



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

TEMA:

La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la terapia sistémica.

AUTORES:

**Peláez Alvarado, Juan Carlos
Villalta Paredes, Karen Denisse**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

TUTOR:

Psic. Cl. Cando Zapata, Juan Andrés, Mgs.

Guayaquil, Ecuador

2 de septiembre de 2025



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación, fue realizado en su totalidad por **Peláez Alvarado, Juan Carlos; Villalta Paredes, Karen Denisse**, como requerimiento para la obtención del título de **Licenciado en Psicología Clínica**.

TUTOR

f. _____

Psic. CI. Cando Zapata, Juan Andrés, Mgs.

DIRECTOR (A) DE LA CARRERA

f. _____

Psic. CI. Estacio Campoverde, Mariana De Lourdes, Mgs.

Guayaquil, a los 2 del mes de septiembre del año 2025



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Nosotros, **Peláez Alvarado, Juan Carlos**
Villalta Paredes, Karen Denisse

DECLARAMOS QUE:

El Trabajo de Titulación, **La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la Terapia Sistémica** previo a la obtención del título de **Licenciados en Psicología Clínica**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de nuestra total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 2 del mes de septiembre del año 2025

LOS AUTORES:

f. _____
Peláez Alvarado, Juan Carlos

f. _____
Villalta Paredes, Karen Denisse



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

AUTORIZACIÓN

Nosotros, **Peláez Alvarado, Juan Carlos**
Villalta Paredes, Karen Denisse

Autorizamos a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la Terapia Sistémica**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi/nuestra exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 2 del mes de septiembre del año 2025

LOS AUTORES:

f. _____
Peláez Alvarado, Juan Carlos

f. _____
Villalta Paredes, Karen Denisse



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

INFORME DE ANÁLISIS COMPILATIO



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la Terapia Sistémica



Nombre del documento: La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la Terapia Sistémica.doc
ID del documento: 911adbc0ef801f97bf92add3b5bfd02ce24c656
Tamaño del documento original: 1,57 MB

Depositante: Juan Andrés Cando Zapata
Fecha de depósito: 23/8/2025
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 23/8/2025

Número de palabras: 30.563
Número de caracteres: 202.034

Ubicación de las similitudes en el documento:



TÍTULO DEL TRABAJO DE TITULACIÓN: La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la Terapia Sistémica

AUTORES: Peláez Alvarado, Juan Carlos; Villalta Paredes Karen Denisse

INFORME ELABORADO POR:

TUTOR:

f.

Psic. Cl. Cando Zapata, Juan Andrés, Mgs.

Guayaquil, a los 2 del mes de septiembre del año 2025

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a mis padres, quienes, con su amor incondicional, paciencia y ejemplo, me han enseñado a no rendirme incluso en los momentos más difíciles.

A mis hermanas Paulette y Valentina, quienes con su presencia siempre me recordaron que no estaba solo en este camino.

A mis mejores amigos, compañeros incansables de risas, desvelos y conversaciones que me dieron la fuerza para seguir adelante cuando las dudas parecían más grandes que las certezas. A todos ustedes les debo, no sólo la compañía en esta etapa llena de desafíos y aprendizajes, sino también la inspiración para convertir cada obstáculo en una oportunidad, y cada logro en una celebración compartida.

Gracias por caminar a mi lado, por creer en mí en todo momento, y por hacer de este proceso una experiencia inolvidable que llevaré siempre en mi corazón.

Peláez Alvarado, Juan Carlos

Primeramente, agradezco a mi familia, entre quienes se encuentran mi mamá Sorayda, que con su amor y fortaleza me ha guiado para convertirme en la mujer que soy. A mi papá Pedro, quien con sus sabias palabras siempre me prestó toda su ayuda. A mi hermano Andrés, por ser mi compañero y amigo, riéndonos, molestándonos, pero siempre apoyándonos frente a cualquier situación. A Lupe, mujer especial en mi vida a la que también puedo llamar madre, quien ha cuidado de mi con cariño, lealtad y firmeza.

A mi amiga del colegio Cristina, con quien llevo años cultivando una amistad sincera que llevo siempre en el corazón. A mis amigas de la universidad, Karen, Ana, Valentina y Anahí, por compartir juntas momentos inolvidables, llenos de risas y palabras de aliento que llenaban mi alma.

De forma especial, quiero agradecerle al amor de mi vida Davide, quien con su amor y apoyo me ayudó a mantenerme fuerte en todo este proceso, además de hacerme siempre la más feliz, llenando mi vida de sentimientos hermosos con su presencia. Agradezco su compañía en las noches de desvelo, en los momentos buenos y malos, e incluso por creer en mí cuando yo misma dudaba. Gracias por ser mi compañero de vida.

A mi tutor de tesis, el Lcdo. Juan Cando, sin su guía y acompañamiento no hubiera sido posible la culminación de este trabajo.

Villalta Paredes, Karen Denisse



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a todas las personas que conocí en mis prácticas, quienes me animaron a realizar este trabajo. A mi familia por brindarme su apoyo incondicional. También, a quienes me acompañaron en este largo camino y me ayudaron a tener una mejor visión de hacia dónde debo ir, lo que se espera de mi y todo aquello que puedo lograr.

Peláez Alvarado, Juan Carlos

Dedico este trabajo a los niños y adolescentes que han compartido conmigo fragmentos de su historia, de sus luchas y sus sueños. A ellos, que con su valentía me enseñaron a mirar la vida desde la esperanza, incluso en medio de la adversidad. Este trabajo está dedicado a cada uno de ellos, porque su voz y su esencia fueron inspiración y motor en mi formación académica.

Villalta Paredes, Karen Denisse



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

f. _____

Psic. Mariana Estacio Campoverde, Mgs.

DECANO O DIRECTOR DE CARRERA

f. _____

Psic. Francisco Martínez Zea, Mgs.

COORDINADOR DEL ÁREA O DOCENTE DE LA CARRERA

f. _____

Psic. Marcia Colmont Martínez, Mgs.

OPONENTE



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

CALIFICACIÓN

NOTA: _____



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

CALIFICACIÓN

NOTA: _____

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
PREGUNTA GENERAL	6
PREGUNTAS ESPECÍFICAS	6
OBJETIVO GENERAL	7
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
JUSTIFICACIÓN	7
ANTECEDENTES	10
CAPÍTULO I	12
Fundamentos teóricos de la Terapia Familiar Sistémica	12
Origen y evolución de la Terapia Familiar Sistémica.....	12
Escuelas dentro de la Terapia Familiar Sistémica.....	14
Conceptos fundamentales de la Terapia Familiar Sistémica.....	16
Conceptualización de la familia desde la Terapia Familiar Sistémica ..	20
Conceptualización del adolescente desde la Terapia Familiar Sistémica	28
CAPÍTULO II	30
La familia disfuncional desde la terapia familiar sistémica	30
Conceptualización de la familia disfuncional	30
Patrones relacionales de la familia disfuncional	34
Roles familiares y jerarquías disfuncionales.....	37
Patrones de comunicación disfuncional	39
Alianzas, coaliciones, triangulaciones y lealtades invisibles	46
Crisis evolutivas producto del ciclo vital familiar	49
Familia funcional vs familia disfuncional.....	50
CAPÍTULO III	54
Desarrollo psicoemocional del adolescente en contextos familiares disfuncionales	54

La adolescencia como una etapa de transición.....	54
Etapas del desarrollo psicoemocional en la adolescencia	58
Impacto del sistema familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional del adolescente	62
Manifestaciones psicoemocionales comunes del adolescente en una familia disfuncional.....	65
Conductas de riesgo y regulación emocional del adolescente	68
Intervención desde la Terapia Familiar Sistémica: Pautas de abordaje ...	71
CAPÍTULO IV	76
METODOLOGÍA.....	76
Enfoque.....	76
Paradigma.....	77
Método	77
Técnicas de recolección de información	78
Instrumentos.....	78
CAPÍTULO V	80
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	80
CONCLUSIONES	85
REFERENCIAS	88

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo analizar la influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes, abordado desde la perspectiva de la Terapia Familiar Sistémica. Para ello, se realizó una revisión bibliográfica que permitió identificar los principales patrones relacionales y de comunicación presentes en familias con dificultades, así como su impacto en la vivencia emocional de los adolescentes. Se comprendió que la adolescencia es una etapa de gran vulnerabilidad, en la cual el entorno familiar adquiere un papel fundamental como soporte o factor de riesgo. Por lo que, se resaltó que los adolescentes que crecen en familias disfuncionales suelen enfrentar problemas como la baja autoestima, ansiedad, depresión, dificultades en la regulación emocional y mayor predisposición a conductas de riesgo.

Es así que, no sería correcto interpretar que estas problemáticas son sólo fallas individuales, sino que se presentan como resultado de un sistema familiar en desequilibrio que afecta a cada uno de sus miembros. Por esto, la Terapia Familiar Sistémica permite abordar estas dificultades desde una mirada relacional. Sólo así, se reconoce al adolescente como parte de un entorno familiar que necesita mejorar para generar un bienestar cada una de las personas que lo conforman. De esta manera, la importancia de este trabajo es lograr visibilizar cómo es necesaria la funcionalidad tanto para relaciones familiares, límites, roles y comunicación, aspectos que influyen de forma directa en la construcción de la identidad y la salud psicológica y emocional de los adolescentes. A partir de la teoría revisada, se busca contribuir con un aporte académico que motive nuevas reflexiones e intervenciones terapéuticas orientadas a fortalecer al sistema familiar y promover el bienestar integral de los adolescentes.

Palabras clave: dinámica familiar; disfuncionalidad; desarrollo psicológico; desarrollo emocional; adolescencia; familia.

ABSTRACT

This study seeks to understand how dysfunctional family dynamics affect the psycho emotional development of adolescents, using the perspective of Systemic Family Therapy. To do so, a literature review was carried out, which helped identify the main relational and communication patterns that usually appears in families with difficulties, as well as their impact on the emotional world of adolescents. It became clear that adolescence is a very vulnerable stage, where the family environment can act either as a source of support or as a risk factor. For this reason, it was noted that adolescents who grow up in dysfunctional families, often deal with problems such as low self-esteem, anxiety, depression, struggles with emotional regulation, and a greater tendency toward risk behaviors.

These difficulties should not be seen as individual failures, but rather as the result of an unbalanced family system that influences each of its members. From this view, Systemic Family Therapy offers a relational way to address these challenges, recognizing that the adolescent is part of a wider environment that needs to improve in order to promote the wellbeing of everyone involved. The relevance of this work lies in showing the need for a family functionality in aspects such as relationships, limits, roles, and communication, since these directly shape identity and the psychological and emotional health of adolescents. In light of the reviewed theory, this research aims to provide an academic contribution that inspires new reflections and therapeutic interventions, helping to strengthen family systems and support the overall well being of adolescents.

Key words: family dynamics; dysfunctionality; psychological development; emotional development; adolescence; family system.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia se considera como una de las etapas más complejas del desarrollo del ser humano, debido a que constituye la transición entre la niñez y la edad adulta, por lo que se encuentra afectada por cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales. Es así que, tal y como lo indica Vergara (2019), “Los adolescentes están cuestionando su identidad y tratando de establecerse como individuos separados de sus padres (...) están aprendiendo a regular sus emociones y a establecer relaciones más cercanas con sus pares y figuras de apego”. Por esta razón, se establece que la adolescencia es una etapa vulnerable y en la que, la calidad de la crianza proveniente del vínculo familiar, es un determinante clave en el desarrollo psicoemocional del individuo. Así se comprende que, la familia es el primer sistema de crianza y, además, el entorno en el que el adolescente adquiere la base de su desarrollo afectivo y psicológico. (Caguana; Tobar; 2022).

No obstante, cuando el sistema presenta dinámicas disfuncionales caracterizadas por conflictos constantes, falta de comunicación afectiva, límites difusos y estilos parentales inadecuados, se generan condiciones de inestabilidad que afectan directamente el equilibrio emocional de sus miembros (Delgado; Barcia; 2020). Así, lo que debería representar un espacio de protección y apoyo, se convierte en un escenario que incrementa la vulnerabilidad del adolescente frente a conductas de riesgo y dificultades emocionales (Chávez; 2020). Ahora bien, la Terapia Familiar Sistémica explica que las emociones o conductas manifestadas por un adolescente, son expresiones por las que se evidencian que el sistema ha perdido su equilibrio. De esta forma, la angustia, la rebeldía, la ansiedad o las conductas desafiantes no sólo evidencian un malestar individual, sino también problemas relacionales que involucran al sistema familiar. (Minuchin; 1986). Por esta razón, la intervención sistémica busca trabajar no sólo con el adolescente, sino con las interacciones familiares que sostienen el malestar. (Quijano; 2022)

El dominio institucional de la UCSG que guarda correspondencia con el trabajo es el Dominio 4: Dinámicas sociopolíticas, instituciones jurídicas y democracia, el cual se centra en las políticas implementadas por el (los) Estado (os), así como las realidades sociales que generan decisiones estatales estratégicas. Este dominio incluye la jerarquía de valores, las necesidades y presiones que ejercen los grupos sociales, como también las formas que dan vida al tejido social que sostiene a una nación. (párr. 1). Así, cuando las familias presentan estructuras disfuncionales, se generan efectos negativos que también abarcan al tejido social. Como resultado, los adolescentes pueden enfrentar dificultades emocionales, problemas de conducta y retos en su integración dentro de la sociedad. Desde este enfoque, es fundamental considerar cómo las políticas públicas, la intervención estatal y la atención a las problemáticas familiares pueden contribuir a mejorar las condiciones del desarrollo de los adolescentes.

La jerarquía de valores, los modelos familiares y las dinámicas sociales deben ser cuestionadas y atendidas para que el Estado y las instituciones promuevan espacios saludables que fortalezcan el bienestar emocional, garantizando así su pleno desarrollo como ciudadanos. Por otro lado, el eje del Plan de Creación de Oportunidades de la Secretaría Nacional de Planificación, que guarda correspondencia con este trabajo es el Eje Social, en el cual se encuentra el objetivo 5: Proteger a las familias, garantizar sus derechos y servicios, erradicar la pobreza y promover la inclusión social (p. 65). Este objetivo se relaciona con la investigación, ya que la problemática de los adolescentes que crecen en estructuras familiares disfuncionales requiere de políticas públicas que garanticen entornos seguros, protectores y emocionalmente estables. El Plan de Creación de Oportunidades 2021-2025, alineado con la Agenda 2030, resalta la importancia de no dejar atrás a nadie, reconociendo que la familia, como núcleo fundamental de la sociedad, debe ser protegida y fortalecida mediante intervenciones públicas y privadas que atiendan de forma especializada a los grupos más vulnerables.

Por otro lado, se mencionó anteriormente que los adolescentes se encuentran en una etapa crítica de su desarrollo, por lo cual deben ser vistos

como una población prioritaria, en orden de prevenir dificultades psicoemocionales en consecuencia de la disfuncionalidad familiar. Así que, este trabajo aporta al objetivo al mostrar con mayor claridad cómo las dinámicas familiares inadecuadas afectan el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. De esta manera, se busca impulsar la creación de políticas que condenen la violencia, promuevan la inclusión y fortalezcan los lazos familiares desde el cumplimiento de sus derechos. Además, aporta al planteamiento de estrategias de prevención y acompañamiento que permitan proteger a la adolescencia, lo cual servirá como base para construir una sociedad más justa, equitativa y resiliente.

Ahora bien, el objetivo del Plan de Desarrollo Sostenible con el que se relaciona esta investigación es el ODS 16 – Paz, Justicia e Instituciones Sólidas. En particular, guarda correspondencia con la meta 16.1: reducir de manera significativa todas las formas de violencia y las tasas de mortalidad en el mundo. (Naciones Unidas Ecuador, 2025). Esto se conecta con las estructuras familiares disfuncionales, ya que muchas veces se convierten en ambientes donde aparecen formas de violencia emocional, psicológica e incluso física, que perjudican de manera directa a los adolescentes. Así que, estas violencias, que no siempre son visibles, afectan su desarrollo psicoemocional, pues los exponen a ambientes inestables, falta de afecto y dinámicas conflictivas que limitan su bienestar integral. Por ello, reducir estas formas de violencia en el sistema familiar es importante no sólo para evitar consecuencias inmediatas, pero también para prevenir afectaciones a largo plazo en la salud mental de los adolescentes. De este modo, contribuir a identificar y abordar estas problemáticas desde la investigación, se convierte en un paso necesario para lograr el cumplimiento de la meta 16.1, fomentando entornos familiares más sanos y protectores que garanticen el correcto desarrollo de los adolescentes en sociedades más justas y con instituciones sólidas.

El presente trabajo tiene como propósito analizar de qué manera la dinámica de una familia disfuncional influye en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes, a partir de una revisión bibliográfica que reúne aportes teóricos de diferentes autores. En el primer capítulo, se presentan los

fundamentos de la Terapia Familiar Sistémica. Después, se profundiza en las características de las familias disfuncionales, enfatizando en sus patrones de comunicación y organización interna. Por último, se exploran las manifestaciones emocionales que suelen aparecer en los adolescentes que se desenvuelven en este tipo de contextos, demostrando cómo estas experiencias impactan en su bienestar.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la adolescencia como el periodo comprendido entre los 10 y 19 años de edad, manifestándose como una etapa compleja de la vida que marca la transición entre la infancia y la adultez, en la cual se producen cambios físicos, intelectuales, psicológicos y sociales. Durante esta etapa, los adolescentes atraviesan numerosos retos como la búsqueda de su identidad, la consolidación de su personalidad, el lograr acogerse a normas morales e ideológicas, el control de sus impulsos, y afianzar las relaciones sociales con sus familiares y pares. Es así que, se puede entender a la adolescencia como un periodo crítico de transición y maduración, lo cual produce vulnerabilidad ante la aparición de conductas de riesgo como la violencia sexual, el consumo excesivo de alcohol u otras sustancias psicoactivas, el suicidio, la autolesión, comportamientos agresivos, conductas alimentarias inadecuadas o deserción escolar. Ante esta vulnerabilidad, resulta indispensable reconocer a la familia como un factor clave para el desarrollo psicoemocional del adolescente. De acuerdo con Valenzuela et al. (2013) en su estudio "Prevención de conductas de riesgo en el adolescente: Rol de familia", realizado en Chile, se mencionó lo siguiente:

Se han identificado algunos factores de riesgo individual como la falta de autocontrol, baja autoestima, bajo rendimiento escolar, deserción escolar y ausencia de plan de vida, asociados a conductas de riesgo como la depresión, adicciones e ideación suicida, que se asocian a familias con bajos niveles de cohesión, desapegadas, de menores ingresos, con una

escasa contención emocional brindando escaso soporte para enfrentar las tareas propias de esta etapa. (p. 10)

Por esta razón, se identifica que la presencia de una dinámica familiar disfuncional, caracterizada por la falta de comunicación afectiva, roles familiares difusos, conflictos constantes y estilos parentales inadecuados, influye directamente en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. La adolescencia, comprendida como una etapa de alta vulnerabilidad, provoca que los adolescentes sean más sensibles ante las conductas, comportamientos y dinámicas presentes en su círculo familiar. En este contexto, el bajo nivel de cohesión familiar y la falta de contención emocional aumentan el riesgo de que los adolescentes desarrollen conductas problemáticas o síntomas psicoemocionales. Desde la Terapia Familiar Sistémica, se comprende que los síntomas que presenta el adolescente no deben interpretarse como fallas individuales, sino como expresiones de un sistema disfuncional. Por esta razón, aparece la necesidad de analizar la influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional del adolescente.

PREGUNTA GENERAL

¿Cómo influye la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional del adolescente desde la Terapia Familiar Sistémica?

PREGUNTAS ESPECÍFICAS

- ¿Cómo se caracteriza a los principales patrones relacionales y de comunicación presentes en familias disfuncionales desde la Terapia Familiar Sistémica?
- ¿Cuáles son las manifestaciones psicoemocionales más frecuentes en adolescentes que pertenecen a contextos familiares disfuncionales?
- ¿Cuáles son las interacciones entre los subsistemas familiares y su impacto en el rol y la vivencia emocional del adolescente dentro del sistema familiar?

OBJETIVO GENERAL

Analizar cómo la dinámica de una familia disfuncional influye en el desarrollo psicoemocional del adolescente mediante una revisión bibliográfica desde la perspectiva de la Terapia Familiar Sistémica.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar los principales patrones relacionales y de comunicación presentes en familias disfuncionales según los principios de la Terapia Familiar Sistémica.
- Explicar las interacciones entre los subsistemas familiares y su impacto en la vivencia emocional del adolescente dentro del sistema familiar.
- Enumerar las manifestaciones psicoemocionales más frecuentes en adolescentes que pertenecen a contextos familiares disfuncionales.

JUSTIFICACIÓN

Se reconoce a la familia como un pilar que sostiene a la sociedad debido a que influye directamente en el desarrollo y la formación del área social, afectiva, física, psicológica e intelectual de sus miembros. En la actualidad, el sistema familiar ha atravesado varios cambios sociales, culturales y económicos. Las nuevas configuraciones familiares y los mayores desafíos en los estilos de crianza nos llevan a repensar el rol de esta y su influencia en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. De acuerdo con Chávez (2020) en su estudio titulado Familia disfuncional y el impacto psicosocial en un adolescente, menciona que:

La disfuncionalidad familiar es el incumplimiento de las características dadas por la sociedad de lo que es una familia y, con respecto al impacto psicosocial en un adolescente, siendo el ser humano que atraviesa una etapa vulnerable, y de diversos cambios en su vida y se puede ver

afectado psicológica y socialmente, ya que la familia es el contexto o núcleo fundamental en su desarrollo. (p. 1)

De esta manera, se ubica a la familia como el primer sistema de socialización que cumple un papel fundamental en el desarrollo integral, el acompañamiento y la contención emocional del adolescente. Por lo que, cuando este sistema se ve caracterizado por la inestabilidad, puede traer efectos negativos en su desarrollo psicoemocional. La importancia de abordar este tema radica en explorar un poco más sobre ¿Cómo influye la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional del adolescente? debido a que se puede encontrar una estrecha relación entre las manifestaciones emocionales que afectan la integridad y el correcto desarrollo de los mismos. Estas manifestaciones no sólo responden a los cambios críticos propios de su etapa evolutiva, sino también, a la vivencia de un entorno familiar disfuncional que, en lugar de ofrecerle un espacio de amor, seguridad o protección, les muestran un lugar conformado por la inestabilidad psicológica y emocional.

En el primer capítulo, se abordarán los fundamentos teóricos de la Terapia Familiar Sistémica, siendo esto necesario para contextualizar la temática de este trabajo. Así mismo, se conceptualiza a la familia y el adolescente, considerando que estos son conceptos clave para poder analizar la influencia de una dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional del adolescente. En el segundo capítulo, se puntualiza sobre la dinámica de una familia disfuncional, entre ella, sus características, subsistemas, patrones relacionales y de comunicación presentes que afectan de manera negativa la estabilidad del sistema y, por ende, el desarrollo psicoemocional de uno de sus miembros, el adolescente. Por último, en el tercer capítulo se expondrá sobre el desarrollo psicoemocional del adolescente que convive en un sistema familiar disfuncional, permitiendo el conocimiento de las etapas del desarrollo psicoemocional, los roles que adopta el adolescente, sus manifestaciones emocionales, las conductas de riesgo que pueden atravesar y pautas de abordaje desde la Terapia Familiar Sistémica. Es así que, este trabajo resulta relevante como aporte teórico para la comprensión del impacto de una dinámica familiar disfuncional en el

desarrollo psicoemocional del adolescente, lo cual se logrará mediante una revisión bibliográfica desde la orientación de la Terapia Familiar Sistémica que permita abordar los problemas psicoemocionales del adolescente desde un enfoque no patológico, sino que se oriente al entendimiento de los vínculos, patrones relacionales y reglas implícitas que estructuran el sistema familiar disfuncional.

ANTECEDENTES

El trabajo sobre la influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional del adolescente resulta de gran relevancia, porque el adolescente se encuentra atravesando una etapa vital caracterizada por cambios profundos a nivel físico, psicológico y emocional. También, porque resulta indispensable reconocer que el entorno familiar es el núcleo primario de socialización que, además de brindar funciones básicas de cuidado y protección, ofrece un espacio determinante para la formación del equilibrio psicoemocional del adolescente. En este sentido, la familia puede convertirse en un factor protector o de riesgo durante esta etapa. Por consiguiente, se han identificado antecedentes a nivel nacional, latinoamericano e internacional que abordan la disfuncionalidad familiar en el desarrollo psicoemocional del adolescente.

A nivel nacional, se encuentra al autor Cordero et al. (2020) perteneciente a la Universidad Estatal de Milagro, Ecuador, publicó en su revista de FACSsalud UNEMI, el artículo titulado Influencia de factores psicosociales en la conducta impulsiva de los adolescentes. Este trabajo tuvo como objetivo determinar los factores psicosociales que inciden en la conducta impulsiva de los participantes. Se realizó una investigación de tipo cuantitativo, transversal, descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 214 participantes de 13 y 14 años donde el 49,3 % es de sexo masculino y el 56,1 % femenino, población a la cual se le aplicó el cuestionario de "Riesgo psicosocial para la conducta impulsiva en adolescentes". Se obtuvo como resultado que el factor psicosocial personal, seguido del factor sociofamiliar, social-escolar y genético-biológico, influyen significativamente en la conducta impulsiva no planeada, cognitiva y motora.

En Latinoamérica, se ha considerado la investigación de los autores Crover García y Danyelo García, misma que aborda el funcionamiento familiar y la ineficacia en la comunicación de la familia y estilos inflexibles o

en extremo flexibles. García et al. (2024), en su estudio titulado Funcionalidad Familiar y ansiedad Estado-Rasgo. Tuvo como objetivo determinar la relación entre Funcionamiento Familiar y Ansiedad Estado-Rasgo. La muestra fue de 212 adolescentes. Los instrumentos utilizados fueron: la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES IV) y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE). Dicha investigación concluye en que existe una relación negativa de intensidad leve entre funcionamiento familiar y ansiedad estado-riesgo.

A nivel internacional se ha considerado la siguiente investigación, perteneciente a la autora Natalia Aguilera, esta abarca factores que intervienen en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. Aguilera et al. (2024) El estudio titulado Funcionalidad familiar y habilidades sociales. Tuvo como objetivo establecer la relación entre la funcionalidad familiar y las habilidades sociales en adolescentes. Se optó por una investigación cuantitativa, no experimental, correlacional y transversal. La muestra fue de alumnos del nivel medio de entre 14 y 19 años, seleccionados por muestreo no probabilístico. Se administró la Escala de Habilidades Sociales (EHS), y la Escala de evaluación de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III). Con dicha investigación se llegó a la conclusión de que el nivel de habilidades sociales ($M = 90,69$) fue medio, el 55 % presentó nivel medio, el 36 % nivel alto y el 9% nivel bajo. Poseer estos aspectos conduce a los individuos a una satisfacción personal e interpersonal.

De esta manera, los tres artículos coinciden en que la familia es un aspecto importante para el desarrollo emocional y psicológico del adolescente. Por esto, a pesar de que cada autor exprese efectos distintos, tanto la impulsividad, la ansiedad o la dificultad para interiorizar habilidades sociales, están condicionadas por la funcionalidad o disfuncionalidad del sistema familiar en el que se desenvuelva el adolescente. Así que, se comprende que los patrones que se viven en este sistema afectan directamente a los miembros dentro del hogar. Por esta razón, cuando el entorno se vive desde la disfuncionalidad, repercute en la conducta, en las emociones y también, en las relaciones sociales del adolescente.

CAPÍTULO I

Fundamentos teóricos de la Terapia Familiar Sistémica

Origen y evolución de la Terapia Familiar Sistémica

En el siguiente capítulo se abordan los fundamentos teóricos de la Terapia Familiar Sistémica, lo cual ayudará a contextualizar la temática de este trabajo. Se realizará un recorrido histórico que partirá desde el origen y evolución de la Terapia Familiar Sistémica, luego se puntualiza sobre las escuelas que ofrecieron aportes académicos a esta terapia y, por último, se abordará sobre los conceptos fundamentales para comprender la Terapia Familiar Sistémica. Dentro del recorrido histórico, es necesario iniciar con la presentación del origen y la evolución de esta terapia. La Terapia Familiar Sistémica se basa en la Teoría General de los Sistemas (TGS), la cual fue formulada por el biólogo Ludwig Von Bertalanffy y que fue publicada alrededor del año 1947, después de la Segunda Guerra Mundial. La TGS tiene como objetivo principal comprender y analizar las características, comportamientos e interacciones de los sistemas en general, independientemente de su naturaleza.

La Teoría General de los Sistemas convoca un enfoque interdisciplinario que promueve no aislar a los fenómenos, sino reconocer su interacción e interrelación. Steven Preister en su artículo titulado La teoría de sistema como marco de referencia para el estudio de la familia (1981), explica que “toda persona informada sabe que la naturaleza, así como el mundo social que hemos creado, es una malla entretejida de tendencias interdependientes conectadas...” (p. 5). De esta manera, la TGS permitió cambiar la perspectiva del enfoque reduccionista mecanicista tradicional, el cual predominaba durante el tiempo de Descartes y de Newton. Este enfoque concibió un punto de vista determinista y analítico que afirmaba que todas las estructuras y operaciones del cuerpo humano son reductibles a modelos mecánicos. (Descartes, 1644).

Sin embargo, la Teoría General de los Sistemas de Bertalanffy propició que la concepción actual del sistema viviente ya no esté más unida a la concepción mecanística, lo que permitió una visión holística e interconectada del funcionamiento humano, en especial dentro de los contextos sociales como la familia. Es así que, la Terapia Familiar Sistémica surge como resultado de la unión teórica entre disciplinas como la biología, la cibernética, la sociología, la psicología y la teoría de la comunicación. Dentro del recorrido histórico de esta terapia, se ubica que, durante los años 50, un grupo de investigadores provenientes de Estados Unidos llamados Ackerman, Bowen, Bateson, Watzlawick y Jackson, empezaron a estudiar las dinámicas familiares como posibles factores de recaída en pacientes psiquiátricos que, tras avanzar en su proceso terapéutico individual, recaían y presentaban síntomas al regresar a su entorno familiar. Debido a esto, se pudo incentivar una mirada más amplia en el tratamiento psicológico, posicionando a la familia como un sistema interrelacionado que influye directamente en sus miembros.

El punto de inflexión teórico de la Terapia Familiar Sistémica se produjo en el año 1959, cuando en California, Jackson fundó el Mental Research Institute (MRI). En este instituto se integraron formalmente la Teoría General de los Sistemas de Bertalanffy y los postulados de la Cibernética de Norbert Wiener a la práctica clínica con familias, lo cual dio origen a la perspectiva de la Terapia Familiar Sistémica y que enfatizaba en conceptos clave como la retroalimentación, la comunicación y la homeostasis en las relaciones familiares, para comprender y modificar los patrones disfuncionales. Durante los años 60 y 70, autores como Minuchin y Whitaker contribuyeron a la Terapia Familiar Sistémica con la Terapia Estructural y la Terapia Simbólica Experiencial. Luego, en el año 1967, el grupo de Milán que era liderado por Selvini Palazzoli, consolidó el nombre de la Terapia Sistémica y aportó con conceptos clave como la circularidad, neutralidad y la hipótesis sistémica, los cuales continúan siendo pilares metodológicos fundamentales de esta terapia.

Posteriormente, en los años 80, la Terapia Familiar Sistémica experimentó un giro importante que fue influenciado por el constructivismo y

el socio-constructivismo, como también por la cibernética de segundo orden, de los cuales se reconoce al terapeuta como parte del sistema que observa. Es así como, el terapeuta toma un lugar más participativo y contextual, alejándose del lugar de ser sólo un observador neutral. Por último, en los años 90, se encuentran las propuestas narrativas de White y Epson que se centran en el poder de los relatos familiares para construir la identidad, y las cuales lograron expandir los horizontes de la terapia sistémica hacia una terapia familiar ultramoderna. En definitiva, se evidencia el largo recorrido que ha experimentado la Terapia Familiar Sistémica para ubicarse bajo una terapia con evidencia empírica que respalda su eficacia, además, es importante reconocer que esta terapia se mantiene en constante evolución, logrando adaptarse a los desafíos contemporáneos de las familias.

Escuelas dentro de la Terapia Familiar Sistémica

A lo largo de la historia de la Terapia Familiar Sistémica, se han formado varias escuelas e instituciones las cuales han enfocado su interés en objetivos y aplicaciones más particulares. A continuación, se presentarán las escuelas que aportaron con teorías y conceptos a lo que hoy conocemos como la Terapia Familiar Sistémica. En primer lugar, se ubica a la Mental Research Institute o Escuela Interaccional del MRI, es una de las precursoras de la Terapia Familiar Sistémica, se funda entre los años 1952 y 1962, por Jackson, Watzlawick y en conjunto con Gregory Bateson y el grupo Palo Alto. Se dedicaron al estudio de la comunicación entre los miembros de familias que padecían enfermedades mentales, llegando a tener como objetivo el análisis de los patrones de la familia y el doble vínculo, dando cuenta que de manera frecuente estas acciones que buscan la solución del problema son las mismas que hacen que este se mantenga, el terapeuta buscaba intervenir en estas repeticiones y “hablar el idioma del paciente” para conseguir modificar las interacciones.

Posteriormente, se encuentra a la Escuela Estructural, fundada inicialmente por Salvador Minuchin. El enfoque de esta escuela se ha centrado en el cambio de jerarquías, así como también una organización familiar la cual brinde a los miembros un funcionamiento productivo dentro

de sí mismo. La base de esta escuela es el análisis de la estructura familiar, puesto que el funcionamiento dentro de ella y su manera de organizarse se encuentra determinada por las relaciones que tienen sus miembros. El conocer la manera de relacionarse de la familia le permite al terapeuta contar con estrategias más claras para redefinir el síntoma.

Por otro lado, la Escuela de Milán, fundada en 1970 por Mara Selvini Palazzoli. Esta escuela presta una mayor atención a la información que se recopila desde la derivación hasta el primer contacto con la familia. En la manera de operar se van formulando diversas hipótesis con respecto a la dinámica familiar, con el terapeuta manteniendo un constante estado de imparcialidad, acción la cual permite que cada uno de los miembros de la familia se sienta escuchado y con la comodidad de poder compartir su percepción de la dinámica familiar y el funcionamiento de esta misma. El síntoma, el cual puede definirse desde la Terapia Familiar Sistémica, por medio de la autora Canelon (2024), la cual menciona en su artículo *Terapia Familiar Sistémica: qué es el síntoma, cuál es su función y técnicas de intervención* lo siguiente: “El síntoma es una forma disfuncional de comportarse dentro del núcleo familiar, es como un fragmento de conducta que ejerce efectos profundos sobre todos los que rodean a la persona, la cual es identificada como el problema”. De esta manera, se evidencia como objetivo de la escuela, brindar una nueva interpretación de este síntoma, manteniendo constantemente presente la importancia de cada uno de los miembros, reduciendo sentimientos de culpabilidad y ofreciendo una mayor disposición de trabajo para la familia en conjunto.

Así mismo, Michael White, en conjunto a David Epton, proponen un nuevo enfoque para los trabajos de la terapia familiar sistémica, a raíz de una insatisfacción con los resultados de las escuelas y enfoques de su época. De esta manera, surge en la década de 1980, la Escuela Narrativa, la cual toma distancia de la metodología estructurada y patrones, buscando centrarse mayormente en la “externalización” del problema. Esta escuela afirma que las personas interpretan sus vidas a través de historias, las cuales influyen en su manera de ver al mundo y a sí mismos. Dentro de la familia, se encuentran estas narrativas que se van interiorizando en cada

uno de sus miembros. Como primer principio, se busca separar al individuo del problema resaltando la idea de que “la persona no es el problema, el problema es el problema”, es decir, percibir el problema como algo fuera o externo a la persona. También, se busca reescribir la narrativa mediante la guía para que los pacientes puedan cuestionar narrativas dominantes, marcados por frases como, por ejemplo, “soy débil” o “no puedo cambiar”, y sustituirlas por nuevas historias que reflejen sus fortalezas, valores y habilidades. Además, tiene como objetivo romper con ideas preestablecidas respecto a la historia del problema, así, se busca deconstruir creencias limitantes que, ya sea por factores culturales, familiares o sociales, han influido en la narrativa que la persona se atribuye a sí misma, ayudando a los miembros a identificar las resistencias provenientes del exterior, generando en los individuos una reducción de la angustia al ubicar al síntoma o “problema” como algo que no es propio.

Conceptos fundamentales de la Terapia Familiar Sistémica

Abordar los conceptos fundamentales dentro de la Terapia Familiar Sistémica resulta de vital importancia para identificar y comprender adecuadamente las dinámicas familiares disfuncionales que pueden afectar directamente al desarrollo psicoemocional de los adolescentes. Así mismo, permitirá reconocer pautas de abordaje que lograrán una correcta intervención desde la perspectiva de la Terapia Sistémica. En primer lugar, es necesario hablar del concepto base de esta terapia, el cual trata sobre qué es el sistema y cuáles son sus componentes. Se define al sistema como todo organismo con un orden dinámico de partes y procesos, llamados componentes, que se encuentran en mutua interacción; por otro lado, un componente refiere a una parte del sistema que, junto con otras partes, ayuda a transformar lo que entra al sistema en lo que sale de él. (Preister, 1981, p.7)

De acuerdo con Villareal et al. (2015) en su artículo Terapia familiar sistémica: una aproximación a la teoría y la práctica clínica menciona que “...podemos definir a un sistema como un conjunto de elementos que mantienen una interrelación constante entre sí, y están diferenciados del

ambiente externo, considerando que determinadas agrupaciones de sus elementos forman subsistemas” (p. 47). De la misma manera, es importante saber que el sistema contiene principios específicos. Se aborda como primer principio la complejidad organizada, la cual refiere a que los seres vivos no son solamente un conjunto de partes sueltas, sino que, esas partes se encuentran organizadas de forma especial y funcionan juntas. Por lo que, para entender la vida y el comportamiento de los seres humanos, o de cualquier organismo, no sólo se debe estudiar cada parte que lo componen por separado, hay que observar cómo todas estas partes se relacionan entre sí. De alguna manera, es como decir que no se pueden ver las piezas de un reloj individualmente sin saber cómo trabajan juntas para dar la hora.

Además, se introduce el principio de no-sumatividad discutido por Bertalanffy (1968) en su Teoría general de los sistemas: Fundamentos, desarrollo, aplicaciones, el cual dice que: “Las propiedades y modos de acción de niveles más altos no son explicables por la suma de las propiedades y modos de acción de los componentes tomados aisladamente” (p.7). Es decir que, los sistemas vivos contienen propiedades que no se pueden explicar sólo por las características de sus partes, sino que, estas propiedades aparecen cuando sus partes interactúan, por lo que, se evidencia que el todo es más que la suma de sus partes. Por otro lado, se encuentran también dos tipos de sistemas, los cuales son sistemas abiertos y sistemas cerrados. Los sistemas abiertos son aquellos que intercambian energía, materia e información con su ambiente, no se encuentran totalmente aislados, todos los seres vivos se incluyen dentro de un sistema abierto. Al contrario, los sistemas cerrados son los que no intercambian información, materia ni energía con el ambiente, por lo que se encuentran completamente aislados.

Es así como, los sistemas abiertos se encuentran siempre en constante comunicación con su entorno. Para funcionar, necesitan obtener cosas del exterior, procesarlas, y luego devolver algo de ellas al ambiente, a esto se lo conoce como input, throughput y output. El input (entrada) es todo lo que ingresa al sistema, y puede clasificarse en input de mantenimiento, el cual ayuda a que el sistema siga funcionando; e input de señales, que refiere a

datos o estímulos que el sistema necesita interpretar o usar. El throughput (proceso) es el trabajo interno que el sistema realiza con lo que recibió, el procesamiento de ese material, información o energía. Por último, el output (salida) es lo que el sistema expulsa o devuelve al ambiente después de haberlo procesado, siendo esto un producto diferente a lo que ingresó al sistema.

Así mismo, aquello que se encuentra presente en todos los sistemas, son los límites. Estos límites pueden definirse como fronteras que separan a un sistema de lo que está afuera. La función de los límites es proteger al sistema y decidir qué cosas pueden entrar (inputs) y que cosas pueden salir (outputs). Resulta relevante especificar que, en los sistemas abiertos, los límites son semipermeables, es decir, que permitirán el ingreso o no de algunos elementos, dado que es selectivo, al sistema como materiales, información o energía.

Por otro lado, se ubica el concepto de retroalimentación. Este es el proceso que se utiliza para vigilar cómo está funcionando el sistema y hacer ajustes si algo no está realizándose adecuadamente. Un sistema observa sus inputs y outputs, y según eso, decide si necesita de realizar cambios para seguir funcionando correctamente. La función de la retroalimentación es mantener el equilibrio del sistema.

Existen dos tipos de retroalimentación, el primero es la retroalimentación negativa, la cual se encarga de corregir los errores del sistema, ayudando a mantener el equilibrio. Si esta retroalimentación falla, el sistema pierde el control y puede dejar de funcionar. El segundo es la retroalimentación positiva, la cual cambia el sistema y lo lleva a un nuevo estado; un ejemplo de este tipo aplicado a la familia es cuando una familia trabaja en cambiar su forma de comunicarse después de una crisis, cambiando su forma de funcionar. (Preister, 1981, p.8) La retroalimentación puede desarrollarse gracias a un proceso llamado codificación, el cual se encarga de decidir si lo que entra al sistema será aceptado, transformado o rechazado.

Se encuentra también el concepto de homeostasis, el cual se refiere a la capacidad que tiene un sistema para mantenerse estable, aun

encontrándose en constante intercambio con su ambiente. Este proceso logra que el sistema conserve su equilibrio, adaptándose a lo que sucede dentro de él y a su alrededor, por lo que resulta un proceso fundamental para que el sistema pueda seguir existiendo y poder adaptarse sin perder su organización interna. A esto se lo conoce como equilibrio dinámico, debido a que el sistema abierto nunca se queda con algo totalmente fijo, pero sí lo suficientemente constante como para evitar que se desorganice. Sin embargo, cuando el sistema pierde la capacidad de mantener el equilibrio, aparece el término disfunción, lo cual refiere a la dificultad para que el sistema pueda regularse.

De igual forma, se ubica el concepto de neguentropía. Resulta necesario poder conceptualizar sobre qué es la entropía para poder entender este término. Según la segunda ley de la termodinámica, todos los sistemas que no reciben atención o energía tienden al desorden y la desorganización, por lo que con el tiempo y sin intervención, todo sistema se deteriora, se vuelve desorganizado y caótico. (Preister, 1981, p. 9) La entropía no puede eliminarse, sin embargo, sí puede redistribuirse. Por esta razón, para que un sistema siga funcionando correctamente, debe reducir la entropía dentro de sí mismo y liberar aquello que ya no necesita, asegurándose de que esa energía o material que libera no sea dañino para el entorno, sino que, pueda ser útil para otros sistemas. Es así como, la entropía negativa puede definirse como un esfuerzo que realiza el sistema para evitar su propia descomposición, actuando en equilibrio con su entorno. Un aspecto importante de la neguentropía es la capacidad que tiene el sistema para guardar recursos para su uso futuro, así, se impide la desorganización que pueda ocurrir en algún momento.

Es importante conocer que todos los sistemas forman parte de otros sistemas más grandes o contienen sistemas más pequeños, esto se denomina relación jerárquica. Primero, el sistema, como ya fue mencionado, se refiere al conjunto de elementos organizados que interactúan constantemente para cumplir una función común. Segundo, los subsistemas se definen como partes más pequeñas dentro del sistema que también cumplen funciones específicas, estos se componen por miembros del

sistema que interactúan de una forma particular. Por último, los suprasistemas se refieren al entorno amplio en el que un sistema existe e interactúa, es así como, todo sistema forma parte de un sistema más grande.

De este modo, comprender los conceptos fundamentales dentro de la Terapia Familiar Sistémica resulta una herramienta clave para intervenir de manera efectiva en las dinámicas familiares e identificar aquellas que afectan el estado psicológico y emocional de los adolescentes. La Terapia Familiar Sistémica permite ubicar a la familia como un sistema vivo que se encuentra en constante interacción con su entorno, en donde cada miembro influye en el comportamiento del otro y, en donde la salud del sistema depende de su capacidad para adaptarse, reorganizarse y mantener su homeostasis. Cada uno de los principios abordados ofrece una comprensión profunda del funcionamiento familiar, permitiendo reconocer tanto cuando un sistema familiar está funcionando correctamente, o cuando también el sistema familiar ha perdido el equilibrio. Esta visión integral es esencial para promover el bienestar psicoemocional de todos sus miembros, especialmente en etapas de desarrollo críticas como la adolescencia.

Conceptualización de la familia desde la Terapia Familiar Sistémica

Luego de haber puntualizado algunos de los términos relevantes dentro de la Terapia Familiar Sistémica, es necesario poder aterrizarlos a la conceptualización de la familia. Sobre este tema, se presentarán distintas subclasificaciones para lograr entender todo lo que comprende el sistema familiar, lo cual resulta relevante para poder identificar de forma más clara cómo se organiza y opera este sistema, reconociendo los distintos subsistemas, roles, normas, límites y formas de relación que inciden en la dinámica del grupo familiar. De esta forma, se puede ubicar a la familia como un ejemplo representativo de un sistema abierto. En el sistema familiar, pueden observarse muchos de los principios propuestos por Bertalanffy (1976) en su Teoría General de los Sistemas. Además, autores

como Botella y Vilaregut (2001), Demilechi (1995) y Bermúdez y Brick (2010), han retomado y aplicado estos principios al estudio de los sistemas sociales. Es así que, se presenta la necesidad de puntualizar sobre la teoría de los sistemas y la sociedad.

Un sistema social se define como un conjunto organizado de relaciones entre personas que interactúan dentro de un contexto determinado. La base de este sistema es su estructura relacional, es decir, la manera en la que las personas se relacionan de forma continua y organizada. Es indispensable saber que estas interacciones son predecibles, tienen efectos sobre los demás y permiten que el sistema funcione como un todo. Además, el sistema social se ve determinado por la cultura y los valores que inculca la sociedad a la que pertenece, por lo tanto, cada sistema social refleja las creencias, costumbres y prioridades de su contexto social. (Preister, 1981, p.11)

El sistema social debe su funcionamiento a tres elementos clave, los cuales son: los roles, los valores y las normas. Los roles son los comportamientos esperados en una relación, por ejemplo, dentro de una familia existe el rol materno, rol paterno, rol de hijo u hermano; y para que este rol pueda cumplirse adecuadamente, los miembros deben reconocerlo y actuar de acuerdo con él. Por otro lado, los valores son las ideas que una sociedad considera importantes y que deben enseñarse y aplicarse a cada uno de sus miembros. Por último, las normas son reglas que regulan el comportamiento dentro del sistema, y pueden reforzarse mediante recompensas o sanciones.

Desde esta perspectiva, se puede ubicar a la familia como un sistema social debido a que esta se trata de un conjunto organizado con miembros que interactúan entre sí y que, a diferencia de otros sistemas sociales, cumple funciones únicas como el cuidado, la educación emocional y el desarrollo de la identidad de sus miembros. El sistema familiar se concibe como un todo dinámico que cambia y se adapta constantemente. (Preister, p. 12) Dentro del sistema social familiar, cada miembro y cada relación conforman subsistemas que se afectan mutuamente, por lo que una

dificultad en algún subsistema impacta al conjunto familiar en su totalidad. Además, la familia no permanece aislada de su entorno, al contrario, forma parte de un entorno más amplio, un suprasistema que puede ser la comunidad o la sociedad en la que se desarrolla, y que influye directamente en su funcionamiento.

Ahora, es necesario traer a colación algunos principios fundamentales que Villareal et al. (2015) trae como aplicables a la familia como sistema social. En primer lugar, se ubica a la equifinalidad, la cual refiere a que un mismo objetivo o fin, puede alcanzarse por caminos distintos. Por ejemplo, cuando una pareja decide tener cuatro hijos por diferentes motivos como puede ser por planificación, sorpresa, tradición, entre otro. Por otro lado, la equipotencialidad sugiere que un mismo punto de inicio no garantiza el mismo resultado para todos. Siguiendo el ejemplo de la pareja, esos cuatro hijos, por más que hayan crecido en el mismo hogar y bajo condiciones similares, cada uno será diferente y desarrollará su propia identidad y forma de ser. A su vez, la totalidad explica que no se podrá entender a la familia sólo observando a sus miembros de manera individual, por lo que se debe trabajar y comprender sus relaciones y formas de interactuar como un conjunto, sólo así definirá el funcionamiento familiar.

De la misma manera, la circularidad señala que todos los miembros del sistema están conectados entre sí y se influyen mutuamente. Es así que, no se puede buscar una causa única como la raíz de un problema familiar, sino de poder observar cómo cada acción de un miembro afecta a los demás, generando un ciclo de interacciones. En definitiva, comprender a la familia desde el enfoque de la Terapia Familiar Sistémica permite reconocerla como un sistema social que se encuentra en constante interacción con sus miembros y su entorno. Es importante conocer que se trata de una perspectiva integradora que no analiza a sus miembros de forma aislada, sino que valora sus vínculos, funciones y roles dentro del sistema. Por otra parte, hay que reconocer que la familia forma parte de un suprasistema social, lo que reafirma su conexión e influencia mutua con el entorno y el contexto en el que se desenvuelve.

Ahora, se abordará la conceptualización de los subsistemas. Resulta necesario reconocer que, dentro del sistema familiar, se pueden encontrar subsistemas conformados por sus distintos miembros. Según lo planteado por Minuchin (1974) en su *Terapia Sistémica Estructural*, la familia se compone de tres subsistemas, los cuales constan del subsistema conyugal, parental y fraternal. El subsistema conyugal se encuentra formado por la pareja, resultando en un espacio en el que ambos cónyuges se complementan emocionalmente y enfrentan juntos los desafíos de la vida. Para que este subsistema funcione adecuadamente, se necesita que mantenga su propio espacio y límites, sin que otros miembros de la familia interfieran, debido a que la calidad del vínculo conyugal sirve como base afectiva y de soporte para el resto de la familia.

Así mismo, el subsistema parental está formado por los padres o las personas que asumen el rol de padres. Es aquí donde se establecen relaciones afectivas con los hijos y desarrollan funciones vitales como el cuidado, la educación, la orientación y el control. Por último, el subsistema fraternal está compuesto por los hermanos. Este subsistema representa la primera oportunidad que tienen los niños de aprender a convivir con personas en condiciones de igualdad. Mediante la relación de los hermanos, se desarrollan habilidades como la competencia, la cooperación o la negociación, y es necesario que cuente con límites apropiados que protejan la intimidad de los niños y les permitan tener sus propios intereses y espacios.

El concepto de familia como sistema se ha visto influenciado por nuevas configuraciones familiares que han surgido a raíz de profundos cambios sociales, culturales y tecnológicos de las últimas décadas. De esta manera, se encuentra una diversidad de formas familiares que exigen ser reconocidas, comprendidas y abordadas. (Irueste et al., 2020, p. 12) A continuación, se explicará cada uno de los tipos de familia que existen en la actualidad. En primer lugar, la familia nuclear o también conocida como la familia tradicional, es aquella compuesta por una pareja heterosexual (padre y madre) y sus hijos (Benitez, 2017; Irueste et al., 2020). Por lo general, en

este tipo de familia, todos los miembros comparten el mismo hogar y se organizan bajo roles diferenciados.

En segundo lugar, la familia extensa o también denominada compleja, se refiere a la convivencia de la familia nuclear junto con otros familiares con los que se comparte el hogar o se mantienen vínculos estrechos. Esta familia puede estar compuesta por los abuelos, los tíos o los primos que conviven junto con los padres e hijos (Ordoñez et al. 2020). En tercer lugar, la familia monoparental se encuentra conformada por un solo progenitor, ya sea este madre o padre, que asume la responsabilidad de la crianza y el cuidado de los hijos. (Jiménez, 2020) Este tipo de familia puede ser resultado de un divorcio, la viudez o la decisión voluntaria de tener hijos sin pareja.

En cuarto lugar, las familias reconstituidas son aquellas que están formadas por una nueva pareja en la que, al menos uno de los integrantes, tiene hijos de una relación anterior. (Pereira, 2002) Este tipo de familia suele atravesar un proceso de transición que implica varios cambios en un corto periodo de tiempo. En quinto lugar, las familias homoparentales se constituyen por parejas del mismo sexo que han decidido ejercer la maternidad o paternidad. (Quaglia, 2011). Este tipo de familias representan una transformación en la visión tradicional de la parentalidad, destacándose por una planificación consciente de tener hijos.

En último lugar, las familias que recurren a la reproducción asistida representan un modelo familiar en el que la función reproductiva se redefine a través de intervenciones médicas o tecnológicas. Estas intervenciones permiten la concepción sin que exista, necesariamente, un vínculo genético entre ambos progenitores y sus hijos. (Arranz et al., 2010) Es así que, se evidencia que los tipos de familia que se encuentran en la actualidad reflejan la diversidad y la transformación social propias del mundo contemporáneo. Por lo que, la familia se manifiesta en diversas formas, siendo todas válidas de análisis e intervención desde la Terapia Familiar Sistémica.

Dentro de la Terapia Familiar Sistémica, resulta indispensable reconocer que la organización interna de una familia se estructura a partir de una serie de elementos fundamentales que regulan su funcionamiento, los cuales son

los roles, las reglas, los límites y las jerarquías. Es debido a estos componentes que se determina la forma en la que los miembros de una familia interactúan, se relacionan y se desarrollan social y emocionalmente. De esta forma, los roles pueden definirse como patrones de comportamiento asignados a cada uno de los miembros de la familia, y que establecen expectativas sobre cómo deben actuar dentro del sistema familiar. Es importante saber que los roles no son fijos, sino que se ajustan a las etapas del ciclo vital y a las necesidades del sistema. (Minuchin; Fishman, 1991)

A su vez, las reglas familiares representan las normas explícitas o implícitas que guían el comportamiento y la convivencia dentro del hogar. Según Cusinato y Jackson (1992), las reglas permiten que los miembros del sistema familiar actúen de manera organizada y repetitiva, brindando estabilidad a la dinámica familiar. Por otro lado, los límites familiares se definen como las reglas que definen quiénes participan y de qué manera lo hacen en la familia. (Minuchin, 2003, p. 88). Además, existen tres tipos de límites, estos son los límites claros, difusos y rígidos.

Los límites claros se definen como aquellas reglas que logran ser precisas y que permiten que los miembros del sistema desarrollen sus funciones sin interferencias entre los subsistemas. Los límites difusos son aquellos que no se definen con precisión, por lo que no queda claro quién debe participar, cómo o cuándo debe hacerlo, lo que provoca una falta de autonomía entre los miembros del sistema. Además, se evidencia una sobre involucración de otros miembros del sistema familiar, un ejemplo puede ser cuando los abuelos intervienen constantemente en la vida conyugal de los hijos. Los límites rígidos son aquellos que generan aislamiento y poca comunicación entre los miembros del sistema familiar. Cada miembro actúa de forma autónoma y con desproporcionado sentido de independencia, por lo que carecen de sentimientos de lealtad y pertenencia.

Finalmente, la jerarquía familiar se refiere a la organización del poder dentro del sistema familiar. Se establece quién toma las decisiones, impone las reglas y asume la autoridad. Una jerarquía funcional conlleva que los adultos, como los padres o cuidadores, lideren el sistema, brindando un

espacio de estructura y contención. (Puello Scarpatti et al., 2014; Trujano, 2010). Cuanto esta estructura jerárquica funciona adecuadamente, se permite que los hijos se desarrollen en un ambiente seguro y con límites claros que favorecen su bienestar emocional y social.

Por otro lado, es importante hablar del rol que cumple la comunicación dentro de la dinámica familiar. Dentro del amplio abanico de lo que abarca la comunicación, se encuentra a la intersubjetividad y afectividad. La comunicación intersubjetiva se refiere a la capacidad que tiene la persona de separar las vivencias propias de las vivencias y experiencias de los demás, añadiendo también las necesidades, emociones y formas de pensar. Su efecto dentro de la familia es permitir que cada miembro comparta su perspectiva, con lo cual se consigue construir una realidad en conjunto por las interacciones de los integrantes, evitando que se dé un predominio de una sola persona o miembro, se facilita la conexión dentro de la familia y comprensión de las perspectivas ajenas.

La afectividad o comunicación afectiva se centra en las emociones, expresiones, sensaciones, experiencias y el impacto que tiene dentro de la familia. Refiere a la manera en la que dichos aspectos pueden llegar a modificar interacciones y la forma en la que cada uno de los miembros sabe hacer con las mismas. Abarca dimensiones como la expresión emocional, cohesión y flexibilidad afectiva, validación afectiva y patrones de apego. El objetivo del terapeuta es poder tener noción con respecto a las emociones de los miembros de la familia y la manera de interactuar y entender de los demás integrantes, fomentando de expresividad y buscando la reducción de un clima negativo el cual llegue a actuar a manera de muralla para el entendimiento interpersonal de las emociones.

También, se resalta la importancia de abordar el concepto del ciclo vital familiar. Este refiere al proceso que atraviesa la familia y que se puede ver a manera de etapas que se dan durante un lapso determinado y que cuentan con características propias que le permiten diferenciarse de los demás. Por ende, cada etapa va a significar una serie de eventos nuevos con los cuales la familia se va a enfrentar y encuentra modos de interactuar. Guido

Demichelini menciona que “en cada una de las etapas del ciclo familiar, así como en la transición de una a otra, pueden surgir dificultades que se expresan mediante un síntoma o conducta problemática de uno o más de sus miembros”. (capítulo 3, p.3)

Entre las primeras etapas, se encuentra el cortejo o galanteo, marcada por el inicio de una mayor integración con la persona seleccionada como pareja. Al mismo tiempo, se da el establecimiento de una identidad propia la cual se va diferenciando de la identidad del otro, para posteriormente dar inicio a un proceso en el cuál ambos se ven involucrados de forma simultánea en la toma de decisiones, como lo es la etapa del matrimonio. La etapa consiguiente es el nacimiento de hijos o la formación de la familia. En este punto, se da la integración de nuevos miembros a la familia, los hijos, lo cual transforma la relación conyugal, presentando para los padres demandas nuevas de pertinencia para ambos, generando que a modo de efecto colateral ambas partes iniciales tomen distancia de sus familias de origen para enfocarse mayormente a la que está surgiendo. De aquí derivan las etapas escolares y de adolescencia de los hijos, donde se busca fomentar aprendizajes e independencia tanto en contextos educativos como posteriormente en ámbitos sociales, lo cual da un abrebocas al comienzo de la separación de los hijos por un mayor grado de autonomía en ellos.

Con la partida de los hijos, se presenta la etapa donde estos pasan a ser considerados como iguales a medida que avanza el ciclo. Es así como, se observa el surgimiento de nuevos cambios y, por ende, demandas de adaptación donde la relación padres-hijos vuelve a definirse. A la par, los padres vuelven a elaborarse como pareja, en varios casos, presentando dificultades para volver a estructurar su relación según las demandas y el rol que hayan jugado los hijos dentro de la dinámica familiar, dando paso también a sentimientos de soledad y dificultades para aceptar la partida de los hijos. Finalmente, se ubica la vejez y jubilación, en donde la pareja que dio origen a todo un nuevo sistema familiar entra a una última etapa en donde su entorno puede verse marcado por pérdidas o duelos, tanto de seres con los cuales se interactuó durante las etapas previas, como también del retiro de una vida activa.

Conocer las diferentes etapas del ciclo familiar les permite a los miembros del sistema tener una mejor visualización de los síntomas actuales, los cuales muchas veces son arrastrados desde momentos anteriores no resueltos. Esta perspectiva es fundamental para que el terapeuta pueda construir historia familiar, identificando cómo los roles, jerarquías, límites y reglas han sido incorporados y modificados a lo largo del tiempo. En este sentido, aterrizar los conceptos propios de la Terapia Familiar Sistémica permite entender a la familia como un sistema abierto, dinámico y en constante interacción entre sus miembros y con el contexto social que lo rodea. Así, resulta indispensable considerar estas subclasificaciones para comprender de forma integral su funcionamiento y orientar adecuadamente los procesos de intervención.

Conceptualización del adolescente desde la Terapia Familiar Sistémica

En base a los conceptos que han sido revisados anteriormente, se puede iniciar con una definición general de lo que es el adolescente desde la Terapia Familiar Sistémica. Es así que, el adolescente se concibe como un miembro activo del sistema familiar, en el cual toma un rol específico y pertenencia a un subsistema, además, se ve influenciado directamente por la dinámica de la familia. Es importante reconocer que la adolescencia supone una serie de cambios biológicos, cognitivos y afectivos que trastocan al sistema. Según Nicholas (2011), “los cambios físicos, emocionales y cognitivos que sufren los adolescentes necesitan adaptarse a las expectativas culturales”. (p. 9)

Estos cambios propios de su etapa evolutiva tienen efectos, positivos o negativos, hacia todos los miembros de la familia y no únicamente para el individuo. En este sentido, el adolescente atraviesa una fase de transición crítica para todo el sistema familiar. Según Minuchin, en esta etapa se requiere una reorganización de roles, límites y jerarquías: los subsistemas paternofiliales, fraternal; deben redefinirse para permitir al adolescente avanzar hacia la autonomía sin romper la cohesión familiar. Sin embargo,

cuando la familia no modifica estos cambios surgen conflictos que evidencian la presencia de rigidez en el sistema.

Desde la Terapia Familiar Sistémica, es la familia quien debe adaptarse a las necesidades del adolescente, en función de un sistema abierto. Un artículo por parte del grupo Tisma Psicólogos de Madrid (2025), titulado "Terapia Sistémica en Niños y Adolescentes: Claves para Mejorar su Bienestar y Rendimiento Escolar" menciona que la Terapia Familiar Sistémica busca trabajar con el entorno del adolescente, este modo de operar abre paso a una solución de conflictos desde la raíz. (p. 5). Ante esta problemática, se puede utilizar técnicas aplicadas a estos desacuerdos. Entre estas técnicas, se encuentra al desequilibramiento, como dice Issit (2024) en el texto Structural family therapy (SFT), este busca alterar temporalmente la jerarquía familiar, aliándose con el adolescente, para que emerjan patrones rígidos y puedan ser cuestionados y resignificados en sesión (p.1-8). Por medio de estas dinámicas se consigue promover la autonomía de los adolescentes, evitando irrumpir o quebrantar aquella cohesión familiar ya existente.

Por otro lado, se evidencia que familias con límites no tan claros o difusos, pueden provocar que el adolescente se sienta dentro de un lugar que lo ubica como "sobre inmerso". Minuchin (1974), en Familias y terapia familiar, dice que "En las familias sobre inmersas, los límites son tan difusos que los miembros responden de inmediato a la intrusión emocional de otros, a menudo en deterioro de su propio desarrollo." Es decir que, la sobre inmersión provoca que el sujeto se encuentre muy involucrado con los demás integrantes de la familia. Esto provoca la confusión de los roles, lo que causa la pérdida de su individualidad, autonomía y privacidad debido al exceso de conexión emocional.

CAPÍTULO II

La familia disfuncional desde la terapia familiar sistémica

Conceptualización de la familia disfuncional

Para comenzar, es importante reconocer el impacto significativo que tiene la familia en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. La influencia del sistema familiar puede resultar positiva o negativa en el bienestar emocional y psicológico de este grupo vulnerable. Un ambiente familiar que promueva la protección, la buena comunicación y el apoyo entre sus miembros contribuye al correcto desarrollo psicoemocional de los adolescentes. Sin embargo, un entorno familiar disfuncional, conflictivo o abusivo puede generar malestar en la salud mental, lo que repercute negativamente en la posibilidad de aparición de trastornos como la depresión, ansiedad o trastornos de la conducta.

De esta manera, se necesita de un ambiente familiar en el que los miembros se escuchan, se comprenden y se apoyan mutuamente. Aun así, existen entornos dentro de familias disfuncionales en los que la falta de comunicación, la ausencia de límites claros o la falta de apoyo emocional pueden causar sentimientos de estrés, inseguridad y dificultades en el bienestar psicoemocional. De acuerdo con Chávez (2020) en su tesis titulada *“Familia disfuncional y el impacto psicosocial en un adolescente”*, menciona que “La familia es el lugar donde se fundamentan nuestras relaciones, ahí aprendemos a vernos a nosotros mismos, a partir de lo que nos reflejan nuestros padres: la familia proyecta nuestra imagen.” (p. 9)

En este contexto, el adolescente requiere una base emocional sólida del núcleo familiar para desarrollar adecuadamente su área emocional y psicológica. Es así como, el entorno familiar tiene el potencial de ser un factor protector como también, un factor de riesgo. Por lo tanto, se logra reconocer que, durante la adolescencia, la familia forma parte de uno de los múltiples modelos de comportamiento que responde a las conductas de los padres o cuidadores, debido a que estas modelan la forma en la que el

adolescente percibe el mundo, cómo responde emocionalmente y enfrenta los problemas. Así que, patrones positivos dentro del sistema familiar logran fomentar el desarrollo emocional saludable, mientras que, modelos negativos pueden derivar en conductas de riesgo, baja autoestima o inestabilidad emocional. (Ustariz, 2023)

Asimismo, la adolescencia es una etapa marcada por la búsqueda de la independencia y la formación de su identidad. En estos procesos, el acompañamiento familiar resulta fundamental debido a que, la manera en la que la familia respalda esta transición influye directamente en la confianza y estabilidad emocional del adolescente. Por lo que, un hogar que fomenta la toma de decisiones respeta la individualidad y acompaña emocionalmente, favorece a la consolidación de una identidad firme y positiva. Al contrario, si la familia sigue un camino de abandono emocional hacia este miembro, puede provocar que no sólo se vea afectado su estado mental, psicológico y emocional, sino también la formación de su propia identidad, lo cual le provocará graves dificultades a futuro en el área social, académica o personal.

Una vez analizada la influencia de la familia en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes, es fundamental delimitar el concepto de familia disfuncional. Se entiende por familia disfuncional aquella en la que predominan conductas inadecuadas y actitudes inmaduras, especialmente por parte de las figuras parentales, lo que obstaculiza el crecimiento individual de sus miembros y deterioran las relaciones dentro del sistema familiar. Este tipo de estructura suele caracterizarse por la presencia de inestabilidad emocional, psicológica y espiritual en sus integrantes (Chávez, 2020). Por esto, sus relaciones interpersonales suelen estar constituidas por la falta de respeto, de empatía o cuidado mutuo, entendiéndose que estos comportamientos interfieren directamente en el desarrollo personal de los adolescentes, bloqueando su capacidad de autonomía, regulación emocional y establecimiento de vínculos sanos. (León et al., 2018)

La disfuncionalidad no implica solamente la separación física de los padres o la presencia de violencia evidente, sino que también puede estar

presente en núcleos aparentemente “estables”, donde predomina la manipulación, la codependencia, el control excesivo o la indiferencia emocional. Desde la Teoría de los Sistemas Familiares de Bowen (1978), la familia funciona como un sistema interconectado donde las alteraciones de una parte afectan a todo el conjunto. Por este motivo, un adolescente que refleja sentimientos de angustia o conducta disfuncional muchas veces es “el portavoz” de una problemática sistémica que compromete la funcionalidad del entorno familiar. De acuerdo con Herrera (1997) en su estudio titulado “*La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud*”, menciona que “Siempre cuando aparece un síntoma (...) este puede ser tomado como un indicador de una disfunción familiar y hay que ver al paciente no como el problemático, sino como el portador de las problemáticas familiares.” (p. 2)

Herrera (1997) en su artículo titulado “*La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud*”, puntualiza algunas características representativas con las que se puede identificar a una familia disfuncional. Entre ellas, se puede encontrar en primer lugar la *negación de los conflictos y comportamientos inadecuados*, en donde los problemas se ocultan y se minimizan para evitar enfrentar la realidad de estos conflictos. Segunda, se presenta la falta de expresión afectiva y sensibilidad, lo cual provoca la ausencia de muestras de cariño, empatía o comprensión emocional que genera un ambiente frío y distante. Tercera, el irrespeto por los límites individuales, aquí las necesidades personales de los miembros no se reconocen ni se respeta, ya sea el espacio, la privacidad o la autonomía. Cuarta, el trato desigual entre los miembros, lo cual refiere a cuando existen favoritismos, discriminación por género o edad, o asignación injusta de responsabilidades dentro del sistema familiar, lo cual provoca rivalidad y resentimiento.

Quinta, la violencia emocional o física, la cual refiere al uso del maltrato verbal, físico o psicológico como forma de interacción o control, generando un ambiente de miedo y tensión permanente. Sexta, los padres con conflictos constantes, lo que habla de desacuerdos frecuentes y mal gestionados entre los padres, creando un clima de inestabilidad emocional. Séptima, los hijos con temor a expresar sus emociones, en donde el entorno

disfuncional causa que los adolescentes aprendan que expresar lo que sienten puede ser castigado, ignorado o ridiculizado. Por último, la octava característica es el abandono emocional o desinterés parental, esto se presenta cuando los padres no se involucran activamente en la vida emocional de sus hijos, generando una sensación de vacío, soledad e inseguridad.

De igual manera, Herrera (1997) en su artículo presenta algunos indicadores clave con los que se puede medir el funcionamiento familiar. El primero de ellos es la eficacia con la que la familia cumple sus funciones esenciales, es decir, las funciones de tipo económico, biológico y cultural-espiritual. Lo cual implica no sólo satisfacer las necesidades básicas, sino también transmitir valores, promover el crecimiento personal y facilitar el desarrollo integral de sus miembros. Otro aspecto relevante es la capacidad del sistema familiar para favorecer la construcción de la identidad personal y la autonomía de cada integrante. En este sentido, dentro de muchas familias para mostrar lealtad, los miembros deben reprimir su individualidad, lo que puede causar tensiones entre el sentido de pertenencia y la necesidad de independencia.

Así mismo, cuando en la familia existe una unión excesiva o dependencia emocional, no se permite el adecuado desarrollo personal; pero, al contrario, cuando se aplica una autonomía que va al extremo, se corre el riesgo de debilitar los lazos familiares. Es por esta razón que se necesita establecer límites claros que no afecten el espacio individual de cada miembro. También, es importante que dentro de la familia se respete la flexibilidad de la estructura en cuestión de normas y roles, debido a que ellos permiten una adecuada resolución de conflictos. Por lo que, en conjunto, los deberes, derechos y funciones de la familia tienen que ser claros, bien definidos y todos los miembros deben estar de acuerdo con ellos.

La funcionalidad familiar también depende de que exista una complementariedad de los roles, es decir, que los miembros puedan apoyarse mutuamente en el cumplimiento de las tareas asignadas, sin rigidez ni imposiciones. De igual forma, una comunicación abierta, clara y

afectiva es fundamental para el bienestar familiar. La presencia de mensajes confusos o contradictorios, conocidos como “dobles mensajes”, suele ser un signo de conflictos no resueltos y provoca inseguridad en los miembros, especialmente en los adolescentes. Finalmente, un indicador esencial del funcionamiento familiar es la capacidad de adaptación al cambio. Las familias funcionales no son rígidas, sino que se adaptan a las nuevas circunstancias de la vida, ya sea que se traten de eventos predecibles dentro del ciclo vital, o por situaciones imprevistas o difíciles como una separación o crisis económica.

Para finalizar, desde la perspectiva de la Terapia Familiar Sistémica, las conductas disfuncionales anteriormente planteadas se entienden como intentos fallidos de adaptación dentro del sistema familiar. Por lo que, resulta necesario reconocer que el entorno familiar no siempre cumple su función contenedora y formadora. Así que, cuando la familia se convierte en un espacio de sufrimiento, desorganización o violencia, los adolescentes quedan expuestos a un mayor riesgo en su desarrollo psicoemocional. La disfuncionalidad familiar puede reflejarse de manera sutil o evidente, pero sus efectos son igual de dañinos si no se abordan adecuadamente.

Patrones relacionales de la familia disfuncional

La familia se reconoce como el sistema más influyente en la vida de los adolescentes. Desde la terapia familiar sistémica, se entiende que los conflictos no son producto exclusivo de un miembro, sino que emergen de patrones relacionales que sostienen el malestar dentro del grupo familiar. Estos patrones, muchas veces invisibles o normalizados, estructuran la manera en la que los miembros interactúan, se entienden y se vinculan. Ribeiro (2024), en su artículo titulado *“Cuando tú eres considerado el problema: señales de patrones familiares disfuncionales”*, dice que: “Esta resistencia surge porque el comportamiento disfuncional suele estar normalizado dentro del grupo, y reconocerlo implicaría un cambio en la dinámica familiar que muchos podrían no estar dispuestos o no saber cómo enfrentar” (p. 1).

Los patrones relacionales propios de una familia disfuncional pueden adoptar diversas formas, desde una comunicación ineficaz, violencia verbal o física, hasta la existencia de roles rígidos y relaciones de poder desequilibradas. Estas dinámicas se transmiten generacionalmente y se perpetúan si no son cuestionadas o intervenidas. Resulta común que los miembros de la familia adopten formas de relacionarse de manera inconsciente, con el fin de sostener una aparente estabilidad, que, en realidad oculta tensiones profundas. La repetición de estos patrones puede generar una identidad fija en cada uno de los miembros, especialmente de los adolescentes, y que limitan su desarrollo psicológico, emocional y su libertad de ser.

En primer lugar, dentro de estos patrones se puede encontrar los límites poco claros o inexistentes, los cuales pueden generar confusión emocional. Como resultado, se evidencia la presencia de una fusión emocional en la familia, en la cual no se respetan los espacios personales y todo se vive en exceso compartido. También provocan aislamiento, lo cual se refiere a cuando los miembros de la familia se desconectan emocionalmente como una forma de sobrevivir ante el entorno tóxico que los perjudica. Estas son condiciones que dificultan la autonomía individual y generan relaciones donde se pierde la identidad personal del adolescente.

De la misma forma, cuando no existen límites saludables en la familia, esta se muestra afectada en su rol como espacio de contención y apoyo. Esto, provoca que se afecten los vínculos y se obstaculice el desarrollo emocional de los miembros. Por otro lado, existen patrones relacionales que se forman desde el control y la manipulación, en donde uno de los progenitores intenta tomar decisiones por los demás, tomando un lugar de dominación que puede recurrir a la crítica constante, la culpa o el miedo. Es importante reconocer que, este tipo de dinámica influye en la dependencia emocional, llegando a necesitar la validación de otras personas para mantener una buena autoestima e incluso para la toma de decisiones.

Así mismo, se encuentra la negación y la minimización que afectan directamente a los adolescentes debido a que, la familia, niega o ignora

problemas graves como lo pueden ser el abuso físico, el consumo de sustancias ilícitas u otros comportamientos problemáticos. Además, se minimizan las emociones, invalidando lo que sienten o piensan los miembros de la familia, afectando su autoestima. A esto, se suma el favoritismo y la rivalidad, que se puede presentar dentro del subsistema fraternal, en donde uno de los hijos es favorecido por los padres, lo cual provoca celos, enojo y comparaciones constantes que deterioran estas relaciones fraternas y fomentan un ambiente competitivo. Ripoll et al. (2008) en su estudio titulado *Relación entre hermanos y ajuste psicológico en adolescentes: los efectos de la calidad de la relación padres-hijos*, exponen que “Investigaciones recientes han demostrado que el ajuste psicológico de los niños no sólo se ve afectado por los comportamientos de aceptación de los padres, sino también por el trato que reciben de los padres en comparación con sus hermanos.” (p. 1).

Por esta razón, que un adolescente reciba un trato menos favorable que el de sus hermanos puede atraer consecuencias como comportamientos problemáticos, estados de ánimo depresivos, ansiedad, baja autoestima y, por ende, una afectación grave a su desarrollo psicoemocional. (Richmond et al., 2005). Por otro lado, algunas familias también se relacionan dentro de un ciclo de abuso, ya sea físico, emocional o verbal, en donde tras ocurrir el episodio de violencia, se piden disculpas, lo cual provoca que se perpetúe el comportamiento agresivo, generando un patrón repetitivo sumamente perjudicial. Se encuentra también la negligencia emocional, que habla de un patrón relacional en el que las necesidades afectivas, en este caso de los adolescentes, son ignoradas, dejando huellas de inseguridad y vacío emocional. La incapacidad para brindar una contención emocional adecuada limita el desarrollo de vínculos sanos y dificulta la expresión de sentimientos. Finalmente, las familias disfuncionales muestran una marcada incapacidad para manejar los conflictos. En algunos casos, suelen expresarse mediante ataques de ira, gritos o violencia verbal, lo que incrementa el miedo y la tensión entre sus miembros.

De la misma manera, se puede optar también por la evasión del conflicto, en la cual se evitan las conversaciones difíciles. Dentro de una familia

disfuncional, las huellas emocionales y de comportamiento pueden ser muy profundas. Por esto, los adolescentes que crecen en este tipo de ambientes, suelen tener más probabilidad de experimentar ansiedad, depresión, problemas conductuales y dificultades para relacionarse con los demás. Con el tiempo, estas consecuencias no sólo se quedan en la adolescencia, sino que se arrastran hasta la adultez, dificultando la construcción de vínculos sanos, la capacidad de marcar límites o lograr confiar en terceras personas.

En conclusión, trabajar con una familia disfuncional desde la Terapia Familiar Sistémica implica mirar de cerca los patrones de relación que afectan negativamente a sus integrantes, en especial a los adolescentes. Por esto, es importante saber que se necesitan abrir espacios de diálogo donde cada miembro pueda reconocer su papel dentro de la familia, así mismo, asumir su responsabilidad para mejorar la dinámica. Es así que, no se trata de evadir los conflictos, sino de aprender a afrontarlos en conjunto de una comunicación más clara, respetando los límites y generando consciencia del impacto emocional que tienen unos sobre otros. Sólo así se podrán construir vínculos familiares que generen un bienestar para el estado psicológico y emocional de los adolescentes.

Roles familiares y jerarquías disfuncionales

Para iniciar a abordar este tema, es necesario reconocer que las familias disfuncionales suelen estar marcadas por dinámicas internas rígidas, en donde los roles se vuelven poco flexibles y las jerarquías no mantienen un equilibrio. Por esto, estas formas de relación no sólo afectan el bienestar emocional de los miembros de la familia, sino que tienen a extenderse por generaciones. En muchos casos, cada miembro del sistema termina adoptando un rol que aparenta sostener la estabilidad familiar, pero que, por debajo encubre tensiones, malestar y un sufrimiento profundo. De acuerdo con Ramos (2022) en su artículo titulado *6 roles en las familias disfuncionales y sus características*, enuncia lo siguiente: “Es importante notar que los roles dentro de las familias disfuncionales pueden ser flexibles, lo que significa que una persona puede encapsular predominantemente un

rol, pero puede fácilmente ocupar otro si ocurre un cambio y el rol está vacante” (p. 3)

Por consiguiente, los adolescentes pueden adoptar roles disfuncionales en la familia que interfieren con su desarrollo psicoemocional. Entre ellos, se encuentra primero el rol del héroe. Este rol consiste en que, el adolescente, asume responsabilidades que no le corresponden para preservar una imagen de “normalidad” en la familia. El adolescente se esfuerza por destacar y compensar las carencias del entorno, a costa de su propio bienestar emocional. Por otro lado, se ubica el rol del chivo expiatorio, en el cual el adolescente es culpado por los conflictos familiares y utilizado como distracción para evitar la confrontación con los problemas reales, a menudo, los adolescentes que asumen este rol son sensibles y cargan con el estigma de “ser el problema”.

Asimismo, el rol del niño perdido mantiene al adolescente con la tendencia de “desaparecer” emocionalmente como estrategia de supervivencia. Aquí, el adolescente se vuelve invisible, evita el conflicto y sufre de baja autoestima y aislamiento emocional. También, se evidencia el rol de la mascota, el cual habla del adolescente que hace uso del humor para desviar la atención de conflictos serios, por lo que, aunque parece alegre, puede vivir en constante ansiedad y dificultad para profundizar en sus vínculos emocionales. Por último, está el rol del adicto o compulsivo, en donde el adolescente mantiene un comportamiento problemático para convertirse en el eje de atención familiar. Por lo que, en realidad, este actúa como síntoma de disfunciones profundas del grupo familiar que no han sido abordadas. Ahora bien, resulta importante destacar que estos roles limitan la libertad emocional y el desarrollo integral de cada individuo, especialmente en los adolescentes. (Ramos, 2022)

De la misma forma, estas dinámicas se vinculan de manera directa con las jerarquías familiares, por lo que es necesario poder abordarlas a continuación. Las jerarquías familiares definen las estructuras de poder dentro del sistema familiar, además, se pueden presentar dos tipos de jerarquías. La primera es la jerarquía funcional, la cual posee roles claros,

límites flexibles y padres que lideran de forma coherente. Por el contrario, existen también jerarquías disfuncionales, en las que se invierten los papeles, es decir, cuando los hijos asumen responsabilidades parentales o cuando no existe claridad en la figura de autoridad. De acuerdo con Paladines et al. (2010) en su tesis titulada *Disfuncionalidad familiar en niñas y su incidencia en el rendimiento escolar*, expone que: “En un sistema funcional, la jerarquía puede ser vertical (padres con autoridad sobre los hijos) u horizontal (madre y padre con igual autoridad), siempre que los límites estén bien definidos.” (p. 28)

Por lo que, dentro de una jerarquía funcional, los padres funcionan como la figura de autoridad por sobre los hijos. Sin embargo, cuando estas jerarquías se distorsionan, el sistema familiar pierde su estabilidad. Por lo que, un sistema familiar se vuelve disfuncional cuando, dentro de sus jerarquías, el hijo se ve obligado a actuar como cuidador de sus padres, generando un desequilibrio generacional y una sobrecarga emocional que afecta su desarrollo. Es decir que, una jerarquía disfuncional se presenta cuando se invierten los roles y los hijos asumen la figura de autoridad por sobre los padres, dando lugar a conflictos de poder, inseguridad y caos emocional.

Patrones de comunicación disfuncional

En primer momento, es necesario conocer la definición de comunicación para poder comprender los distintos tipos que pueden resultar funcionales o disfuncionales. La comunicación es un proceso dinámico en el cual las personas intercambian información, ideas, creencias, valores y sentimientos. Este proceso involucra al menos dos participantes, un emisor que transmite el mensaje, y un receptor que lo recibe, aunque durante esta interacción, los roles suelen invertirse constantemente. Cabe destacar que existen dos tipos de comunicación, primero, puede presentarse de forma verbal a través del lenguaje escrito o el habla; también se presenta de forma no verbal mediante expresiones corporales, gestos, miradas, posturas y silencios. Estas dos formas son esenciales y coexisten de manera permanente, ya que lo que no se dice con palabras, suele ser comunicado mediante gestos o actitudes. Es

importante reconocer que en cada familia se acentúa una u otra forma de comunicación, por lo que la interacción entre el receptor y el emisor varía en forma, intensidad y duración, lo que hace que esta sea más o menos funcional. En el contexto familiar, estas formas de comunicación moldean la manera en que los miembros se relacionan y responden emocionalmente fuera y dentro del hogar.

Luego de conocer la definición de comunicación, es necesario conocer, en primera instancia, cómo es la comunicación funcional, es decir, la forma o el modelo de comunicación que debería seguir una familia funcional. Es así como, la comunicación funcional en este sistema se puede caracterizar por la claridad, congruencia y honestidad en los mensajes. Por lo que, cuando el entorno familiar emplea una comunicación funcional, se facilita el cumplimiento de funciones como la socialización de los hijos, la satisfacción de las necesidades afectivas de todos los integrantes, la preservación de la relación conyugal y la participación de los miembros en la vida comunitaria. Es decir que, la comunicación adecuada permite construir y sostener vínculos positivos que favorecen tanto al grupo familiar como a cada miembro en particular.

Cabe destacar que la interacción de comunicación funcional promueve la aceptación de las imperfecciones humanas, así como la tolerancia ante los errores. Al mismo tiempo, se reconoce y se valora la singularidad de cada miembro del sistema familiar, lo cual genera beneficios recíprocos tanto a nivel individual como colectivo. Para que esto sea posible, es fundamental que exista un ambiente de apertura, sinceridad y aceptación de las emociones del otro, sin recurrir a críticas destructivas o juicios rígidos. De acuerdo con Antolínez (1991) en su artículo titulado *Comunicación disfuncional*, explica que “Hay en el que comunica varios grados de intensidad; esta puede ser definida como la habilidad de comunicación de sentimientos, deseos y necesidades en la misma forma en que se están experimentando.” (p. 38)

A continuación, se enunciarán algunos aspectos necesarios para que la comunicación pueda clasificarse como funcional. En primer lugar, se

necesita de una *comunicación afectiva*, la cual refiere a expresiones verbales o no verbales que pueden incluir gestos físicos como abrazos, caricias, miradas o el simple acto de tomar la mano. Dentro de las familias con una comunicación funcional, suele haber coherencia entre lo que se dice y lo que se expresa corporalmente, aunque en ciertos momentos puede predominar una forma sobre otra. Es así como, para que esta comunicación afectiva sea saludable, es importante que los miembros de la familia puedan disfrutar genuinamente de la compañía propia y ajena, por lo que este “disfrutar” se manifiesta cuando las respuestas emocionales surgen de manera natural, honesta y sin mecanismos de control o rigidez excesiva. (Antolínez, 1991, p. 39)

Al mismo tiempo, para que la comunicación sea funcional, también se necesita que esta sea clara, congruente, oportuna, receptiva, que explore la situación, se verifique y que tenga retroalimentación. Estos elementos se combinan en forma, cantidad y frecuencia diferente, por consiguiente, se procederá a exponer cada uno de ellos. Primero, se necesita que la comunicación sea *clara*, es decir, explicar de forma directa y precisa lo que se piensa, se siente o se necesita. También, debe ser *congruente* en el sentido de que exista coherencia entre las palabras verbales y las expresiones no verbales, como gestos y actitudes, de modo que el receptor perciba el mensaje completo con exactitud.

Así mismo, otro aspecto clave es que la comunicación sea oportuna. Esto quiere decir que, el mensaje debe poder transmitirse en el momento adecuado, conociendo el contexto y el estado emocional de quien lo recibe, para aumentar las posibilidades de que pueda entenderse de manera clara y efectiva. A esto, se suma la importancia de verificar que lo que el receptor entendió, coincida con la intención original del emisor. Por lo que, para lograrlo, se necesita observar con atención, hacer preguntas y estudiar la forma en que el receptor responde al mensaje.

Finalmente, la *retroalimentación* resulta un componente imprescindible en toda interacción funcional. Es así como, esta se manifiesta a través de respuestas verbales, gestuales o actitudinales por parte del receptor, lo que

permite al emisor confirmar si su mensaje ha sido entendido correctamente y ajustar su comunicación en caso necesario. Por lo que, es gracias a este proceso que se fortalecen la comprensión mutua y la calidad del vínculo interpersonal. Según Antolínez (1991) en su artículo expresa lo siguiente: “Las familias con patrones funcionales de comunicación valoran la libertad, la espontaneidad de expresión, hay mutuo respeto por los sentimientos, comportamientos e intereses. Hay autenticidad y apertura; la familia es capaz de discutir sobre diferentes temas personales y sociales; entre más funcional sea la familia hay más posibilidades de comunicación abierta.” (p. 40)

De esta manera, es importante aterrizar la información presentada al tema este trabajo, por lo cual, ahora se presentará la conceptualización y los elementos que son propios de una comunicación disfuncional. La comunicación disfuncional refiere a alteraciones de la comunicación verbal y no verbal que puede ocurrir como una manifestación de conflictos o dificultades de interacción del sistema familiar. A continuación, se enunciarán algunos factores que pueden alterar la comunicación de una familia y provocar disfuncionalidad. Como primer punto, se ubica el contenido y la forma del mensaje, en donde los mensajes verbales no sólo se transmiten de forma explícita, sino que también pueden incluir contenidos emocionales implícitos que reflejen actitudes agresivas, de sumisión o de sobreprotección. Es decir, un mensaje puede tener un tono castigador, victimista o paternalista, añadiendo una carga afectiva significativa que influye en la percepción del mensaje.

Es así como, existen dos principales problemas en este tipo de comunicación. El primero de ellos es la incongruencia en el mensaje, la cual ocurre cuando se emiten varios mensajes contradictorios al mismo tiempo, generando confusión en el receptor, quien se enfrenta a la incertidumbre de cómo interpretar el mensaje o cómo actuar frente a él. El segundo es la incongruencia entre el mensaje verbal y no verbal, en el cual el emisor comunica un mensaje verbalmente pero acompañado de gestos y actitudes que dicen lo contrario. Como segundo punto, otro aspecto de una mala comunicación familiar es el emisor disfuncional, el cual transmite mensajes

de manera inadecuada, dificultando la comprensión e interacción con el receptor. Esta disfunción puede reflejarse en varios patrones, tales como la confusión al expresar emociones, emitir juicios constantes, no reconocer ni comunicar sus necesidades o mostrar contradicciones entre lo que dice y lo que se evidencia en sus gestos o en su cuerpo.

De esta manera, se logran observar estas manifestaciones en múltiples formas, las cuales serán descritas a continuación. Para iniciar se ubican los supuestos, que refieren a cuando el emisor asume que ya sabe lo que el receptor piensa o siente sin verificarlo, por lo que este tipo de comportamiento transmite la idea de que la opinión del otro no importa o no será considerada, lo que provoca molestia y frustración en el receptor. En ambientes familiares donde esta práctica es común, la respuesta del otro suele ser un ataque defensivo o una actitud de resignación, deteriorando el vínculo afectivo. Lo siguiente son los mensajes incompletos, abarcando un patrón que ocurre cuando el emisor no finaliza su idea, esperando que el receptor complete o deduzca lo que falta. Esto puede darse mediante el uso de frases como “Usted me entiende” o “Usted sabe lo que quiero decir ¿verdad?”, provocando confusión y dejando abierto un margen para interpretaciones erróneas.

De la misma forma, se ubica el hablar por otros, lo cual responde a una forma disfuncional en donde el emisor responde en nombre de otra persona, limitando su derecho a expresarse y causando una percepción de incapacidad. Esto resulta frecuente en dinámicas familiares con control excesivo o sobreprotección en donde, por ejemplo, un adulto responde por un adolescente antes de que este pueda hablar, restringiendo el desarrollo de su autonomía y expresión individual. También, se habla de las generalizaciones, en donde el emisor formula juicios amplios y vagos, sin referirse a situaciones concretas. Es decir que, en lugar de señalar un hecho específico, utiliza afirmaciones absolutas como “todas las mujeres son malas” o “siempre haces lo mismo”, lo que obstaculiza la comunicación y hiere emocionalmente, evitando que se aborde el problema real. Luego, se encuentra la expresión confusa de sentimientos, donde el emisor oculta lo que realmente siente por miedo al rechazo o la burla, o incluso expresar

emociones sin la intensidad que experimenta internamente, lo cual puede provocar que el receptor no comprenda el estado emocional del emisor, debilitando la conexión afectiva.

Dentro de esta categoría, se presenta el sarcasmo como una forma de evasión emocional en la que el emisor utiliza el humor para encubrir sentimientos negativos o evitar conflictos. Si esto se confronta, el emisor suele justificar sus palabras como una simple broma, negando el verdadero contenido emocional. Asimismo, se encuentra el resentimiento silencioso, siendo este un tipo de comunicación que sucede cuando el emisor guarda rencor sin decirlo directamente, por lo que, se reprime o desvía el malestar hacia otra persona o situación. Además, se ubica la inhabilidad de expresar necesidad, en la que el emisor, debido al temor o al rechazo, no logra comunicar claramente lo que espera de los demás, infravalorándose de manera inconsciente y creyendo que no tiene derecho de expresar o satisfacer sus propias necesidades. También, la necesidad silenciosa de atención, en la cual existe el deseo de recibir ayuda, pero no se manifiesta de forma directa, sino que espera que los demás miembros lo noten y actúen, provocando frustración interna. Luego, se evidencian los requerimientos encubiertos en donde el emisor no comunica directamente sus deseos. Por último, se encuentra el uso de técnicas desleales, lo que conlleva a que en lugar de expresar directamente lo que se quiere o necesita, el emisor recurre a insultos o descalificaciones que generan una barrera en la comunicación. Así, en vez de dirigirse al receptor con respeto y claridad, utiliza términos como “vago”, “bruto” o “nunca serás nadie”, desmotivando a la otra persona.

Como tercer punto, otro elemento propio de la comunicación disfuncional es el receptor disfuncional debido a que la comunicación también puede distorsionarse cuando el receptor no capta el mensaje con la misma intención con la que el emisor lo quiso transmitir, lo cual puede deberse a una escucha ineficaz, una distorsión del mensaje o una mala interpretación. Por lo que, se muestra la aparición de distintos elementos como el fracaso al escuchar, que sucede cuando el receptor está distraído en el momento que se le habla, lo cual habla de una falta de concentración, desinterés,

distracción por el entorno, ansiedad elevada, o porque el momento no es el adecuado. De igual forma, se presenta la ofensividad, en donde el receptor responde de manera negativa o a la defensiva, como si se sintiera atacado, incluso si el mensaje no era ofensivo. Estas reacciones, muchas veces, se relacionan con experiencias pasadas de crítica y descalificación. También, está la tangencialidad, en donde el receptor se enfoca sólo en aspectos secundarios del mensaje, evitando lo esencial como una forma de huir de la comunicación, lo cual sugiere que desea evitar el tema. Asimismo, la carencia de exploración ocurre cuando no se exploran con suficiente profundidad los mensajes que se reciben, especialmente cuando no son claros.

Ahora, se presenta como cuarto y último aspecto los patrones de interacción disfuncional que afectan la comunicación. Aquí, dentro de algunos sistemas familiares, dos o más miembros establecen formas de comunicación que buscan mantener la unidad del grupo, aunque de manera ineficaz. Estos patrones pueden variar en intensidad de leve a grave, en duración por ser momentáneos o persistentes y en su visibilidad, es decir, si son explícitos o encubiertos. Por otro lado, cuando los modos de comunicación son confusos o indirectos, los conflictos no logran ser resueltos, demostrando que las interacciones ineficientes suelen reposar en los aspectos emocionales del grupo familiar, como en la forma en la que cada miembro percibe al otro, temores o ansiedades que no se expresan directamente y en ideas o suposiciones que surgen ante la dificultad de compartir sus sentimientos abiertamente.

Por lo cual, se logra observar distintas fuentes de ansiedad en el sistema familiar que alteran la comunicación, los cuales serán enunciados a continuación. Primero, la familia teme al acercamiento, donde se explica que algunas familias, debido a conflictos no resueltos, evitan la cercanía emocional entre sus miembros, por lo que, aún si desean sentirse más unidos, el miedo a que surjan nuevas tensiones o rechazo les impide acercarse. En contraste, se manifiesta la familia que teme a la distancia, que consta de familias que no desean perder la cercanía, evitando cualquier tipo de separación, provocando el miedo a la independencia de algún miembro y

activando reacciones que intenten retenerlo dentro del grupo familiar. También, se encuentra la familia que teme a la diferenciación, la cual muestra rechazo a la idea de que cada persona en el sistema familiar presenta características únicas, ya sea por el género, la edad, la personalidad, los gustos y emociones, generando rechazo o conflictos sobre todo aquello que consideren diferente. Por último, está la familia que teme herirse unos a otros, en las que expresar emociones de enojo, frustración o rechazo puede generar miedo a dañar a otros, por lo que, muchas veces optan por no hablar de algunos temas o por minimizar las emociones de los demás.

Para finalizar, resulta importante reconocer que los patrones de comunicación disfuncional afectan gravemente la dinámica familiar. Estos impiden la expresión sincera de emociones y generan malentendidos, temores o conflictos no resueltos. Es así como estos patrones, muchas veces inconscientes, se sostienen por el miedo al rechazo, a la distancia, o por no herir al otro. Así, tanto emisores como receptores pueden adoptar conductas que distorsionan el mensaje original, lo que influye en la ruptura del vínculo familiar. Además, cuando estas formas de comunicación disfuncional se sostienen y se normalizan, afecta en la forma en la que los integrantes de la familia perciben y responden al mundo exterior, perpetuando ciclos de incomunicación e insatisfacción afectiva que afectan al desarrollo psicoemocional de los adolescentes.

Alianzas, coaliciones, triangulaciones y lealtades invisibles

En la terapia familiar sistémica se pueden encontrar diferentes dinámicas, como, por ejemplo, las dinámicas familiares. Como su nombre lo indica, estas son las formas en las que la familia se relaciona. Estas pueden guardar diferentes patrones de interacción, asignación de roles y elementos con los cuales se puede generar cambios en los demás integrantes de la familia. Es de suma importancia conocer estas dinámicas ya que muchas veces el síntoma de un miembro en particular puede ser el desencadenante o el factor que influye en los patrones de los demás familiares.

Según Corona (2018), en su artículo *Las alianzas familiares*, describe a las alianzas como “*Vínculos intencionados entre dos o más individuos con un propósito compartido, sin adversario externo*”. La cita mencionada explica que una alianza es la unión de al menos dos integrantes. Esta unión puede constar de un objetivo, sin embargo, este no está dirigido ni focalizado en contra de alguno de los demás integrantes familiares. Esta forma de relacionarse entre miembros no es necesariamente una interacción disfuncional, por el contrario, permite de cierto modo que los miembros aliados tengan un mejor desarrollo de su cohesión, siempre y cuando al momento de esta unión, no se excluya a otro miembro.

Minuchin (1974), ha destacado la importancia de la existencia de alianzas dentro de lo que es la organización de los miembros familiares. Este autor señala que “*Las alianzas son agrupamientos naturales que se forman dentro del sistema familiar, permitiendo que sus miembros se apoyen de manera mutua en tareas específicas o momentos de tensión*” (p.55). Por lo que, las alianzas son interacciones abiertas que tienen la capacidad de promover la reciprocidad y permite que los miembros familiares se apoyen entre sí de forma más genuina. Es así como, brindan el beneficio de una mejor estabilidad emocional en momentos necesarios, ayudando a equilibrar el sistema en caso de lo requiera.

Las cohesiones, similares a las alianzas, actúan como un modo de interactuar entre dos o más integrantes de la familia, sin embargo, su diferencia radica en que este no se limita a tener en contra a otro miembro, es decir, es un tipo de unión excluyente, al favorecer un vínculo exclusivo tiene la posibilidad de crear un desequilibrio dentro del sistema familiar, un ejemplo muy típico dentro de las familias es la unión entre alguno de los padres con los hijos para irse en contra del otro. Para Bowen (1978) una coalición es “un proceso de dos personas que se unen en contra de una tercera, buscando estabilizar su relación o desviar la tensión de sí mismos” (p.288). Con esto, el autor nos indica que existen problemas abordando a ciertos miembros del sistema, sin embargo, estos buscan la unión entre sí con la finalidad de obtener nuevamente un estado de equilibrio, llegando también a verter esta tensión sobre un miembro más de la familia. Este

patrón no permite que los problemas sean abordados de manera directa entre los miembros responsables, sino que provoca un efecto extra de conflicto, mostrándose como una dinámica que requiere de una nueva estructuración en donde se fomente una inclusión que reemplace las interacciones que terminan distanciando a los miembros entre sí.

Cuando la relación conflictiva entre dos miembros del sistema termina expandiéndose por la inclusión de un tercero, se conoce como triangulaciones. Las triangulaciones se diferencian de las coaliciones debido a que el elemento se encuentra atrapado en un tipo de encrucijada emocional, actuando como mediador o “disipador” de la tensión entre dos miembros con conflicto mutuo. Haley (1976) menciona que “la triangulación ocurre cuando una persona, ante una adversidad con otra, en lugar de manejar este conflicto de forma directa, termina involucrando a una tercera” (p.132). Con este argumento, se logra evidenciar que esta dinámica puede provocar un conflicto de lealtades, forzando a este tercero a elegir o tener afinidad por alguno de los bandos conflictuados, lo que perpetúa un desequilibrio al evitar la comunicación directa, actuando como un disfraz para el síntoma y provoca mayor tensión y malestar para todos los involucrados, directa o indirectamente.

Finalmente, podemos mencionar a las lealtades invisibles. Como lo menciona Boszormenyi en su libro *Invincible Loyalty*, estas son fibras invisibles, pero resistentes, que mantienen unidos fragmentos complejos de conducta relacional, tanto en las familias como en la sociedad en su conjunto (p.40). Refiere a que existe una especie de compromiso no verbalizado de forma explícita de unos miembros con otros, esto puede darse por experiencias del pasado, creando compromisos que se han ido manteniendo, a la larga esto puede desembocar en dificultades al momento de tomar decisiones, incluso generando conflicto con los deseos individuales de quien busca cumplir con este compromiso inconsciente. Como lo mencionan Nagy y Spark (1973), las lealtades invisibles son un sistema de obligaciones mutuas, no declaradas, que unen a los miembros de la familia a través de generaciones (p.78).

Crisis evolutivas producto del ciclo vital familiar

Las familias, al ser un sistema dinámico, se van a encontrar constantemente en cambios. Estos cambios forman parte del ciclo vital de la familia, donde ocurrirán una serie de eventos que lleva a la modificación de las reglas, roles, límites y jerarquías, provocando las crisis evolutivas. Estas crisis, a diferencia de lo que su nombre puede dar a pensar, no son necesariamente patologías, por el contrario, actúan como aquellos momentos donde se puede evidenciar las herramientas con las que la familia cuenta, su capacidad de adaptarse al cambio con la menor cantidad de conflictos y con ello su resiliencia. Walsh mencionaba que la resiliencia no implica la ausencia de dificultades, sino la capacidad del sistema para adaptarse de manera positiva frente a la adversidad, recuperarse de los golpes y salir fortalecido (1999).

Es importante realizar la mención de las crisis no normativas, los cuales son eventos no esperados por la familia, es una irrupción abrupta que pone a prueba las capacidades de flexibilidad y afrontamiento, en ocasiones pueden darse en simultáneo a una crisis normativa, provocando que la complejidad de la crisis esperada aumente con fuerza. Estas pueden ser desde la separación de los padres hasta problemas económicos o un despido que, según McGoldrick, las familias que enfrentan condiciones de pobreza, que pertenecen a minorías culturales pueden llegar a atravesar mayores dificultades de lo esperado en el ciclo vital (2020). Con esto, el autor nos quiere decir que el contexto socioeconómico y cultural tiene un fuerte impacto en las crisis evolutivas, haciendo que exista una mayor varianza y por consecuencia, la intensidad de esta y su dificultad para superarla sea mayor.

Estas crisis normativas pueden seguir el mismo curso del ciclo vital familiar, es decir, son algo que se puede llegar a esperar naturalmente, el inicio de una relación de pareja, al igual que el matrimonio, implica un momento donde la toma de decisiones marca un punto a partir el cual este vínculo puede llegar a tomar caminos diversos dependiendo de los objetivos de cada miembro de la pareja, sus expectativas y la historia de vida de

ambos. Se sigue del primer hijo, lo cual hace que la pareja tenga que comunicarse claramente y pueda darse una redefinición de los roles, deberes y responsabilidades, sin dejar de lado ni dejarse consumir por completo por el rol de padres. Sucesivamente, el inicio de la etapa escolar, la partida de los hijos, la jubilación y el comienzo de la etapa de luto y pérdida por la edad avanzada de los padres, son fases las cuales se puede prever y tener una anticipación con respecto a la manera de afrontar estos eventos y poner en práctica los recursos con los que se cuenta, para poder aprender diferentes maneras de resolver los conflictos.

Un elemento importante en las crisis evolutivas es la comunicación eficaz, esta les permite a los miembros de la familia expresar inquietudes, temores y necesidades, también ayuda a los miembros al momento de negociar con respecto a los cambios de roles o expectativas (Satir 1967). Con esto, se entiende que, cuando la comunicación presenta fallas o es bloqueada, los conflictos se fortalecen y disminuyen las posibilidades de tramitarlos de forma correcta, en familias que cuentan con comunicación eficaz se elaboran soluciones en conjunto y relaciones fuertes durante los momentos de crisis. Así mismo, la perspectiva de la familia sobre las crisis evolutivas juega su papel durante las etapas propias del ciclo vital, las cuales pueden ser vistas como una amenaza u oportunidad. Así que, se diferencian en tanto la primera perspectiva desarrolla potencialmente una experiencia más desafiante y con mayor estrés, al contrario de la segunda perspectiva, la cual brinda un abordaje y desarrollo más saludable para cada uno de los miembros de la familia.

Familia funcional vs familia disfuncional

En base a lo planteado anteriormente, se puede entender a la familia como un grupo que guarda su vínculo por medio de rasgos parentescos, abarcando su definición desde un punto de vista biológico pero que llega a involucrarse en dimensiones sociales, psicológicas y culturales, este concepto con el paso del tiempo ha ido siendo modificado. La Declaración Universal de los Derechos Humanos, por ejemplo, la reconoce como "el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la

protección de ésta y del Estado" (ONU, 1948). Otro punto importante de resaltar es que la familia ha sido objeto de estudio, a nivel psicológico esta funciona como un primer lugar donde los individuos comienzan con el desarrollo de una identidad, se adopta lo visto e instruido por parte de los progenitores para posteriormente ir formándose de manera individual, además de la forma de relacionarse con los demás y su comunicación, consigo también repitiendo patrones como forma de expresión de algún síntoma.

Desde el punto de vista de la Terapia familiar sistémica, se considera a la familia como un sistema social primario, con sus respectivos elementos los cuales se interrelacionan, conviven y se mantienen dinámicas, son abiertos y se encuentran en constante evolución, guardando una relación cercana con sus actos, puesto que las acciones de cualquiera de los miembros tienen repercusión en sus demás integrantes. Este sistema se constituye de límites, roles y jerarquías, para Minuchin, desde su concepto, estos deben ser claros, ayudan a regular las interacciones dentro de la misma y también desarrollan la autonomía de los miembros, dependiendo de la manera en que estas acciones se vayan manifestando estas pueden evolucionar en dos vertientes distintas, la funcionalidad o su contraparte, la disfuncionalidad.

Una familia funcional puede ser vista como aquella que cuenta con un entorno saludable para los integrantes, cuenta con protección, educación, afecto y comunicación lo cual otorga una sensación de bienestar emocional. Bowen (1978) enfatizó que, en las familias funcionales, los individuos logran un alto grado de "diferenciación de sí mismos", es decir, obtienen herramientas para individualizarse al mismo tiempo que siguen manteniéndose identificados con su familia y parte de ella. Dentro de ella los roles y límites se encuentran establecidos de forma clara, animan a un mayor desenvolvimiento social por el apoyo brindado. Las jerarquías se encuentran establecidas de manera tal que no hay una lucha por el poder ni tampoco una visión o búsqueda de sentimientos de superioridad. Para Anabel Carreras (2014), en su artículo titulado Recursos, funcionalidad y disfuncionalidad familiar, menciona que en momentos de crisis una familia funcional requiere de una estructura la cual le permite tener adaptaciones

con el tiempo, a la vez que se toman en cuenta las necesidades particulares de cada integrante familiar como un solo sistema en general (p.4). Con esto la autora nos quiere decir que una estructura que atiende a cada miembro según lo requerido en el momento de crisis hace que cuente con una base estable para hacerle frente a esta adversidad sin verse forzada a alterarse de gran manera, manteniendo su sentido de pertenencia como un mismo sistema familiar.

En contraste con una familia funcional, la familia disfuncional se caracteriza por ser un sistema en el que la presencia de problemas no es sorpresa de nadie. Las interacciones suelen generar estados perjudiciales para sus miembros, debido a límites confusos, roles poco definidos y una comunicación deficiente. Este conjunto de factores propicia tensiones, insatisfacción y, en consecuencia, malestar emocional entre sus integrantes. Cuando existe disfuncionalidad en la familia, se exponen una serie de patrones rígidos que se repiten constantemente, como el mantener secretos entre miembros, el traer nuevamente eventos traumáticos del pasado o por el contrario la evasión y ocultamiento de problemas, minimizando en lugar de una unión para resolverlos de forma efectiva. Esta carencia de habilidades para resolver conflictos también trae para la familia un ciclo de dolor y malestar que se transmiten de padres a hijos. Satir (1988) observó que en estas familias predominan los "mensajes dobles, la evasión, la culpa y la falta de congruencia entre lo que se dice verbalmente y lo que se expresa no verbalmente" (p. 30).

Las jerarquías en una familia disfuncional pueden llevar a los hijos a verse obligados de asumir responsabilidades que no les son correspondidas. Así mismo, la falta de cercanía emocional es producto de límites rígidos, provocando que los miembros desarrollen vidas aisladas y una falta de conexión emocional con los demás miembros de su familia. Por otro lado, como muestra de una familia con funciones desequilibradas se tiene los límites difusos, en donde los miembros se encuentran implicados más de lo que deberían con respecto a lo emocional, impidiendo que se dé un buen desarrollo autónomo, con la posibilidad de evolucionar en codependencias y falta de identidad, adoptando la de este miembro sobre implicado.

En términos generales podemos decir que la familia disfuncional, desde una perspectiva sistémica, no cuenta con una capacidad de adaptación a los problemas, en momentos de crisis este tiende a colapsar, desorganizando a la familia, provocando que los miembros de esta se aíslen y generen mayor tensión entre sí. Los conflictos no terminan con alguna solución, sino que se los reprime o se traducen a críticas e interacciones destructivas, marcando un entorno emocional lleno de ansiedades, miedos y resentimiento. De forma individual los integrantes pueden llegar a sentirse desvalorizados por la falta de comunicación afectiva y efectiva, sumado a formas de expresión emocional explosivas. Dentro de la terapia familiar sistémica se busca reducir estas resistencias ya que esta ayuda brindada es vista como una amenaza. El reconocimiento de estos patrones es el primer paso para la promoción y la búsqueda de un ambiente más sano y enriquecedor para todos sus integrantes, contribuyendo a su bienestar tanto psicológico como social (Nichols & Davis, 2017).

CAPÍTULO III

Desarrollo psicoemocional del adolescente en contextos familiares disfuncionales

La adolescencia como una etapa de transición

Desde el enfoque de la Terapia Familiar Sistémica, la adolescencia es una etapa en donde se da una nueva estructuración de lo que constituye el sistema de la familia. Al ser un sistema que une a varios individuos, los efectos también tienen su impacto en las personas y relaciones que tiene el adolescente alrededor de sí, poniendo a prueba los límites, roles y normas que la familia ha establecido durante los años previos. Minuchin (1974), uno de los pioneros del enfoque de la Terapia Familiar Sistémica, consideraba a la adolescencia como una etapa en donde hay una desvinculación de parte del individuo con respecto a sus padres, esta se da de forma orgánica y natural, con el fin de construir una identidad propia y autonomía, en consecuencia, sus objetivos se tornan los causantes de un desequilibrio dentro de la dinámica familiar. El trabajo desde la perspectiva de la Terapia Familiar sistémica es cambiar la posición de “paciente identificado” del adolescente, enfocándose en las interacciones que surgen a raíz de estas demandas, propias de la adolescencia, brindando herramientas para un mejor funcionamiento.

Para Carter, al entender la adolescencia como una etapa de cambios, debe de también darse pie a una nueva definición de la relación que este tiene con las demás personas de su sistema. Con sus padres, el adolescente espera obtener una perspectiva de guía, alguien que los apoye y en donde estos son aquella voz que los ayuda en la formación de su identidad y para ganar autonomía de forma progresiva. Al mismo tiempo, estos padres también deben de mantener y cuidar su relación de pareja, lo cual puede ubicar al adolescente como el potencial causante de una crisis en caso de que esta se presente. En familias disfuncionales, al no haber una

adecuada redefinición de roles, los padres pueden verse inmersos de sobremanera, dando pie a una coalición o una exclusión de la pareja para poder atender la demandada del hijo.

Minuchin (1974), en su obra *“Familias y Terapia Familiar”* menciona que la adolescencia, puede llegar a ser percibida por los padres como una etapa en donde su imagen como figura de autoridad se ve desafiada, alterando la cohesión de la familia en la búsqueda de su individualización. El adolescente debe de separarse de la familia de donde proviene para conseguir la construcción de una imagen y percepción propia. En muchas ocasiones, los individuos se encuentran con dificultades para poder seguir esta etapa de manera correcta debido a fronteras difusas y porque no se apoya su desenvolvimiento individual. Como resultado, se puede llegar a obtener actitudes y comportamientos rebeldes, como una manifestación somática ante las dificultades para poder encajar durante esta etapa, considerando también la depresión y el aislamiento social como otros intentos más para expresar su malestar.

La flexibilidad y la adaptabilidad son, por lo tanto, conceptos centrales en el abordaje sistémico de la adolescencia. El terapeuta no se centra en "arreglar" al adolescente, sino en ayudar al sistema familiar a desarrollar nuevas pautas de interacción que sean más funcionales. Por ejemplo, en el caso de un adolescente con problemas de conducta en la escuela, el terapeuta sistémico explora la respuesta de los padres: ¿hay un patrón de castigo ineficaz? ¿Hay un padre que siempre defiende al hijo y otro que siempre lo acusa? (Minuchin, 1974, p. 159). La intervención se dirige a romper estos ciclos disfuncionales y a facilitar la comunicación. La terapia sistémica postula que la rigidez en un sistema familiar, manifestada en reglas y expectativas inamovibles, es la principal causa de la disfunción. El objetivo es que la familia aprenda a negociar de una nueva manera, permitiendo que el adolescente tenga más autonomía y responsabilidad, mientras que los padres confían en la capacidad de su hijo para tomar decisiones, creando un nuevo equilibrio familiar que se adapte a las necesidades evolutivas de cada miembro.

La creación de una alianza terapéutica sólida con un adolescente en el contexto sistémico requiere un enfoque particular que evite la estigmatización. El terapeuta debe ser capaz de "unirse" al sistema, respetando las reglas y la cultura familiar, pero también debe desafiar la homeostasis disfuncional (Minuchin, 1974, p. 116). Esto implica validar la experiencia del adolescente, mostrando empatía genuina hacia su lucha por la independencia. Al mismo tiempo, el terapeuta trabaja con los padres para que puedan ver a su hijo desde una nueva perspectiva, no como un problema a resolver, sino como un individuo en desarrollo con necesidades legítimas de autonomía. La técnica de Whitaker de "unirse y desafiar" es especialmente relevante aquí; el terapeuta se posiciona como un aliado del adolescente en su lucha por la autonomía, al mismo tiempo que apoya a los padres en su difícil tarea de redefinir su rol, creando un espacio seguro para que todos los miembros puedan expresar sus miedos y frustraciones sin sentirse atacados (Whitaker, 1976, p. 182).

La externalización del problema, una técnica de la Terapia Narrativa desarrollada por White y Epston, es una herramienta muy eficaz en el trabajo con adolescentes (White & Epston, 1990, p. 38). Esta técnica busca separar al individuo del problema, personificándolo como una entidad externa que "lo ha estado visitando". Por ejemplo, en lugar de decir "eres un mentiroso", se puede decir "la mentira ha logrado que te metas en problemas". Esto reduce la culpa y la vergüenza, permitiendo que el adolescente se vea a sí mismo como un agente capaz de luchar contra el problema, en lugar de ser el problema en sí mismo. Al externalizar, el terapeuta ayuda a la familia a unirse en la lucha contra esta "entidad", rompiendo las alianzas disfuncionales y creando un frente común. La familia se moviliza para apoyar al adolescente en su lucha contra "el miedo", "la rebeldía" o "la adicción", en lugar de luchar entre sí. Este enfoque se alinea perfectamente con la visión sistémica, ya que considera que el problema no reside dentro del individuo, sino en las narrativas y patrones de interacción que lo alimentan y lo mantienen.

La adolescencia, desde la perspectiva de la Terapia Estructural de Minuchin, demanda una redefinición de las fronteras familiares (Minuchin, 1974, p. 93). Cuando las fronteras son demasiado rígidas, el adolescente puede sentir una falta de apoyo y conexión, lo que a menudo lo empuja a buscar refugio en un grupo de pares disfuncional. Por el contrario, en familias con fronteras difusas o enmarañadas, el adolescente puede experimentar una presión emocional para permanecer en la órbita familiar, sintiendo culpa si intenta separarse. El objetivo terapéutico es reestablecer fronteras claras y flexibles, que permitan al adolescente tener su propio espacio personal y su autonomía, pero que al mismo tiempo garanticen un apoyo emocional consistente por parte de los padres (Minuchin, 1974, p. 94). Esta reorganización no solo beneficia al adolescente, sino que también tiene un impacto profundo en el subsistema parental, ya que los obliga a reconectarse como pareja, fortaleciendo la base del sistema y permitiendo a la familia funcionar de manera más saludable.

La adolescencia, desde la perspectiva de la Terapia Familiar Sistémica, no es un periodo de patología individual, sino una crisis normativa que impulsa la transformación del sistema familiar (Carter & McGoldrick, 1989, p. 195). El terapeuta sistémico no se centra en el "paciente identificado", sino en los patrones de interacción que se han vuelto disfuncionales. Al intervenir en estos patrones, se ayuda a la familia a flexibilizar sus reglas, redefinir sus roles y establecer fronteras más saludables. Las contribuciones teóricas de autores como Minuchin, Bowen, Carter, McGoldrick, White y Epston proporcionan un marco conceptual robusto que permite entender la adolescencia como un proceso dialéctico de individuación y pertenencia. Al centrarse en el contexto relacional en lugar del individuo, la terapia sistémica ofrece un enfoque poderoso y esperanzador para guiar a las familias a través de los desafíos de la adolescencia. El objetivo final es acompañar a la familia en la construcción de un nuevo equilibrio que, aunque diferente, sea más funcional y capaz de respetar la individualidad de cada uno de sus miembros, al mismo tiempo que mantiene la cohesión y el apoyo del sistema en su conjunto.

Etapas del desarrollo psicoemocional en la adolescencia

La adolescencia, conocido por ser aquella transición entre la niñez y la adultez, se representa por transformaciones amplias de carácter biológico, cognitivo, social y emocional. Desde un enfoque sistémico, estos cambios no son aislados, es más se encuentran ligados a la familia ya sea su dinámica o estructura. En cuanto al tema de terapia familiar estructural, Minuchin, Rosman y Baker (1978) enfatizan que la individualización del adolescente se moldea crucialmente por la flexibilidad y adaptabilidad que exista en el sistema familiar, permitiendo este cambio acorde a esos límites. Esta etapa, se observa como el adolescente comienza a objetar las reglas familiares, busca mayor independencia y forma su propia identidad; todo esto se refleja en dinámica familiar como tensiones y reajustes en los límites y jerarquías previamente existentes.

Para facilitar un desarrollo psicoemocional saludable, la familia opta por negociar estos cambios; sin embargo, puede también generar disfunciones que perpetúen los patrones que desencadenaron en el problema. La adolescencia se convierte en un desafío no solo para el individuo sino para todo su entorno, exigiendo a los padres adaptarse y reevaluar su rol, o a los hermanos modificar sus posiciones relacionales, y así múltiples veces creando un continuo proceso de adaptación y diferenciación. El cuestionar las reglas no es un deseo de querer contradecir a los padres o llevar una contraria, más bien actúa como la manera en que los adolescentes buscan la autonomía y el desarrollo de la identidad que consideran acorde a su personalidad y forma de pensar.

La fase inicial de este periodo, abarca de los 11 a los 14 años aproximadamente, se caracteriza por la necesidad de encontrar una identidad y el surgimiento de marcar una separación con su familia de origen. Erikson (1968), con su teoría del desarrollo psicosocial, propone que la tarea principal de la adolescencia consiste en resolver la crisis de "Identidad versus Confusión de Rol", donde el adolescente se centra por integrar los nuevos elementos recolectados en el proceso para formar una

percepción coherente del yo para él. Para llegar a este punto se necesita explorar diversos roles, valores y creencias, ya sea por experiencias o la imitación de pares. Desde la terapia familiar sistémica, esta búsqueda autonomía se manifiesta en la necesidad del adolescente de marcar límites más claros con sus padres y convivir más con sus amigos, formando grupos que se convierten en un nuevo referente significativo. Bowen (1978), sugiere que esta etapa es fundamental para que el adolescente aprenda a mantener su individualidad sin perder la conexión emocional a su familia, sin fusionarse o distanciarse. Los padres, en este período, deben optar por un estilo de crianza centrado en el control a uno que favorezca la autonomía, sin que pierda la supervisión adecuada, así el adolescente tomará decisiones y asumirá responsabilidades. Esto se refleja en una mayor capacidad de autorreflexión, en la construcción de ideologías propias y en la toma de decisiones con mayor autonomía e individualismo.

Dentro del ámbito familiar, aumenta la tensión entre el querer independencia y que aún exista una dependencia. Incrementando la frecuencia en que el adolescente cuestiona las normas, en orden de buscar libertad y explorar, lo que puede generar fricciones cuando no hay flexibilidad y los límites no son capaces de ajustarse a la nueva necesidad. Aun así, la familia seguirá siendo un eje de apoyo y sostén emocional, aunque enfocada desde una nueva perspectiva. Paralelamente, las amistades se convierten en espacios de validación, de ensayo de múltiples roles sociales y de pulir las habilidades relacionales fuera del núcleo familiar. A través de sus iguales, el adolescente encuentra un espejo en el que reconocerse y un entorno que lo acepte contribuye a consolidar su autoimagen y fortalecer su autoestima.

En la fase tardía de la adolescencia, correspondiente desde los 18 años en adelante, se enfoca en la preparación para la vida adulta, la consolidación de la identidad vocacional y la planificación del futuro. Durante esta etapa, los jóvenes deben afrontar decisiones trascendentes relacionadas con su educación superior, su futuro profesional y el establecimiento de vínculos afectivos más estables. Marcia (1980), basándose en la teoría de Erikson, se consideran cuatro estados de identidad, que son: logro de identidad,

moratoria, difusión de identidad y exclusión. En la adolescencia tardía, el logro de identidad se vuelve un objetivo primordial, donde el individuo ha explorado diversas opciones y se ha comprometido con un conjunto de valores y metas.

Desde una perspectiva sistémica, la familia se enfrenta al "nido vacío" o al proceso de desapego de los hijos. Los padres deben reajustar su rol, pasando de ser proveedores directos de cuidado a ser figuras de apoyo y consejo, fomentando la independencia de sus hijos. Los padres deben ajustar su rol, pasando de cuidadores directos a ser guías y fuentes de apoyo, promoviendo la autonomía de sus hijos. Este periodo implica una renegociación de límites, donde el joven goza de gran independencia, pero el vínculo familiar continúa siendo un soporte esencial. La habilidad del adolescente para enfrentar los retos de la adultez dependerá en buena medida de la solidez de su identidad y del respaldo seguro que haya recibido del sistema familiar a lo largo de su desarrollo. La flexibilidad familiar para permitir la partida y el regreso (en caso de necesidad) es un indicador de un sistema saludable.

La calidad de la comunicación dentro del sistema familiar ejerce un impacto profundo en el desarrollo psicoemocional del adolescente. Satir (1988), una figura central en la terapia familiar enfatizó la importancia de la comunicación abierta, congruente y clara para el bienestar familiar. En la adolescencia, donde la expresión de pensamientos y sentimientos se vuelve más compleja, una comunicación disfuncional puede llevar a malentendidos, resentimiento y la incapacidad del adolescente para expresar sus necesidades. Bateson (1956), menciona al "doble vínculo" como un elemento dentro de la comunicación al igual que la triangulación, aquí los hijos pueden generar ansiedades y para poder diferenciarse de aquel "self" del adolescente puesto que los padres vierten los conflictos suyos en el hijo. A diferencia de una familia funcional, en donde el diálogo sincero, el respeto a las opiniones de cada miembro y la validación y aceptación de emociones crean un espacio propicio para una sana exploración y desarrollo de identidades, a la par que se aprende a resolver conflictos desde una mirada constructiva e integral. Una comunicación efectiva permite a los padres estar

informados sobre los desafíos que enfrenta su hijo, y al adolescente sentirse escuchado y comprendido, lo que es fundamental para construir una autoestima saludable y una capacidad de resiliencia ante las adversidades inherentes a esta etapa de la vida.

Uno de los dilemas centrales para la Terapia Familiar Sistémica durante la adolescencia es la gestión de la tensión entre la necesidad de autonomía del adolescente y la necesidad de conexión con la familia. Minuchin (1974), menciona que cada elemento debe contar con individuación, autonomía y un sentido de pertenencia como parte de límites flexibles. Los límites al ser en extremo rígidos tienden a presentar a los adolescentes como un obstáculo para poder desvincularse de ellos, generando en ellos sensaciones de estar sofocados y también llevándolos a experimentar ansiedad en situaciones donde se demande autonomía. Al ser difusos, los límites pueden provocar sentimientos de abandono, potenciando una búsqueda de validación y comportamiento o exposición a situaciones de riesgo a través de vínculos fuera del hogar. La Terapia Familiar Sistémica busca ayudar a las familias a encontrar un equilibrio, renegociando las reglas y roles para que el adolescente pueda ejercer su creciente independencia sin perder el sentido de pertenencia y apoyo familiar. Este proceso implica que los padres cedan gradualmente el control, pero mantengan una presencia activa y un rol de guía, adaptándose a las nuevas capacidades y necesidades de su hijo.

El manejo de conflictos y el establecimiento de límites son aspectos cruciales en el desarrollo psicoemocional del adolescente dentro del marco sistémico. La adolescencia es un período de desafíos y confrontaciones, ya que el joven prueba los límites para comprender su propio poder y las consecuencias de sus acciones. Ackerman (1958), aunque no era exclusivamente sistémico, fue quien sentó las bases para comprender conflictos familiares que pueden ser también una fuente de crecimiento y no solo una patología. En la terapia sistémica se busca brindar a la familia medios para poder identificar interacciones que alteren el equilibrio de la familia y los ubique en una posición de disfuncionalidad que propicia a la generación de conflictos. Al mantener los límites de reforma clara, con coherencia, cohesión y la flexibilidad necesaria para poder negociarse crea

un espacio que brinda seguridad en el adolescente, de esta manera recibe un entendimiento sano sobre las expectativas que se tiene de él y las consecuencias de sus acciones. Por otro lado, Cuando los límites llegan al extremo de permisivos, el adolescente puede percibir esto como la falta de una guía o ruta clara sobre lo que se debe hacer o no. La sumisión y rebeldía se manifiestan como el resultado de un hogar con límites excesivamente autoritarios. Una intervención sistémica busca fomentar que los miembros de la familia aborden estas dinámicas relacionadas de forma sana, efectuando en sus miembros un desarrollo psicoemocional adecuado.

Así mismo, terapeutas como Jay Haley (1976) en la terapia estratégica familiar, se centran en el cambio de patrones de interacción que mantienen el problema. Las intervenciones pueden incluir la redefinición de los problemas, el uso de prescripciones paradójicas para romper ciclos disfuncionales, o la reestructuración de la jerarquía familiar si está invertida o es ambigua. Por ejemplo, si un adolescente presenta conductas de riesgo, el terapeuta no solo se enfoca en el adolescente, sino que explora cómo la conducta sirve a una función dentro del sistema familiar. Otra intervención común es el "escultismo familiar", donde los miembros de la familia se posicionan físicamente en el espacio para representar sus relaciones y límites, lo que puede revelar patrones ocultos y fomentar la conciencia. El objetivo final de estas intervenciones es fortalecer los recursos de la familia, mejorar la comunicación, establecer límites saludables y empoderar a todos los miembros para que se adapten a las necesidades cambiantes del adolescente, permitiéndole alcanzar un sentido de identidad sólido y una autonomía funcional para la vida adulta.

Impacto del sistema familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional del adolescente

Uno de los roles que cumple la familia es el de desarrollar psicológica y emocionalmente sus integrantes, potenciando estas características con la interacción entre sí por ser el sistema de socialización primario, con lo cual los nuevos miembros adoptan diferentes modos de pensar y de integrarse al mundo exterior a medida que crecen. Minuchin entre sus diversos escritos

mencionaba que la conducta de los individuos se debía de comprender desde el contexto, dinámicas y forma de relacionarse con el grupo familiar (1974). Para poder explicar la influencia del sistema familiar en el desarrollo psicoemocional del adolescente se debe de observar cómo se manifiestan o presentan los límites impuestos por los padres, la adecuada asignación de roles, capacidad de afrontar los cambios, la existencia de una comunicación clara y abierta, esto como muestra de un funcionamiento adecuado del sistema, sin embargo, como en muchos casos, no siempre se cumple con estos parámetros de forma óptima, por el contrario a ello se puede observar familias con interacciones sumamente rígidas, límites marcados de forma difusa, alta frustración en los momentos de crisis y una baja o nula capacidad de comunicación, reflejando un sistema familiar disfuncional el cual llega a tener repercusiones en el desarrollo psicoemocional de sus miembros.

La adolescencia es aquella etapa en la cual el individuo atraviesa diversos eventos psicológicos que influyen tanto las relaciones con los miembros de su familia como a las personas de su círculo social, entre estos se puede hallar una búsqueda de independencia, autonomía y la construcción de una identidad, esto en la familia provoca la cohesión familiar y dinámica dentro del sistema familiar cambie, el adolescente comienza a disfrutar de nuevas experiencias al mismo tiempo que sus emociones se vuelven más intensas, la ira, tristeza, miedo e incluso la felicidad se vive de forma particular, aparecen nuevas inseguridades, nuevos retos a los cuales se les hace frente corriendo el riesgo de, en el peor de los casos, no obtener los resultados esperados y por ende una repercusión a nivel emocional y de la percepción de sí mismos en la construcción de la personalidad, para Flour y Buchanan (2003), esta construcción se encuentra relacionada con los modelos parentales de educación (p.206). Con esto los autores nos quieren decir que, una constante exposición con los padres provoca que en los adolescentes se desarrollen modelos de imitación que puede resultar a favor o en contra de aquel proceso formativo, la forma de actuar del adolescente es un reflejo de la manera en la que los padres han actuado frente a sus hijos en situaciones similares.

Dentro de un entorno familiar disfuncional se vuelve una constante la presencia de tratos que desvalorizan a la persona, la carencia de apoyo y distanciamiento emocional pueden llegar a hacer que el adolescente, durante esta etapa de autoformación, comience a apropiarse y naturalizar para sí mismo la imagen que este deficiente sistema familiar le brinda, abriendo la vertiente de autoestima baja y concepto propio erróneo o distorsionado. Coopersmith (1967) menciona que la aceptación incondicional y el establecimiento de límites claros por parte de los padres son predictores de una alta autoestima en los niños. Por lo tanto, con esto el autor hace referencia a que cuando no se cumple o no se está cubierto por un entorno apropiado el niño puede pasar a ser un adolescente con sentimientos y emociones negativas, miedo, vergüenza y culpa, perjudicando la forma de conectar socialmente con los demás incluso ya de adultos. Bowlby (1969) lo explica mencionando que la exploración propia de los individuos se ve limitada por la ausencia de un modelo de apego que le brinde seguridad al individuo.

Los altos niveles de conflicto dentro de un sistema familiar, son uno de los factores de riesgo más importantes a tomar en cuenta, siendo el comienzo para el desarrollo de diferentes trastornos durante la adolescencia como la ansiedad y depresión. La inestabilidad de un sistema familiar puede sobrepasar los niveles de tolerancia de los miembros en formación, este puede tener respuestas no solo a nivel biológico sino también con respecto a lo psicológico, en los adolescentes el trastorno depresivo se muestra con una irritabilidad muy alta, aislamiento social, comer mucho o poco al igual con horas de sueño que se desregulan y pueden pasar lo biológicamente adecuado o a noche de insomnio crónico. La ansiedad por otro lado se presenta por medio de fobias o miedos como resultado de la falta de seguridad en el hogar durante la infancia y de la ausencia de métodos apropiados en momentos de angustia. Bandura (1977) menciona que la observación es el medio por el cual los adolescentes aprenden y replican los modelos de comportamiento que han ido observando en sus padres, por lo que, en ambientes conflictivos donde la supuesta solución iba de la mano con agresiones tanto verbales como físicas se va formando un adolescente

el cual internaliza y responde ante la frustración o situaciones de adversidad con actos violentos y conductas disruptivas o desafiantes.

El comportamiento adulto con actos delictivos, consumo de sustancias y los actos de agresión son a menudo una manifestación de la manera con la que el adolescente ha buscado cómo lidiar con su dolor emocional y la disfunción sistémica, conductas autodestructivas que no son síntomas sino más bien el resultado de un negligente apoyo familiar y métodos de crianza. Durante la adolescencia estas conductas actúan como un “acting out”, definido desde el Enfoque Sistémico como una forma de comunicación no verbal con un mensaje dirigido a la dinámica del sistema interpersonal. Es decir que, estos funcionan como una expresión del malestar y conflictos personales puestos en escena por medio de acciones, expresados como una forma de escape de un entorno intolerable. La falta de límites claros y consistentes, una característica de la disfuncionalidad familiar también contribuye a que los adolescentes desarrollen un inadecuado autocontrol, así mismo, cuando hay una desconexión emocional con los padres esta misma puede llevar a que el adolescente, dentro de su entorno, especialmente con sus pares comience a buscar validación, siendo propenso a relacionarse con grupos problemáticos que potencien la conducta disruptiva.

Manifestaciones psicoemocionales comunes del adolescente en una familia disfuncional

La familia cumple un rol determinante dentro del desarrollo psicológico y emocional de los adolescentes. Por lo que, cuando este sistema presenta disfuncionalidades tal como la negligencia, el abuso, la comunicación deficiente y roles o límites confusos, se pueden generar heridas profundas en quienes conviven en ese entorno, especialmente durante la adolescencia. Según el médico canadiense Mate (2011) conocido por su trabajo en *el campo del trauma y el desarrollo infantil*, sostiene que: “Gran parte de lo que llamamos personalidad no es un conjunto fijo de rasgos, sino mecanismos de afrontamiento que una persona adquiere en la infancia” (p. 2). Es así como, esta cita cobra especial relevancia al analizar y enunciar las

manifestaciones emocionales más comunes en los adolescentes que conviven en un ambiente familiar disfuncional, cuyo impacto incluso puede trascender el plano emocional para instalarse también en el cuerpo y la conducta del adolescente a lo largo de su vida.

A continuación, se realizará el abordaje de las distintas manifestaciones psicoemocionales presentes en los adolescentes que se desenvuelven en un sistema familiar disfuncional. Primero, se encuentra como impacto más significativo la baja autoestima y de valor propio, en donde la crítica constante, la negligencia emocional o la comparación con otros puede afectar notablemente el valor personal. En consecuencia, los adolescentes que crecen en un ambiente donde sus logros no son reconocidos, o son desestimados, desarrollan una autopercepción negativa sobre sí mismos. Por lo que, se instaura en ellos una voz interna crítica que, en muchos casos, replica las mismas expresiones de desaprobación que viven en casa como puede ser “¿Por qué dijiste eso?” o “¿Qué pensarán de ti?”. De esta manera, se causa que el adolescente dude de sus capacidades e incluso, que pueda llegar a sentir que no merece amor o éxito, afectando su capacidad para tomar decisiones y confiar en su persona.

Como segunda manifestación, se evidencia el aumento del estrés y la ansiedad, debido a que los ambientes familiares que se encuentran marcados por el conflicto y el abuso exigen al adolescente a mantenerse en un estado de alerta constante para protegerse de posibles daños hacia su persona. Por lo mismo, este estado puede provocar una hiperactivación del sistema nervioso, generando una situación de tensión permanente ante la posibilidad de que “algo malo” ocurra. Esta carga emocional sostenida no sólo afecta el bienestar psicológico y emocional, sino que también repercute físicamente en forma de insomnio, dolores de cabeza, afecciones gastrointestinales e incluso enfermedades cardiovasculares. Un ejemplo de estas afecciones pueden ser las crisis o ataques de pánico, las cuales suceden por un nivel de ansiedad elevado y se presentan mediante episodios repentinos de miedo que pueden causar síntomas físicos como el ritmo cardíaco acelerado, dificultad para respirar, sudoración, temblores,

dolor en el pecho, mareos, náuseas o una sensación de mareo o entumecimiento.

Una tercera manifestación emocional habla del trauma emocional y psicológico. Este es derivado de ambientes familiares tóxicos en los que predomina la manipulación psicológica, emocional o el abuso físico. Existen tres tipos de traumas que dejan una huella profunda en el adolescente y que pueden perdurar hasta la edad adulta. El primero es el *Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)*, en el que se presentan síntomas como flashbacks, hipervigilancia, entumecimiento emocional como también pesadillas. El segundo, es la *depresión*, donde se vive la dificultad para regular emociones como la tristeza o la ira, acompañada de una sensación de vacío persistente. Por último, se habla también de la *dificultad para controlar las emociones*, en donde la falta de contención emocional durante el desarrollo impide que el adolescente aprenda formas sanas de expresar y gestionar su mundo afectivo.

Como cuarta manifestación, se presentan los mecanismos de afrontamiento deficientes. Estos mecanismos se reconocen como estrategias desadaptativas que los adolescentes desarrollan producto del entorno disfuncional. Dentro de estos, se puede encontrar el abuso de sustancias ilícitas, la autolesión o comportamientos compulsivos como la adicción a la tecnología, las compras o los estudios. De acuerdo con Mate (2011) en su libro *“En el reino de los fantasmas hambrientos: Encuentros cercanos con la adicción”*, dice que: *“El intento de escapar del dolor es lo que crea más dolor”*, resaltando que, aunque no todos los mecanismos de afrontamiento deficientes provienen del trauma, muchos tienen su origen en experiencias dolorosas no resueltas. Por lo que, la evitación, el retraimiento emocional o el intento constante de complacer a los demás por sobre su propio bienestar hablan de conductas de afrontamiento que afectan el desarrollo psicoemocional de los adolescentes.

La quinta manifestación, habla de la salud física deteriorada, por lo que es importante conocer que sí, el impacto en la salud de los adolescentes también es significativo. Es así como, se debe conocer que el cuerpo

reacciona al estrés crónico con síntomas que se pueden comprender como resultado de dinámicas familiares disfuncionales. Por lo que, el dolor crónico como los dolores de cabeza, el debilitamiento del sistema inmunológico, los trastornos digestivos como el síndrome del intestino irritable, y los trastornos del sueño son consecuencias frecuentes. Estas manifestaciones somáticas son expresiones del malestar emocional no tramitado y evidencian cómo el ambiente de un entorno familiar disfuncional puede deteriorar progresivamente la salud íntegra de los adolescentes.

Como última manifestación, es importante destacar la dificultad para encontrar una identidad personal estable. En base a lo mencionado en el capítulo anterior sobre los roles o jerarquías, es común que los adolescentes asuman roles asignados por el sistema familiar que restringen el desarrollo de su individualidad. Por lo que, estas “etiquetas” que se les imponen pueden acompañarlos hasta la adultez, dificultando la toma de decisiones de manera autónoma y la construcción de un proyecto de vida propio. En consecuencia, los afectados pueden desarrollar un sinsentido sobre sí mismos, pudiendo experimentar inseguridad, confusión y una constante búsqueda de validación externa.

Conductas de riesgo y regulación emocional del adolescente

Al abordar este tema, resulta relevante comprender que la adolescencia representa una de las etapas más complejas del desarrollo humano, debido a que se encuentra caracterizada por cambios profundos a nivel físico, psicológico, cognitivo, emocional y social. Es durante este periodo que los adolescentes se enfrentan a la construcción de su identidad, la necesidad de pertenencia y el deseo de autonomía, lo cual incrementa su vulnerabilidad ante la aparición de distintas conductas de riesgo. Así que, estas conductas pueden ser manifestadas a través del consumo de drogas o alcohol, violencia, embarazos no planificados, enfermedades de transmisión sexual, deserción escolar, entre otros. Por lo que, el entorno familiar como primer agente de socialización, desempeña un papel crucial en la protección o exposición del adolescente frente a estos riesgos.

Dentro del estudio realizado por Bolívar et al. (2019) titulado “*Funcionamiento familiar y conductas de riesgo en adolescentes: un estudio diagnóstico*”, donde la población eran adolescentes del Centro de Salud Fátima del Cantón Portoviejo, se evidenció que las familias extensas y ampliadas, y con más de tres hijos, presentaban mayores niveles de disfuncionalidad. Por lo que, esta situación presentó una mayor prevalencia de conductas de riesgo como el consumo de alcohol en un 32,07%; conductas sexuales inadecuadas con el 30,18%; y violencia intrafamiliar con 22,64%. Así, los resultados indican una clara relación entre la dinámica familiar, la falta de supervisión adecuada y la aparición de problemas en el comportamiento de los adolescentes. Concretando que, a medida que aumenta el número de integrantes y disminuye la calidad del vínculo entre ellos, se reduce la capacidad de contención emocional.

Desde el enfoque sistémico, se encuentra al autor Minuchin (1990) que plantea que el funcionamiento familiar adecuado necesita de límites claros, roles definidos y una jerarquía estable. En las familias disfuncionales, estos elementos suelen verse alterados, provocando confusión de roles, ausencia de autoridad o hipervigilancia desmedida. Estas alteraciones estructurales afectan directamente la autoestima y el sentido de pertenencia del adolescente, causando en él una percepción negativa de su entorno familiar. Por supuesto, a largo plazo esto puede provocar aislamiento, bajo rendimiento académico, relaciones interpersonales conflictivas y una inclinación hacia conductas de riesgo como un método de escape.

Por otro lado, se entiende que, durante la adolescencia las emociones se intensifican y aparecen con mayor frecuencia e intensidad, convirtiéndose en una variable clave de su desarrollo psicológico. De esta manera, se entiende por regulación emocional a la capacidad de identificar, comprender, modificar y expresar las propias emociones, resultando fundamental para la adaptación del adolescente a su entorno familiar y social. De acuerdo con Gratz et al. (2004) en su artículo “Evaluación multidimensional de la regulación y desregulación emocional: desarrollo, estructura factorial y validación inicial de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional”, explican que esta regulación no consiste en suprimir las emociones, sino en

monitorearlas conscientemente y actuar en coherencia con los objetivos personales. En este sentido, una regulación emocional adecuada contribuye a reducir el malestar, tomar mejores decisiones y evitar respuestas impulsivas ante situaciones difíciles. (p. 41-54)

Ahora bien, en el contexto de familias disfuncionales, la regulación emocional se ve gravemente comprometida. Estas familias que se caracterizan por vínculos deteriorados, mala comunicación y ausencia de contención emocional, impiden el correcto desarrollo de esta habilidad. Por esta razón, cuando el adolescente no recibe validación emocional ni aprende estrategias adecuadas para manejar sus emociones, puede recurrir a conductas de riesgo como las ya mencionadas, el consumo de alcohol, agresividad o evasión escolar. Es decir que, la desregulación emocional está estrechamente vinculada a comportamientos impulsivos y desadaptativos en esta etapa.

Cabe destacar que, la regulación emocional es un proceso que requiere mecanismos conscientes e inconscientes para valorar y modificar los estados afectivos. Sin embargo, estos mecanismos son aprendidos, en gran medida, dentro del entorno familiar, especialmente en los primeros años de vida. Por esto, cuando los padres o cuidadores no modelan ni enseñan habilidades para el manejo emocional, los adolescentes son más propensos a crecer con escasa claridad sobre sus emociones. En consecuencia, esta falta provoca un efecto directo sobre su salud mental y conducta social. (Kooze, 2009, 4-41)

Según el autor Linehan (1993), la desregulación emocional se manifiesta como una incapacidad para reconocer, tolerar o manejar adecuadamente los estados emocionales. Por lo que, en los adolescentes pertenecientes a familias disfuncionales, esto se traduce en respuestas emocionales extremas, impulsividad, dificultad para alcanzar metas y baja tolerancia a la frustración. Además, la falta de aceptación emocional, la dificultad para identificar emociones y conocimiento pobre sobre estrategias de regulación, contribuyen a la aparición de problemas como ansiedad, depresión y agresividad. Así que, estos factores no sólo afectan a nivel individual, sino

que también pueden deteriorar las relaciones interpersonales y aumentan el riesgo de exclusión social.

En este mismo marco, se encuentra el estudio de Ochoa (2021) titulado “*Funcionalidad familiar y su relación con la regulación emocional en adolescentes*”, y que señala que las familias caóticas favorecen la aparición de conductas desadaptativas. Es decir que, cuando en el hogar existe desorganización, ausencia de límites y relaciones conflictivas, el adolescente encuentra mayores dificultades para gestionar adecuadamente sus emociones. Debido a esto, se incrementa la exposición de este grupo hacia conductas de riesgo como las ya mencionadas. Por lo tanto, se evidencia la necesidad de intervenciones tempranas dentro del círculo familiar para prevenir estos desenlaces negativos.

Intervención desde la Terapia Familiar Sistémica: Pautas de abordaje

Una vez puntualizados los aspectos y situaciones que afectan el desarrollo psicoemocional de los adolescentes provenientes de una familia disfuncional, es necesario traer a colación algunas pautas de abordaje como intervención desde la Terapia Familiar Sistémica. Por lo que, revisando lo anteriormente expuesto, la Terapia Familiar Sistémica parte de la premisa de que el comportamiento individual está entrelazado con el sistema relacional del que forma parte. Así que, en este enfoque los adolescentes con dificultades en su desarrollo emocional o conductual no son considerados como individuos aislados, sino como expresiones de un desequilibrio sistémico en sus familias. De esta manera, el objetivo no es “corregir al adolescente”, sino transformar los patrones de interacción, los roles familiares y la estructura jerárquica para que el sistema familiar pueda adaptarse a las exigencias evolutivas de esta etapa. Es importante resaltar que esta terapia considera que todo lo que se crea en una relación, puede también ser reparado en ella, exponiendo la importancia de la intervención con toda la unidad familiar.

El autor Murray Bowen (1966) publicó su *Teoría Familiar de los Sistemas*, en la cual establece que la familia funciona como un sistema interdependiente en el cual un cambio en uno de los miembros afecta a los

demás. Es así como, Bowen identificó algunos conceptos clave que ya se han sido expuestos en capítulos anteriores, tales como la triangulación, el desarrollo emocional, la proyección familiar, la desconexión emocional, la oposición entre hermanos, entre otros. Estos elementos permiten entender cómo surgen los síntomas y cómo se mantienen dentro del sistema familiar, especialmente cuando un adolescente atraviesa una crisis. De acuerdo con Hayes (2022) en su artículo *Tratamiento de adolescentes: Un enfoque sistémico familiar*, enuncia que "(...) todos nos vemos afectados por nuestras familias; sin embargo, cada individuo también influye en toda la unidad familiar." (p. 2)

Por otro lado, se comprende que en la adolescencia los jóvenes enfrentan diversos retos que ponen en riesgo su correcto desarrollo psicoemocional. Por ello, todos los desafíos a los que se enfrentan pueden generar tensiones que todo el sistema familiar debería contener y acompañar. Así que, lejos de propiciar rupturas abruptas, la Terapia Familiar Sistémica fomenta una renegociación gradual de los vínculos parentales. Esto, tiene el objetivo de que el adolescente logre independizarse emocionalmente sin perder la conexión afectiva con sus figuras parentales.

Ahora bien, para conocer distintas formas de abordaje, es indispensable saber que, dentro del enfoque sistémico, existen varios tipos de terapia familiar que permiten intervenir según la dinámica de cada sistema, a continuación, se presentarán dos de los que resultaron más relevantes. El primero es la Terapia Estructural, la cual se centra en las jerarquías familiares, los límites entre subsistemas y las alianzas o coaliciones que fueron mencionadas a lo largo del capítulo 1. Esta, tiene como objetivo reorganizar la estructura familiar para permitir el crecimiento del adolescente, evitar intrincaciones o sobreprotección excesiva y fortalecer el subsistema parental. En el segundo, se encuentra a la Terapia Estratégica que se enfoca en modificar patrones de interacción disfuncionales mediante intervenciones dirigidas, prescripciones de tareas y estrategias paradójicas. Así, se evidencia la utilidad de este enfoque cuando se necesita romper ciclos rígidos que impiden el correcto desarrollo del sistema.

Por consiguiente, es momento de abarcar las pautas de abordaje para una intervención desde la Terapia Familiar Sistémica. Estas pautas deben partir de una evaluación diagnóstica integral del adolescente y su familia. Así que, el terapeuta se encarga de analizar la estructura familiar, el momento evolutivo del sistema, las formas de resolución de conflictos, la historia de relaciones significativas y las influencias del contexto social. Además, se observa detenidamente el proceso interactivo en sesión, detectando dinámicas relevantes como las coaliciones inadecuadas, evitación del conflicto, rigidez, sobreprotección o intrincación. Por lo que, con esta información se procederá a diseñar un plan de intervención que responda a las necesidades específicas del adolescente y del grupo familiar, apuntando siempre a la transformación del sistema, no sólo a la contención del síntoma.

Es así como, a partir del diagnóstico se emplean diversas técnicas sistémicas para intervenir directamente en los entornos familiares. La primera de ellas es la escenificación, que permite representar dentro de la sesión los conflictos reales de la familia, exponiendo patrones disfuncionales que pueden ser desafiados y reestructurados. Otra técnica es el establecimiento de límites, el cual es crucial para proteger la autonomía del adolescente y evitar triangulaciones perjudiciales, especialmente aquellas en las que el hijo se transforma en “chivo expiatorio”, según lo abordado en capítulos anteriores, de conflictos conyugales. Así mismo, se encuentra la técnica del desequilibrio jerárquico; este permite reforzar temporalmente a ciertos miembros del sistema, como el subsistema parental, sin anular la autoridad de ninguno de ellos. Como última técnica, está el reencuadre, que tiene como objetivo resignificar las conductas familiares y promover un cambio en los patrones de interpretación y respuesta de sus miembros.

Por otra parte, la Terapia Familiar Sistémica incorpora principios como la intensidad terapéutica y la búsqueda de competencias. De manera que, a través del uso del lenguaje emocional y repetitivo, el terapeuta logra romper con patrones de homeostasis familiar. Así mismo, se motiva a cada miembro de la familia a descubrir y desplegar nuevas formas de actuar que promuevan el cambio y el crecimiento. Por lo que, esta forma de abordaje no se limita al alivio del síntoma, sino que trabaja sobre el fortalecimiento del

sistema como un todo. Así, la familia puede convertirse en un recurso positivo para la transformación individual y grupal.

Ahora, es importante resaltar que en casos grave de conductas de riesgo de los adolescentes como las ya mencionadas en el capítulo anterior, ya sea delincuencia, violencia, fuga del hogar, deserción escolar o riesgo suicida; la intervención sistémica requiere de mayor firmeza y coordinación. Un ejemplo, se puede abordar con los adolescentes delincuentes, aquí la intervención buscará fortalecer la jerarquía parental y devolver la responsabilidad al joven. Por otro lado, dentro de familias violentas, se deberá trabajar con la definición de límites claros y flexibles, así como con la reconstrucción del respeto mutuo. Así que, la intervención tiene que adaptarse con sensibilidad, sin caer en soluciones generalizadas, partiendo siempre de lo específico que cada adolescente y familia necesitan.

Otra situación para abordar es cuando el adolescente ha huido del hogar. Aquí, el terapeuta debe generar alternativas reales dentro del sistema que hagan innecesaria la fuga como forma de afrontamiento. Por lo que, es imprescindible negociar entre padres e hijos nuevos acuerdos que permitan al adolescente expresarse sin temor y asumir sus responsabilidades progresivamente. No obstante, en contextos donde el adolescente viva una conducta suicida, el abordaje se dirige a evitar triangulaciones, reforzar el sentido de pertenencia y ayudarlo a asumir su realidad existencial con apoyo, pero sin sobreprotección. Así que, resulta necesario recalcar que estas intervenciones se complementan con el análisis del entorno social, el cual muchas veces influye profundamente en las decisiones del adolescente. La Terapia Familiar Sistémica considera que los adolescentes no tienen que cargar solos con la responsabilidad de su sufrimiento, pues este refleja tensiones y disfunciones compartidas por todo el sistema familiar. Por ello, el terapeuta no actúa como juez externo, sino como un agente que colabora desde dentro del sistema para introducir el cambio. De esta forma, las sesiones se convierten en escenarios donde se ensayan nuevas formas de relacionarse, se confrontan creencias limitantes y se construyen interacciones más saludables.

Para concluir, la intervención desde esta terapia en adolescentes necesita de un enfoque integral que combine la comprensión teórica, evaluación meticulosa y aplicación estratégica de las técnicas clínicas mencionadas. Los distintos tipos de Terapia Familiar Sistémica ofrecen recursos valiosos que pueden ser combinados según las necesidades del sistema familiar. Por lo que, más allá de reducir los síntomas, este abordaje busca transformar las relaciones familiares, restaurar el equilibrio y restaurar el desarrollo emocional saludable del adolescente. Así pues, la familia pasa de ser sólo el contexto del problema, para convertirse en el escenario principal para la solución.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

La metodología de este trabajo tuvo como propósito abordar de manera integral la influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. Así que, se optó por un enfoque cualitativo, el cual permitió explorar adecuadamente las experiencias y percepciones de los adolescentes dentro de su contexto familiar. En este sentido, se eligió un paradigma interpretativo que hizo posible analizar los aspectos subjetivos del tema, atendiendo a las vivencias particulares de este grupo. Asimismo, la recolección de información se basó en una revisión bibliográfica, en la que el investigador funcionó como principal instrumento de interpretación y análisis de los datos obtenidos.

Enfoque

El presente trabajo fue realizado a partir del enfoque de investigación cualitativo. De acuerdo con Sampieri et al. (2006) en su libro titulado *“Metodología de la investigación”*, explicó que: “La investigación cualitativa se enfoca en comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto.” (p. 358). En este sentido, la esencia del enfoque consta en el análisis de la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, abarcando sus puntos de vista, interpretaciones y significados. Por lo que, se permitió examinar de forma sistemática el impacto de una estructura familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. Por ello, el enfoque cualitativo resultó pertinente para comprender cómo estas dinámicas afectan su bienestar psicológico y emocional.

Paradigma

El paradigma seleccionado es el interpretativo. Según Santos (2010) en su texto titulado “*¿Cómo se pueden aplicar los distintos paradigmas de la investigación científica a la cultura física y del deporte?*”, enunció que: “En él no se pretende hacer generalizaciones a partir del objeto estudiado. Dirige su atención a aquellos aspectos no observables, no medibles, ni susceptibles de cuantificación (...) interpreta y evalúa la realidad, no la mide.” (p. 5). Es decir que, se priorizó la comprensión de la realidad desde la perspectiva de las personas involucradas, por lo cual, no buscó generalizar resultados, sino explorar aspectos subjetivos como las creencias, significados y motivaciones, las cuales no se pueden medir numéricamente. También, reconoció que el investigador influye en el proceso y que no se puede separar a las personas de su entorno. Este paradigma fue particularmente relevante para este estudio, ya que permitió explorar cómo los adolescentes experimentan y perciben la disfuncionalidad en su entorno familiar, así como su influencia en las emociones y el pensamiento. Es así como, se logró enfocar más en las vivencias, creencias y sentimientos expresados por los mismos, más allá de lo que pueden mostrar las cifras. Además, se consideró que el contexto social y familiar en el que se desarrollan afectan directamente a su experiencia personal, lo que ofreció una comprensión profunda del efecto que estas dinámicas tienen en su desarrollo psicoemocional.

Método

Por otro lado, el método descriptivo resultó el más adecuado para este trabajo. Según Sampieri et al. (2006), explicó que: “Los estudios descriptivos buscan especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población.” (p. 92). En otras palabras, este método permitió mostrar cómo se presentan ciertas situaciones, enfocándose en describir las características y detalles de personas, grupos, lugares, procesos u objetos. De esta manera, se reúne información para poder ofrecer una imagen clara y detallada de lo que se estudió. Así que, se escogió el método descriptivo porque permitió mostrar

con detalle cómo se manifestaban las dinámicas familiares disfuncionales y de qué manera se reflejaban en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. Además, al enfocarse en describir las características y comportamientos presentes, ayudó a identificar los patrones que influían en su bienestar emocional.

Técnicas de recolección de información

Como técnica de obtención y recolección de datos, se realizó una revisión bibliográfica que permitió explorar documentos legales y vigentes para determinar la influencia de una familia disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. De esta manera, se han recolectado seis artículos de distintos autores como Gallego, Aguirre, Zambrano, entre otros más, que aportaron de manera significativa al presente trabajo. De acuerdo a Coral (2016) en su texto *“Hacer una revisión bibliográfica”*, explicó que: “Una revisión bibliográfica es un análisis de documentos acerca de un tema que se está rastreando. Presenta la información publicada sobre un tema y plantea una organización de ese material de acuerdo con un punto de vista.” (p. 1). Por esta razón, esta técnica permitió analizar y organizar la información publicada sobre la temática de este trabajo, siguiendo un enfoque claro y acorde con los objetivos de la investigación. Así que, al revisar documentos y estudios, se pudo seleccionar y ordenar la literatura relevante, lo que facilitó comprender mejor el tema desde una perspectiva estructurada. Por ende, se generó una base sólida que guio la interpretación de los datos en el trabajo.

Instrumentos

En la misma línea, el investigador actuó como principal instrumento para obtener y analizar los datos provenientes de la revisión bibliográfica. Por lo que, no sólo recopilaron la información, sino que también formaron parte activa del proceso al interactuar directamente con los documentos de los autores y su entorno de estudio. De acuerdo con Sampieri et al. (2006), enunció que: “Sí, el investigador es quien, mediante diversos métodos o técnicas, recoge los datos (...). No sólo analiza, sino que es el medio de obtención de la información.” (p. 397). Este instrumento indica que el

investigador no sólo se encargó de la interpretación de los datos, sino que también fue el medio a través del cual se obtuvieron, haciendo de su rol fundamental para toda la investigación. La participación activa del mismo, permitió captar detalles verbales y no verbales que aportaron significativamente a la comprensión del tema estudiado. De esta manera, la profundidad de la información dependió en gran medida de la sensibilidad, experiencia y perspectiva del investigador durante todo el proceso metodológico. El investigador como instrumento es relevante para el presente trabajo, no sólo porque recopiló información importante sobre la influencia de la dinámica familiar en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes, sino que también interpretó y analizó los datos desde una posición reflexiva y activa.

CAPÍTULO V

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Ahora bien, luego de haber realizado la técnica de revisión bibliográfica para recolectar información relevante al tema proveniente de diferentes autores, se logró ubicar cinco documentos que abarcan tanto la dinámica familiar disfuncional, como también el desarrollo psicoemocional en la adolescencia. Esto fue realizado desde el enfoque sistémico. Por lo que, la finalidad fue conseguir responder a la pregunta general planteada con relación a la influencia de esta dinámica familiar en el desarrollo psicológico y emocional de los adolescentes. A continuación, se presentan los autores y sus aportes.

En primer lugar, se encontró a Chávez (2020) en su estudio titulado *“Familia disfuncional y el impacto psicosocial en un adolescente”*, en donde explicó que “La disfuncionalidad familiar es el incumplimiento de las características dadas por la sociedad de lo que es una familia (...) se puede ver afectado psicológica y socialmente, ya que la familia es el contexto o núcleo fundamental en su desarrollo.” (p. 1). De esta manera, la autora reconoció que la familia es el primer espacio de socialización y desarrollo, en donde el adolescente debe encontrar apoyo y estabilidad. Asimismo, expuso que la inestabilidad emocional dentro del sistema familiar puede transformarse en un factor de riesgo, cuando se limita la seguridad y contención que debería brindar. Por lo tanto, se reforzó la idea de que las manifestaciones emocionales no surgen de manera aislada, sino que reflejan un sistema familiar disfuncional que condiciona su desarrollo psicoemocional.

En segundo lugar, la autora Herrera (1997) en *“La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud”*, explicó que “Se considera una familia funcional cuando las tareas o roles asignados a cada miembro están claros y son aceptados por estos (...). La familia se hace disfuncional cuando no se respeta la distancia generacional, cuando se invierte la jerarquía y cuando la

jerarquía se confunde con el autoritarismo.” (p. 591). Es así que, se comprendió que una familia se considera funcional cuando cumple con la flexibilidad en sus reglas y roles, ya que esto permite resolver los conflictos de manera más sana. Sin embargo, expuso que, cuando las funciones se vuelven rígidas o hay una confusión de jerarquías, la dinámica familiar se vuelve disfuncional. Por lo que, se resaltó que el respeto a la distancia generacional y complementariedad de los roles ayudan a que todos los integrantes puedan desarrollarse y no perder la armonía del grupo. Así que, la conexión entre el artículo y este trabajo se evidenció en cómo la falta de flexibilidad en los vínculos familiares puede afectar directamente a los adolescentes, haciéndoles experimentar inseguridad, desconfianza y dificultades emocionales.

En tercer lugar, la autora Corona (2018) en *“Las alianzas familiares”*, expresó que “Una alianza es la unión y el apoyo mutuo que se dan, entre sí, dos personas. Por el contrario, la coalición es la unión de dos miembros contra un tercero.” (p. 1). Por esto, se evidenció que una alianza es cuando dos personas se apoyan y comparten intereses en común, generando vínculos en la relación familiar sin excluir a ningún miembro; sin embargo, una coalición se observa cuando dos miembros se unen contra un tercero, generando exclusión y desequilibrio en el sistema. Por lo que, relacionándolo con el trabajo, estos conceptos resultaron importantes para mostrar como las alianzas y coaliciones juegan como recurso positivo o negativo en la dinámica familiar, provocando que, cuando un adolescente queda en medio de estas situaciones, pueda experimentar tensión, inseguridad y confusión emocional, afectando a la manera en la que construye sus propios vínculos.

En cuarto lugar, los autores Bolívar y López (2019) con *“Funcionamiento familiar y conductas de riesgo en adolescente: Un estudio diagnóstico”* señalaron que “El adolescente atraviesa por constantes cambios psicológicos, sociales y culturales que la sociedad exige. La crisis del ciclo vital, el paso de la niñez a la adolescencia, se presentan debido al cambio en las respuestas emocionales de cada uno de los integrantes de la familia.” (p. 142). Asimismo, explicaron que el sistema familiar tiene su función a través de los subsistemas, en los cuales tienen que existir límites claros y distintos

niveles de poder. Por esto, cuando los límites se respetan y la familia sabe acompañar adecuadamente, el adolescente goza de conductas positivas y de una buena contención en su desarrollo. Por el contrario, cuando existe confusión en los roles o hay rigidez en el sistema, aparecen conflictos que involucran de manera especial a los adolescentes. Ahora bien, lo que estos autores plantean resulta fundamental por mostrar cómo las crisis familiares y la falta de organización dentro del hogar pueden transformarse en un factor de riesgo para los adolescentes, perjudicando a su estabilidad emocional y sentido de pertenencia.

En quinto lugar, la autora Antolínez (1991) en su artículo "*Comunicación familiar*", dijo sobre los patrones de interacción disfuncionales en la comunicación de la familia que "Las causas para que se mantengan patrones de comunicación inefectivos tienen su raíz en la vida emocional de la familia, de la imagen que uno toma del otro, de temor y ansiedad no manifiestos por la serie de ideas y fabulaciones que elaboran." (p. 45). Es así que, la autora explicó que, muchas veces, los miembros de la familia optan por guardar silencio y no compartir sus verdaderas emociones, esto puede ser debido al temor al rechazo, a la distancia o incluso a herir al otro. Sin embargo, es necesario reconocer que este silencio es lo que mantiene los conflictos sin resolver, generando tensiones permanentes en sus relaciones. Por lo que, estableciendo una conexión con el presente trabajo, se logró afirmar que los patrones de comunicación disfuncionales afectan a la dinámica familiar y provoca dificultad para que los adolescentes construyan vínculos sanos fuera de su hogar.

De esta manera, luego de haber presentado y analizado los distintos estudios con relación a la temática de este trabajo, se evidenció que la dinámica familiar disfuncional influía de manera significativa en el desarrollo psicoemocional del adolescente. Así que, los autores estudiados coincidieron en que la familia es el primer sistema de socialización en donde el adolescente debe sentir apoyo, empatía y seguridad para beneficiar su desarrollo, pero cuando se rompen los límites, se confunden los roles y la comunicación se distorsiona, surge la disfuncionalidad y las relaciones se llenan de tensiones y alianzas negativas. Esto, afectaba directamente la

autoestima, la capacidad de regulación emocional y las habilidades sociales del adolescente. También, se observó que el mismo, internalizaba los patrones relacionales y las jerarquías familiares, reproduciéndolos en sus vínculos externos, lo que podría generar un ciclo de relaciones disfuncionales. Es así como, desde la Terapia Familiar Sistémica, esta influencia se interpretaba como el resultado de interacciones repetitivas y roles familiares que moldeaban su identidad y estrategias emocionales.

Es así que, para responder la primera pregunta de investigación, Chávez (2020) señaló que cuando una familia deja de cumplir con sus deberes como núcleo de apoyo y contención, se convierte en un espacio inestable que, sin duda alguna, afecta al adolescente. En la misma línea, Herrera (1997) explicó que una familia tiene un buen funcionamiento cuando los roles y reglas son claras y flexibles, pero en el momento en que estos roles se vuelven rígidos, las jerarquías se confunden o se invierten. A esto, se suma Corona (2018), la cual diferenció entre las alianzas y coaliciones, mostrando que, mientras que las alianzas fortalecen los vínculos, las coaliciones generan exclusión y desequilibrio en las relaciones entre los miembros. Por otro lado, Antolínez (1991) destacó que, muchas veces, los problemas de comunicación se mantienen porque la familia decide no compartir sus emociones por miedo al rechazo u otras razones, lo que crea ambientes llenos de tensión. Así, se muestran que las familias disfuncionales se caracterizan por patrones rígidos, confusos y poco comunicativos que, desde el Enfoque Sistémico, se entiende como ciclos que se repiten y refuerzan la misma disfunción, lo que limita al adolescente en la construcción de relaciones seguras y protectoras.

En cuanto a la segunda pregunta de investigación, Bolívar y López (2019) recordaron que la adolescencia es una etapa de muchos cambios tanto en lo emocional, físico, psicológico, social y cultural, por lo que la familia debería ser la acompañante para enfrentar estos desafíos. Sin embargo, cuando los límites familiares son difusos o muy estrictos, el adolescente vive con inseguridad y carga con conflictos que no le corresponden. Chávez (2020) también subrayó que esta inestabilidad convierte al hogar, en un factor de riesgo, ya que el adolescente no encuentra allí la seguridad o protección que

necesita. A la mano, lo dicho por Antolínez (1991), en donde mostró que los problemas de comunicación provocan que muchos adolescentes no hablen de sus problemas, refugiándose en el silencio. De esta forma, se comprende que las manifestaciones psicoemocionales más frecuentes en los adolescentes son la baja autoestima, las dificultades para manejar sus emociones, la tristeza persistente y, en muchos casos, la sensación de soledad incluso dentro de su propia familia.

Finalmente, respecto a la tercera pregunta de investigación, los aportes de Herrera (1997) y Bolívar y López (2019), dejaron en claro que los subsistemas familiares, como el conyugal, el fraternal o el parental, marcan de forma decisiva la experiencia emocional del adolescente. Por lo que, cuando los roles están claros y las jerarquías son respetadas, el adolescente encuentra un lugar seguro para desarrollarse. Pero, al contrario, cuando esos límites se confunden o se invierten, los adolescentes terminan asumiendo papeles que no les corresponden, generando una sobrecarga emocional que afecta su desarrollo. También, Corona (2018) mostró como las coaliciones refuerzan la tensión, dejando al adolescente en el medio de conflictos que no pueden resolver. De esta manera, se observa que los subsistemas familiares no sólo organizan la vida en el hogar, sino que también influyen en cómo los adolescentes construyen su identidad, regulan sus emociones y se relacionan con los demás.

Para concluir, los autores estudiados reforzaron la idea de que la familia disfuncional no sólo condicionaba el desarrollo psicoemocional del adolescente, sino que también configuraba su manera de afrontar la vida y construir relaciones interpersonales. Las dinámicas internas, marcadas por patrones relacionales rígidos o caóticos, la comunicación deficiente y la carencia de afecto, establecían un entorno donde el adolescente aprendía estrategias emocionales poco saludables. Desde la Terapia Familiar Sistémica, cada interacción y cada rol asumido por el adolescente dentro del sistema tenía un efecto acumulativo en su identidad y en su bienestar psicológico u emocional. Por lo cual, se comprende que la intervención terapéutica debía considerar tanto al individuo como a las interacciones familiares que lo moldean.

CONCLUSIONES

En el presente trabajo de titulación se concluye que, de acuerdo a los objetivos establecidos, la dinámica de una familia disfuncional tiene una fuerte influencia en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes. Cuando una familia no funciona de forma correcta, es decir, tiene una comunicación limitada, roles difusos, límites aplicados de forma inadecuada y una interacción entre los miembros de la familia con tratos que atentan a la integridad y con dinámicas violentas, el adolescente es propenso a tener una mayor vulnerabilidad emocional. En el adolescente se refleja una personalidad insegura, llena de dificultades para la construcción de una identidad y con síntomas como ansiedad, depresión y baja autoestima. Mediante el primer objetivo, se determina que, entre las principales características de las familias disfuncionales, se encuentran patrones relaciones que se manifiestan de diversas formas, como comunicación deficiente, violencia verbal o física, hasta roles rígidos y límites inadecuados. Así, dichos patrones se van formando a lo largo de la historia familiar, de manera no intencionada, como una forma para sostener su propia inestabilidad, ocultado un trasfondo de tensión y teniendo repercusiones en los adolescentes, limitándolos en su desarrollo psicoemocional. El control excesivo dentro de los patrones puede provocar resentimiento y demás emociones negativas, al igual que el favoritismo o relaciones donde no todos los miembros se sientan tomados en cuenta. Es importante reconocer sus modos de interacción, ya que esta se replica entre generaciones y, al no identificarlos, puede llegar a naturalizarse en las dinámicas familiares.

En el segundo objetivo, se logra explicar las interacciones entre los subsistemas de la familia y su impacto en la vivencia emocional de los adolescentes. Se explica la creación de alianzas, coaliciones o triangulaciones dentro del sistema. La formación de estas diferentes dinámicas no necesariamente marca una disfuncionalidad, sino que pueden llegar a permitir al desarrollo psicoemocional evitando la exclusión de miembros y que estos consigan apoyarse de manera mutua, promoviendo

una mejor estabilidad emocional por medio de interacciones abiertas, recíprocas y sanas. Así mismo los diferentes subsistemas, conyugal, parental y fraternal repercuten en la estabilidad emocional del adolescente, este es su núcleo central, del cual aprende a medida que va interactuando con cada subsistema o puede ser el depósito de los conflictos de aquellos subsistemas que no funcionan de forma correcta. Se demuestra que el desarrollo de habilidades y la capacidad de los elementos familiares para mantener subsistemas tiene un impacto significativo en la vivencia emocional de los adolescentes.

En el tercer objetivo se identificaron las manifestaciones psicoemocionales en los adolescentes, estas se hacen presentes por medio de confusiones emocionales, ansiedades, depresión, e incluso conductas de riesgo. La falta de un apoyo emocional adecuado repercute en la elaboración de su identidad e incluso en la forma de interacción social con aquellos fuera de su sistema familiar. Cabe mencionar que, desde la perspectiva de la Terapia Sistémica Familiar, las manifestaciones no deben ser vistas como síntomas o fallas individuales del adolescente, sino más bien como el resultado de expresiones de una dinámica familiar inestable. Por lo que, abordar la comprensión de los patrones de la familia permite la búsqueda de una mejor cohesión entre miembros, al mismo tiempo que desplaza la mirada del adolescente como el causante de la inestabilidad e interacciones disfuncionales y dañinas.

La dinámica familiar no es únicamente la forma en la que los miembros de este sistema se relacionan, viene a ser también un proceso o un medio por el cual los adolescentes, consiguen herramientas para hacerle frente a las diversas situaciones de su entorno. La adolescencia es una etapa llena de cambios y desafíos, tanto a nivel personal como en lo social, en la cual se manifiestan diferentes situaciones en las que el individuo va desarrollándose en su propia identidad. La búsqueda de un mejor enfoque por medio de la Terapia Sistémica Familiar, brinda una vía para la formación de la identidad y del sano desarrollo psicoemocional. El aprender a reconocer patrones relacionales inestables ayuda no únicamente al adolescente, sino también a los demás integrantes del sistema por medio de una reorganización positiva

y dando un nuevo significado sobre la familia y su importancia, siendo el elemento que brinda protección y fortaleza.

REFERENCIAS

- Aguilera, N. (2024). Funcionalidad familiar y habilidades sociales en adolescentes. *Revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, Vol. 5(Nº. 5), 1-15.
- Aguilera, N. (2024). Funcionalidad familiar y habilidades sociales en adolescentes. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, Vol. 5(Núm. 5), 743 – 757.
- Aguirre, M., & Zambrano, J. (2021). Familia disfuncional y el deterioro de la salud psicoemocional. *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, Vol 7(núm. 4), pp. 731-745.
- Allen, B., & Helen, W. (2019). *Etapas de la adolescencia*. Obtenido de American Academy of Pediatrics: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- Amara, G. (1993). EL ADOLESCENTE Y LA FAMILIA. *PERFILES EDUCATIVOS*, 60.
- Antonílez, B. (1991). COMUNICACION FAMILIAR. *AVANCES EN ENFERMERIA*, Vol. IX(No. 2), 37-48.
- Arias, W. (2012). ALGUNAS CONSIDERACIONES SOBRE LA FAMILIA Y LA CRIANZA DESDE UN ENFOQUE SISTÉMICO. *Rev. psicol. Arequipa*, 2(1), 32-46.
- Bolívar, F., & López, A. (2019). FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y CONDUCTAS DE RIESGO EN ADOLESCENTES: UN ESTUDIO DIAGNÓSTICO. *Revista Cognosis*, Vol. IV(Número 4), 139-148.
- Bustamante, K., Luzuriaga, A., Rodríguez, E., & Espadero, G. (2022). Desarrollo psicológico del adolescente: una revisión sistemática. *Pro*

Sciences: Revista De Producción, Ciencias E Investigación, Vol. 6(No. 42), 389-398.

Carter, E., & McGoldrick, M. (1989). *The Changing family life cycle : a framework for family therapy*. Boston: Boston : Allyn and Bacon.

Chavez, M. (2020). *FAMILIA DISFUNCIONAL Y EL IMPACTO PSICOSOCIAL EN UN ADOLESCENTE*. BABAHOYO: UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO.

Clarke, J. (2024). *How Narrative Therapy Works*. Obtenido de Verywellmind: https://www.verywellmind.com/narrative-therapy-4172956?utm_source=chatgpt.com

Compañ, V., Feixas, G., Muñoz, D., & Montesano, A. (2012). Dentro del recorrido histórico, es necesario iniciar con la presentación del origen y la evolución de esta terapia. La Terapia Familiar Sistémica se basa en la Teoría General de los Sistemas (TGS), la cual fue formulada por el biólogo Ludwig Von Bertalanf. *Universitat de Barcelona Departament de Personalltat, Avaluació Tractament Psicològics*, 2-6.

Coral, D. (2016). *HACER UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA*. Bogotá: Universidad El Bosque.

Cordero, T. (2019). Influencia de los Factores Psicosociales en la conducta impulsiva de los adolescentes. *UNEMI, Vol. 4*(Núm. 6), 39-51.

Corona, M. (2018). *Las Alianzas Familiares*. Obtenido de Maribel Corona acompañamiento psicológico: <https://www.psic-maribelcorona.com/post/las-alianzas-familiares>

Eguiluz, L., Robles, A., Rosales, J., Ibarra, A., Córdova, M., Gómez, J., & González-Celis, A. (2003). *Dinámica de la familia: Un enfoque psicológico sistémico*. México: Pax México. Obtenido de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=qY2ngOIP88gC&oi=fnd&pg=PR7&dq=que+es+un+adolescente+teoria+sistemica&ots=NJ1MB3h8oA&sig=URQnydE-7KJ_kKcuxVOvPzAnUgY#v=onepage&q&f=false

- Espina, A. (1987). *UN MARCO SISTEMICO-FAMILIAR PARA LA COMPRENSIÓN Y SOLUCIÓN DE LOS PROBLEMAS AFECTIVOS Y SOCIALES DE LOS NIÑOS QUE VIVEN EN HOGARES SUSTITUTIVOS*.
- Gallego, A. (2012). Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*(núm. 35), pp. 326-345.
- García, D. (2021). Funcionamiento familiar y ansiedad estado-rasgo en adolescentes. *Journal of Neuroscience and Public Health, Vol. 1* (Núm. 1), 19-26.
- Grandez, J., & Rengifo, P. (2023). *Hijos de Familias Disfuncionales vs Hijos de Familias Funcionales*. TARAPOTO – SAN MARTÍN : ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA “TARAPOTO”.
- Hayes, H. (2022). *Adolescent Treatment: A Family Systems Approach*. Obtenido de Heather R. Hayes: <https://heatherhayes.com/adolescent-treatment/>
- Herrera, P. (1997). La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral, v.13(n.6)*, p. 591-595. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21251997000600013&script=sci_arttext
- Inefso. (2023). *¿Cómo tratar las Dinámicas Familiares Disfuncionales desde la Terapia Familiar?* Obtenido de Instituto Español de Formación Social: <https://www.inefso.com/como-abordar-dinamicas-familiares-disfuncionales-desde-la-terapia-familiar/>
- Irueste, P., Guatrochi, M., Pacheco, S., & Delfederico, F. (2020). *Nuevas configuraciones familiares: tipos de familia, funciones y estructura familiar*. México: Facultad de Psicología, UNC.
- Jiménez, A., Maldonado, M., Rodríguez, J., & Ortiz, A. (2022). Familias y parejas: análisis histórico de publicaciones desde la perspectiva del

enfoque sistémico relacional. *Revista Puertorriqueña de Psicología, Volumen 33*(Número 1), 94-113.

Losada, A., & Faga, M. (2022). La terapia narrativa como intervención en jóvenes víctimas de abuso sexual infantil. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos, Vol. 26*(Nro. 1), 22-52.

Mardones, R., & Escalona, E. (2020). ADOLESCENTES EN TERAPIA. INTERVENCIÓN DESDE EL ENFOQUE SISTÉMICO. *Ajayu, Vol. 18*(Nº 2), 280-311.

Mendizábal, J., & Anzures, B. (1999). La familia y el adolescente. *REVISTA MEDICA DEL HOSPITAL GENERAL, Vol. 62*(Núm. 3), pp 191 - 197.

Nicholas, R. (2011). *Cambios emocionales en los adolescentes*. Obtenido de CDC:
<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html>

Ñato, A. (2022). *ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LAS RELACIONES INTRAFAMILIARES COMO FACTOR CAUSAL DE LA CONDUCTA DE LOS ADOLESCENTES INFRACTORES*. Quito: UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA.

Ochoa, I. (1995). *ENFOQUES EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA*. Barcelona: Herder.

Ochoa, L. (2021). *FUNCIONALIDAD FAMILIAR Y SU RELACIÓN CON LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES*. Arequipa, Perú: Universidad Católica de Santa María.

Pacherre, L. (2025). Ansiedad rasgo-estado en adolescentes y jóvenes: una revisión sistemática. *Revista en Ciencias de la Educación y Ciencias Jurídicas, Volumen 5*(No. 10), Páginas 383 - 402.

Palacios, X. (2019). Adolescencia: ¿una etapa problemática del desarrollo humano? *vol. 17*, 5-8.

- Paladines, M., & Quinde, M. (2010). *RESUMEN*. Obtenido de Universidad de Cuenca Facultad de Psicología: <https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/1366c196-8396-4c28-862c-54aa542764fb/content>
- Plazarte, D., Moreira, J., & Cevallos, D. (2022). TIPOS DE FAMILIA Y SU INCIDENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA. *Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa (REFCaIE)*, Vol. 10(No. 1), 91-105.
- Preister, S. (1981). *LA TEORIA DE SISTEMA COMO MARCO DE REFERENCIA PARA EL ESTUDIO DE LA FAMILIA*.
- Puello, M., Silva, M., & Silva, A. (2014). Límites, reglas, comunicación en familia monoparental con hijos adolescentes. *Corporación Universidad de la Costa*, Vol. 10(No. 2), pp. 225-246.
- Pugliese, S. (2020). Vínculos familiares disfuncionales asociado al riesgo suicida en la adolescencia. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, Vol. 23(Núm. 1), 17-31.
- Quilca, A., & Tito, A. (2023). *FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE HUANCAYO-2023*. Huancayo – Perú: UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES.
- Ramos, A. (2024). *6 roles en las familias disfuncionales y sus características*. Obtenido de Angie Ramos: <https://angieramos.com/sanacion-emocional/roles-familias-disfuncionales/>
- Reátegui, V., & Urquiza, P. (2022). *Impulsividad y práctica del sexting en adolescentes*. Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado. Riobamba: UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO.
- RIPOLL, K., CARRILLO, S., & CASTRO, J. (2009). Relación entre hermanos y ajuste psicológico en adolescentes: los efectos de la calidad de la

relación padres-hijos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, vol. 27(núm. 1), pp. 125-142.

Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGRAW-HILL.

Sandra, R. (2024). *Cuando tú eres considerado «El Problema»: Señales de patrones familiares disfuncionales*. Obtenido de Sandra Ribeiro Centro de Psicología: <https://sandraribeiro.es/cuando-tu-eres-considerado-el-problema-senales-de-patrones-familiares-disfuncionales/>

Santiesteban, T. (2014). *Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad*. Cuba: CORREO CIENTÍFICO MÉDICO.

Trujano, R. (2010). TRATAMIENTO SISTÉMICO EN PROBLEMAS FAMILIARES. ANÁLISIS DE CASO. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, Vol. 13(No. 3), 87-104.

Ustariz, D. (2023). *INFLUENCIA DE LA FAMILIA EN LA SALUD MENTAL DEL ADOLESCENTE*. Bogotá D.C, Colombia: Universidad El Bosque.

Valenzuela, M., Ibarra, A., Zubarew, T., & Correa, L. (2013). Prevención de conductas de riesgo en el Adolescente: Rol de familia. *Index de Enfermería*, vol.22(no.1-2), pp.50-54. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962013000100011&script=sci_arttext

Vanegas, G., Barbosa, A., Alfonso, M., Delgado, L., & Gutiérrez, J. (2012). FAMILIAS MONOPARENTALES CON HIJOS ADOLESCENTES Y PSICOTERAPIA SISTÉMICA: UNA EXPERIENCIA DE INTERVENCIÓN E INVESTIGACIÓN. *Revista Vanguardia Psicológica*, Volumen 2(Número 2), 203-215.

Villareal, D., & Paz, A. (2015). TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA: UNA APROXIMACIÓN A LA TEORÍA Y LA PRÁCTICA CLÍNICA. *Revista de Avances en Psicología*, Vol 1(N° 1), 11-28.

Winfield, A. (2025). *The Impact of a Dysfunctional Family*. Obtenido de Mind Fully Well: <https://corkpsychotherapyandtraumacentre.ie/family/the-impact-of-a-dysfunctional-family/>

Yoel, S. (2010). ¿CÓMO SE PUEDEN APLICAR LOS DISTINTOS PARADIGMAS DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA A LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE? *Revista electrónica Ciencia e innovación tecnológica en el deporte*(Número 11), 2-10.



DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Nosotros, **Peláez Alvarado, Juan Carlos**, con C.C: # **0706844248** y **Villalta Paredes, Karen Denisse**, con C.C: # **0952575389** autores del trabajo de titulación: **La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la Terapia Sistémica** previo a la obtención del título de **Licenciado en Psicología Clínica** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaramos tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizamos a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 2 de septiembre de 2025

f. _____
Peláez Alvarado, Juan Carlos
C.C: 0706844248

f. _____
Villalta Paredes, Karen Denisse
C.C: 0952575389



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	La influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes desde la Terapia Sistémica.		
AUTOR(ES)	Peláez Alvarado, Juan Carlos Villalta Paredes, Karen Denisse		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Psic. CI. Cando Zapata, Juan Andrés, Mgs.		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Facultad de Psicología, Educación y Comunicación		
CARRERA:	Psicología Clínica		
TITULO OBTENIDO:	Licenciado en Psicología Clínica		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	2 de septiembre de 2025	No. DE PÁGINAS:	93
ÁREAS TEMÁTICAS:	Psicología Clínica, Terapia Sistémica Familiar, Adolescencia		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Dinámica familiar; disfuncionalidad; desarrollo psicológico; desarrollo emocional, adolescencia; familia.		
RESUMEN/ABSTRACT	<p>El presente trabajo tiene como objetivo analizar la influencia de la dinámica familiar disfuncional en el desarrollo psicoemocional de los adolescentes, abordado desde la perspectiva de la Terapia Familiar Sistémica. Para ello, se realizó una revisión bibliográfica que permitió identificar los principales patrones relacionales y de comunicación presentes en familias con dificultades, así como su impacto en la vivencia emocional de los adolescentes. Se comprendió que la adolescencia es una etapa de gran vulnerabilidad, en la cual el entorno familiar adquiere un papel fundamental como soporte o factor de riesgo. Por lo que, se resaltó que los adolescentes que crecen en familias disfuncionales suelen enfrentar problemas como la baja autoestima, ansiedad, depresión, dificultades en la regulación emocional y mayor predisposición a conductas de riesgo. Es así que, no sería correcto interpretar que estas problemáticas son sólo fallas individuales, sino que se presentan como resultado de un sistema familiar en desequilibrio que afecta a cada uno de sus miembros. Por esto, la Terapia Familiar Sistémica permite abordar estas dificultades desde una mirada relacional. Sólo así, se reconoce al adolescente como parte de un entorno familiar que necesita mejorar para generar un bienestar cada una de las personas que lo conforman. De esta manera, la importancia de este trabajo es lograr visibilizar cómo es necesaria la funcionalidad tanto para relaciones familiares, límites, roles y comunicación, aspectos que influyen de forma directa en la construcción de la identidad y la salud psicológica y emocional de los adolescentes. A partir de la teoría revisada, se busca contribuir con un aporte académico que motive nuevas reflexiones e intervenciones terapéuticas orientadas a fortalecer al sistema familiar y promover el bienestar integral de los adolescentes.</p>		
ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593-967967100 +593-989036714	E-mail: juan.pelaez01@cu.ucsq.edu.ec Karen.villalta@cu.ucsq.edu.ec	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE)::	Nombre: Martínez Zea Francisco Xavier, Mgs. Teléfono: +593-4-2209210 ext. 1413 - 1419 E-mail: francisco.martinez@cu.ucsq.edu.ec		
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA			
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):			
Nº. DE CLASIFICACIÓN:			
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):			