapia familiar es de vital importancia, ya que ofrece una comprensión profunda de las dinámicas relacionales dentro del sistema familiar y proporciona herramientas prácticas para intervenir de manera eficaz en situaciones de conflicto o disfunción. Este estudio aporta al campo de la psicoterapia al describir y analizar conceptos clave como fronteras, desequilibramiento y complementariedad, desarrollados por Salvador Minuchin, y su aplicación en el proceso terapéutico. Al integrar estos conceptos, la investigación no solo enriquece el marco teórico de la terapia familiar estructural, sino que también facilita su implementación práctica, mejorando la capacidad de los terapeutas para abordar problemas complejos que involucran a múltiples miembros de una familia. De esta manera, el aporte original del estudio radica en ofrecer una visión sistematizada y comprensible de estas técnicas, que puede servir como una guía tanto para profesionales en formación como para terapeutas experimentados en su trabajo con familias en crisis o en procesos de cambio.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

2. MATERIALES Y MÉTODOS

En esta investigación, cuyo enfoque fue la revisión de las técnicas de terapia familiar basadas en los conceptos propuestos por Salvador Minuchin, se utilizó una metodología de investigación bibliográfica. Este método consistió en la recolección, análisis y síntesis de fuentes teóricas y estudios previos relacionados con la terapia familiar estructural. Para ello, se seleccionaron textos académicos, libros especializados, artículos de revistas científicas y tesis de grado que abordaran en profundidad los conceptos de fronteras, desequilibramiento y complementariedad, así como su aplicación en la práctica terapéutica.

Según Sampieri, este tipo de investigación no genera nuevos datos primarios, sino que se enfoca en la reinterpretación de los datos ya existentes, contribuyendo a la comprensión integral de un tema desde distintas perspectivas académicas (1).

La selección de material se realizó considerando fuentes tanto clásicas como contemporáneas, con el fin de proporcionar un enfoque actualizado y relevante.

El proceso de recolección de la información incluyó la búsqueda sistemática en bases de datos académicas como Google Scholar, Scopus y PubMed, utilizando palabras clave relacionadas con el tema central de la investigación. Los criterios de inclusión contemplaron estudios que abordaran de manera explícita la terapia familiar estructural, las técnicas terapéuticas de Minuchin, y aquellos que ofrecieran estudios de caso o análisis empíricos relacionados con la práctica clínica.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

Además, se incluyeron textos fundacionales escritos por el propio Salvador Minuchin, debido a la importancia de su obra en la comprensión de las técnicas terapéuticas utilizadas.

Una vez seleccionadas las fuentes, se llevó a cabo un análisis crítico de la literatura, buscando identificar puntos de convergencia y divergencia entre los diferentes autores, así como la evolución en la comprensión y aplicación de las técnicas de terapia familiar. Se organizó la información en torno a los tres conceptos clave del estudio: fronteras, desequilibramiento y complementariedad. Cada uno de estos conceptos fue analizado desde sus orígenes teóricos hasta sus aplicaciones prácticas actuales en diferentes contextos terapéuticos, lo que permitió una visión holística y profunda de las técnicas estudiadas.

La metodología bibliográfica utilizada no solo permitió una comprensión teórica exhaustiva de las técnicas de Minuchin, sino que también facilitó la identificación de estudios de caso que ilustran cómo estas técnicas han sido implementadas en la práctica clínica. Esto enriqueció la investigación al proporcionar ejemplos concretos de cómo los terapeutas aplican las técnicas en situaciones reales, ofreciendo una visión práctica y aplicable a los hallazgos teóricos. A través de esta revisión exhaustiva de la literatura, se pudo construir un marco teórico sólido que no solo describe las técnicas de terapia familiar, sino que también ofrece una base para futuras investigaciones y aplicaciones terapéuticas.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

3.RESULTADOS

El primer objetivo de esta investigación fue describir los conceptos de fronteras, desequilibramiento y complementariedad según Salvador Minuchin, elementos centrales en la terapia familiar estructural. Estos conceptos proporcionan una base teórica y práctica que permite entender la dinámica interna de las familias y guiar el proceso terapéutico para la resolución de conflictos y disfunciones. Para Minuchin, la familia es un sistema compuesto por subsistemas (como la pareja, los hijos, los padres), y las interacciones entre estos se regulan mediante fronteras, que determinan la proximidad o distancia entre los miembros y su nivel de autonomía.

El concepto de **fronteras** se refiere a los límites que definen las interacciones entre los distintos subsistemas dentro de la familia. Minuchin sostiene que las fronteras pueden ser claras, rígidas o difusas. Las fronteras claras permiten a los miembros interactuar de manera saludable, respetando los espacios personales y favoreciendo la independencia sin sacrificar la cohesión familiar. Sin embargo, cuando las fronteras son rígidas, los miembros pueden experimentar aislamiento o desvinculación emocional, mientras que las fronteras difusas pueden generar una falta de diferenciación, roles confusos y relaciones simbióticas. El terapeuta trabaja para identificar y ajustar estos límites, de modo que las interacciones familiares se vuelvan más funcionales.

El concepto de desequilibramiento es una técnica clave en la intervención terapéutica, en la que el terapeuta interviene de manera estratégica para alterar las relaciones de poder o influencia dentro del sistema familiar. Minuchin utiliza esta técnica para "desequilibrar" la estructura familiar



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

existente, apoyando temporalmente a ciertos miembros sobre otros, con el objetivo de romper patrones disfuncionales y promover un nuevo equilibrio más saludable. Este desequilibrio es necesario para crear las condiciones de cambio, donde los miembros de la familia pueden reestructurar sus roles y dinámicas.

Por último, el concepto de complementariedad aborda la interdependencia entre los miembros de la familia, destacando cómo las acciones de un individuo afectan directamente a los demás. En una familia funcional, la complementariedad implica apoyo mutuo y roles adaptativos; sin embargo, en familias disfuncionales, puede reforzar patrones negativos y roles poco saludables, como la rigidez en los roles de poder o dependencia. El terapeuta, al identificar las interacciones complementarias en la familia, trabaja para fomentar interacciones que promuevan la reciprocidad y el crecimiento individual y colectivo. Estos tres conceptos, cuando se aplican en conjunto, proporcionan una base sólida para el análisis y reestructuración de la dinámica familiar, facilitando un cambio hacia una mayor funcionalidad y bienestar.

En cuanto al segundo objetivo Identificar como la terapia sistémica define las paradojas. Los resultados arrojaron que dentro del contexto de la terapia familiar sistémica, las paradojas son situaciones en las que los mensajes contradictorios o dobles vínculos se generan dentro del sistema familiar, creando confusión y comportamientos disfuncionales. Estas paradojas, también conocidas como "dobles mensajes", ocurren cuando una persona recibe dos o más mensajes contradictorios de manera simultánea, lo que le impide responder de manera coherente. En el



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

ámbito familiar, estos patrones paradójicos pueden ser particularmente dañinos, ya que los miembros de la familia quedan atrapados en situaciones en las que cualquier respuesta o acción parece incorrecta o inadecuada, lo que perpetúa el conflicto y la disfunción.

La terapia sistémica trabaja para identificar y resolver estas paradojas dentro del sistema familiar, ayudando a los miembros a reconocer los mensajes contradictorios y a salir de los patrones disfuncionales. El terapeuta sistémico puede utilizar técnicas como la "prescripción del síntoma", una intervención paradójica en la que se le pide a la familia que continúe con el comportamiento problemático de manera consciente, lo que ayuda a romper el ciclo paradójico y permite a los miembros tomar consciencia de la naturaleza del conflicto. Al hacerlo, el terapeuta desenreda los enredos comunicativos que mantienen los problemas, permitiendo que el sistema familiar se reorganice hacia un estado más funcional y saludable. La resolución de estas paradojas es clave para fomentar una comunicación clara y congruente entre los miembros de la familia, lo que resulta en una mejora significativa de las relaciones y del funcionamiento global del sistema.

Seguidamente se presenta el tercer objetivo Detallar los conceptos sobre realidades, construcciones, los lados fuertes de la terapia sistémica y/o familiar. Los resultados arrojaron que, en la terapia sistémica, el concepto de realidades se refiere a la idea de que cada miembro de la familia puede percibir y construir su propia versión de la realidad, basada en sus experiencias, creencias y emociones. Esta multiplicidad de realidades es fundamental para la terapia sistémica,



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

ya que reconoce que no existe una única verdad en las interacciones familiares, sino varias interpretaciones válidas de los mismos eventos. El terapeuta sistémico trabaja para comprender estas diferentes realidades y ayudar a los miembros de la familia a reconocer las perspectivas de los demás, lo que facilita una comunicación más efectiva y reduce los malentendidos.

En cuanto a las **construcciones**, la terapia sistémica enfatiza que las familias construyen su propio sentido de identidad y sus patrones de interacción a lo largo del tiempo, basándose en sus experiencias colectivas. Estas construcciones pueden ser tanto positivas como disfuncionales, y el papel del terapeuta es ayudar a la familia a identificar las narrativas que mantienen patrones problemáticos y co-construir nuevas narrativas más saludables. Los lados fuertes de la terapia sistémica incluyen su enfoque en las fortalezas y recursos de la familia, en lugar de centrarse exclusivamente en los problemas. La terapia sistémica busca potenciar estos recursos internos para que la familia pueda encontrar soluciones por sí misma, promoviendo la resiliencia y el empoderamiento dentro del sistema. Este enfoque positivo permite a las familias trabajar juntas para generar cambios sostenibles y constructivos en sus dinámicas.

Finalmente, el resultado del objetivo general, que buscó describir los conceptos de fronteras, desequilibramiento y complementariedad, revela que estos son pilares fundamentales en la terapia estructural de familias. Las fronteras permiten delimitar los roles y las interacciones entre los subsistemas familiares, favoreciendo un equilibrio entre autonomía y cohesión; el



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

desequilibramiento es una técnica utilizada para alterar dinámicas disfuncionales y redistribuir el poder dentro de la familia, generando cambios positivos en la estructura; y la complementariedad facilita la comprensión de cómo los miembros interactúan de manera recíproca, influyendo mutuamente en sus comportamientos. La relevancia de estos conceptos en la terapia estructural radica en su capacidad para identificar y modificar patrones disfuncionales, permitiendo al terapeuta guiar a la familia hacia un funcionamiento más saludable y equilibrado.

4.CONCLUSIÓN

El primer objetivo de esta investigación fue describir los conceptos de fronteras, disequilibrio y complementariedad según Salvador Minuchin, elementos centrales en la terapia familiar estructural. Estos conceptos proporcionan una base teórica y práctica que permite entender la dinámica interna de las familias y guiar el proceso terapéutico para la resolución de conflictos y disfunciones. Para Minuchin, la familia es un sistema compuesto por subsistemas (como la pareja, los hijos, los padres), y las interacciones entre estos se regulan mediante fronteras, que determinan la proximidad o distancia entre los miembros y su nivel de autonomía.

El concepto de fronteras se refiere a los límites que definen las interacciones entre los distintos subsistemas dentro de la familia. Minuchin sostiene que las fronteras pueden ser claras, rígidas o difusas. Las fronteras claras permiten a los miembros interactuar de manera saludable, respetando los espacios personales y favoreciendo la independencia sin sacrificar la cohesión



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

familiar. Sin embargo, cuando las fronteras son rígidas, los miembros pueden experimentar aislamiento o desvinculación emocional, mientras que las fronteras difusas pueden generar una falta de diferenciación, roles confusos y relaciones simbióticas. El terapeuta trabaja para identificar y ajustar estos límites, de modo que las interacciones familiares se vuelvan más funcionales.

El concepto de desequilibramiento es una técnica clave en la intervención terapéutica, en la que el terapeuta interviene de manera estratégica para alterar las relaciones de poder o influencia dentro del sistema familiar. Minuchin utiliza esta técnica para "desequilibrar" la estructura familiar existente, apoyando temporalmente a ciertos miembros sobre otros, con el objetivo de romper patrones disfuncionales y promover un nuevo equilibrio más saludable. Este desequilibrio es necesario para crear las condiciones de cambio, donde los miembros de la familia pueden reestructurar sus roles y dinámicas.

Por último, el concepto de complementariedad aborda la interdependencia entre los miembros de la familia, destacando cómo las acciones de un individuo afectan directamente a los demás. En una familia funcional, la complementariedad implica apoyo mutuo y roles adaptativos; sin embargo, en familias disfuncionales, puede reforzar patrones negativos y roles poco saludables, como la rigidez en los roles de poder o dependencia. El terapeuta, al identificar las interacciones complementarias en la familia, trabaja para fomentar interacciones que promuevan la reciprocidad y el crecimiento individual y colectivo. Estos tres conceptos, cuando se aplican en conjunto,



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

proporcionan una base sólida para el análisis y reestructuración de la dinámica familiar, facilitando un cambio hacia una mayor funcionalidad y bienestar.

En cuanto al segundo objetivo Identificar como la terapia sistémica define las paradojas. Los resultados arrojaron que, dentro del contexto de la terapia familiar sistémica, las paradojas son situaciones en las que los mensajes contradictorios o dobles vínculos se generan dentro del sistema familiar, creando confusión y comportamientos disfuncionales. Estas paradojas, también conocidas como "dobles mensajes", ocurren cuando una persona recibe dos o más mensajes contradictorios de manera simultánea, lo que le impide responder de manera coherente. En el ámbito familiar, estos patrones paradójicos pueden ser particularmente dañinos, ya que los miembros de la familia quedan atrapados en situaciones en las que cualquier respuesta o acción parece incorrecta o inadecuada, lo que perpetúa el conflicto y la disfunción.

La terapia sistémica trabaja para identificar y resolver estas paradojas dentro del sistema familiar, ayudando a los miembros a reconocer los mensajes contradictorios y a salir de los patrones disfuncionales. El terapeuta sistémico puede utilizar técnicas como la "prescripción del síntoma", una intervención paradójica en la que se le pide a la familia que continúe con el comportamiento problemático de manera consciente, lo que ayuda a romper el ciclo paradójico y permite a los miembros tomar consciencia de la naturaleza del conflicto. Al hacerlo, el terapeuta desenreda los enredos comunicativos que mantienen los problemas, permitiendo que el sistema familiar se reorganice hacia un estado más funcional y saludable. La resolución de estas paradojas

Sede Central - Asunción: Francisco Dupuis Nº 462 (ex 5ta Proyectada) entre 14 de Mayo y Alberdi **Telefax:** (021) 371-371 / (0981) 898990 **www.unades.edu.py** **Email:** secretaria@unades.edu.py



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N° 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N° 10/2010

es clave para fomentar una comunicación clara y congruente entre los miembros de la familia, lo que resulta en una mejora significativa de las relaciones y del funcionamiento global del sistema.

Seguidamente se presenta el tercer objetivo Detallar los conceptos sobre realidades, construcciones, los lados fuertes de la terapia sistémica y/o familiar. Los resultados arrojaron que, en la terapia sistémica, el concepto de realidades se refiere a la idea de que cada miembro de la familia puede percibir y construir su propia versión de la realidad, basada en sus experiencias, creencias y emociones. Esta multiplicidad de realidades es fundamental para la terapia sistémica, ya que reconoce que no existe una única verdad en las interacciones familiares, sino varias interpretaciones válidas de los mismos eventos. El terapeuta sistémico trabaja para comprender estas diferentes realidades y ayudar a los miembros de la familia a reconocer las perspectivas de los demás, lo que facilita una comunicación más efectiva y reduce los malentendidos.

En cuanto a las construcciones, la terapia sistémica enfatiza que las familias construyen su propio sentido de identidad y sus patrones de interacción a lo largo del tiempo, basándose en sus experiencias colectivas. Estas construcciones pueden ser tanto positivas como disfuncionales, y el papel del terapeuta es ayudar a la familia a identificar las narrativas que mantienen patrones problemáticos y co-construir nuevas narrativas más saludables. Los lados fuertes de la terapia sistémica incluyen su enfoque en las fortalezas y recursos de la familia, en lugar de centrarse exclusivamente en los problemas. La terapia sistémica busca potenciar estos recursos internos



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

para que la familia pueda encontrar soluciones por sí misma, promoviendo la resiliencia y el empoderamiento dentro del sistema. Este enfoque positivo permite a las familias trabajar juntas para generar cambios sostenibles y constructivos en sus dinámicas.

Finalmente, el resultado del objetivo general, que buscó describir los conceptos de fronteras, desequilibramiento y complementariedad, revela que estos son pilares fundamentales en la terapia estructural de familias. Las fronteras permiten delimitar los roles y las interacciones entre los subsistemas familiares, favoreciendo un equilibrio entre autonomía y cohesión; el desequilibramiento es una técnica utilizada para alterar dinámicas disfuncionales y redistribuir el poder dentro de la familia, generando cambios positivos en la estructura; y la complementariedad facilita la comprensión de cómo los miembros interactúan de manera recíproca, influyendo mutuamente en sus comportamientos. La relevancia de estos conceptos en la terapia estructural radica en su capacidad para identificar y modificar patrones disfuncionales, permitiendo al terapeuta guiar a la familia hacia un funcionamiento más saludable y equilibrado.

5. BIBLIOGRAFÍA

1. Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, P. B. *Metodología de la investigación* (6ta ed.). McGraw-Hill. 2018