

PRESENTACIÓN DE ESTUDIO DE CASO

1. Presentación del caso clínico.

A continuación se presenta el caso de una pareja, Arnold M. y Melissa S., quienes acuden a consulta para recibir terapia de pareja pues tienen discusiones con frecuencia interdiaria, en donde se ha llegado en algunos casos a las agresiones físicas. En seguida se presentan los datos básicos de los consultantes:

Arnold M., de 24 años de edad, es natural de Chimbote, creció inicialmente dentro de una familia extensa bajo el cuidado especialmente de su abuela actualmente fallecida, luego al tener los 19 creció dentro de una familia clásica, recuerda haber tenido una infancia más o menos feliz junto a su abuela, el ejemplo que le dejó fue “me enseñó que no importa lo grande de problema, nunca dejes de amar a la persona que tienes a tu lado”. Tenía desórdenes alimenticios (comía muy poco), dificultades en la escuela como la inatención y problemas de conducta con constantes movimientos motores, luego en la adolescencia empezó a presentar problemas emocionales tras la ausencia de la abuela. No cree en las religiones sin embargo solo cree Dios pero cuestiona su existencia. Cuenta con estudios secundarios, cuando era adolescente su sueño era ser ingeniero de sistemas, actualmente trabaja en una oficina en la municipalidad provincial del Santa sintiéndose satisfecho, refiere que le va bien económicamente, ha tenido algunas dificultades en el trabajo y en su mayoría la persona que ha intervenido para la solución del conflicto fue su mamá recordando también que toma la misma actitud cuando cursaba el colegio. Según el refiere que las conductas que lo describen mejor actualmente son: conductas extrañas (“de la nada dejó de ser cariñoso”), fumar, se considera nervioso (suele tronar los dedos de la mano), flojo, agresivo con conductas impulsivas, deja las cosas para después, tiene dificultad para concentrarse, dificultad para dormir (insomnio) y ha pensado seriamente en suicidarse. Las actividades de disfrute es el manejo de motocicletas, salir a bailar, estar con amigos y jugar Dota. Considera que hace amistad con facilidad, no tiene ninguna dificultad para mantener las relaciones de con sus amistades, sintiéndose muy relajado. Su meta es viajar por todo el Perú con su pareja y formar una familia.

Melissa S., de 23 años de edad, es natural de Chimbote, creció inicialmente dentro de una familia clásica hasta los 3 años de edad luego tras la separación de sus padres tuvo una familia bajo el cuidado de su abuela hasta la actualidad refiere que el mayor ejemplo que le da es el apoyo incondicional y el cuidado sin ser su principal responsabilidad, recuerda haber tenido una niñez infeliz, con problemas emocionales y problemas

familiares. En creyente de Dios, sin embargo hace un año que no va a la iglesia por la condición religiosa de su actual pareja. Cuenta con estudios superiores, bachiller en contabilidad, trabajó en una oficina en la municipalidad provincial del Santa, actualmente trabaja en venta por internet sintiéndose satisfecha con dicha actividad refiere que le va bien económicamente y anteriormente tenía problemas con los jefes. Según el refiere que las conductas que lo describen mejor actualmente son: llorar, temperamento explosivo con reacciones impulsivas, dejar cosas para después. Las actividades de disfrute son bailar, cantar, leer, escribir, ver televisión y escuchar música. En cuanto a las amistades refiere que hace amigos con facilidad, se considera fría o indiferente ante sus amistades sintiéndose relativamente incomoda. Su meta es estudiar otra carrera.

Al momento de la primera consulta la pareja lleva 1 año con 1 mes (2016-1017) de pareja, aunque empezaron una relación de enamorados desde hace 4 años atrás (2012) durando la relación de 1 año y medio separándose por obligación de la mamá de Melissa, luego en el lapso de 3 años cada uno tuvo diversos compromisos amorosos, Arnold tuvo 3 enamoradas y Melissa 1 pareja. Para el momento de la primera consulta llevaban 1 día de haber tenido una fuerte discusión. Este episodio de discusión con ideas de separación constituye un episodio más de un patrón de rupturas y reconciliaciones que se han dado en los últimos meses, teniendo por parte de Melissa muchas ideas de separación a comparación de Arnold. En la actualidad la pareja vive con su familia de origen.

Entre las pautas relacionales más evidentes al momento de la primera consulta, destacan de Melissa hacia Arnold: tendencia a la descalificación, hace énfasis los malos momentos sobre los buenos, mantenimiento de sentimientos de enojo, desprecio, rencor, reproches y suspicacia frente a las intenciones del otro, comunicación agresiva y peyorativa, haciendo énfasis en la separación; respecto Arnold hacia Melissa: muestra calidez, humor, haciendo énfasis de los buenos momentos, muestra orgullo por su pareja, comunicación pasiva, y entre ambos ausencia de motivos para seguir juntos están sin esperanza y ausencia de objetivos referente a su relación.

2. Genograma y/o datos familiares de cada uno de los integrantes.

A continuación se presentan los datos familiares de la pareja.

Arnold M., creció en una familia extensa conformado por abuelos (por parte de papá) y sus padres, su abuela era la principal cuidadora hasta que falleció cuando él tuvo los 19 años de edad, luego el abuelo se fue a vivir a otro hogar, a consecuencia de ello tuvo una familia clásica su padre (59) es actualmente mecánico caracterizado por ser trabajador y tendía y tiende a corregir con gritos, su madre (56) se dedicó al estudio y actualmente es secretaria padece de la enfermedad diabetes emotiva y con depresión está caracterizada por ser cariñosa, amigable y cuando corregía acudía a la correa, considera que los métodos específicos para controlar a él y a los otros miembros de la familia es a través de su enfermedad, considera que tanto papá como mamá mostraba “a veces” afecto. La relación con su hermano mayor, Juan (33), es “indiferente” pues refiere “cada quien con su vida”, actualmente Juan tiene una relación sentimental, en cuanto la relación entre Arnold con su futura cuñada es con “desconfianza”, da a conocer que ella guarda relación amical con la hermana de su ex enamorada, que actualmente es el conflicto por el cual ambos están pasando ya que hay reuniones familiares por parte de la futura cuñada en la está presente la hermana de la ex enamorada que es motivo de discusión y conflicto entre Arnold y Melissa. Finalmente, sus padres no han intervenido en la relación con su pareja y referente a la relación con la familia de Melissa es aceptado por la abuela y los tíos pero aún no por la mamá.

En cuanto a Melissa S., es hija única, creció en los primeros 3 años de vida tuvo un familia clásica con papá (48) y mamá (47) y luego de dificultades y violencia física se separaron. Por parte de papá, Melissa era hija de un segundo compromiso que actualmente están separados bajo una relación amical agradable pues tiene una hermana de 33 años teniendo una relación adecuada refiere que no tiene ninguna relación con la familia de papá (tíos y abuelos) caracteriza a sus papa como una persona comprensiva y refiere que tiende a aconsejarla a su modo, así mismo describe que estuvo ausente hasta los 13 años de edad y a partir de esa edad la visitaba dos veces por semana. En cuanto a mamá, Melissa es hija de su primer compromiso, pues en el segundo compromiso tiene un hermano (14) y una hermana (13), la relación es adecuada con su mama y con el esposo de su mamá hasta la actualidad llevan 10 años de casos, caracteriza a a su mama por ser

luchadora y aguerrida que impone respetos por sí misma así mismo refiere que las muestras de afecto fu a través de cosas materiales y llamadas telefónicas visitando a Melissa una vez por semana. En síntesis, Melissa en relación a sus hermanos ocupa el 3° lugar, tras la separación de sus padres la abuela por parte de mamá la cuidó tomando el rol de mamá viviendo actualmente con ella y con su tío que dicho sea de paso es soltero, el método que uso la abuela para controlarla fue mediante la comunicación. Finalmente, la mama de melisa ha intervenido muchas veces en la relación oponiéndose y generando una separación hace años y en cuanto a la relación con la familia de Arnold es adecuada hay buena comunicación y respeto.

3. Motivo de consulta.

Inicialmente es Arnold M. quien pide que su relación pase por terapia de pareja luego pidió que le proponga a su pareja Melissa S. y ella aceptó aunque refirió que ya nada tiene solución porque lo ha intentado todo. Así se programa el inicio de las sesiones de pareja.

Una vez en consulta la pareja reporta los problemas desde una perspectiva individual, Arnold se culpa de todo lo sucedido mientras que Melissa culpa al otro. Así, Arnold señala, que el problema de pareja radica en la forma que mantiene las relaciones amicales con las mujeres de su entorno generando en Melissa conductas de celos, enojo, desconfianza y extremo control, afirma: “Ella siempre habla del pasado, todo lo que hago con ella lo relaciona con lo que hice con mi ex pareja, me reprocha por darle likes en el facebook a fotos de las chicas, me reclama porque aún me hablo y aconsejo a una chica que antes me mandó a la friendzome y ella cree que la engaño, un día estuve en una fiesta patronal y la hermana de mi ex enamorada se toma una foto y la publica en el Facebook, Melissa logra ver la foto poniéndolo en zoom los lentes que tenía puesto ahí se da cuenta que estaba a su lado, me sacó por la ropa que tenía puesto y mi contextura, como tiene la llave de mi casa, entra a mi cuarto mientras que estoy en el trabajo y revisa mis cosas y entra a mi cuenta de Facebook para revisar todas mis conversaciones y el historial y me revisa el celular” ante todo ello Arnold refiere que el problema le causa “molestia moderada” y le causa “gracia” dentro del peligro más grande para la relación son para él “los celos y desconfianza”. Por otra parte, Melissa refiere que el origen de los problemas es la evasión de los problemas, no es realista, inmaduro, coqueto y es incapaz de realizar

acuerdos, manifiesta: “Llevo cosas guardadas que sucedieron en el pasado en donde él me falló y disculpé pero ese dolor no ha desaparecido además de que él fue quien decidió que perdiera un bebe (hace 8 meses) y es algo que siempre recuerdo y aun no lo supero”, a partir de ello Melissa indica el problema le causa “molestia moderada”, dentro de los eventos importantes que hacen que se mantenga el problema en el tiempo es “su frialdad y su indiferencia conmigo, buscaba a su ex, mientras que estaba mal tras la pérdida del bebé salía con otras chicas aun sin terminar la relación”, dentro del peligro más grande para la relación son: “llegar a los golpes por ambos ya que una vez sucedió generando marcar en el pecho de él ya que le plantó las uñas por protección”.

Se observa entonces en una parte la presencia de culpa y responsabilidad y en otra la baja asunción de responsabilidad por la participación personal en el mantenimiento del problema. Resalta la dificultad en el planteamiento de una comunicación asertiva que facilite la solución de los conflictos, asumiendo como patrón de afronte de conflictos el uso de agresiones psicológicas y físicas, control excesivo, reproches, la falta de confianza del uno por el otro que siguen el patrón del ciclo de la violencia (planteado por Lenore Walker), con marcadas etapas de acumulación de tensión, explosión y reconciliación.

Ambos coinciden en señalar que desde que son enamorados existían discusiones, a la semana, porque Arnold seguía frecuentándose con su ex enamorada. Cabe resaltar que la relación entre Melissa y Arnold surge cuando él aún mantenía relaciones amicales con su ex enamorada, con la hermana de ella y con todos los familiares de ella hasta la actualidad por el motivo que son “vecinos”.

Todo esto genera sentimientos de celos, rencor y desconfianza, existiendo en Melissa la sensación de que ya no puede hacer nada por la relación, ya no puede seguir tolerando la conducta de Arnold, siente que se agotaron todo lo que intento para que la relación mejorara, no puede generar soluciones más solo en las dos últimas semana solo esperaba que cumpliera sus promesas que fueron incumplidas y esperaba cambios en él que nunca llegó. Como consecuencia de estas interacciones negativas Arnold evidencia sensaciones de culpa y las ganas de pedir disculpas constantemente, cayendo esta actitud en una especie de círculo vicioso que Melissa no está dispuesta a seguir tolerando y aceptando.

Entre los recursos de la pareja, destaca aún ambos se aman sin embargo se han dado cuenta que necesitan de un profesional de manera personalizada para poder mejorar como

personas y por ende en la relación deseando que el otro fuera diferente en aspectos puntuales. Básicamente ambos destacan que están dispuestos a llevar a cabo esfuerzos para mejorar la relación pero por separado y dándose un tiempo, pero en el caso de Melissa esperará que sea el otro quien evidencie una intención de cambio real. Asimismo, ambos coinciden en destacar la intención de tener una familia en un futuro. Con respecto a las interacciones románticas, son muchos los momentos que comparten como pareja especialmente en casa de él. Sexualmente ambos refieren satisfacción “complaciente y buena” con la actividad sexual entre sí comprendiéndose bien.

4. Objetivos Terapéuticos.

Como parte de la consulta inicialmente los clientes formulan sus objetivos individuales, al respecto Arnold señala como objetivos para las sesiones:

1. Modificación del carácter de Melissa.
2. Eliminar cualquier situación que genere celos.
3. Lograr una adecuada comunicación, sin discutir.
4. Organizar del espacio y tiempo.
5. Mejorar en la interacción con las relaciones familiares.
6. Disfrutar tiempo de diversión juntos los fines de semana, fuera de casa y con amistades.
7. Sentirse valorado y apreciado.
8. Ser consultado en decisiones importantes.
9. Tener el apoyo económico de la pareja.

Mientras que los objetivos planteados por Melissa son los siguientes:

1. Perdonar situaciones para que no duela más.
2. Eliminar cualquier forma de agresión, incluidas agresiones físicas.
3. Lograr que el confíe, fomentando un dialogo comprensivo.
4. Controlar los celos.
5. Dejar de estar pendiente en las redes sociales.
6. Conversar sobre decisiones importantes.
7. Acuerdos sobre el gasto del dinero mutuo.

Al revisarse en conjunto los objetivos planteados ambos consultantes se muestran de acuerdo con la totalidad de los objetivos planteados, los que han sido analizados y decidido a aplicar a través de diversos enfoques, siendo el principal la “Terapia Breve Centrada en Soluciones” de Dr. Ruperto Charles Torres, así como también tuvo complemento del “Enfoque sistémico” del mismo modo se hace uso del “Enfoque conductual” de Miguel Costas y Carmen Cerrat.

1. Finalizar el entrapamiento de la relación sobre temas eternos, reemplazándolos con dialogo.
2. Establecer habilidades sociales: Habilidades de comunicación y resolución de problemas
 - a. Iniciar conversaciones amablemente en temas complicados
 - b. Aceptar la influencia del otro
 - c. Calmarse fisiológicamente durante los conflictos
 - d. Efectiva reparación del conflicto
 - e. Acuerdos en resolución de conflictos
3. La pareja será capaz de procesar un conflicto sin el terapeuta.
4. La pareja podrá moverse de la posición ataque-defensa para discutir problemas a una posición de colaboración.
5. Construir la amistad de la pareja:
 - a. Establecer rituales de conexión emocional
 - b. Cultivar un sistema de cariño y admiración
 - c. Crear comprensión de intentos y acercamiento: el balance correcto de intimidad y autonomía
6. Respetar los espacios de cada uno.

5. Plan de Tratamiento

El plan de tratamiento está diseñado para un aproximado de 6 sesiones las cuales se plantean con la participación de una a dos veces a la semana, de manera breve este plan de intervención se detalla a continuación:

Sesión	Fecha	Objetivos de cada sesión
Sesión 1	(06-11-17)	1. Socialización 2. Explicar a la pareja los pasos de esta primera sesión 3. Datos de la familia nuclear, actividades y diversiones 4. Lados fuertes de la familia de origen de cada uno. 5. Explicación del inicio de la relación. 6. Atracción inicial 7. Patrón Interpersonal Estable Satisfactorio de cada uno (P.I.E.S.). 8. Corroborar: el objetivo de la terapia es la relación de pareja para seguir o terminar, y sus razones.
Sesión 2	(10-11-17)	9. Queja de cada cónyuge (P.I.P.). 10. Autodiagnóstico (P.O.P.O.). 11. Factor común de la queja. 12. Evento que motivó buscar la terapia. 13. Mini entrevista de tres minutos con cada uno por separado (cuando es necesario).
Sesión 3	(13-11-17)	14. Mínimo cambio posible y Pregunta del milagro. 15. Preguntas de excepción y cambios pre tratamiento. 16. Expectativas de la terapia y definición de la meta terapéutica. 17. Preguntas de escala sobre la meta terapéutica. 18. Pausa y propuesta de la terapia y sus condiciones. 19. Mini-Pausa, ritual de adherencia y contrato terapéutico. 20. Cierre de la sesión: elogios, reencuadres y tareas.
Sesión 4	(20-11-17)	1. Revisión de tareas. 2. Practicar habilidades de comunicación en la pareja en el intercambio de peticiones de cambio. 3. Asignación de tareas.
Sesión 5	(27-11-17)	1. Revisión de tareas. 2. Practicar habilidades de resolución de problemas. 3. Asignación de tareas.
Sesión 6	(04-12-17)	1. Revisión de tareas. 2. Revisar habilidades de comunicación. 3. Revisar habilidades de resolución de problemas. 4. Abrir y cerrar una discusión sobre la experiencia de la terapia.

6. Descripción de las sesiones.

Sesión	Descripción
Sesión 1	1. Socialización 2. Explicar a la pareja los pasos de esta primera sesión: - Da la bienvenida - Explicación de los pasos de la primera sesión. 3. Datos de la familia nuclear, actividades y diversiones: - Presentación cruzada, uno en el lugar del otro. - Actividades que les gusta realizar y diversiones 4. Lados fuertes de la familia de origen de cada uno. - Genograma 5. Explicación del inicio de la relación. 6. Atracción inicial: - Ideales, temores y necesidades de cada uno. 7. Patrón Interpersonal Estable Satisfactorio de cada uno (P.I.E.S.). - Clave (patrón, fórmula) de los buenos momentos que han estado viviendo juntos. 8. Corroborar: el objetivo de la terapia es la relación de pareja para seguir o terminar, y sus razones. En esta terapia tenemos dos cajones de técnicas: uno para fortalecer y continuar felizmente la relación, y otro paquete para terminar en paz. ¿Ud. en cuál de los dos quiere que trabajemos? ¿De 0 a 10 qué tan segura está de su decisión? ¿Cuál es la buena razón de esa decisión? Si alguno no desea continuar debemos evaluar la pertinencia de continuar con los dos, despedir a uno, o seguir con los dos por separado.
Sesión 2	9. Queja de cada cónyuge (P.I.P.). - Cada uno describe lo que el otro desea o considera problema, y cuáles son las “buenas razones” por lo que el otro sugiere cambiar (interrogatorio circular). 10. Autodiagnóstico (P.O.P.O.). - Evaluación de cada uno de sí mismo. - Pregunta “suicida”. - Mirando en medio de los dos: “Independiente de lo que opine su pareja, quién de los dos quiere empezar a hablar acerca de qué es lo que usted, por su propia auto-crítica, considera que usted misma ha fallado? Usted sola auto-critíquese”. “Haciendo la modestia a un lado y el exceso de orgullo al otro, si usted se mira a sí misma en el espejo transparente de su conciencia, ¿en qué diría usted que ha fallado o que debería corregir?”. 11. Factor común de la queja. - Describan con una o dos palabras, ¿qué es lo que al otro le incomoda y qué es lo que necesita para ser/estar más feliz. 12. Evento que motivó buscar la terapia. - Relatan el evento y luego ponen ejemplos de interacciones recientes que les gustaría evitar, hasta describir un ciclo sintomático. 13. Mini entrevista de tres minutos con cada uno por separado (cuando es necesario).

Sesión 3	14. Mínimo cambio posible y Pregunta del milagro. Tomando en cuenta lo que hemos hablado hasta aquí, Melissa y Arnold, ¿cuál es el cambio más pequeño que usted está convencido que quiere hacer hoy mismo saliendo de aquí, para indicar que tú vas a poner de tu parte?”. 15. Preguntas de excepción y cambios pre tratamiento. “A partir del momento que tomaron la decisión de venir a terapia, ¿qué cambios positivos han empezado a darse entre ustedes?”. “¿Cómo lo lograron? ¿Qué ventajas les trajo?” 16. Expectativas de la terapia y definición de la meta terapéutica. ¿Qué idea tenían de cómo los podíamos ayudar? ¿Qué no les gustaría que pase en la terapia? Meta: “Tomando en cuenta estas cosas de las que hemos hablado hoy, la clave de lo que han hecho cada quien para hacer las cosas bien, y las cosas que ambos reconocen que han fallado , tomando en cuenta todo eso, ¿les hace sentido que su meta sea tal.....?”. 17. Preguntas de escala sobre la meta terapéutica. “En este momento, en una escala del 0 al 10, donde 10 es lo máximo por lograr, ¿en qué calificación está su (meta externalizada)?” 18. Pausa y propuesta de la terapia y sus condiciones. Se realizan comentarios acerca de: • El patrón diádico del problema. • La meta terapéutica, externalizando el síntoma-patrón diádico, e internalizando el "ser ideal y realista” deseado por ambos. • Pronóstico percibido por el terapeuta, el cual siempre es excelente. • Repaso de en qué consiste la Terapia Breve que se les ofrece. • Condiciones del tratamiento: número de sesiones, compromiso con ambas partes, sesiones individuales a juicio del terapeuta, etc. 19. Mini-Pausa, ritual de adherencia y contrato terapéutico. “Yo me voy a salir a pensar lo que hemos estado integrando; he estado pensando algunas tareas que se me ocurre les pueden funcionar. Mientras yo salgo quisiera que conversen sobre si se pueden comprometer a venir tres o más sesiones para lograr su meta. 20. Cierre de la sesión: elogios, reencuadres y tareas. Cruzadas: en minutos a solas con cada uno, se les da una tarea secreta, algo que pueda sorprender al otro, y estando juntos se les dice: “Me pregunto quién de los dos hará mejor su tarea; observen qué ven de diferente el uno en el otro”.
---	---

Sesión 4	1. Revisión de tareas. a) El terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las tareas -Días pares e impares (Arnold). -Día del amor (Melissa). b) Revisar el intercambio de conductas positivas y gratificantes 2. Practicar habilidades de comunicación en la pareja en el intercambio de peticiones de cambio (Dramatización de una discusión) a) Experimentar habilidades de escuchar (paráfrasis, sonrisa, contacto visual). b) Practicar las habilidades de expresión de sentimientos negativos sin herir al otro. c) Practicar las peticiones de cambio en forma de sugerencia y no de acusación d) Aprender a empatizar con los sentimientos negativos del otro. e) Conducta asertiva (Practica de conductas asertivas, petición de conductas positivas, Petición de cambios, saber decir <<no>> de manera no ofensiva, planificación de conductas asertivas). El terapeuta: - Modela y moldea las conductas apropiadas mediante varios ensayos. - Anima al <i>feedback</i> mutuo, es decir, sugiere a la pareja que se informen mutuamente de como lo hacen y como se sienten cuando realizan estos ejercicios.- Explica y comenta la importancia de la comunicación verbal y no verbal en el intercambio conductual. 3. Asignación de tareas. a) Practicar en casa el ejercicio <<Aprendiendo la expresión adecuada de sentimientos negativos y la petición de cambio>>. Establecer: condiciones de lugar, tiempo, duración, terminación, <i>feedback</i> y forma de hacerlo. b) Practicar el decir <<no>> de manera no ofensiva. Practicar conductas que anteriormente uno inhibida por temor al otro. Practicar el sugerir alternativas a una petición y negociarla, comprometiéndose con un acuerdo.
Sesión 5	1. Revisión de tareas. a) El terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las tareas. 2. Practicar habilidades de resolución de problemas (Dramatización) a) Revisar áreas conflictivas experimentadas por la pareja. b) Experimentar habilidades de lenguaje operativo. c) Utilizar habilidades de expresión de sentimientos negativos y peticiones de cambio. d) Experimentar habilidades de ofrecer soluciones. e) Experimentar habilidades de llegar a acuerdos y contraer compromisos de negociación. f) Practicas de habilidades para manejar la cólera del otro (Tiempo fuera, etc.) 3. Asignación de tareas. - a). Ejercicios <<Ensayo de resolución de problemas>>. Establecer condiciones de: lugar, tiempo, duración, terminación, <i>feedback</i> y forma de hacerlo.
Sesión 6	1. Revisión de tareas. a) Reforzar por el cumplimiento de las tareas. b) Revisar el intercambio de conductas positivas y gratificantes. c) Revisar evaluaciones sobre repertorio de conductas positivas establecidas. El terapeuta enfatiza: - La interdependencia comportamental. - La responsabilidad de los miembros de la pareja en los logros conseguidos. 2. Revisar habilidades de comunicación. 3. Revisar habilidades de resolución de problemas. 4. Abrir y cerrar una discusión sobre la experiencia de la terapia: - Objetivos alcanzados. - Expectativas no conseguidas. - Problemas pendientes. - Planificación de nuevas estrategias de intervención y de entrenamiento complementario o insuficientemente practicado.

7. Evaluación de la eficacia y/o efectividad del tratamiento.

7.1. Presentación del instrumento de verificación y los resultados obtenidos.

7.1.1. Cuestionario para parejas

Preguntas		Comentarios
¿Qué fue lo que más te atrajo de tu pareja?		Arnold resalta el aspecto comportamental y actitudinal de su pareja mientras que Melissa resalta el aspecto físico de su pareja.
Arnold: Su forma de hablar y su forma de cómo salir adelante.	Melissa: Su tono de voz que es tan pasivo y su ternura.	
Menciona 5 cosas que te gustan de tu pareja		Arnold resalta el aspecto comportamental y actitudinal de su pareja mientras que Melissa resalta el aspecto físico de su pareja.
Arnold: Cariñosa, amable y respetuosa	Melissa: Su voz, su cabello, sus manos y su nariz pequeña.	
Menciona 5 cosas que tu pareja hace y que te irritan		Arnold solo menciona 2 aspectos y Melissa 5 evidenciándose la circularidad del problema.
Arnold: Celos y su enojo	Melissa: Evasión de problemas, no es realista, es inmaduro, coqueto, no realiza los acuerdos	
¿Cuál es el peligro más grande para tu relación?		Ambos ya pasaron por los peligros más grandes que cada uno considera para su relación.
Arnold: los celos y desconfianza	Melissa: Llegar a los golpes y generar violencia	
¿Qué cosas intentaste hacer previamente para resolver este problema?		Arnold adopta un estilo de comunicación pasiva mientras que Melissa da a conocer las consecuencias.
Arnold: Quedarse callado	Melissa: Hacerle recordar que siempre le decía que nunca toleraría la violencia.	
¿Cuándo notaste por primera vez que el problema era serio?		Arnold ya percibía desde el inicio de relación que la problemática que presentaban iba a ser permanente, mientras que Melissa reacción a consecuencia de la última violencia (hace 2 meses aproximadamente)
Arnold: Hace un año	Melissa: Cuando hubo sangre en una de las peleas	
¿Deseas complacer a tu pareja?		Arnold está decidido a complacer a su pareja, mientras que ella aún está en dudas.
Arnold: Sí	Melissa: Mas o menos	
Menciona 5 cosas que podrías hacer para satisfacer a tu pareja		Sin embargo, Arnold está decidido pero no sabe cómo satisfacerla. Mientras que Melissa toma conciencia de sus comportamientos que influyen en la mantención del problema.
Arnold: No contestó	Melissa: Ser menos celosa, aceptar que todos son sus amistades, no invadir su espacio, no recordar el pasado, darle el mando pleno de la relación.	

Menciona 5 cosas que tu pareja podría hacer para satisfacerte		Por otro lado, Arnold no contesta las cosas que puede hacer su pareja para satisfacerlo, mientras que Melissa quiere 5 aspectos puntuales de él.
Arnold: No contestó	Melissa: Ser respetuoso, centrado, capaz de salir a delante, actuar con valentía, querer formar un futuro juntos.	
¿Cómo sueles resolver los problemas de pareja?		Arnold no sabe cómo resolver los problemas, mientras que Melissa a luego del estilo comunicación agresiva pide retirarse.
Arnold: No contestó	Melissa: Discutiendo y digo “Me voy, luego hablamos, no es el momento”	
¿Qué fantasías tenías sobre el matrimonio o convivencia antes de casarte o convivir con tu pareja?		
Arnold: Viajar por todo el Perú	Melissa: No contestó	
Describe los aspectos resaltantes de una pelea reciente que tuviste con tu pareja.		
Arnold: Fueron por desconfianza	Melissa: Decirme “Estoy triste. Pero estuve bailando con otra chica”	
¿Qué podrías haber hecho diferente para ayudar a resolver el problema?		Reflejo de que todo lo que han podido hacer no resultó.
Arnold: No contestó	Melissa: A estas alturas, ya nada.	
¿Qué te decías a ti mismo durante la pelea?		Arnold reconoce y asume su responsabilidad mientras que Melissa ya no tolera más.
Arnold: Me disculparé ahora	Melissa: No puedo seguir aceptando eso	
¿Qué podrías haber hecho diferente para resolver este problema?		
Arnold: No contestó	Melissa: No haberlo tolerado	
¿Qué podrías hacer para cambiar las conductas de tu pareja que son ofensivas?		Han adoptado un papel Evitativo.
Arnold: Tratar de no hablarle cuando está molesta	Melissa: creo que más que hacer algo yo... qué puede hacer él.	
¿Qué problema te gustaría trabajar primero?		
Arnold: Su carácter	Melissa: el perdón	
¿Desde tu punto de vista, ¿cuál es el problema?		
Arnold: Los celos	Melissa: No contestó	

7.1.2. Los cuatro jinetes del apocalipsis

VERDADERO	
Arnold: ○ Generalmente siento que mi personalidad es atacada. ○ En nuestras discusiones, a veces, no siento que a mi pareja le gusto mucho. ○ Siento que tengo que defenderme porque las quejas contra mí son muy injustas. ○ Mis sentimientos e intenciones son a menudo malentendidos. ○ A menudo, lo único que quiero es escaparme de la discusión. ○ Me siento disgustado por toda la negatividad que hay entre nosotros. ○ A veces siento que mi pareja me insulta. ○ Algunas veces sencillamente me callo y me encierro en mi mismo. ○ Durante nuestras discusiones, me puedo portar mal y ser grosero. ○ A veces nuestros problemas me han hecho sentirme desesperada. ○ Mi pareja no enfrenta nuestros problemas con madurez y responsabilidad. ○ Trato de señalar los defectos en la personalidad de mi pareja que necesitan ser mejorados. ○ A veces me siento fuera de control y siento como que voy a explotar. ○ Cuando mi pareja se queja, usa frases como “Tú siempre” o “Tú nunca.” ○ Con frecuencia, mi pareja me echa la culpa por lo que en realidad son nuestros problemas. ○ No siento mucho respeto por lo que mi pareja piensa de nuestros básicos problemas. ○ Mi pareja puede ser bastante egoísta y sólo piensa en sí mismo. ○ Me siento disgustada por algunas de las actitudes de mi pareja. ○ Mi pareja se deja llevar mucho por sus emociones o es demasiado emocional.	Melissa: ○ Cuando hablamos de nuestros desacuerdos, me siento atacad/a o criticado/a. ○ Generalmente siento que mi personalidad es atacada. ○ En nuestras discusiones, a veces, no siento que a mi pareja le gusto mucho. ○ Siento que tengo que defenderme porque las quejas contra mí son muy injustas. ○ Con frecuencia siento que mi pareja no me aprecia. ○ Mis sentimientos e intenciones son a menudo malentendidos. ○ No me siento valorado por todo lo bueno que hago por nuestra relación. ○ A menudo, lo único que quiero es escaparme de la discusión. ○ Me siento disgustada por toda la negatividad que hay entre nosotros. ○ A veces siento que mi pareja me insulta. ○ Algunas veces sencillamente me callo y me encierro en mi mismo. ○ Durante nuestras discusiones, me puedo portar mal y ser grosera. ○ Básicamente, no me siento respetada. ○ Muchos de nuestros problemas básicamente no son mi problema. ○ La manera en que nos hablamos, me dan ganas de alejarme de mi pareja. ○ Pienso para mí misma, "¿Quién necesita todo este conflicto?" ○ En realidad, mi pareja nunca va a cambiar. ○ A veces nuestros problemas me han hecho sentirme desesperada. ○ Mi pareja no enfrenta nuestros problemas con madurez y responsabilidad. ○ Trato de señalar los defectos en la personalidad de mi pareja que necesitan ser mejorados. ○ A veces me siento fuera de control y siento como que voy a explotar. ○ Cuando mi pareja se queja, usa frases como “Tú siempre” o “Tú nunca.” ○ Con frecuencia, mi pareja me echa la culpa por lo que en realidad son nuestros problemas.

○ Yo no soy culpable por muchas de las cosas de las que se me acusa. ○ Nuestros pequeños problemas fácilmente se pueden volver grandes conflictos. ○ Discutimos por cualquier cosa. ○ Los sentimientos de mi pareja son heridos fácilmente. ○ A mi pareja le cuesta mucho ser racional y lógico.	○ No siento mucho respeto por lo que mi pareja piensa de nuestros básicos problemas. ○ Nuestros pequeños problemas fácilmente se pueden volver grandes conflictos. ○ Discutimos por cualquier cosa. ○ Los sentimientos de mi pareja son heridos fácilmente. ○ A menudo me quedo callada para que las cosas se calmen un poco. ○ A mi pareja le cuesta mucho ser racional y lógico.
FALSO	
○ Cuando hablamos de nuestros desacuerdos, me siento atacado o criticado. ○ Con frecuencia siento que mi pareja no me aprecia. ○ No me siento valorado por todo lo bueno que hago por nuestra relación. ○ Básicamente, no me siento respetada. ○ Muchos de nuestros problemas básicamente no son mi problema. ○ La manera en que nos hablamos, me dan ganas de alejarme de mi pareja. ○ Pienso para mí misma, "¿Quién necesita todo este conflicto?". ○ En realidad, mi pareja nunca va a cambiar. ○ A menudo me quedo callado para que las cosas se calmen un poco.	○ Mi pareja puede ser bastante egoísta y sólo piensa en sí mismo. ○ Me siento disgustada por algunas de las actitudes de mi pareja. ○ Mi pareja se deja llevar mucho por sus emociones o es demasiado emocional. ○ Yo no soy culpable por muchas de las cosas de las que se me acusa.

7.1.3. Áreas de cambio: Problemas Solucionables

Nivel	Arnold	Melissa
Muy grande	○ Me gustaría que hablemos más el uno con el otro ○ Me gustaría si las cosas fuesen más organizadas ○ Me gustaría que mi pareja pase más tiempo conmigo ○ Me gustaría que las relaciones de mi pareja con nuestra familia mejoren ○ Me gustaría que pasáramos más tiempo de diversión juntos los fines de semana ○ Me gustaría tener menos problemas con los celos de mi pareja ○ Me gustaría ser consultado/a en decisiones importantes ○ Me gustaría que mi pareja sea más afectuoso/a y cariñoso/a conmigo ○ Quisiera que tengamos más “citas” fuera de la casa juntos ○ Me gustaría que mi pareja vea menos televisión y hable más conmigo ○ Quiero hacer el amor con mi pareja más seguido. ○ Quiero más ayuda con las finanzas ○ Quisiera recibir más aprecio por las cosas que hago ○ Me gustaría no tener tantos problemas con los familiares políticos ○ Me gustaría estar más de acuerdo en ahorrar dinero ○ Me gustaría que nuestras vidas sean menos caóticas ○ Me gustaría que tuviésemos menos desacuerdos sobre cómo gastar el dinero ○ Me gustaría que nuestras vidas no sean tan estresantes ○ Me gustaría tener más diversión de la que tenemos ○ No tenemos suficiente vida social ○ No siento que mi pareja me escucha cuando estoy enojado/a ○ Me gustaría tener un (u otro) hijo ○ No tomamos las suficientes vacaciones	○ Me gustaría que tengamos más independencia en esta relación ○ Me gustaría tener menos problemas con mis celos ○ Me gustaría poder hablar sobre decisiones importantes

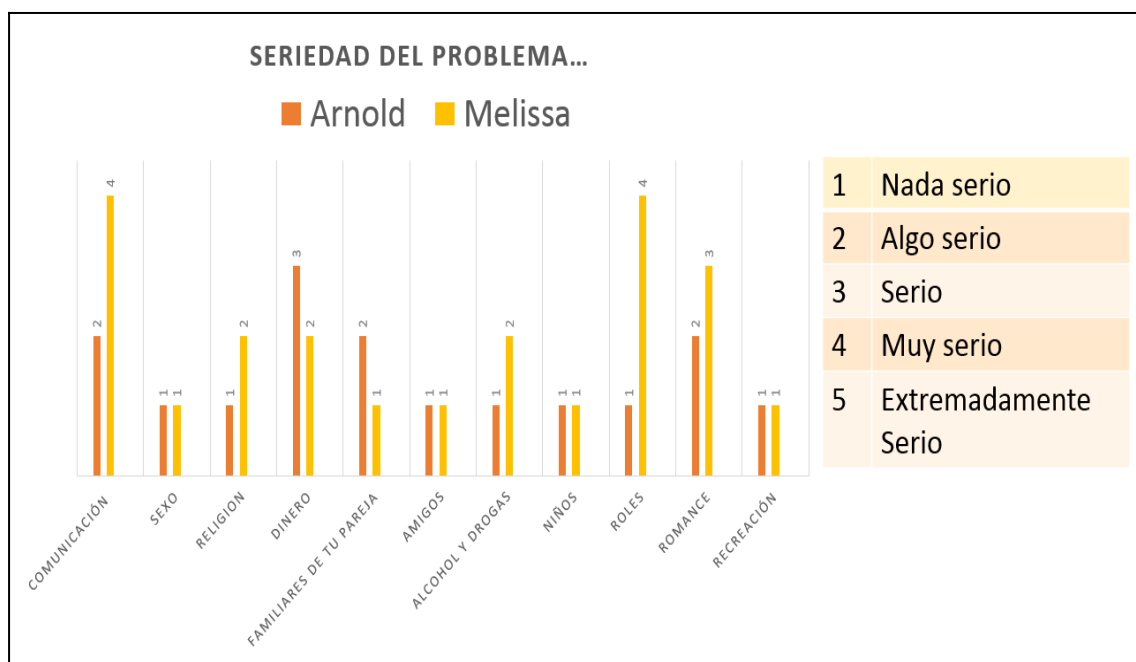
Grande	○ Me gustaría que nuestra vida sexual sea más satisfactoria ○ Me gustaría que tengamos más amigos en común	○ Me gustaría que hablemos más el uno con el otro ○ Me gustaría que las relaciones de mi pareja con nuestra familia mejoren ○ Me gustaría ser consultado/a en decisiones importantes ○ Me gustaría que mi pareja vea menos televisión y hable más conmigo ○ Quisiera recibir más aprecio por las cosas que hago ○ Me gustaría estar más de acuerdo en ahorrar dinero ○ Me gustaría que nuestras vidas sean menos caóticas ○ Me gustaría que tuviésemos menos desacuerdos sobre cómo gastar el dinero ○ Me gustaría que nuestras vidas no sean tan estresantes
Mediano	○ Me gustaría tener menos problemas con mis celos	○ Me gustaría que mi pareja pase más tiempo conmigo ○ Hago demasiado ese trabajo ○ gustaría que tengamos más amigos en común ○ Me gustaría que mi pareja sea más afectuoso/a y cariñoso/a conmigo ○ Quisiera que tengamos más “citas” fuera de la casa juntos ○ Me gustaría tener más diversión de la que tenemos
Pequeño	○ Me gustaría que tengamos más independencia en esta relación	○ Me gustaría que tengamos más independencia en esta relación ○ Nuestro problema se centra en hacer los quehaceres del hogar ○ Me gustaría que fuéramos más a nuestra iglesia juntos ○ Me gustaría que pasáramos más tiempo de diversión juntos los fines de semana ○ Me gustaría tener menos problemas con los celos de mi pareja ○ Me gustaría que mi pareja no tuviese problemas con el alcohol y drogas ○ No siento que mi pareja me escucha cuando estoy enojado/a ○ No me siento apoyado en esta relación o matrimonio ○ No tomamos las suficientes vacaciones

Muy pequeño	○ Nuestro problema se centra en hacer los quehaceres del hogar ○ Me gustaría que fuéramos más a nuestra iglesia juntos ○ Me gustaría que mi pareja no tuviese problemas con el alcohol y drogas	○ Me gustaría que nuestra vida sexual sea más satisfactoria ○ Quiero hacer el amor con mi pareja más seguido ○ Quiero más ayuda con las finanzas ○ Me gustaría no tener tantos problemas con los familiares políticos ○ Me gustaría recibir más apoyo de mi pareja sobre los problemas con ○ la familia de mi pareja ○ No tenemos suficiente vida social ○ No siento que mi pareja sea afectuoso/a ○ Me gustaría tener un (u otro) hijo
-------------	---	---

7.2. Presentación gráfica de los resultados obtenidos.

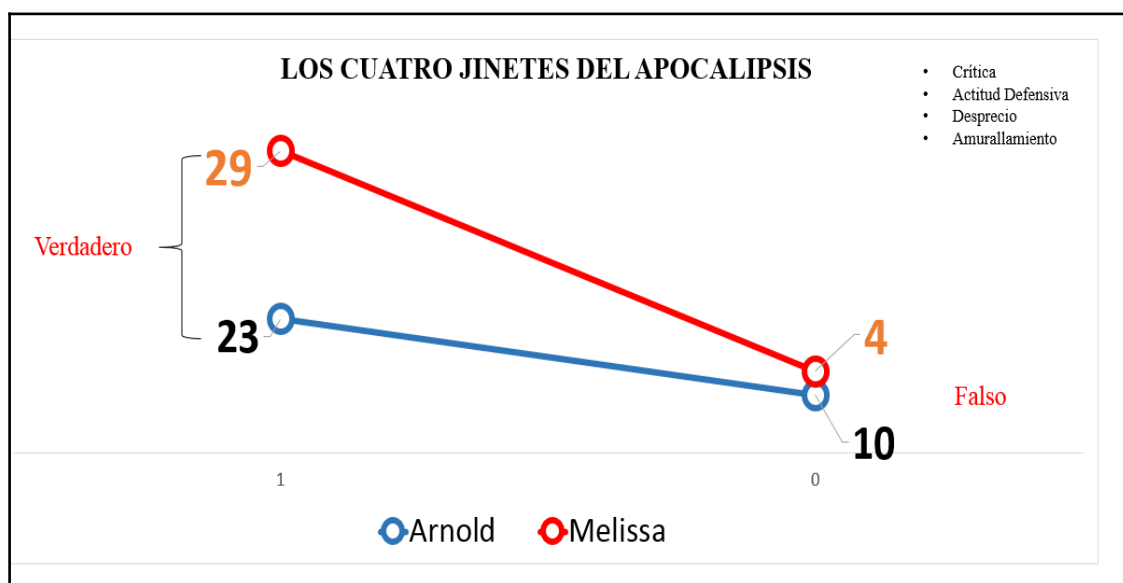
7.2.1. Cuestionario para parejas.

En el presente grafico se observa que para Melissa el problema “muy serio” son la “comunicación y los roles” y “serio” en el “romance”. Para Arnold el problema “serio” es el “dinero” y “algo serio” la “comunicación, familiares de tu pareja y el romance”. En ambos coincide la “comunicación” como “algo serio y muy serio”.



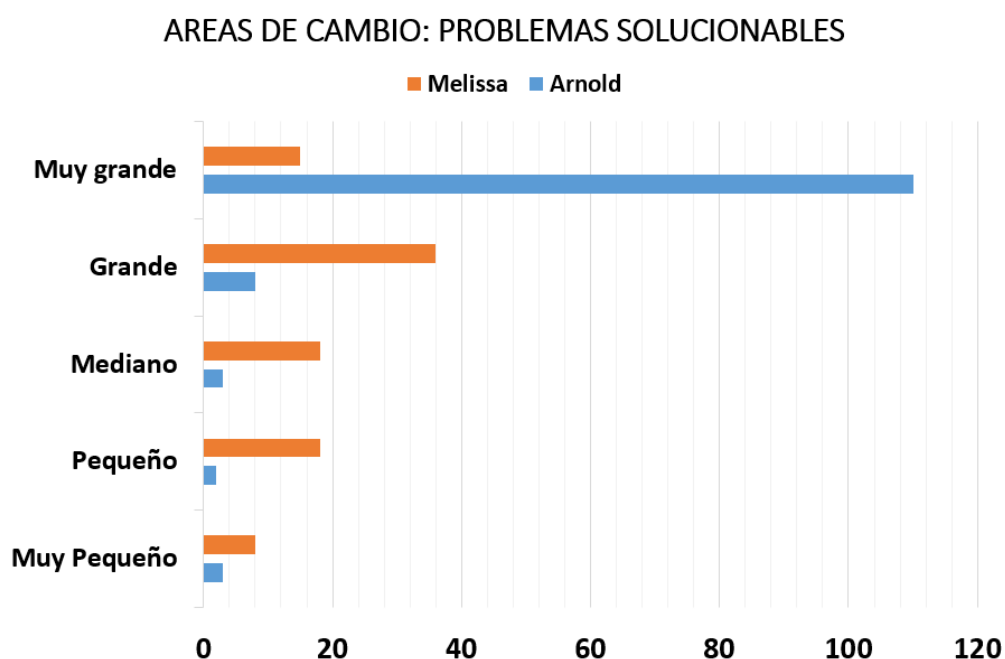
7.2.2. Los cuatro jinetes del apocalipsis

En el presenta grafico se observa que Arnold contesta con 23 verdaderos y Melissa con 29 verdaderos reflejando puntuaciones altas evidenciándose la presencia de los cuatro jinetes del apocalipsis: Crítica, Actitud defensiva y Amurallamiento. Ambos refieren: “que generalmente sienten que mi personalidad es atacada. En nuestras discusiones, a veces, no siento que a mi pareja le gusto mucho. Siento que tengo que defenderme porque las quejas contra mí son muy injustas. Mis sentimientos e intenciones son a menudo malentendidos. A menudo, lo único que quiero es escaparme de la discusión. Me siento disgustado por toda la negatividad que hay entre nosotros. A veces siento que mi pareja me insulta. Algunas veces sencillamente me callo y me encierro en mí mismo. Durante nuestras discusiones, me puedo portar mal y ser grosero. A veces nuestros problemas me han hecho sentirme desesperada. Mi pareja no enfrenta nuestros problemas con madurez y responsabilidad. Trato de señalar los defectos en la personalidad de mi pareja que necesitan ser mejorados. A veces me siento fuera de control y siento como que voy a explotar. Cuando mi pareja se queja, usa frases como “Tú siempre” o “Tú nunca.” Con frecuencia, mi pareja me echa la culpa por lo que en realidad son nuestros problemas. No siento mucho respeto por lo que mi pareja piensa de nuestros básicos problemas. Nuestros pequeños problemas fácilmente se pueden volver grandes conflictos. Discutimos por cualquier cosa. Los sentimientos de mi pareja son heridos fácilmente. A mi pareja le cuesta mucho ser racional y lógico”



7.2.3. Áreas de cambio: Problemas Solucionables

En el presente grafico se observa la persona que necesita mayor áreas de cambio es Arnold a comparación de Melissa ya que percibe a los “problemas muy grandes” y que deben ser solucionados como por ejemplo en: “Me gustaría que hablemos más el uno con el otro. Me gustaría que las relaciones de mi pareja con nuestra familia mejoren. Me gustaría tener menos problemas con los celos de mi pareja. Me gustaría ser consultado/a en decisiones importantes. Quisiera que tengamos más “citas” fuera de la casa junta. Me gustaría que mi pareja vea menos televisión y hable más conmigo. Quiero hacer el amor con mi pareja más seguido. Quiero más ayuda con las finanzas. Quisiera recibir más aprecio por las cosas que hago. Me gustaría no tener tantos problemas con los familiares políticos. Me gustaría estar más de acuerdo en ahorrar dinero. Me gustaría que nuestras vidas sean menos caóticas. Me gustaría que tuviésemos menos desacuerdos sobre cómo gastar el dinero. Me gustaría que nuestras vidas no sean tan estresantes. Me gustaría tener más diversión de la que tenemos. No tenemos suficiente vida social. No siento que mi pareja me escucha cuando estoy enojado/a. Me gustaría tener un (u otro) hijo. No tomamos las suficientes vacaciones. Me gustaría que nuestra vida sexual sea más satisfactoria. Me gustaría que tengamos más amigos en común”



8. Discusión de resultados y fundamentación de las estrategias utilizadas.

Sesión	Resultados	Fundamentación de las estrategias utilizadas
Sesión 1	Antes de finalizar la sesión cada uno plante que se trabaje para que la relación termine en paz. Arnold se encontraba seguro en una puntuación de 6 y Melisa se encontraba segura en una puntuación de 7. Tomando la decisión de continuar la terapia juntos.	Se inició la terapia con el enfoque principal “Terapia Breve Centrada en Soluciones” de Dr. Ruperto Charles Torres ya que antes que se dé la primera sesión la pareja estaba enfocada en el problema sin ver la solución de la misma. Se usa así mismo el enfoque Sistémico para la elaboración del genograma para sí poder evidenciar la estructura familiar, datos demográficos, relaciones que mantienen con los miembros familiares de la pareja.
Sesión 2	Ante la pregunta suicida Arnold reconoce sus fallas como: “dejar de consejo a otras chicas cuando en realidad yo tengo los mismos o peores problemas que ellas y no enojarme rápido”. En cuanto a Melissa considera como mayor la tolerancia y dejar pasar comportamientos y actitudes que faltaron el respeto a su persona, invadir el espacio de su pareja, ser celosa, tener feas reacciones, ser explosiva, tener dificultades para controlar su cólera y ser hiriente.	A través de la terapia con el enfoque principal “Terapia Breve Centrada en Soluciones TBCS” de Dr. Ruperto Charles Torres, la evaluación de sí mismo dejaron de culpar al otro acerca de la continuidad y la permanencia del problema. Así mismo, a través de dicha actividad tomaran conciencia que a pesar que conocen sus dificultades no han hecho nada para cambiar y la relación mejore.
Sesión 3	Tras el pronóstico excelente que se dio de la relación ambos decidieron con la continuación de la relación. Sin embargo Melissa puntúa claro que quiere ver cambios en su pareja.	A través del enfoque TBCS se da el pronóstico con el fin de crear una mentira piadosa con la intención de la aplicación de una profecía de auto-cumplimiento positiva.

Sesión 4	Ambos logran realizar las tareas que fueron asignadas con anterioridad y a través del tema “Habilidades comunicativas” logran poner en práctica las recomendaciones y sugerencias planteadas durante la sesión.	A través del “Enfoque conductual” de Miguel Costas y Carmen Cerrat ya que usualmente utilizan tácticas de control basadas en el castigo y el reforzamiento negativo (Jacobson, 1979), es decir, intentan influir en el otro mediante la coerción o la estimulación aversiva del tipo «críticas», «amenazas», «chantajes», para obtener el cambio que desean. En efecto, la comunicación es un componente esencial no sólo en la negociación para el cambio de conducta, sino también para la salud general de la pareja. Es ahí que a través del modelado y moldeado de la conducta se puede mejorar la relación y así evitar el inicio del patrón del ciclo de la violencia (planteado por Lenore Walker).
Sesión 5	Ambos logran realizar las tareas que fueron asignadas en la sesión anterior. A través del tema “habilidades de resolución de problemas” logran poner en práctica las recomendaciones y sugerencias planteadas durante la sesión.	Se continua bajo el “Enfoque conductual” de Miguel Costas y Carmen Cerrat ya que en la relacion se evidenció el choque entre las expectativas y la realidad de la personalidad de la pareja siendo estas significativas, comenzando a intercambiarse ciertas dosis de estimulación aversiva donde el intercambios de reforzantes sufrió un decremento. Se enseña técnicas de negociación y cuerdos, técnicas del tiempo fuera, expresión de sentimientos negativos.
Sesión 6	Logran realizar la retroalimentación en temas relacionado a los objetivos alcanzados, expectativas no conseguidas, problemas pendientes, planificación de nuevas estrategias de intervención y de entrenamiento complementario o insuficientemente practicado.	El objetivo de la revisión es para fortalecer, reforzar y hacer un alto de las situaciones que han venido cambiando para su continuación y de las situaciones que no se han podido realizar con éxito para así poder analizar y saber las razones del fracaso.

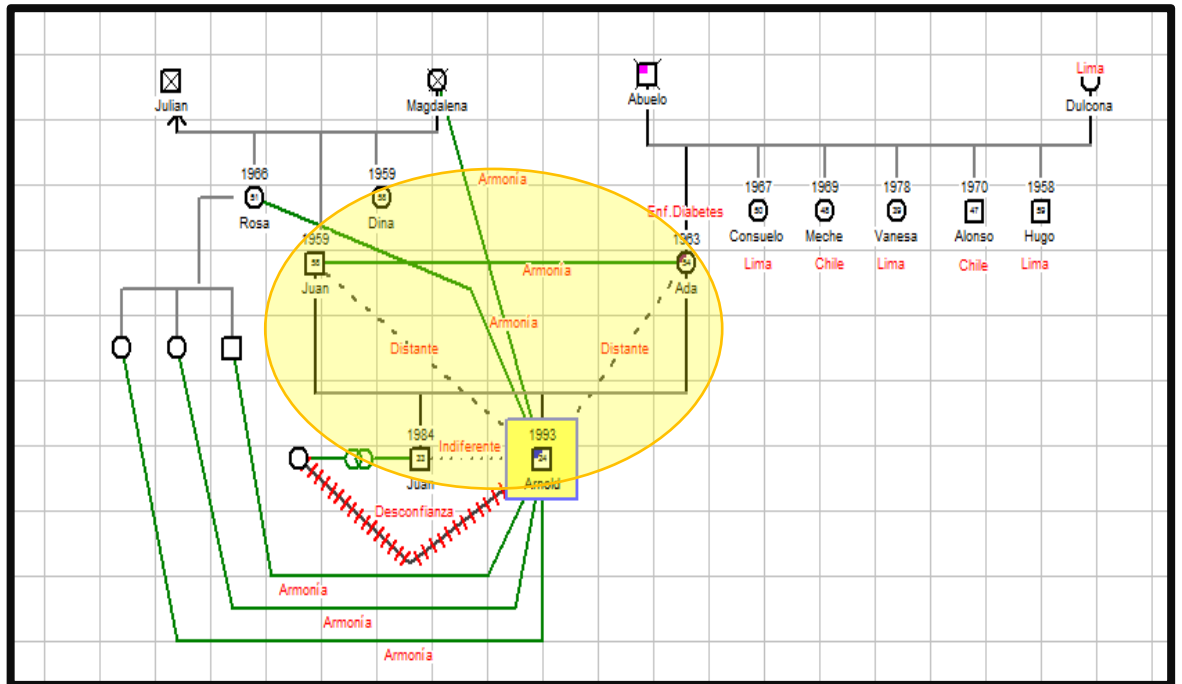
10. Conclusiones y aportes del estudio

- A través de la terapia con el enfoque principal “Terapia Breve Centrada en Soluciones” de Dr. Ruperto Charles Torres la pareja logra evidenciar los patrones de conducta que han permanecido en su relación.
- A través del “Enfoque Sistémico” la pareja pudo darse cuenta aquellos padrones de conducta que poseen sus familiares y que ellos también lo han adoptado y de cierta manera han influido en la relación.
- A través del “Enfoque conductual” de Miguel Costas y Carmen Cerrat la pareja logra poner en practica aquellos estilos de comunicación y soluciones de problemas para evitar el inicio del patrón del ciclo de la violencia y así fortalecer la comunicación, disminuir los celos y el resentimiento.

11. Video corto de aplicación de técnica y/o ficha de abordaje de caso.

Anexos

1. Genograma de Arnold M.



2. Genograma de Melissa S.

