



Revista de Divulgación
Crisis y Retos en la Familia y Pareja

vol. 7 | no. 1 | 2025

Terapia Familiar Sistémica: 25 años de transformación y crecimiento en la práctica clínica

PRESENTACIÓN DEL NÚMERO



El Vol. 7 No. 1 de la Revista de Divulgación *Crisis y Retos en la Familia y Pareja* marca un hito significativo al celebrar el 25 aniversario de la Maestría en Psicología con Residencia en Terapia Familiar de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Durante un cuarto de siglo, esta residencia ha formado a numerosos profesionales comprometidos con la mejora de las dinámicas familiares y de pareja, adaptándose a las demandas sociales y culturales actuales.

El título de este número, *Terapia Familiar Sistémica: 25 Años de Transformación y Crecimiento en la Práctica Clínica*, refleja el impacto positivo de la terapia familiar sistémica en el bienestar y la salud mental de las personas. En este número, se presentan una serie de artículos que ilustran la evolución y los desafíos que enfrenta esta disciplina, escritos por tutores y académicos de la FES Iztacala.

Los artículos incluidos abordan una amplia gama de temas. Iniciamos con la sección de investigación, titulada *¿Ambiente seguro y libre de violencia en la universidad?* de la Dra. Laura Evelia Torres Velázquez, quien aborda la preocupante presencia de violencia en contextos educativos de posgrado; a través de entrevistas realizadas a estudiantes de maestría y doctorado en universidades públicas, se identificaron diversas formas de violencia normalizadas, con consecuencias que van desde malestar leve, hasta el abandono de estudios y la necesidad de terapia psicológica prolongada. La autora subraya la urgencia de implementar medidas que prevengan y erradiquen estas prácticas, promoviendo ambientes educativos más saludables y seguros para el estudiantado. Cabe señalar que esta investigación se realizó en diversos programas de maestría y doctorado de educación pública, por lo que quienes nos dedicamos a la docencia debemos reflexionar sobre nuestro quehacer en las aulas para promover entornos de aprendizaje seguros, particularmente para quienes nos encontramos en la residencia en terapia familiar, es un área de oportunidad para crear intervenciones de

salud emocional en estudiantes de posgrado.

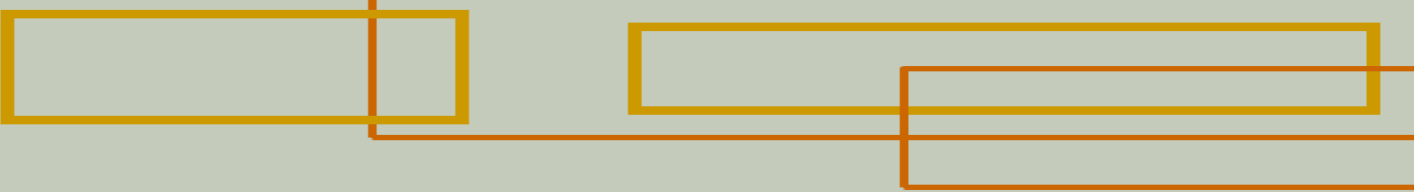
En la sección de análisis, encontramos cinco contribuciones que exploran algunas perspectivas terapéuticas. El primer artículo, de la Dra. Argelia Gómez Ávila titulado *¿Qué aporta la mirada del IFS al trabajo de externalización en la terapia narrativa?* nos invita a la integración del modelo IFS (Internal Family Systems), que propone combinar dos métodos, uno que ayuda a las personas a ver sus problemas como algo separado de ellas mismas, y otro que busca entender las razones positivas detrás de esos problemas, para lo cual la autora nos presenta ejemplos que aclaran cómo llevarlo a cabo; esta forma de trabajar permite descubrir nuevas maneras de ayudar a las personas a lidiar con sus dificultades y trabajar con mayor empatía. En el segundo artículo, *¿Cómo puede la perspectiva sistémica transformar el desarrollo comunitario en contextos vulnerables?*, la Mtra. Ligia Esther Torres Burgos, analiza cómo el deporte puede ser mucho más que actividad física, convirtiéndose en una herramienta para mejorar la vida de niños, jóvenes y sus familias en comunidades vulnerables, en donde los participantes desarrollan habilidades importantes para la vida, ayudando crear actitudes positivas y un sentido de bienestar en toda la comunidad. En esta misma sección, el Dr. Alexis Ibarra Martínez presenta una reflexión titulada *¿Cuáles son los retos que enfrentan las terapias relacionales?*, este texto resalta cómo la terapia familiar entiende los problemas de las personas situados en el contexto de sus relaciones y, a partir de su abordaje en la terapia, se producen los cambios necesarios para solucionar los problemas de quienes integran una familia o cualquier otro grupo. Esta forma de comprender y abordar las situaciones problemáticas implica cuestionar las perspectivas tradicionales en la terapia que

se centran en lo individual interno y dar el salto hacia una comprensión más amplia y compleja sobre el papel que juega lo relacional en el surgimiento y mantenimiento de conflictos y situaciones que producen sufrimiento.

Posteriormente, la Dra. Consuelo Rubi Rosales Piña presenta el artículo *Terapia de sesión única para el apoyo a personas que viven con VIH*, en su análisis resalta cómo la terapia de sesión única (TSU) puede ser un enfoque breve y efectivo para apoyar a personas que viven con VIH considerando su situación individual, los contextos en los que está inserto, como la familia, el trabajo y amigos, así como la influencia social y cultural, con lo que se logra una reflexión amplia sobre aquello que afecta o puede contribuir en su bienestar, identificando el papel que juegan factores como el género, la clase social y la identidad sexogenérica en la experiencia de vivir con VIH. La sesión única es un recurso terapéutico que permite fortalecer los recursos y redes de apoyo para mejorar la calidad de vida y la salud mental de quienes lo viven.

El último artículo de la sección de análisis, *¿Debe ser empleada la música en la terapia familiar?*, escrito por la Dra. Iris Xóchitl Galicia Moyeda, plantea cómo la música contribuye al bienestar psicológico de las personas y propone que, durante el proceso terapéutico, se utilice la música que cada consultante prefiere como parte de la evaluación de su problemática y también como un elemento que, en conjunto con otras técnicas propias de los enfoques de terapia familiar, puede contribuir a crear nuevas formas de ver y enfrentar los problemas.

En síntesis, estos cinco trabajos presentan diversas alternativas para abordar situaciones problemáticas para las personas y las familias. Nos invitan a ver los problemas desde otro punto de vista, entender las emociones a través de la música, usar el deporte para mejorar la vida



de comunidades con pocos recursos, y ayudar a quienes viven con VIH en una intervención amplia y breve e invitan a reflexionar sobre cómo las relaciones familiares influyen en el bienestar de todos. Cada propuesta busca plantear alternativas para resolver problemas y, al mismo tiempo, fortalecer a las personas y sus comunidades para que vivan mejor.

En la sección de entrevista, la Dra. Laura Edith Pérez Laborde, conversó con la Mtra. Ofelia Desatnik Miechimsky, quien responde a la pregunta clave: *¿Por qué vale la pena acudir a terapia familiar con enfoque sistémico?* La Dra. Pérez, fue alumna de la primera generación de la residencia en terapia familiar y actualmente es tutora y docente de la maestría; por su parte, la Mtra. Desatnik, es tutora, docente, fundadora de esa residencia, la cual coordinó durante 21 años. En esta entrevista se habla de cómo la terapia familiar ayuda a ver que los problemas de una persona no son solo suyos, sino que también afectan a su familia y sus relaciones. Deste este enfoque, las familias pueden hablar mejor, entenderse, encontrar soluciones juntos y cuidar sus relaciones; también, ayuda a decidir qué cosas son importantes para la familia y cómo mantener esos lazos fuertes, promoviendo un ambiente más constructivo y propicio para el desarrollo de todos los miembros de la familia y de la propia familia como grupo.


En la sección de recomendaciones, la Mtra. Ligia Esther Torres Burgos, aborda el tema *¿Qué impacto tiene la terapia de red en la construcción de apoyo comunitario y personal?* En este artículo se aborda un enfoque terapéutico grupal planteando cómo la Terapia de Red resulta una alternativa efectiva para mejorar el bienestar de las personas y que tiene como principio no centrarse en los problemas individuales, sino en la construcción de recursos relacionales que facilitan el

afrontamiento de los problemas. Como grupo terapéutico, la Terapia de Red promueve que los participantes se apoyen mutuamente, lo que permite incorporar diferentes perspectivas y amplía la comprensión de las situaciones en un contexto de mutua aceptación y acompañamiento. La autora resalta la importancia de construir una red de apoyo emocional y social como elemento fundamental del proceso de crecimiento personal y bienestar.

Este número de la revista refleja tan solo una pequeña parte del compromiso y dedicación de quienes han formado parte de la trayectoria de la Maestría en Terapia Familiar de la UNAM, FES Iztacala; a través de sus experiencias y reflexiones, el equipo docente resalta la importancia de comprender que los problemas no son solo individuales, sino que están profundamente conectados con las relaciones entre las personas, en cada contexto en el que insertan.

A partir de los artículos que se comparten en este número, la terapia familiar sistémica demuestra su poder transformador a través de diferentes propuestas que van desde la integración de nuevas prácticas como la música o el deporte y la comprensión de la terapia como un proceso que puede ser breve pero efectivo, hasta la reflexión sobre el papel de las experiencias colectivas de terapia en el afrontamiento de situaciones de crisis. Estos enfoques innovadores no solo permiten una mejor comprensión de los problemas, sino que también facilitan la creación de soluciones sostenibles y adaptativas que responden a las necesidades de las personas en distintos contextos.

Al celebrar los 25 años de la Maestría en Terapia Familiar, reafirmamos el impacto positivo de este campo en la práctica clínica y en la sociedad. Estos artículos nos invitan a mirar hacia el futuro con optimismo,



reconociendo que la terapia familiar sistémica sigue evolucionando, adaptándose a nuevos desafíos y aportando valiosas herramientas para el crecimiento personal y colectivo. Con cada avance, la

terapia familiar continúa demostrando su relevancia y efectividad, proyectándose como un pilar fundamental para enfrentar los retos que nos presenta el mundo actual y el futuro.

Dr. Ricardo Sánchez-Medina
Editor general de la revista
Tutor y docente de la Residencia
en Terapia Familiar, FES Iztacala, UNAM

<https://doi.org/10.22402/j.rdcfrp.unam.7.1.2025.631.6-9>