



**EFFECTOS DE LA TERAPIA DE CONSTELACIONES FAMILIARES EN LA SALUD
MENTAL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA ENTRE 2009 Y 2024**

**Effects of Family Constellation Therapy on Mental Health: A Systematic Review of the
Literature between 2009 and 2024**

Karina Giuliana Robayo Campo

(Trabajo de grado)

Asesor, docente

Horacio Manrique

UNIVERSIDAD EAFIT

ESCUELA DE ARTES Y HUMANIDADES

PSICOLOGÍA

MEDELLÍN

2024

DEDICATORIA

Dedico con todo mi corazón este trabajo a mi papá que me sumergió en este tema tan bello y espero lo vea donde quiera que esté.

RESUMEN

El presente trabajo tiene por objetivo explorar la influencia de las constelaciones familiares en la salud mental, analizando sus efectos en el bienestar emocional, psicológico y social desde un enfoque de revisión cualitativa. Se realizó una revisión de investigaciones cualitativas, cuantitativas y mixtas publicadas entre enero 2009 hasta el agosto de 2024. Aunque se identifican ciertos beneficios potenciales en los ámbitos emocional, psicológico como social, no se puede concluir con claridad sobre su efectividad debido a importantes vacíos metodológicos en los estudios revisados. Es esencial continuar la investigación, para poder determinar la validez de la terapia de constelaciones familiares, ya sea como una posible herramienta complementaria en el acompañamiento psicoterapéutico, o considerar como una experiencia personal enriquecedora, sin asociarla al ámbito clínico. Para futuras investigaciones, hay un amplio espectro de posibilidades que incluyen explorar las causas detrás de los beneficios observados en esta terapia, la implementación de metodologías más rigurosas y la realización del porqué se encuentran beneficios en esta terapia, metodologías más rigurosas y seguimientos longitudinales.

Palabras claves: Constelaciones familiares, salud mental, efectos terapéuticos

ABSTRACT

The present work aims to explore the influence of family constellations on mental health, analyzing their effects on emotional, psychological and social well-being from a qualitative review approach. A review of qualitative, quantitative and mixed research published between January 2009 and August 2024 was conducted. Although certain potential benefits in the emotional, psychological and social domains are identified, it is not possible to conclude clearly on their effectiveness due to important methodological gaps in the reviewed studies. Further research is essential in order to determine the validity of family constellation therapy either as a possible complementary tool in psychotherapeutic accompaniment or as an enriching personal experience, without associating it with the clinical setting. For future research, there is a wide spectrum of possibilities that include exploring the causes behind the benefits observed in this therapy, the implementation of more rigorous methodologies and the realization of why benefits are found in this therapy, more rigorous methodologies and longitudinal follow-ups.

Key words: Family constellations, mental health, therapeutic effects

Tabla de contenido

RESUMEN	3
INTRODUCCIÓN	7
OBJETIVOS.....	8
GENERAL.....	8
ESPECÍFICOS.....	9
MARCO TEÓRICO	9
PSICOLOGÍA TRANSPERSONAL.....	9
DEFINICIÓN DE TERAPIAS ALTERNATIVAS Y COMPLEMENTARIAS.....	11
DEFINICIÓN DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES.....	12
CONSTELACIONES FAMILIARES EN EL CONTEXTO TERAPÉUTICO	16
METODOLOGÍA Y CONSIDERACIONES ÉTICA	17
MÉTODO	17
PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	18
RESULTADOS	22
Estudios de caso único o muestras pequeñas.....	22
Resultados observados en el bienestar psicológico, emocional y social.....	23
Artículos con muestras medianas y grandes	31
Resultados observados en el bienestar psicológico, emocional y social.....	32
DISCUSIÓN	38
Fortalezas y limitaciones metodológicas de las investigaciones seleccionadas	38
Revisión de los enfoques metodológicos cualitativos	39
Revisión de los enfoques metodológicos cuantitativos.....	43
Revisión de los enfoques metodológicos mixtos.....	46
Fortalezas y limitaciones en la metodología general.....	47
Influencia en el ámbito de la salud mental	49
CONCLUSIONES	51
LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN	52
REFERENCIAS.....	55
Anexos	1
Anexo 1.....	1

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 <i>Ruta metodológica de selección de artículos</i>	21
Tabla 1 <i>Porcentajes de enfoque metodológico de los artículos analizados</i>	38
Tabla 2 <i>Cumplimiento de criterios en los 23 artículos cualitativos</i>	40
Tabla 3 <i>Resumen del Cumplimiento de criterios metodológicos en artículos cualitativos</i>	43
Tabla 4 <i>Resumen del cumplimiento de criterios metodológicos en artículos cuantitativos</i>	44
Tabla 5 <i>Distribución de estudios por metodología y tamaño de muestra</i>	46
Tabla 6 <i>Distribución de estudios por metodología y tamaño de muestra</i>	48
Tabla 7 <i>Tabla de estudios revisados: Metodología y resultados en salud mental</i>	59

INTRODUCCIÓN

La salud mental es una de las ramas más importantes para el bienestar humano, específicamente en Colombia el Ministerio de Salud encontró que el 66,3% de los colombianos declara que en algún momento de su vida ha experimentado algún problema de salud mental (Ministerio de Salud y Protección Social, 2023). Estas son cifras altas y destaca la importancia de investigar sobre las intervenciones terapéuticas y su eficacia. Actualmente, existe una diversidad de enfoques terapéuticos, lo que ofrece múltiples opciones para las personas, ya que cada individuo tiene necesidades y características únicas.

En los últimos años, ha aumentado el interés por terapias alternativas o no convencionales, estas han sido objeto de críticas por su falta de respaldo científico y carencia de estudios rigurosos sobre su eficacia. Según la OMS, el 80% de los servicios de salud en el mundo en vías de desarrollo son de medicina complementaria (Pinto-Barrero & Ruiz-Díaz, 2012, p.186). Por esta razón, la *American Psychological Association (APA)* ha realizado investigaciones sobre su eficacia y apoya su integración para utilizarlas como complementaria, enfatizando siempre la importancia de que los psicólogos desarrollen competencias en estas modalidades (Barnett & Shale, 2012). Por lo tanto, la APA (2012) reconoce que estas terapias pueden ser beneficiosas para la salud y el bienestar de los clientes, destacando siempre su uso ético y limitaciones.

Las constelaciones familiares han ganado reciente popularidad en el ámbito de la salud, respaldadas por numerosos testimonios que destacan sus beneficios en la salud mental. A pesar de esto, su eficacia y seguridad continúan siendo objeto de debate dentro de la comunidad científica. Esta terapia fue desarrollada por Bert Hellinger, quien estudio filosofía, teología y pedagogía, se formó en psicoanálisis, dinámica de grupos, análisis transaccional, hipnoterapia, fenomenología, gestáltica y, con base en esto, desarrolló su propio modelo de terapia sistémica (Medina Pacheco,

2021). Las constelaciones familiares son una forma de terapia de grupo o individual que establece que un problema está conectado a la red de relaciones del individuo (Bernués, 2020). Esta ha sido una terapia controversial debido a su poca base científica, pero se le han atribuido beneficios tanto en el aspecto psicológico como social (Alonso, 2005). Este tipo de terapia ha sido estudiada en Europa Central y Occidental, mientras que en América Latina es más limitada. A pesar de no conocer su actual uso en Colombia, se sabe que alrededor del 40% de la población respectivamente son usuarios de algún tipo de medicina alternativa (Pinto-Barrero & Ruiz-Díaz, 2012). Esto destaca el interés de la población sobre este tipo de terapias y abre una oportunidad para analizar de manera rigurosa esta terapia y evaluar su posible impacto en la salud mental.

Para esto se realizará un análisis de la literatura de los últimos 15 años que responde a la necesidad de abordar la mayor cantidad de literatura debido al bajo número de investigaciones. Analizar este periodo permitirá identificar tendencias, observar su evolución y el desarrollo de nuevas perspectivas sobre su efectividad. Esto permite explorar un nuevo tipo de terapias que podrían ser beneficiosas para la salud mental como complemento en un proceso psicoterapéutico. Adicionalmente, proporciona información valiosa tanto para profesionales de la salud como para la población general, permitiendo comprender mejor los posibles riesgos y beneficios de esta terapia en el ámbito de la salud. Por consiguiente, este estudio se planteó para responder a la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles han sido los principales efectos de la terapia de constelaciones familiares en la salud mental en la literatura desde 2009 hasta agosto de 2024?

OBJETIVOS

GENERAL

Describir los principales efectos de la terapia de constelaciones familiares en la salud mental reportados en la literatura especializada desde enero de 2009 hasta agosto de 2024.

ESPECÍFICOS

- Identificar las fortalezas y limitaciones sobre el uso de las constelaciones familiares en el contexto de salud mental, reportados en la literatura especializada desde enero de 2009 hasta agosto de 2024, enfocándolo en el bienestar psicológico, emocional y social.
- Examinar las limitaciones y fortalezas de la metodología de las investigaciones, reportados en la literatura especializada desde enero de 2009 hasta agosto de 2024, desde una perspectiva general.

MARCO TÉORICO

PSICOLOGÍA TRANSPERSONAL

La psicología transpersonal es una nueva rama que explora al humano más allá de lo intrapsíquico o individual, abriendo el campo a lo espiritual. Esta área explora las experiencias superiores de nuestro psiquismo y, resultado de esto, las personas pueden mejorar su relación con los demás y con el mundo, ya sea de manera pasajera o definitivamente (Goya,1984). Este planteamiento integral permite tener una visión más completa abriendo camino a terapias alternativas. En esta perspectiva, las experiencias transpersonales suelen ir acompañadas de cambios psicológicos importantes, duraderos y beneficiosos que se reflejan en lo cotidiano, que pueden ayudar a superar crisis, traumas o dificultades personales y existenciales (Moreno, 2024).

Entrando en la salud psicológica, desde este punto de vista transpersonal, está unida a las experiencias transpersonales. El término “salud” engloba estas experiencias que son consideradas estados no ordinarios de consciencia, por lo que pueden provocar una profunda huella que producen modificaciones saludables en el perceptor de su vida cotidiana, tanto en lo más simple como en la trascendencia (Moreno, 2024). La trascendencia hace énfasis en una visión más allá de los límites del cuerpo. Esto incluye conceptos como el inconsciente colectivo que se conecta con

todos los aspectos universales como mitos, historias de diferentes culturas, entre otros (Yáñez Villegas & Zúñiga Salazar, 2022). Es decir, lo que compartimos en el ámbito social constituye este inconsciente que puede permitir al individuo comprender las fuerzas que influyen en su vida y su psique. También, la trascendencia reconoce la existencia de una dimensión espiritual incluyendo aspectos religiosos, estados de conciencia y todas las actividades que contienen valores superiores (Yáñez Villegas & Zúñiga Salazar, 2022). Así que permite abrir campo a las técnicas y terapias que, al experimentar las personas, les da diversos estados de conciencia que les puede afectar positivamente, o no, en diferentes aspectos de su vida. La sanación global de la persona incluye, entonces, estados de modificación de la conciencia no contemplados hasta ahora, lo que permite la psicología expandirse a lugares teóricos donde se puede ofrecer una explicación mucho más amplia e integrada de la gama de experiencias humanas (Moreno, 2024).

Basándonos en esto, delimitaremos la salud mental como una visión integral de lo psicológico, social y espiritual (SAMHSA, 2023). La salud mental es importante para todas las etapas de la vida y afecta tanto el pensamiento y el ánimo, como el comportamiento. La OMS plantea que la salud mental es “un estado de bienestar que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad” (OMS, 2022).

Según Benito et al. (2016):

La dimensión espiritual es un aspecto esencial de la condición humana, que representa un impulso inherente que busca la plenitud y felicidad. Este representa un dinamismo que se manifiesta a través de las relaciones interpersonales y un sentido de conexión con algo más grande que uno mismo. La espiritualidad es considerada un universal humano, que se expresa en el deseo constante de encontrar significado y propósito en la vida (p. 372).

Con base en lo dicho anteriormente la espiritualidad se ha convertido en una búsqueda de toda persona, su significado tiene una percepción individual. Se reconoce que desde hace siglos existe una conexión significativa entre la espiritualidad y salud, cuando se reconoce puede incluir en la salud y calidad de vida teniendo un papel clave en la salud (Puchalski et al., 2014, p.1). Según lo mencionado, la salud mental abarca el aspecto psicológico, social y espiritual que afecta el bienestar del ser humano. El modelo bio-psico-social-espiritual es una visión holística de la salud, que busca aliviar el dolor físico, abordar las necesidades emocionales y espirituales, promoviendo una atención compasiva y centrada en el paciente, lo que puede mejorar significativamente su calidad de vida (Puchalski et al., 2014). Esto nos permite ver al humano con una visión global explorando todas sus áreas, donde las alteraciones de la salud mental impactan no solo la psique, sino también el bienestar físico, emocional y social del individuo.

DEFINICIÓN DE TERAPIAS ALTERNATIVAS Y COMPLEMENTARIAS

Las terapias alternativas y complementarias son aquellas que no son consideradas como parte de la medicina convencional, pero, han sido utilizados durante siglos en distintas culturas, como la indígena, la antigua China, entre otras. Actualmente, muchas de estas prácticas todavía se utilizan y la población les da una alta importancia a estas alternativas. En el campo de la psicología, las terapias alternativas pueden ser una herramienta para la psicoterapia. Aunque la psicoterapia es un concepto amplio y complejo, aquí me centraré en una definición integral. Según, Jorge Luis Tizón, “la psicoterapia consiste en la aplicación metódica de técnicas y procedimientos psicológicos en el tratamiento de los problemas de conducta, los trastornos mentales o el sufrimiento humano (no sólo psicológico)” (Fernández & Rodríguez, 2001, p.28). Esta definición permite abarcar no solo trastornos mentales, sino malestares que la persona experimenta en su vida.

Este tipo de terapias son altamente cuestionadas por su efectividad en la salud mental. Debido a esto, la organización *Federal Government's Lead Agency for Scientist Research on Complementary and Alternative Medicine* (NCCAM) se encarga de investigar la efectividad de estas distintas técnicas en el campo de la psicología (Barnett & Shale, 2012). Estas organizaciones realizan una clasificación de estas terapias en cuatro categorías: medicina mente-cuerpo, prácticas basadas en la biología, prácticas manipulativas y corporales y medicina energética (Barnett & Shale, 2012). Basándose en estas categorías, se investigan sus efectos y marcos teóricos. Uno de los estudios de la APA investigó 14¹ terapias alternativas y complementarias donde habla de su eficacia y como integrarlas correctamente en la psicoterapia (Barnett & Shale, 2012). Actualmente, se continúan las investigaciones sobre estas terapias y sus efectos en la salud mental, con el objetivo de establecer prácticas seguras y dando a los pacientes opciones integrales y personalizadas para su bienestar.

DEFINICIÓN DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

Las constelaciones familiares son una terapia utilizada hace mucho tiempo y ha sido cuestionada por varios autores debido a su poco respaldo científico. Las constelaciones o configuraciones familiares permiten relacionar los problemas de una persona con sus vinculaciones inconscientes a su sistema familiar de origen (Feijoo Portero, 2017) Su base teórica plantea que existe una conexión con cada miembro y que sus acciones y problemáticas influyen en las generaciones actuales. En otras palabras, este tipo de terapia permite ver de una manera gráfica los problemas, causas y posibles soluciones para la resolución de conflictos en las relaciones interpersonales (Medina Pacheco, 2021) Es una forma que permite ver con mayor

¹ Las terapias mencionadas fueron: suplementos dietéticos, meditación, quiropráctica, aromaterapia, terapia de masaje, yoga, relajación progresiva de músculos, espiritualidad religión y oración, terapia de movimiento, acupuntura, reiki, biofeedback, hipnosis y terapia musical.

facilidad la problemática existente de una manera visual que tiene un individuo. Este método permite relacionar las dificultades de una persona en su vida presente con sus vinculaciones inconscientes de su sistema familiar y puede resolverlas haciéndolas conscientes (Feijoo Portero, 2017). Esto quiere decir que la persona al comprender las problemáticas familiares es posible que pueda sanar y afrontar los desafíos en su vida.

Esta terapia fue desarrollada por Bert Hellinger (1996) filósofo, teólogo y pedagogo quien estudio psicoanálisis, dinámica de grupos, análisis transaccional, fenomenología, sensibilización gestáltica y diversos métodos de hipnoterapia y de ahí desarrolló su propia terapia sistémica (Medina Pacheco, 2021). De aquí salió la técnica de constelaciones familiares. Específicamente, esta terapia se basa en la fenomenología que representa un movimiento filosófico que llama a resolver todos los problemas apelando a la experiencia intuitiva o evidente basándose en lo que muestran las cosas (Riccio, 2020). Cabe decir que esta teoría se aleja del método clínico, sus propuestas no surgen de un paradigma psicológico bien representado académicamente, por lo que suele tener menos datos comparados que las avalen (Alonso, 2005). Por lo que su respaldo es limitado y se debe tener cuidado en el ámbito clínico.

Uno de los principios de esta terapia es que no solo existen factores individuales, como razonamiento, sentimientos y deseos, sino también fuerzas transpersonales más poderosas que hacen evolucionar la vida en el universo (Feijoo Portero, 2017). Por lo tanto, esta terapia integral afirma que la conciencia es un aspecto ligado a nuestra espiritualidad. Se plantea que existen tres niveles de conciencias que nos vinculan a las demás que se pueden observar en esta terapia. La conciencia principal es la que vincula a la persona con sus ancestros hasta cuatro generaciones atrás, y esto se combina como si fuera una. Esta primera conciencia representa todas las redes familiares de primera línea de cada persona y llega a ser extensa al representar las generaciones

pasadas. Conectada a esta, se encuentra la conciencia personal que representa los vínculos importantes que realizó cada persona y se ve la prioridad que se da a ciertos miembros (Portero, 2017). Estas dos conciencias se conectan entre sí y pueden chocar entre ellas. Por último, la conciencia superior que se manifiesta en las constelaciones, denominada gran alma, esta es la que permite la solución de las problemáticas familiares. Estos planteamientos fueron creados por Bert Hellinger y muchos de sus críticos argumentan que la terapia se asemeja a un sistema de creencias o dogma más que a una intervención psicológica (Caballo & Salazar, 2019).

Basándonos en lo dicho anteriormente, tenemos una conexión con nuestros antepasados y personas en la vida actual que afectan nuestra vida. Es decir, que no actuamos de manera individual, sino de manera colectiva y si estos se ven alterados tienen implicaciones en la vida en el presente. Estos niveles de conciencia no son aleatorios, sino que se rige por tres órdenes del amor. El primero es la pertenencia, que establece que todos los miembros de la familia tienen derecho a ocupar su lugar, sin excepción. Ningún miembro puede ser excluido en ninguna circunstancia. El segundo orden es la jerarquía, que dicta que quienes nacen primero tienen prioridad en el sistema familias sobre los que llegan después. Finalmente, está el equilibrio entre el dar y recibir, que asegura la armonía en las relaciones al mantener un intercambio justo entre los miembros de la familia (Riccio, 2020). Todos estos órdenes se dan de manera inconsciente y no se controlan; se dan dependiendo cada sistema familiar. Si estos órdenes se ven afectados pueden ocasionar un malestar en toda la red familiar, por ejemplo: la muerte de un familiar, un aborto, error de roles familiares, etc.

Dado lo expuesto anteriormente, se afirma que los miembros de una familia están ligados por profundos lazos de amor y lealtad, donde puede haber malentendidos, que han sido olvidados y le trae infelicidad a la familia (Medina Pacheco, 2021). Por lo tanto, se pueden decir que cada

lazo en el sistema familiar es importante, ya que si este es afectado o no reconocido puede tener repercusiones en la vida actual de las nuevas generaciones.

Existen ciertas explicaciones en la manera en que ocurre la constelación, que se basa en dos factores en la psicología sistémica y en la teoría de los campos mórficos del bioquímico Sheldrake. La psicología sistémica plantea que cuando un miembro de una familia se posiciona de forma distinta, todos los miembros se ven afectados por la nueva posición. (Ortiz-Tallo & Gross, 2014). Esto se fundamenta en los órdenes del amor, donde, si existe un cambio, ya sea en la jerarquía o pertenencia, afecta al sistema familiar. La teoría de los campos mórficos del bioquímico Sheldrake propone que en estos campos hay una transmisión de la información entre organismos de una misma especie, sin mediar efectos espaciales, y esta se guarda en la memoria colectiva (Ortiz-Tallo & Gross, 2014). Si estos campos se llegan a alterar o transformar, se transmite a todo el sistema familiar.

A partir de lo expuesto, se observa que existe cierto respaldo teórico respecto a cómo se transmite la información en el sistema familiar y su influencia en la vida presente. Sin embargo, en su base teórica, las constelaciones familiares se mueven en el terreno de lo dogmático, donde la validez de las ideas radica en la autoridad del facilitador y en la teoría (Alonso, 2005). Esto genera que ciertos aspectos dependan de la interpretación subjetiva del constelador, lo que contribuye a la controversia en torno a esta terapia. Es importante señalar que Hellinger no buscaba comprobar su teoría, lo que disminuye su aceptación en el ámbito científico (Alonso, 2005). A pesar de ello, algunos autores han intentado validar y otorgar legitimidad a este enfoque mediante estudios e investigaciones.

CONSTELACIONES FAMILIARES EN EL CONTEXTO TERAPÉUTICO

El concepto psicopatológico central de las constelaciones es estipulado como “enredo”. Este término se refiere a cómo ciertos eventos impactantes dejan un efecto residual en todos los miembros de la familia, y las dinámicas no resueltas derivadas de estos eventos se transmiten a las generaciones siguientes (Alonso, 2005). Así, cualquier hecho no resuelto se convierte en un enredo, y este es el que se intenta identificar en cada sesión. Este enfoque terapéutico se distingue del método clásico de psicoterapia, caracterizado por el diagnóstico según el DSM – V o CIE – 11, ya que no sigue estos modelos. Su objetivo principal no es diagnosticar, sino trabajar con lo que se presenta en cada caso, evitando juicios y etiquetas (Sánchez Gavete, 2011). Por lo tanto, no existe una clasificación diagnóstica, sino un enfoque terapéutico orientado a resolver los problemas particulares de cada individuo.

En la terapia de las constelaciones familiares, la finalidad principal es permitirle a la persona darse cuenta de su dinámica familiar para darle una solución. Esto implica ayudar a colocar a cada miembro de su sistema familiar en el lugar correspondiente y lograr un equilibrio. El autor Medina Pacheco (2021) sugiere que esta terapia puede ofrecer diversos efectos positivos, como los siguientes:

Puede ayudar en la solución de conflictos con la pareja, padres, hermanos y otros miembros familiares; la comprensión y aceptación de enfermedades desde una perspectiva sistémica; el equilibrio de sistemas familiares, sociales u organizacionales; y la recuperación del equilibrio interior, entre otros beneficios. (p.36)

Basándonos en esta premisa nos permite ver que este tipo de terapia permite ajustarse a cada caso, especialmente en la psicoterapia permite a la persona sanar sus conflictos personales. Sin embargo, en las constelaciones familiares no es posible predecir el efecto de la terapia que

tendrá en las personas, ya que pueden ser diversos y pueden manifestarse en una temporalidad diversa, lo que genera ambigüedad sobre su verdadera causa (Caballo & Salazar, 2019). Esta terapia puede aplicar tanto de forma grupal como individual, y en ambos casos debe ser guiado por un profesional capacitado. Aunque el procedimiento es flexible, sigue una estructura general en tres fases que se adapta a cada caso según su evolución. En la primera fase, se representa la imagen interiorizada del sistema familiar del paciente.

METODOLOGÍA Y CONSIDERACIONES ÉTICA

MÉTODO

Esta investigación adopta un enfoque de revisión sistemática cualitativa de la literatura, para describir los principales efectos de la terapia de constelaciones familiares en la salud mental. Una revisión sistemática es un tipo de revisión que recopila y proporciona un resumen sobre un tema orientado para responder una pregunta de investigación (Eguía, 2014). Este método se considera adecuado para sintetizar y analizar el conocimiento existente, torna a un tema específico, permitiendo identificar patrones, limitaciones y hallazgos importantes (Hernández et al., 2010). El tipo de investigación será *descriptivo* con la finalidad de especificar los hallazgos, limitaciones e influencia de las constelaciones familiares en el ámbito terapéutico y de la salud mental (Hernández et al., 2010).

Para asegurar la relevancia y calidad de los estudios incluidos, se tomaron en consideración los siguientes criterios:

- Idioma: solo se incluyeron estudios publicados en español e inglés.
- Periodo de publicación: solo se incluyeron artículos publicados entre enero 2009 y agosto de 2024

- Tipo de publicación: se consideraron únicamente artículos de revistas o libros que estuvieran disponibles en texto completo y que se enfocaron en el tema escogido.
- Enfoque temático: se incluyeron estudios que analizaran los efectos de la terapia de constelaciones familiares en el contexto de la salud mental, incluyendo aspectos psicológicos como sociales.
- Exclusión: se excluyeron todos los artículos que no abordaran directamente la relación entre constelaciones familiares y salud mental.

La recolección de datos se llevó a cabo en tres bases de datos académicos reconocidos por su amplia cobertura en ciencias sociales y de la salud: EBSCO, ScienceDirect y Google Scholar. Estas bases de datos fueron seleccionadas por la amplitud de acceso a literatura especializada. Se diseñó una estrategia de búsqueda específica utilizando combinación de términos en inglés y español. Además, se aplicaron operadores booleanos para delimitar la búsqueda y se aplicaron filtros para limitar los resultados obtenidos. Una vez seleccionados y evaluados los estudios, se utilizó un archivo de Microsoft Excel para realizar una sistematización de los datos para realizar el análisis crítico y síntesis.

Por último, al ser una revisión sistemática cualitativa no se involucró una interacción directa con sujetos humanos, lo que no implica consideraciones éticas metodológicas. Sí se consideraron los derechos de autor y se citó correctamente la información obtenida de las fuentes revisadas.

PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

La recolección de información para esta revisión sistemática se realizó durante agosto y septiembre del año 2024. Se llevó a cabo una primera búsqueda en las bases de datos académicos

seleccionadas, con los siguientes términos de búsqueda: (family constellation therapy or systemic constellation) AND (mental health) y términos en español (constelaciones familiares) AND (salud mental OR psicoterapia). Inicialmente, la búsqueda arrojó un total de 20.400 artículos en Google Scholar, 108.627 en Science Direct y 125.593 en EBSCO. Posteriormente, se obtuvieron un total de 140 artículos en Google Scholar, 386 en Science Direct y 241 en EBSCO aplicando los filtros en español: entre los años 2009 y 2024, español, inglés, publicaciones e investigaciones, revistas académicas, artículos de revisión; mientras que en inglés se aplicó: review articles, case report, research articles, data articles, between 2009 and 2024, psychology, social science, nursing and health profession.

Tras aplicar los filtros, se seleccionaron aquellos artículos que cumplían completamente con los siguientes criterios:

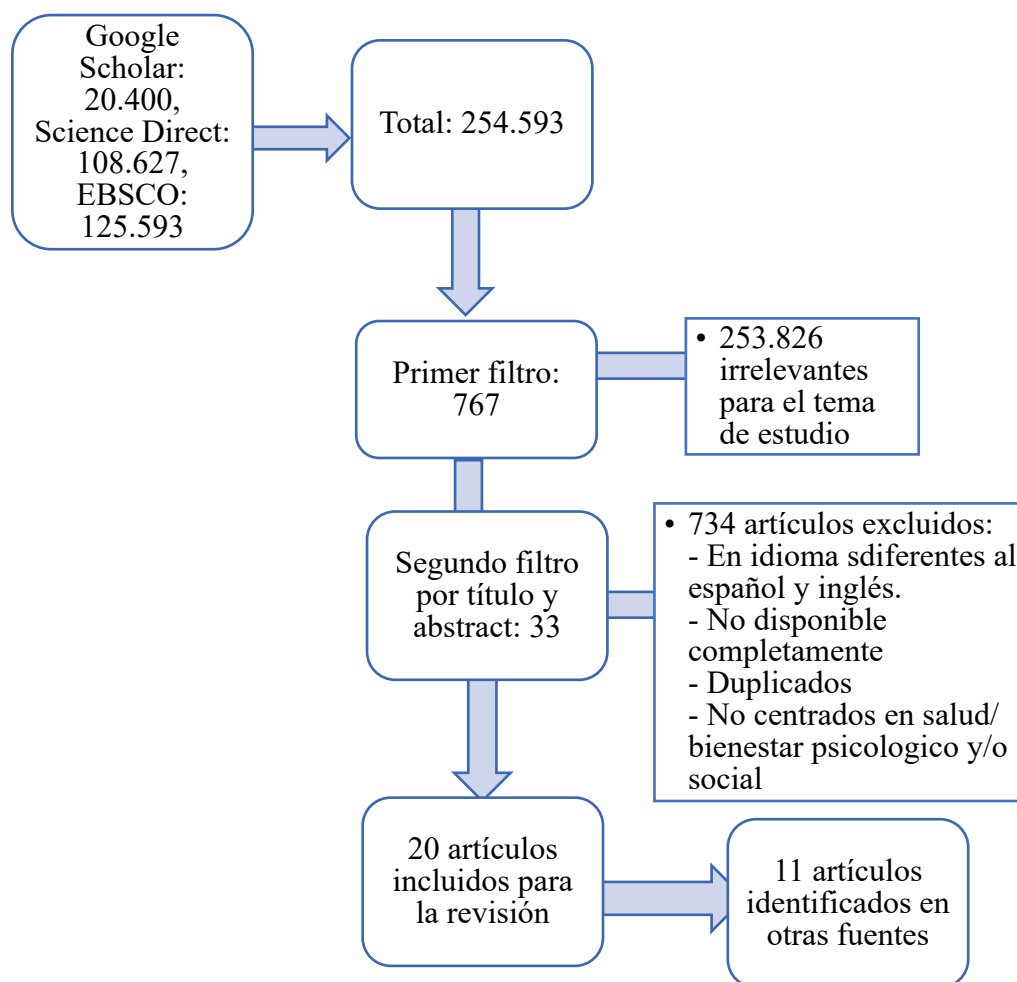
- Idioma: en español e inglés
- Artículos publicados desde enero del 2009 hasta agosto del 2024.
- Artículos de revista disponibles en texto completo
- Estudios enfocados en la salud mental

Los artículos filtrados fueron revisados detenidamente a partir de sus títulos y resúmenes para determinar su pertinencia en relación con los objetivos de la investigación. Aquellos estudios que cumplían con todos los criterios fueron descargados para realizar un análisis del texto completo y una evaluación más detallada. Por medio de un archivo de Microsoft Excel, se sistematizaron las siguientes variables de los estudios seleccionados: año, revista, base de datos, autor, título, país en el que se desarrolló el estudio, resumen, objetivo, marco teórico, metodología, participantes/corpus, resultados principales, conclusiones e idioma.

Al final de este proceso de selección, se revisaron completamente los 31 artículos que cumplieron todos los requisitos establecidos y cuyos hallazgos exploran la relación entre constelaciones familiares y salud mental. La Figura 1 presenta la ruta descrita para seleccionar los artículos para la revisión.

Figura 1

Ruta metodológica de selección de artículos



RESULTADOS

Los 31 artículos encontrados entre el 2009 y 2024 muestran una variedad de resultados con distintos enfoques. Debido a esto se abordará la descripción de los resultados mediante una división de estudios de casos únicos o muestras pequeñas y estudios con muestras medianas o grandes. Esta división permitirá una descripción más detallada enfocada en los resultados en la salud mental desde sus diferentes dimensiones. Los detalles de cada estudio se presentarán en la Tabla 7 que se puede ver en el Anexo 1.

Estudios de caso único o muestras pequeñas

Los estudios de caso son investigaciones en las que se focalizaron en un solo sujeto o un grupo reducido de participantes (hasta 40 participantes), y es precisamente esa su principal limitación (Morales Vallejo, 2011). Este tamaño de muestra se analiza estadísticamente y es la que permite luego validar su nivel de confianza. Este tipo de estudios no permite establecer generalizaciones a poblaciones más amplias, pero se puede sacar conclusiones propias del mismo caso, que igualmente son una herramienta clave que permite aportar a la teoría (Wainer, 2012). Dentro de este grupo, se distingue dos subcategorías, el primero delimita los estudios de caso que presentan menos de 25 participantes (Agudelo Gómez, 2017; Basteiro Tejedor, 2013; Cohen, 2024; Crawford, 2013; Fabre Robles, 2020; Gil González, 2019; Gorfinkel, 2009; León Espinoza, 2015; Mayer & Viviers, 2015; McQuillin & Welford, 2013; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Ramos & Ramos, 2019; Salters, 2013; Tornello, 2019; Tornello et al., 2016; Welford, 2014, 2019). La segunda subcategoría abarca los estudios que tienen un tamaño de muestra entre 26 y 40 participantes (Chapanta Pérez, 2014; Medina, 2023; Robl Greis, 2019).

Resultados observados en el bienestar psicológico, emocional y social

En los estudios abordados se pueden observar tres categorías de análisis: beneficios en la salud mental, beneficios enfocados exclusivamente en el bienestar emocional y beneficios centrados en el bienestar social. En algunos artículos se destaca que la terapia de constelaciones familiares muestra un impacto positivo en la totalidad de la salud mental (Basteiro Tejedor, 2013; Crawford, 2013; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Robl Greis, 2019; Salters, 2013; Tornello, 2019; Welford, 2019).

Basteiro Tejedor (2013) explora la combinación de psicoterapia individual sistémica combinada con constelaciones familiares en una paciente (mujer) teniendo como resultado una mayor conciencia de su familia permitiéndole sanar sus relaciones, al reportar disminución de su angustia, aumento de confianza y sentimiento de mejoría general. Este estudio, realizado en España, fue de tipo cualitativo mediante entrevistas para evaluar su experiencia.

En una muestra de 5 participantes mexicanos, Duncan (2017) halló, a través de un análisis cualitativo que las constelaciones familiares facilitan la creación de un sentido de psicossocialidad² mediante viñetas etnográficas. Los participantes no solo trabajaron en conflictos personales, sino que también abordaron su sufrimiento social y familiar de manera colectiva. Las conclusiones del estudio resaltan que las constelaciones familiares no solo funcionan como una herramienta terapéutica, sino que también actual como un medio para fortalecer la cohesión social y familiar en un contexto cultural específico.

Crawford (2013) muestra cómo dos participantes mujeres en Estados Unidos revivieron episodios de su pasado que creían superados, lo que les permitió explorar estos sentimientos,

² Este término lo definen como: socialidad generada por la globalización de conceptos, diagnósticos y prácticas psicológicas que producen nuevos escenarios para el trabajo con uno mismo y la formación de sujetos, pero también para procesar de manera conjunta el sufrimiento social, los conflictos familiares y la angustia psicológica en formas culturalmente notables (Duncan, 2017, p.489).

permitiendo disminuir su malestar emocional y a mejorar relaciones problemáticas. El estudio es de tipo cualitativo, lo que resalta la importancia de la experiencia subjetiva en la intervención. Continuando con esta misma línea, Salters (2013) investiga una combinación de la terapia de la caja de arena³ con constelaciones familiares en dos participantes (un hombre y una mujer) en África mediante entrevista y observación con un énfasis en lo cualitativo. Salters (2013) que esta combinación fue beneficiosa para los participantes, los cuales experimentaron una liberación de emociones reprimidas, comprensión de sus relaciones, empoderamiento personal y conexión con sus sistemas familiares.

Un estudio en Reino Unido dirigido por Welford (2019) subraya la importancia del trauma transgeneracional donde se exploran dos casos de mujeres con un enfoque metodológico cualitativo, a través de la observación. Uno de estos explora problemas familiares del pasado que aún causaban malestar; a través de las constelaciones familiares se le permitió liberar emociones reprimidas y comprender de estas. Se destaca que el otro participante expresó que no pudo validar la veracidad de lo que sucedió en la constelación; sin embargo, consideró que la información proporcionada era una posible explicación para su malestar. Esto provocó que no experimentara una mejora en su salud mental. Welford (2019) señala que no se puede dar por sentado que las constelaciones reflejen con exactitud todos los detalles, y esta inexactitud puede disminuir su efectividad para el participante.

Por otro lado, Tornello (2019) en Argentina encontró que 9 de los 10 participantes (ocho mujeres y dos hombres) mostraron cambios en su conducta problemática. Las conductas que mejoraron incluyeron la expresión de afectividad a los padres, aceptación hacia su familia, inclusión del padre biológico, separación de una pareja que le causaba malestar y conciencia de

³ Esta terapia fue utilizada por Dora Kalf quien descubrió que a través del juego con arena y juguetes los niños podían expresarse siendo un tipo de terapia, posteriormente se vio su eficacia en adultos (Salters, 2013)

actitudes nocivas frente a sus relaciones (Tornello, 2019). Un participante indicó que no experimentó cambios significativos después de la intervención. Este estudio se realizó durante tres meses con un enfoque cualitativo, mediante la observación participante activa y entrevista en profundidad. Mientras que el estudio de Robl Greis (2019) incluye una muestra más amplia de 47 participantes, en el cual 85% fueron mujeres y solo el 15% fueron hombres. Este fue un estudio empírico que exploró la influencia de las constelaciones familiares, mediante un carácter cualitativo, durante un período de seis meses en cinco categorías⁴. Se concluyó que los participantes que evaden sus sentimientos causan un síntoma en su salud mental. Al reconocer y cuestionarse lo que han estado evadiendo, mediante las constelaciones familiares, logran experimentar sensaciones de alivio, calma, mejorando así su bienestar emocional e impactando positivamente en sus relaciones (Robl Greis, 2019).

Es importante mencionar el estudio de Osorio Gutierrez & Zea Arrubia (2024) realizado en la Universidad de Antioquia, Colombia, que explora, mediante un enfoque cualitativo si esta terapia es producto de la sugestión en dos participantes mujeres. La sugestión es cuando una persona acepta y responde a ideas o estímulos que influyen en su pensamiento, emociones o comportamientos, sin realizar un análisis crítico consciente previo. El estudio a través de entrevistas concluyó que las constelaciones sí tienen efectos somáticos y en las relaciones personales, atribuidos en gran parte a la sugestión, que es un fenómeno más amplio que el denominado placebo (Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024). Brinda una posible explicación del porqué los participantes sienten un cambio relevante en sus vidas tras este tipo de terapias.

⁴ Las cinco categorías fueron las siguientes: enfermedades congénitas y hereditarias; enfermedades ocasionales, enfermedad terminal; enfermedad sistémica; relacionado con dinámicas inconscientes y nuevas enfermedades autoinmunes y neurológicas (Fabre Robles, 2020)

La segunda categoría de análisis explora los estudios que focalizan en los beneficios de las constelaciones familiares en las relaciones interpersonales, incluyendo la familiar, pareja y amigos (Agudelo Gómez, 2017; Chapanta Pérez, 2014; Mayer & Viviers, 2015; McQuillin & Welford, 2013; Ortiz-Tallo & Gross, 2014). La mayoría de estos estudios se focalizan en uno o dos participantes explorando a detalle el efecto de esta terapia en las relaciones interpersonales. En el estudio de Ortiz-Tallo & Gross (2014), realizado en España, mediante una metodología cualitativa se llevó a cabo un acompañamiento longitudinal de 18 meses a una participante (mujer) que constantemente escoge parejas no disponibles y que le causan un malestar emocional. A medida que se hace la constelación se ve cómo la participante autoexplora esta posición y cómo, a medida que pasa el tiempo decide escoger personas disponibles que le aporten en su vida. Conectado con este tema en Turquía, McQuillin & Welford (2013) exploran cómo una participante (mujer) mediante esta terapia exploró conflictos familiares pasados que todavía le causaban malestar, permitiéndole expresar estos sentimientos y produciéndole un alivio emocional en sus relaciones interpersonales. El investigador exploró la experiencia del cliente de manera cualitativa mediante entrevistas.

La familia es fundamental para las constelaciones familiares, por lo que es constantemente explorado. Chapanta Pérez (2014) explora en una muestra de 64 participantes, cómo las constelaciones familiares facilitan la reintegración familiar, mejorando la comunicación, mayor comprensión y favoreciendo las sus relaciones. El investigador se focalizó únicamente en adolescentes mujeres y sus padres en la ciudad de Ambato, Ecuador. Este es uno de los dos estudios con un enfoque metodológico mixto en el que se combinan las técnicas de observación, procesamiento de información y comprobación de hipótesis mediante Chi cuadrado. En este estudio, se exploró si las constelaciones familiares si inciden en la reinserción familiar de las

adolescentes, encontrando un nivel de significancia de 5%, por lo que permite aceptar esta hipótesis (Chapanta Pérez, 2014).

Se destaca uno de los estudios realizados en Colombia, puntualmente en Risaralda, en el cual se realizó un acompañamiento a siete grupos familiares que han experimentado a una situación traumática de suicidio. Agudelo Gómez (2017) implementó una metodología cualitativa, mediante la observación participante que, a través de las constelaciones familiares, permitió a los participantes transformar su situación traumática en familia, redefinir su experiencia y mejorar significativamente las relaciones familiares.

Otro estudio relevante, realizado en África por Mayer & Viviers (2015), se enfoca en la cultura y su influencia en las constelaciones familiares. La cultura es un aspecto fundamental que moldeamiento de nuestros comportamientos. Puntualmente, exploraron nueve culturas⁵, destacando que los seis participantes atravesaron por experiencias culturales significativas en su cultura como el holocausto, esclavitud, matrimonios arreglados, inmigración, religión, muerte, entre otras. En este no se delimitan claramente el género de los participantes, pero se explora su experiencia mediante entrevistas en profundidad, teniendo un carácter cualitativo. Mediante las constelaciones Mayer & Viviers (2015) concluyeron que estos acontecimientos culturales generaban malestar en sus relaciones y al comprender estos eventos, lograron una mayor conciencia de sus sistemas familiares, lo que les permitió mejorar los vínculos y resolver dinámicas no resueltas.

La última categoría de análisis abarca únicamente los estudios que exploran el bienestar psicológico. Este grupo incluye la mayor cantidad de estudios, con un total de nueve (Cohen, 2024;

⁵ Las culturas exploradas en el estudio de Mayer & Viviers, (2015) incluye las culturas: Afrikaner, English – speaking White, Coloureds, Indians, Jews, Europeans, Cape Malay y Namibians. Es importante destacar que el estudio es en inglés, por lo que se preservan los términos en su idioma original.

Fabre Robles, 2020; Gil González, 2019; Gorfinkel, 2009; León Espinoza, 2015; Medina, 2023; Ramos & Ramos, 2019; Tornello et al., 2016; Welford, 2014). Dos estudios se enfocaron en un diagnóstico puntual, uno de depresión y el otro de estrés postraumático. Ramos & Ramos (2019) en un estudio mixto realizado en Portugal, exploraron la reducción de síntomas de depresión en una participante (mujer) que presentaba depresión severa, utilizando con instrumentos estandarizados⁶. Comparando las pruebas antes y después de la terapia realizada, se encontró que los niveles de estrés bajaron de moderado a normal (40% menos), de una depresión severa baja a normal (91% menos). En cuanto a la experiencia de la paciente, menciona que emocionalmente se siente mejor, se desprendió de la culpa que sentía y, en general, se siente mejor.

Por otro lado, en el caso de estrés postraumático se realizó un acompañamiento individual a una participante (mujer) mediante constelaciones familiares, explorando cómo esta herramienta puede ser efectiva para ayudar a atravesar este trauma de manera gradual. Gil González (2019) concluye mediante un análisis cualitativo que mediante este acompañamiento la paciente le permitió disminuir su sentimiento de frustración, al enfrentar sus emociones; la paciente se siente más madura, continúa viviendo altibajos emocionales, pero menos acentuados y en general se siente mejor.

Otro tema abordado en los artículos fue el duelo y cómo a través de las constelaciones familiares se puede acompañar en este proceso de una pérdida de un ser querido. En el estudio de Welford (2014) en Reino Unido, se analiza un caso clínico de una paciente (mujer) a la que todavía le causaba malestar emocional la pérdida de su hermano en su juventud, todavía le causa malestar emocional, afectando especialmente su desempeño laboral y relaciones amorosas. Se exploró desde un enfoque cualitativo, mediante varias sesiones de terapia individual enfocadas en procesar

⁶ Se utilizó la prueba de Depression Anxiety Scales, creada por Lovibond and Lovibond (1995).

el duelo y otros aspectos que le causaban malestar. Se concluyó, que mediante estas sesiones la participante logró explorar sus emociones relacionadas con el duelo, lo que le permitió sentirse más aliviada y menos deprimida, indicando una mejoría en su bienestar emocional (Welford, 2014). Continuando con esta temática, Gorfinkel (2009) examina dos casos de duelo en dos mujeres de una misma familia que recientemente perdieron a un ser querido. En este estudio, se combinan las constelaciones familiares y terapia Ericksoniana para llevar sesiones terapéuticas con las dos participantes, utilizando un enfoque cualitativo. Como conclusión, se señaló que la combinación de ambas terapias permite un acompañamiento en situaciones de duelo mejorando el bienestar general de las pacientes especialmente su estado anímico (Gorfinkel, 2009). En este estudio se utilizaron escalas estandarizadas para medir esta mejoría, específicamente utilizaron el inventario de duelo complicado de Prigerson et al. (2001), la escala de índice subjetivo de tono afectivo y la escala de índice de bienestar de WHO (1998).

Continuando con esta línea, otro estudio realizado en Hungría que exploró la combinación de la terapia de constelaciones familiares y terapia Ericksoniana en una paciente (mujer) que presentaba problemas personales. Fabre Robles (2020) presenta el caso de la participante, aunque sin detallarlo por motivos de privacidad; sin embargo, menciona que la participante posterior a la terapia se sintió protegida, cómoda, relajada y feliz. Este estudio, con una metodología cualitativa, subraya que esta terapia no tiene el objetivo principal de tratar al paciente, sino que actúa como una herramienta que enriquezca el proceso terapéutico.

El ámbito laboral se ha convertido en un foco de exploración reciente, debido al considerable malestar emocional, generando por las altas demandas y presiones laborales. León Espinoza (2015) se centra en una paciente (mujer) a la que diagnosticaron trastorno de somatización, que le generaban dificultades laborales por la intensidad de sus problemas

emocionales incontrolables. Mediante una combinación de diversas técnicas⁷ con un énfasis en lo cualitativo, incluidas las constelaciones familiares, esta terapia permitió al paciente a trabajar sus síntomas desde una perspectiva sistémica, lo que facilitó su sanación emocional.

El trauma transgeneracional es un fundamento central de las constelaciones familiares. Cohen (2024) explora este concepto en Estados Unidos, en un grupo de cuatro participantes (tres mujeres y un hombre) que experimentaron una notable mejora en sus problemas emocionales y comportamentales tras la intervención. Este estudio, mediante una metodología cualitativa utilizó la observación fenomenológica y entrevistas, subraya que los traumas no resueltos de generaciones anteriores pueden ser heredados y manifestarse en las generaciones siguientes, evidenciándose en la memoria celular y epigenética.

En un estudio realizado por Medina (2023) en México, se concluyó que la terapia de constelaciones familiares es un proceso reflexivo que permitió a los participantes encontrar sentido a su existencia, amor propio, reconexión en sus relaciones, ampliación de conciencia, entre otros. Este fue un estudio cualitativo realizado en un grupo de mujeres, pero no se detalla el número exacto de participante. Mediante la observación y entrevistas, se encontró que las participantes mencionaron sentir una mejora en su salud mental.

Finalmente, Tornello et al. (2016) exploran las dinámicas familiares en dos mujeres en una prisión en Argentina mediante una metodología cualitativa utilizando entrevistas de los participantes. Se observó que, a través de las constelaciones familiares las participantes experimentaron aumento de conocimiento personal, mejorando así su bienestar emocional y

⁷ Las terapias incluidas en el estudio fueron: técnicas de la reencarnación, terapia de constelaciones familiares, técnicas de relajación y aplicación de pruebas proyectivas (León Espinoza, 2015). Cabe destacar que no se realizó ninguna distinción entre estas técnicas.

psicológico. Adicionalmente, al explorar sus dinámicas familiares, las participantes revivieron traumas y conflictos no resueltos, lo que provocó angustia emocional y desestabilización temporal.

En este primer grupo de estudios, basados en muestras pequeñas, en términos generales se reportar beneficios positivos de la implementación de las constelaciones familiares en la salud mental, en el bienestar emocional y en el bienestar social. Si bien la mayoría de los estudios reportan mejoras, también hay casos donde los participantes no experimentaron cambios positivos. Los resultados evidencian carencia de control metodológico y un bajo diseño metodológico, lo que dificulta la validación de los efectos reportados por los participantes. Además, se destaca la posibilidad de que estos resultados sean atribuidos al efecto placebo, como lo señaló el estudio de Osorio Gutierrez & Zea Arrubia (2024)

Artículos con muestras medianas y grandes

Las investigaciones que tienen una población mayor a 100 participantes permiten extrapolar los resultados a poblaciones más grandes, esto es debido a que una mayor la muestra permitirá un mayor nivel de confianza del estudio (Morales Vallejo, 2011). Este tamaño de muestra se analiza estadísticamente, lo que permite ver el nivel de confianza y margen de error. El tamaño muestral para la extrapolación de los resultados de un estudio a una población más amplia depende de si es una muestra representativa y de los errores en el muestreo (Canal Díaz, 2006). Dentro de este grupo, se distingue dos subcategorías, la primero delimita los estudios de caso que presentan entre 41 a 100 participantes (Konkolý Thege & Szabó, 2024; Pritzker & Duncan, 2019) La segunda subcategoría abarca los estudios con tamaño de muestras grandes que están conformados por más de 100 participantes (Duncan, 2017; Feijoo Portero, 2017; Fernandes et al., 2021; Hunger et al., 2014, 2015; Konkolý Thege & Sándor Szabó, 2022; Weinhold et al., 2013).

Resultados observados en el bienestar psicológico, emocional y social

En los estudios abordados se pueden observar tres categorías de análisis: beneficios en la salud mental, beneficios enfocados exclusivamente en el bienestar emocional y beneficios centrados en el bienestar social. En los siguientes artículos se destaca que la terapia de constelaciones familiares muestra un impacto positivo en la totalidad de la salud mental (Duncan, 2017; Feijoo Portero, 2017; Hunger et al., 2015; Pritzker & Duncan, 2019).

Existen pocos estudios que exploren el efecto de las constelaciones familiares en el bienestar general de la salud mental, integrando lo emocional, psicológico y social. Hunger et al., (2015) plantean un enfoque cuantitativo, el cual explora el impacto de las constelaciones familiares a mediano y largo plazo (8 y 12 meses) en una población alemana. Se encontró que en la muestra con 104 participantes (84% mujeres y 16% hombres) presentaron beneficios estadísticamente significativos en el funcionamiento psicológico, con un tamaño de efecto pequeño (0.41) que se mantuvo estable en los seguimientos. Además, se observaron mejoras significativas en el diestrés psicológico, la incongruencia motivacional, la experiencia en sistemas sociales y el logro de metas, con un tamaño de efecto pequeño entre 0,25 a 0,61 mediante los distintos instrumentos⁸ utilizados. Por lo tanto, entre más cerca de 1 indica un efecto grande, alrededor de 0,50 sugiere un efecto medio y 0,2 indica un efecto pequeño (Hunger et al., 2015). En cuanto al análisis de la importancia clínica, los participantes no mostraron cambios confiables significativos. Finalmente, el 5% al 14% de los participantes presentaron cambios negativos tras el estudio. Aunque estos resultados negativos no fueron estadísticamente significativos, se sugiere que podrían estar relacionados con problemas agudos no abordados durante las constelaciones y que emergieron durante el proceso

⁸ Se utilizaron los siguientes instrumentos: Outcome Questionnaire (OQ-45.2), Questionnaire for the Evaluation of Treatment Progress (FEP), el Incongruence Questionnaire (INK-SF) y prueba de likert para medir goal attainment (GA) (Hunger, et al., 20015)

(Hunger et al., 2015). Los análisis estadísticos se llevaron a cabo utilizando mediante IBM y ANOVA. El tamaño de muestra se calculó mediante Cohen's d, lo que permitió evaluar el tamaño del efecto en los participantes.

Por otro lado, Feijoo Portero (2017) llevó a cabo un estudio con 150 participantes, de los cuales el 87% eran mujeres y el 13% hombres. En este análisis cuantitativo, se exploró el impacto educativo de las constelaciones familiares en adultas en España. Más de la mitad de los participantes lograron un bienestar emocional como mayor empatía, más sentido de vida, más comprensión, menos resentimiento, mejores relaciones y ser mejor persona. Estos resultados fueron obtenidos por medio de un cuestionario cualitativo tipo Likert y se realizó un análisis significativo con base en estos.

Pritzker & Duncan (2019) señalaron que las constelaciones familiares, al ser utilizada como herramienta promueve la autorreflexión, responsabilidad personal, reconfiguración de la percepción de sí mismos como los seres interconectados, y así permitiendo experimentar una mejoría en el bienestar personal y dinámicas familiares y sociales. Este estudio se centró en un análisis cualitativo realizado en poblaciones de China y México, explorando las experiencias y el impacto de las constelaciones familiares en estos contextos culturales.

La segunda categoría de análisis explora los estudios que focalizan los beneficios de las constelaciones familiares en las relaciones interpersonales, incluyendo la familiar, pareja y amigos (Fernandes et al., 2021; Hunger et al., 2014; Sención-Acosta et al., 2011). Las constelaciones familiares se fundamentan principalmente en el sistema social, abordando así los vínculos, dinámicas sociales y como estos influyen en el bienestar individual. En un estudio cualitativo realizado en México por Fernandes et al. (2021) con 230 participantes (incluyendo estudiantes, profesores y otros miembros de la comunidad) durante ocho meses. Los hallazgos sugieren que, a

través de las constelaciones familiares los participantes experimentaron mejoría en sus relaciones familiares y de pareja. Estos cambios incluyeron mayor armonía, modificaciones en patrones de comportamiento y sentimiento de paz en sus sistemas sociales.

Un estudio destacado con un enfoque cuantitativo es el de Hunger et al. (2014), que representa la primera demostración aleatoria y controlada sobre la eficacia a corto plazo de las constelaciones familiares en los sistemas sociales. Este estudio contó con una muestra de 208 participantes, en el cual 79% eran mujeres y 21% fueron hombres. Los participantes fueron seleccionados aleatoriamente a través de una publicidad en línea, cumpliendo ciertos requisitos⁹ previos, y luego distribuidos en un grupo experimental y un grupo de control. Este estudio utilizó varios instrumentos¹⁰ para medir si había algún beneficio significativo; descubrieron que el 73% del grupo de intervención mostró mejoras significativas comparadas al grupo de lista de espera, que no recibió la intervención, tanto a las dos semanas como al 69% después de cuatro meses. Los análisis adicionales reflejaron mejoras en las dimensiones de pertenencia, autonomía, acuerdo y confianza en sus sistemas sociales, con tamaños de efectos de medianos a pequeños. La pertenencia a pesar de haber mostrado un cambio significativo se comprobó que a los cuatro meses solo fue de manera tendencial. Se realizaron análisis estadísticos mediante IBM SPSS y ANOVA, mientras que el tamaño de efecto se midió mediante ANOVA y ICC (coeficiente de correlación intraclase).

Una visión interesante en el estudio realizado en México es el abordaje hacia los padres para fomentar una función parental más efectiva. Sención-Acosta et al. (2011) mediante un enfoque cualitativo, encontró que, tras cada sesión, los padres evaluaban sus comportamientos en

⁹ Los requisitos fueron los siguientes: a) los participantes presenten una dinámica de sistemas sociales conflictivos graves con las que quieran trabajar; b) los participantes quieran trabajar tanto como participantes o como activo; c) no participen en otro estudio de constelaciones familiares; d) los participantes tuvieran una edad mínima de 18 años. (Hunger et al., 2014)

¹⁰ Los instrumentos utilizados fueron: Experience In Social Systems Questionnaire personal domain (EXIS.pers), Outcome Questionnaire (OQ-TOT), Questionnaire for the Evaluation of Treatment Progress (FEP), Incongruence Questionnaire short form (INK-SF-TOT), Goal attainment (GA) (Hunger et al., 2014).

relación son su estilo de educación, así como la manera que sus padres los criaron y cómo esto afectaba a sus hijos. Este proceso les brindó una mayor conciencia sobre su propia educación y la que estaban impartiendo, lo que les permitió ser más asertivo con los conflictos y reforzar su conexión con sus hijos. Este estudio se llevó a cabo en una escuela preparatoria de la Universidad de Guadalajara con la totalidad de los miembros de la comunidad, pero no se menciona el tamaño exacto de la muestra, pero se supone que es de mediano a larga escala¹¹.

La última categoría de análisis abarca únicamente los estudios que exploran el bienestar psicológico. Este grupo incluye la mayor cantidad de estudios, con un total de cinco (Konkolý Thege & Sándor Szabó, 2022; Konkolý Thege & Szabó, 2024; Weinhold et al., 2013). La salud mental es el tema más abarcado en los artículos encontrados, específicamente en trastornos, bienestar emocional o bienestar psicológico.

Desde una metodología cuantitativa, Konkolý Thege & Szabó (2024) evalúan la eficacia de las constelaciones familiares en la reducción en la psicopatología no específica en una muestra de 80 participantes, compuesta por un 68% de mujeres y un 32% de hombres. Aunque los miembros del grupo de intervención mostraron mejoras significativas en su psicopatología general un mes después de la intervención, esta mejora fue de magnitud pequeña y se mantuvo a los seis meses. Encontraron que 72.2 % de los participantes reportaron cambios positivos en su calidad de vida y bienestar mental atribuidos a la intervención, mientras que un 36.1 % mencionan desafíos o cambios negativos relacionados a la intervención (Konkolý Thege & Szabó, 2024). Los cambios negativos mencionados fueron empeoramiento del humor, intensificación de los conflictos en la vida familiar, llanto incontrolable, dolor incidental en el sacro, dolor incidental en la columna

¹¹ Se estima que la muestra del estudio es mediana a grande, ya que según las estadísticas indicada por la preparatorio 6 cuenta con un total de 3,659 matriculados (Universidad de Guadalajara, 2021). Según el estudio, se llevó a cabo en toda la comunidad educativa. Este dato se presenta únicamente con el fin de analizar el estudio, sin que se llegue a ninguna conclusión basándose en él.

vertebral y aumento de los síntomas de trastornos alimentario, a pesar de experimentar estos los participantes resaltan que no los relacionan a la intervención. Es importante señalar que no se comprobó ningún beneficio estadísticamente significativo del tratamiento, lo que atribuyen al bajo poder estadístico derivado del tamaño de muestra limitado y a las circunstancias excepcionales de realización del estudio durante la pandemia. Este estudio analizó los datos utilizando SPSS, ANOVA, y las medidas de efecto de Cohen's y Cramer's V.

Los mismos investigadores plantearon un estudio similar, pero en un entorno real, utilizando condiciones más representativas de la vida cotidiana y adoptando un enfoque cuantitativo. Konkoly Thege & Sándor Szabó (2022) encontraron que, en la muestra de 118 participantes (85% mujeres y 15% hombres), mostraron mejorías estadísticamente significativas en 14 de 17 variables¹² a las 4 semanas. En efecto pequeño se vio en las variables de somatización, búsqueda de sentido de la vida y bienestar general. En efecto moderado se vio en obsesión compulsión, sensibilidad interpersonal, depresión, hostilidad, ansiedad fóbica, psicoticismo, somatización evaluada y calidad de vida en el sistema social personal. Mientras en el tamaño grande se vio en ansiedad, ideación paranoide y psicopatología general. El tamaño de efecto mide la magnitud de los efectos: un tamaño pequeño sugiere un efecto débil y posiblemente no significativo; uno mediano indica un efecto notable y relevante, mientras que un tamaño grande refleja un efecto fuerte y clínicamente significativo (Konkoly Thege & Sándor Szabó, 2022). En caso de los desórdenes alimenticios no se vio ningún beneficio significativo en ninguna medida. En el seguimiento de 6 meses, se observó una mejoría estadísticamente significativa en 13 de las

¹² Las 17 variables exploradas fueron las siguientes: somatización (BSI), obsesión-compulsión (BSI), sensibilidad interpersonal (BSI), depresión (BSI), ansiedad (BSI), hostilidad (BSI), ansiedad fóbica (BSI), ideación paranoide (BSI), psicoticismo (BSI), psicopatología general (BSI), riesgo de trastorno alimentario (SCOFF), somatización (PHQ-15), gravedad de una adicción (ad hoc ítems), búsqueda de sentido (MLQ), presencia de sentido (MLQ), calidad de vida en el sistema personal social (EXIS) y bienestar (WBI-5) (Konkoly Thege & Sándor Szabó, 2022)

17 variables, mencionadas anteriormente (Konkolý Thege & Sándor Szabó, 2022). Este estudio analizó los datos utilizando Wilcoxon, ANOVA, y las medidas de tamaño de efecto se utilizó la Correlación Pearson y Eta Cuadrado.

Por último, en el estudio de Weinhold et al. (2013) incluyó una muestra de 208 participantes, donde el 79% eran mujeres y el 21% hombres, utilizando un enfoque cuantitativo. Evaluaron la eficacia de los seminarios de constelaciones familiares en la salud psicológica durante un periodo de cuatro meses, utilizando tres instrumentos¹³ de medición. Se observó una mejora significativa en el funcionamiento psicológico en el grupo de intervención en comparación con el grupo control, donde se observó una reducción en el malestar psicológico e incongruencia motivacional tras la intervención. Los investigadores realizaron dos seguimientos a las dos semanas y 4 meses en los cuales se mantuvieron las mejoras significativas. Los datos de este estudio fueron analizados utilizando instrumentos IBM, SPSS y ANOVA. Además, el tamaño de efecto se calculó mediante ANOVA y el coeficiente intraclass (ICC).

En este segundo grupo de estudios, basados en muestras medianas y grandes, en términos generales en los estudios cuantitativos se evidencian mejoras significativas tanto en los aspectos emocionales, psicológicos como sociales. En las medidas estadísticas y tamaño de efectos se evidencia una variabilidad en los efectos desde pequeño a grande. En algunos estudios varios participantes mencionan haber experimentado un empeoramiento en su situación mental o efectos adversos. Al igual que en el anterior grupo se evidencia carencia de control metodológico y bajo diseño metodológico, aunque en un menor grado, que sigue dificultando la validación de los efectos reportados.

¹³ Los instrumentos utilizados fueron: Outcome Questionnaire (OQ-TOT), Questionnaire for the Evaluation of Treatment Progress (FEP-TOT), Incongruence Questionnaire short form (INK-SF-TOT) (Weinhold et al., 2013).

DISCUSIÓN

Las constelaciones familiares han mostrado tener efectos en la salud mental, tal como se ha reportado en la literatura revisada entre 2009 y 2024. Con el objetivo de analizar y evaluar los hallazgos claves para determinar su efectividad en la salud mental se evaluarán varios factores de los estudios descritos. En primer lugar, se examinará las fortalezas y limitaciones metodológicas de los estudios seleccionados, proporcionando un marco más completo sobre su efectividad y sus barreras. Posteriormente, se evaluarán las fortalezas y limitaciones sobre el uso de las constelaciones familiares en el contexto de la salud mental, dónde se evaluará el bienestar psicológico emocional y social de los participantes

Fortalezas y limitaciones metodológicas de las investigaciones seleccionadas

En términos metodológicos, existe una variedad de metodologías tanto cualitativas, cuantitativas y mixtas. La mayoría de los artículos analizados tienen una metodología cualitativa, luego la metodología cuantitativa y al final la mixta. Como se puede ver en la Tabla 1 el 71% de los artículos son cualitativos, el 23% son cuantitativos y solo el 6% es mixto.

Tabla 1

Porcentajes de enfoque metodológico de los artículos analizados

Tipo de metodología	Total de artículos	Total (%)
Cualitativa	22	71
Cuantitativos	7	23
Mixtos	2	6
Total	31	100

Revisión de los enfoques metodológicos cualitativos

El enfoque cualitativo permite explorar el fenómeno para analizar múltiples realidades de los participantes (Hernández et al., 2010). Esta es una de las fortalezas de esta metodología, ya que más que buscar una generalización, busca comprender en totalidad el objeto de estudio. Mediante este se puede analizar y comprender a los sujetos frente a una perspectiva puntual. Este enfoque es cuestionado por debido a la falta de datos medibles precisos y puede volverse subjetivo, si no se cuenta con un diseño metodológico adecuado. Debido a esto, la APA ha establecido ciertos criterios que permiten comprobar si su diseño es válido y riguroso. Se establecen cinco criterios: claridad en la metodología, transparencia en el proceso, rigor en el análisis, estructura del informe e inclusión de perspectivas diversas (Levitt et al., 2018).

Iniciando con el criterio de claridad en la metodología, se refiere a que el artículo proporcione una explicación detallada de los métodos utilizados, su aplicación específica y la justificación de su elección en relación con los objetivos de la investigación (Levitt et al., 2018). De los 22 artículos cualitativos analizados, nueve cumplen con este criterio, ofreciendo una descripción exhaustiva de los métodos empleados y justificando su elección según los objetivos de cada estudio (Agudelo Gómez, 2017; Basteiro Tejedor, 2013; Fernandes et al., 2021; Gil González, 2019; Gorfinkel, 2009; León Espinoza, 2015; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Robl Greis, 2019; Tornello et al., 2016). Estos estudios cumplen con todos los aspectos de este criterio, mencionan las herramientas utilizadas como entrevistas, genograma, enfoque etnográfico, visualizaciones, pruebas proyectivas, entre otros. El diseño metodológico más utilizado fue el fenomenológico y el de teoría fundamentada. Sin embargo, diez de los artículos cumplen solo parcialmente con el criterio, ya que omiten detalles en algunos aspectos metodológicos (Cohen, 2024; Duncan, 2017; Mayer & Viviers, 2015; Medina, 2023;

Pritzker & Duncan, 2019; Salters, 2013; Sención-Acosta et al., 2011; Tornello, 2019; Welford, 2014, 2019). Por último, tres de los artículos no cumplen con ninguno de los criterios establecidos (Crawford, 2013; Fabre Robles, 2020; McQuillin & Welford, 2013). Los datos mencionados anteriormente se presentan en la Tabla 2.

Tabla 2

Cumplimiento de criterios en los 22 artículos cualitativos

Criterio de metodología	Cumple el criterio	Cumple (%)	No cumple el criterio	No cumple (%)	Cumple parcialmente el criterio	Cumple parcialmente (%)
Claridad en la metodología	9	41	3	14	10	45
Transparencia en el proceso	10	45	7	32	5	23
Rigor en el análisis	9	41	10	45	3	14
Estructura del informe	4	18	7	32	11	50
Inclusión de perspectivas diversas	13	59	6	27	3	14

En cuanto al segundo criterio, transparencia en el proceso (Tabla 2.), se refiere a que los investigadores deben reflexionar sobre cómo sus propias perspectivas influyen en la investigación y mencionar los procedimientos éticos empleados (Levitt et al., 2018). Casi la mitad de los artículos (10) cumplen con este criterio, lo que permite reducir los sesgos en el estudio y cumplir con los aspectos éticos (Basteiro Tejedor, 2013; Fernandes et al., 2021; Gil González, 2019; León Espinoza, 2015; Medina, 2023; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Robl Greis, 2019; Tornello, 2019; Tornello et al., 2016). Cinco de los artículos cumplen en cierto grado con el criterio; sin embargo, no incluyen su perspectiva personal y muestran una cierta

inclinación dominante (Agudelo Gómez, 2017; Cohen, 2008; Duncan, 2017; Pritzker & Duncan, 2019; Sención-Acosta et al., 2011). Finalmente, siete artículos no cumplen con ninguno de los parámetros establecidos por este criterio (Crawford, 2013; Fabre Robles, 2020; Mayer & Viviers, 2015; McQuillin & Welford, 2013; Salters, 2013; Welford, 2014, 2019).

Para el tercer criterio, rigor en el análisis (Tabla 2), se observa que el proceso analítico debe mostrar una evolución en la medida que se analizan los datos y asegurar que este análisis este delimitado y evite simplificaciones excesivas (Levitt et al., 2018). Nueve de los artículos cumplen todos los aspectos del criterio (Basteiro Tejedor, 2013; Cohen, 2024; Fernandes et al., 2021; Gil González, 2019; León Espinoza, 2015; Medina, 2023; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Robl Greis, 2019). En contraste, solo tres cumplen parcialmente algunos de los aspectos del rigor analítico y tienden a simplificar ciertos efectos en su análisis (Agudelo Gómez, 2017; Tornello, 2019; Tornello et al., 2016). Por último, diez artículos no cumplen con ninguna de las delimitaciones establecidas por este criterio (Crawford, 2013; Duncan, 2017; Fabre Robles, 2020; Mayer & Viviers, 2015; McQuillin & Welford, 2013; Pritzker & Duncan, 2019; Salters, 2013; Sención-Acosta et al., 2011; Welford, 2014, 2019).

En lo que respecta a la estructura del informe (Tabla 2), se sugiere que debe tener una estructura básica que puede adoptar diversas formas narrativas integrando los diferentes apartados: análisis, discusión y limitaciones (Levitt et al., 2018). Este es el criterio donde menos artículos (cuatro) cumplen completamente con lo requerido (Agudelo Gómez, 2017; León Espinoza, 2015; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Robl Greis, 2019). La mitad de los artículos (11) cumplen ciertos aspectos de este criterio (Basteiro Tejedor, 2013; Cohen, 2024; Duncan, 2017; Fabre Robles, 2020; Fernandes et al., 2021; Gil González, 2019; Medina, 2023; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Pritzker & Duncan, 2019; Tornello, 2019; Tornello et al., 2016). Se observa que la estructura

no es la más adecuada y algunos apartados son menos detallados que otros. Siete de los artículos no cumplen con los lineamientos establecidos por este criterio (Crawford, 2013; Fabre Robles, 2020; Mayer & Viviers, 2015; McQuillin & Welford, 2013; Salters, 2013; Sención-Acosta et al., 2011; Welford, 2014, 2019).

El último criterio delimita la inclusión de perspectivas diversas (Tabla 2), donde se deben presentar ciertos grupos relevantes socialmente, considerando la diversidad en términos de género, raza, edad. (Levitt et al., 2018). Este criterio, al igual que el anterior, tiene el menor número de artículos (4) que cumple con los lineamientos de este (Cohen, 2008; Fernandes et al., 2021; Lemos et al., 2015). Mientras que diez de los artículos cumplen ciertos lineamientos del criterio (Basteiro Tejedor, 2013; Duncan, 2017; Gil González, 2019; León Espinoza, 2015; Mayer & Viviers, 2015; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Pritzker & Duncan, 2019; Robl Greis, 2019; Tornello et al., 2016). Finalmente, ocho de los artículos no cumplen con ninguno de los lineamientos (Crawford, 2013; Fabre Robles, 2020; McQuillin & Welford, 2013; Medina, 2023; Salters, 2013; Sención-Acosta et al., 2011; Welford, 2014, 2019). Esto se debe a que la selección de los participantes carece de una amplia diversidad, especialmente en términos de género.

Al considerar todos los criterios en conjunto, solo tres artículos cumplen completamente con los estándares establecidos por la APA (León Espinoza, 2015; Osorio Gutierrez & Zea Arrubia, 2024; Robl Greis, 2019). Aunque cumplen todos los estándares, se observa que ciertos criterios aún podrían mejorarse para lograr un diseño metodológico más riguroso. Estos artículos facilitan la evaluación del estudio, contribuyen significativamente al conocimiento en el campo, cumple con los procedimientos éticos y ofrecen *insights* que sean aplicables a contextos similares, lo que favorece su reconocimiento dentro de la comunidad académica (Levitt et al., 2018). Esto

representa el 14% de la muestra de artículos cualitativos, mientras que el 9% no cumple con ninguno de los criterios. Por último, el 50% cumple parcialmente con los criterios y el 27% cumple con menos de la mitad de ellos. Estos datos se pueden observar en la Tabla 3.

Si bien algunos artículos destacan por su calidad en la metodología y rigor analítico, un número significativo presenta deficiencias. Especialmente en la inclusión de perspectivas diversas y la estructura del informe. Estos resultados subrayan la necesidad de mejorar el diseño metodológico y la reflexión crítica de los investigadores, promoviendo así un avance en la calidad y el reconocimiento de las investigaciones en este campo.

Tabla 3

Resumen del cumplimiento de criterios metodológicos en artículos cualitativos

Criterio de metodología	Cantidad de los artículos	Cumplimiento (%)
Cumple el criterio	3	14
No cumple el criterio	2	9
Cumple parcialmente el criterio	11	50
Cumplen poco porcentaje del criterio	6	27

Revisión de los enfoques metodológicos cuantitativos

El enfoque metodológico cuantitativo se caracteriza por ser un enfoque estructurado y sistemático que busca medir fenómenos a través de variables cuantificables (Hernández et al., 2010). La APA ha establecido parámetros que permite evaluar los estudios cuantitativos, considerando de alta calidad aquellos que cumplan ciertos criterios que aseguran la validez, confiabilidad y transparencia de los hallazgos (Bosnjak et al., 2021). Para evaluar cada artículo se basará en cinco criterios: prerregistro completo, claridad en las hipótesis, diseño metodológico adecuado, transparencia en los resultados, y revisión por pares y publicación. En general, el 71%

de los artículos cumplen con los cinco criterios, mientras que el 29% cumple con la mayoría de los criterios, pero con ciertas limitaciones (ver

Tabla 4). Por lo que se puede decir que la mayoría de los artículos evaluados pueden ser considerados pertinentes para este campo de investigación.

Tabla 4

Resumen del cumplimiento de criterios metodológicos en artículos cuantitativos

Criterio de metodología	Cantidad de los artículos	Total de la muestra (%)
Cumple el criterio	5	71
Cumple parcialmente el criterio	2	29

Analizando a detalle cada criterio, el preregistro completo delimita que el estudio debe estar preregistrado, incluyendo hipótesis, diseño, método de recolección de datos y planes de análisis antes de la recolección (Bosnjak et al., 2021). Seis de los artículos muestran un preregistro correcto, ya que todos delimitan claramente todos los lineamientos establecidos por el criterio. Solo al artículo de Feijoo Portero (2017) le faltó detallar la justificación del diseño, especialmente en lo referente a la selección de los participantes. Cabe destacar, que ninguno de los artículos realizó el preregistro, pero no fue considerado puesto que este es un planteamiento reciente (2021) y la mayoría de los artículos tienen una temporalidad anterior a este. Continuando con la claridad en las hipótesis, este criterio delimita que las hipótesis deben ser claramente definidas, diferenciadas, asegurándose que sean testeables y relevantes (Bosnjak et al., 2021). En este criterio ocurre lo mismo que en el anterior criterio, seis de los artículos cumplen con los lineamientos del criterio. Específicamente, Konkoly Thege & Szabó (2024) no cumple con la claridad de hipótesis

y diferenciadas, ya que se desarrolló en época de pandemia, lo que creó ciertas limitaciones metodológicas.

Mientras, que el diseño metodológico apropiado, delimita que el diseño experimental debe ser sólido que sea adecuado para las preguntas de investigación, incluyendo criterios claros de inclusión y exclusión para los participantes (Bosnjak et al., 2021). Al igual que en los criterios anteriores, seis de los artículos cumplen con este criterio, detallando claramente el diseño escogido e incluyendo criterios específicos. El estudio de Feijoo Portero (2017) tiene ciertas limitaciones frente a los participantes, pues no se delimitan en el trabajo los criterios, pero sí delimita otros aspectos del diseño experimental. Junto con este, la transparencia en resultados plantea que todos los resultados deben ser reportados, independientemente de su significancia (Bosnjak et al., 2021). Todos los artículos cumplen con este criterio, como se ve en el apartado de resultados, los investigadores no solo se limitaron a reportar resultados significativos, sino también los negativos mostrando transparencia en el estudio.

Finalmente, el estudio debe haber pasado por un proceso riguroso de revisión que valore la transparencia y reproducibilidad (Bosnjak et al., 2021). En seis de los artículos, los investigadores realizan una clara evaluación de las fortalezas y limitaciones de los estudios, lo que evidencia su transparencia y facilita la replicación en futuras investigaciones. Mientras que en el estudio de Feijoo Portero (2017), este criterio no cumple en totalidad este criterio, puesto que no menciona las limitaciones del estudio.

Los estudios cuantitativos representan el 23% del total de los artículos (ver Tabla 1), lo que indica un porcentaje bajo en comparación con los estudios cualitativos. De todos los estudios cuantitativos, solo el 14% cuenta con una muestra pequeña o estudio de caso, mientras que el 86% tienen una muestra grande o mediana. Estos datos, disponibles en la Tabla 5 , revelan que pocos

estudios superan los 100 participantes, pero los que lo hacen presentan resultados significativos, permitiendo observar estadísticas más amplias y analizar los efectos en una muestra poblacional representativa (Duncan, 2017; Feijoo Portero, 2017; Hunger et al., 2014, 2015; Konkoly Thege & Sándor Szabó, 2022; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Weinhold et al., 2013).

Tabla 5

Distribución de estudios por metodología y tamaño de muestra

Metodología	Estudios de caso	Pequeños	Total (%)	Grandes	Medianos	Total (%)	Muestra total (%)
Cualitativos	16	1	55	2	2	13	68
Cuantitativos	1	0	3	6	1	23	26
Mixtos	1	1	6	0	0	0	6

Revisión de los enfoques metodológicos mixtos

El enfoque mixto integra tanto lo cualitativo como lo cuantitativo lo que permite a los investigadores aprovechar las fortalezas de ambos métodos para obtener una comprensión más completa del fenómeno investigados (Levitt et al., 2018). Al integrar ambos enfoques permite explorar tanto a detalle el objeto del estudio, como medir datos cuantificables que permite replicar el estudio. Solo dos estudios de Ortiz-Tallo & Gross (2014) y Ramos & Ramos (2019) presentan este enfoque brindando una integración completa de los resultados expuestos.

Analizando los mismos criterios anteriormente planteados, Chapanta Pérez (2014) cumple con todos los criterios del enfoque cuantitativo, evidenciando claridad en las hipótesis planteadas, un diseño metodológico apropiado, transparencia en resultados y una revisión rigurosa. En cuanto los criterios del enfoque cualitativo, también cumple con todos ellos; sin embargo, presenta

deficiencias en aspectos como la transparencia del proceso y la inclusión de perspectivas diversas. Si bien aprecia una reflexión sobre sus propias perspectivas, esta no se profundiza adecuadamente. Además, la descripción de la muestra seleccionada es insuficiente, ya que, al centrarse únicamente en mujeres, se excluye a la población masculina.

Por otro lado, Ramos & Ramos (2019) cumplen con todos los criterios del enfoque cuantitativo, evidenciando claridad en las hipótesis planteadas, un diseño metodológico apropiado, transparencia en resultados y una revisión rigurosa. Sin embargo, en cuanto a los criterios del enfoque cualitativo, aunque se cumplan todos, se presenta deficiencias en la inclusión de perspectivas diversas. Al igual que en el estudio anterior, la muestra cuenta con un único participante mujer, lo que limita la diversidad en la selección de la muestra.

Fortalezas y limitaciones en la metodología general

En general, se observan estudios con enfoque metodológicos variados. Esta diversidad aporta fortalezas y limitaciones a los resultados obtenidos, que se evaluarán a continuación.

En cuanto a las limitaciones identificadas, destaca que la mayoría de los estudios cuentan con una población predominantemente femenina, mientras que el porcentaje de hombres fue bajo. Esta podría relacionarse con diversas razones, aunque ninguna se ha explorado en profundidad en los estudios revisados. El análisis del tamaño muestrales revela que el 58% de los estudios revisados son estudios de caso, el 6% son muestras pequeñas, 10% son muestras medianas y el 26% son muestras grandes (ver Tabla 6). El límite más frecuente señalado de los estudios de caso único es que no permite establecer generalizaciones, no es una muestra representativa y no se puede formular postulados generales (Wainer, 2012). Esta limitación afecta la generalización de los resultados obtenidos en los artículos seleccionados. En cuanto al enfoque cualitativo, muchos

estudios tienden a ser puramente descriptivo, lo que puede llevar a sesgos y carencia de mediciones precisas. Una limitación, no reportada en muchos artículos, es la falta de diferenciación entre los resultados de las distintas terapias combinadas en un mismo estudio, lo que dificulta la evaluación de la efectividad de cada técnica utilizada. Al mezclar técnicas sin validar cada una, no se puede determinar cuál de ellas contribuye realmente a los cambios percibidos por los participantes. Para finalizar, una limitación clara es que muchos investigadores en este campo tienden a enfocarse en resaltar los beneficios de la terapia (sesgo de confirmación), sin necesariamente estar interesados en proporcionar información que respalde su validación.

Tabla 6

Distribución de estudios por metodología y tamaño de muestra

Tamaños de muestra	Total de artículos	Total (%)
Estudios de caso	18	58
Pequeñas	2	6
Medianas	3	10
Grandes	8	26

En cuanto a las fortalezas identificadas, es notable que se han llevado a cabo estudios en diversas culturas, explorando sus efectos en países como Ecuador (1), España (5), Hungría (3), México (6), Alemania (2), Colombia (2), África (2), Argentina (2), China y México (1), Estados Unidos (2), Guatemala (1), Portugal (1), Reino Unido (2) y Turquía (1). Esto ha permitido observar el impacto en diversos contextos culturales. También se destaca que no hubo discriminación en cuanto al estatus socioeconómico, ya que se exploran participantes desde estratos altos hasta estratos bajos. Aunque no todos los estudios lo diferencian claramente, representa una fortaleza general. Respecto a las edades, no existe una discriminación en los estudios, ya que se exploran participantes desde los 18 hasta los 70 años. Esto representa una gran fortaleza, ya que se muestra

cómo afecta distinto según la edad. En relación con la metodología, varios estudios implementan instrumentos estandarizados, dándole mayor validez y confiabilidad a los resultados. Por último, se analizan estudios que incluyen seguimientos para observar los efectos a largo plazo. Aunque estos seguimientos no supera los 18 meses, es relevante porque permite ver la evolución de los resultados dentro de este periodo.

Influencia en el ámbito de la salud mental

Los hallazgos de esta investigación permiten comprender algunos aspectos del papel de las constelaciones familiares en la salud mental. Según el análisis de literatura, los estudios revisados muestran que la terapia de constelaciones familiares puede tener un impacto positivo en la salud mental, tanto en bienestar emocional como reducción de síntomas de trastornos psicológicos. Si bien los resultados destacan su potencial para mejorar el bienestar emocional, es fundamental considerar que muchos de estos estudios son de caso único o limitan la generalización por la muestra seleccionada. Especialmente, se encontró que es un buen acompañamiento durante el duelo y eventos traumáticos que permiten a los participantes a sobrellevar mejor estos eventos (Gorfinkel, 2009; McQuillin & Welford, 2013; Ortiz-Tallo & Gross, 2014; Welford, 2014). En las relaciones interpersonales, los beneficios parecen ser más mayores que en el bienestar emocional general. Se presume ser eficaz en mejorar la calidad de las interacciones sociales, abordar problemáticas y dinámicas disfuncionales dentro de estas (Chapanta Pérez, 2014; Fernandes et al., 2021; Hunger et al., 2014).

En Colombia, en el año 2020 se evaluó si las terapias de constelaciones familiares en el contexto científico deberían ser financiado por recursos públicos en salud. Este estudio realizado por el Instituto de Evaluación Tecnológico en Salud (2020) plantea que no se encontró evidencia científica que respalde la seguridad, eficacia o efectividad clínica de la terapia de constelaciones

familiares en el tratamiento de trastornos mentales. Todavía se considera que esta terapia se encuentra en fase experimental, con incertidumbre sobre sus resultados. Adicionalmente, es muy importante detallar que en la Ley 1090 “los psicólogos deben reconocer los límites de sus técnicas utilizadas y deben solo utilizar técnicas para los cuales se encuentran cualificados” (Congreso de Colombia, 2006). En base a esto, utilizar esta terapia que todavía se encuentra en fase experimental pone en riesgo la tarjeta profesional, y el psicólogo debe asumir la responsabilidad si decide emplearla.

Con base en lo dicho anteriormente, se puede afirmar que, con la literatura actual, no es posible asegurar que las constelaciones familiares tengan un impacto terapéutico en la salud mental. Más bien se podría considerar en este punto puede llegar a ser un complemento terapéutico, pues en varios casos se muestra que es más efectivo cuando se combina con otros enfoques terapéuticos, como la psicoterapia tradicional. Esto sugiere que las constelaciones familiares podrían ser más útil como una herramienta complementaria, en lugar de una intervención independientemente para el tratamiento de problemas de salud mental. Esta terapia se mostró eficaz en la adaptación a las problemáticas individuales de los participantes, ajustándose a sus necesidades específicas. Aunque esta flexibilidad es un beneficio, también representa un desafío para desarrollar un modelo terapéutico uniforme.

Para finalizar, es importante mencionar que, en varios estudios, algunos participantes mencionan reportan haber experimentado efectos negativos como resultado de la intervención. Se destaca que este tipo de terapia puede resultar incómoda y profunda, provocando un considerable malestar emocional tanto durante como después de la sesión. Aunque este fenómeno se presenta en un bajo porcentaje de casos y no es representativo de la experiencia general, es fundamental tenerlo en cuenta para ofrecer una comprensión más completa de los efectos de la terapia.

CONCLUSIONES

En conclusión, la descripción de los efectos de la terapia de constelaciones familiares en la salud mental reportada en la literatura especializada desde enero de 2009 hasta agosto de 2024 muestra que no es posible establecer claramente, si existen beneficios. Sin embargo, es necesario continuar investigando, puesto que se han identificado importantes vacíos metodológicos en los estudios que imposibilita respaldar su efectividad clínica. En este contexto, se puede afirmar que esta terapia podría convertirse en una herramienta complementaria al acompañamiento psicoterapéutico, siempre y cuando se demuestre su efectividad en la salud mental. También es crucial destacar que algunos participantes que no atribuyen cambios positivos a su salud mental e incluso destacan haber experimentado un malestar emocional negativo.

En cuanto las fortalezas y limitaciones sobre el uso de las constelaciones familiares en salud mental, las dificultades metodológicas de los estudios no permiten respaldar los resultados encontrados. En el enfoque cualitativo, solo el 14% de los estudios cumplen todos los criterios establecidos, mientras que el 9% no cumple con ninguno. Este bajo porcentaje plantea serias dudas sobre la fiabilidad de los hallazgos. La mayoría de los estudios se sitúan en un cumplimiento parcial, lo que indica baja rigurosidad en el diseño metodológico.

Por otro lado, en el enfoque cuantitativo se evidencia mayor rigurosidad, con un 71% de los estudios cumpliendo con todos los criterios y solo un 29% cumpliendo parcialmente. La metodología cuantitativa presenta diseños más rigurosos que pueden contribuir significativamente al conocimiento en este campo; sin embargo, representan solo el 23% de total de estudios analizados. Finalmente, los estudios mixtos, que constituyen solo el 6% de la muestra, tienen un diseño metodológico adecuado y respaldan bien los resultados, aunque carecen de una selección de muestra diversa, ya que están centrados únicamente en participantes mujeres.

Al examinar las metodologías empleadas en las investigaciones seleccionadas, se evidencian claras limitaciones. En primer lugar, se observa una falta de rigurosidad y poca importancia por el diseño metodológico seleccionado y su justificación. Esto afecta negativamente la validez de los resultados obtenidos y su aplicabilidad en el ámbito clínico. Además, hay carencia en la justificación de los instrumentos utilizados. También, es notable que la gran mayoría de estudios se centra en la población femenina, creando un vacío en la comprensión de la experiencia masculina. Aunque existen artículos con una sólida estructura metodológica que presentan resultados válidos y fiables, estos constituyen una minoría dentro de los estudios explorados.

Es fundamental continuar investigando este tipo de terapias, dado el creciente interés y uso que tienen, independientemente de su validez actual. Es crucial seguir evaluando la efectividad de las constelaciones familiares mediante un diseño metodológico más riguroso, acorde a su enfoque. Esto proporcionará información valiosa tanto para quienes enfrentan malestar en su salud mental, como para aquellas que sienten curiosidad por estas prácticas.

LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

Esta investigación brinda un enfoque integral que destaca tanto por sus puntos fuertes como por sus limitaciones. La fecha de publicación de los estudios explorados tiene una temporalidad de 15 años atrás, lo que pone de manifiesto ciertas carencias en sus diseños metodológicos. Se seleccionaron una diversidad de enfoques metodológicos que permitió observar distintas perspectivas tanto cualitativas, cuantitativas y mixtas. Aunque esto enriquece la discusión, también plantea dificultades para comparar y sintetizar los hallazgos de manera efectiva. Para abordar esta situación, se utilizó los estándares establecidos por la APA en los artículos mencionados.

Como se ha señalado desde el inicio, la mayoría de los estudios revisados se han realizado en distintos contextos culturales específicos, lo que proporciona una perspectiva amplia sobre los diversos ámbitos socioculturales. Además, el análisis metodológico aquí es general (exploratorio descriptivo), evidenciando fortalezas y falencias de los estudios revisados en términos de enfoque, tamaño de muestra, método y técnicas utilizadas, pero sin implementar un análisis más detallado de la forma de obtención de los resultados.

Según lo estipulado a partir del análisis de literatura sobre los efectos de las constelaciones familiares, se pueden sugerir las siguientes líneas de investigación. Como punto interesante, se puede abordar en profundidad las causas de los cambios en constelaciones familiares si son productos de sugestión o si tiene otras explicaciones. Asimismo, sería fundamental ampliar el alcance de las investigaciones hacia la población masculina, evaluando la efectividad de las constelaciones familiares en este grupo y evaluando estos efectos que puede tener.

En varios estudios se combina las constelaciones familiares con otras terapias, por lo que sería crucial realizar una comparación directa entre las constelaciones familiares con otras modalidades terapéuticas, lo que podría aportar información valiosa sobre su eficacia con otros enfoques. Además, es importante distinguir entre las diferentes técnicas utilizadas, ya que a menudo se tiende a generalizar al emplear múltiples técnicas sin identificar cuál de ellos contribuye a los beneficios observados.

Implementar un análisis metodológico es el factor más importante de todos, ya que resulta esencial llevar a cabo estudios más detallados para poder validar los resultados obtenidos. Además, es crucial alentar a los investigadores a no limitarse únicamente a describir los beneficios de las constelaciones familiares. En cambio, deben contribuir a su validación para reforzar la evidencia clínica y garantizar que las personas puedan utilizarla de manera más segura si la consideran

beneficiosa. Por otro lado, si no es posible validar la terapia, es igualmente importante considerar su uso como una experiencia personal enriquecedora, sin asociarla necesariamente con beneficios para la salud mental. Esto permitirá a las personas explorar nuevas perspectivas sin poner en riesgo su bienestar emocional.

REFERENCIAS

- Agudelo Gómez, M. A. (2017). Intervención constelar en acción, conducta, gesto suicida transgeneracional en el Municipio de Dosquebradas (Risaralda-Colombia) (Sesión de conferencia). *IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional En Psicología XXIV Jornadas de Investigación*, 15–21. <https://n2t.net/ark:/13683/eRer/bx9>
- Alonso, Y. (2005). Las constelaciones familiares de Bert Hellinger: un procedimiento psicoterapéutico en busca de identidad. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 5(1), 83–94. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56050107>
- Barnett, J. E., & Shale, A. J. (2012). The Integration of Complementary and Alternative Medicine (CAM) Into the Practice of Psychology: A Vision for the Future. *American Psychological Association*, 43(6), 576–585. <https://www.apa.org/pubs/journals/features/pro-43-6-576.pdf>
- Basteiro Tejedor, S. M. (2013). *Aportación de las constelaciones familiares al proceso de individuación en psicoterapia*. <https://aecfs.net/wp-content/uploads/2019/01/Aportacio%CC%81n-de-las-constelaciones-familiares-al-proceso-de-individuacio%CC%81n-en-psicoterapia.pdf>
- Benito, E., Dones, M., & Babero, J. (2016). El acompañamiento espiritual en cuidados paliativos. *Psicooncología*, 13(2–3), 367–384. <https://doi.org/10.5209/PSIC.54442>
- Bernués, C. (2020). *Historias que se cuentan en silencio*. Plataforma Actual.
- Bosnjak, M., Fiebach, C. J., Mellor, D., Mueller, S., O’connor, D. B., Oswald, F. L., & Sokol, R. I. (2021). A Template for Preregistration of Quantitative Research in Psychology: Report of the Joint Psychological Societies Preregistration Task Force. *American Psychological Association*, 77, 602–615. <https://doi.org/10.23668/psych>
- Caballo, V. E., & Salazar, I. C. (2019). *Ingenous. El engaño de las terapias alternativas*. Silgo XXI de España.
- Canal Díaz, N. (2006). Técnicas de muestreo. Sesgos más frecuentes. In *Métodos estadísticos para enfermería nefrológica*. SEDEN.
- Chapanta Pérez, S. J. (2014). *Las constelaciones familiares y la reinserción familiar de las adolescentes del programa casa familia Enrique Cuesta Holguín de la fundación jóvenes para el futuro de la ciudad de Ambato*. [Tesis de maestría, Universidad técnica de Ambato]. Repositorio Institucional Universidad técnica de Ambato <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/7857?mode=full>
- Cohen, D. (2008). *Systemic family constellations and their use with prisoners serving long-term sentences for murder or rape* [Tesis de doctorado, Faculty of Saybrook Graduate School and Research Center]. <https://konsteliacijos-d.lt/multisites/konsteliacijos/images/stories/Simonos/cohen-2008-dissertation-family-constellations.pdf>
- Cohen, D. (2024). Family Constellation therapy: A nascent approach for working with non-local consciousness in a therapeutic container. *Progress in Biophysics and Molecular Biology*, 186, 33–38. <https://doi.org/10.1016/j.pbiomolbio.2023.11.008>
- Congreso de Colombia. (2006). *Ley 1090 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. https://Ppl-Ai-File-Upload.S3.Amazonaws.Com/Web/Direct-Files/30636650/5ab3aa87-0a2e-454b-Ae68-29d2dbe177cc/Ley_1090de06_c.Pdf

- Crawford, J. (2013). Sister of the Heart and Mind: Healing and Teaching with Family System Constellations. *Women and Therapy*, 36(1–2), 100–109. <https://doi.org/10.1080/02703149.2012.720554>
- Duncan, W. L. (2017). Dinámicas Ocultas: Culture and Psy-Sociality in Mexican Family Constellations Therapy. *Ethos*, 45(4), 489–513. <https://doi.org/10.1111/etho.12175>
- Fabre Robles, C. (2020). Ericksonian Family Constellation Work with Metaphoric Objects: Discussion and Illustration. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 68(4), 483–492. <https://doi.org/10.1080/00207144.2020.1802734>
- Feijoo Portero. (2017). Impacto educativo de las constelaciones familiares en personas adultas. In *Asociación Española de Constelaciones Familiares, Bert Hellinger (AEBH)*. <http://www.aebh.net/wp-content/uploads/2017/07/Normas-Trabajos-cambio-membrecias-a>
- Fernandes, V., Freitas, V., Reis, C., & Monroy, J. (2021). Relaciones más afectivas mediante las constelaciones familiares. In L. G. Zárate Moreno & L. M. D. Zúñiga Ayala (Eds.), *Ámbitos de intervención psicológica. Alternativas de atención*. (pp. 108–118). Amapsi. <https://comepsi.mx/wp-content/uploads/2021/12/4-Ambitos-de-intervencion-psicologica.pdf#page=108>
- Fernández, A., & Rodríguez, B. (2001). Definiciones de psicoterapia. In *La práctica de la psicoterapia. La construcción de narrativas terapéuticas* (pp. 25–28). Descleé de Brouwer, Bilbao.
- Gil González, C. M. (2019). *Aportaciones de las Constelaciones Familiares en el Acompañamiento Psicoterapéutico de personas que han sufrido un accidente grave de tráfico y sus secuelas*.
- Gorfinkel, O. (2009). *Retomando los caminos de vida: Psicoterapia ericksoniana en combinación con el drama ritual de la terapia sistémica de Bert Hellinger (Constelaciones Familiares) para pacientes con duelo complicado* [Tesis de grado, Centro Ericksoniano de Mexico]. https://www.researchgate.net/profile/Oleg-Gorfinkel/publication/337263289_Retomando_los_caminos_de_vida_Psicoterapia_ericksoniana_en_combinacion_con_el_drama_ritual_de_la_terapia_sistemica_de_Bert_Hellinger_Constelaciones_Familiares_para_pacientes_con_duelo_complicado/links/5e3d093a458515072d862bec/Retomando-los-caminos-de-vida-Psicoterapia-ericksoniana-en-combinacion-con-el-drama-ritual-de-la-terapia-sistemica-de-Bert-Hellinger-Constelaciones-Familiares-para-pacientes-con-duelo-complicado.pdf
- Goya, B. (1984). Espiritualidad y psicología. *Revista de Espiritualidad*, 43, 649–672. <https://www.revistadeespiritualidad.com/upload/pdf/387articulo.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5th ed.). Mc Graw Hill.
- Hunger, C., Bornhäuser, A., Link, L., Schweitzer, J., & Weinhold, J. (2014). Improving experience in personal social systems through family constellation seminars: Results of a randomized controlled trial. *Family Process*, 53(2), 288–306. <https://doi.org/10.1111/famp.12051>
- Hunger, C., Weinhold, J., Bornhäuser, A., Link, L., & Schweitzer, J. (2015). Mid- and Long-Term Effects of Family Constellation Seminars in a General Population Sample: 8- and 12-Month Follow-Up. *Family Process*, 54(2), 344–358. <https://doi.org/10.1111/famp.12102>
- Instituto de Evaluación Tecnológico en Salud. (2020). *Estudio técnico de terapia de constelaciones familiares para cualquier enfermedad o trastorno mental en el marco del procedimiento técnico científico y participativo de exclusiones*.

- [https://mivoxpopuli.minsalud.gov.co/InscripcionParticipacionCiudadana/DOCUMENTOS/2019/Constelaciones%20familiares%20\(1258\)%20Informe%20para%20la%20ciudadan%C3%ADa.pdf](https://mivoxpopuli.minsalud.gov.co/InscripcionParticipacionCiudadana/DOCUMENTOS/2019/Constelaciones%20familiares%20(1258)%20Informe%20para%20la%20ciudadan%C3%ADa.pdf)
- Konkolý Thege, B., & Sándor Szabó, G. (2022). The effectiveness of family constellation therapy in reducing psychopathological symptoms in a naturalistic setting. *Psychiatria Danubina*, 1–29. <https://www.researchgate.net/publication/359078686>
- Konkolý Thege, B., & Szabó, G. S. (2024). The efficacy of pandemic-adjusted family/systemic constellation therapy in improving psychopathological symptoms: A randomized controlled trial. *Journal of Psychiatric Research*, 177, 271–278. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2024.07.027>
- Lemos, M., Agudelo, D. M., & Ríos, P. C. (2015). Reflexiones en torno al estrés y su relación con la enfermedad cardiovascular. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología* 1 Julio-Diciembre, 15(2), 5–22. <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/1910>
- León Espinoza, G. M. (2015). *La somatización que se desarrolla en madres solteras, con limitado soporte económico, familiar y su efecto en el desempeño laboral* [Tesis de licenciatura, Universidad Panamericana]. Repositorio Institucional Universidad Panamericana <https://glifos.upana.edu.gt/opac/record/25890?&mode=advanced&query=@field1=encabezamiento@value1=&recnum=16213>
- Levitt, H. M., Bamberg, M., Creswell, J. W., Frost, D. M., Josselson, R., & Suárez-Orozco, C. (2018). Journal article reporting standards for qualitative primary, qualitative meta-analytic, and mixed methods research in psychology: The APA publications and communications board task force report. *American Psychologist*, 73, 26–46. <https://doi.org/10.1037/amp0000151>
- Mayer, C.-H., & Viviers, R. (2015). Exploring Cultural Issues for Constellation Work in South Africa. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 36(2), 289–306. <https://doi.org/10.1002/anzf.1103>
- McQuillin, J., & Welford, E. (2013). How Many People Are Gathered Here? Group Work and Family Constellation Theory. *Transactional Analysis Journal*, 43(4), 352–365. <https://doi.org/10.1177/0362153713519743>
- Medina, A. (2023). Entre la psicoterapia y la espiritualidad: la terapia de constelaciones familiares en México. *Sociedad y Religión*, 33(63), 2–26. <https://ojs.ceil-conicet.gov.ar/index.php/sociedadreligion/article/view/1194>
- Medina Pacheco, B. (2021). ¿Qué son las constelaciones familiar. *Uaricha*, 4(10), 32–38. <http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/392/332>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2023). *Encuesta de Minsalud revela que el 66,3% de los colombianos declara haber enfrentado algún problema de salud mental*. Ministerio de Salud y Protección Social. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/66-porcentaje-de-colombianos-declara-haber-enfrentado-algun-problema-de-salud-mental.aspx>
- Morales Vallejo, P. (2011). Tamaño necesario de la muestra: ¿Cuántos sujetos necesitamos? In *Estadística aplicada a las ciencias sociales* (pp. 2–24). Universidad Pontificia Comillas. https://www.academia.edu/5826247/Tama%C3%B1o_necesario_de_la_muestra_Cu%C3%A1ntos_sujetos_necesitamos_Tama%C3%B1o_necesario_de_la_muestra_Cu%C3%A1ntos_sujetos_necesitamos
- Moreno, N. (2024). *Concepción de Salud dentro de la Psicología Humanista y Transpersonal*. Psicología de La Presencialidad by Sesha.

- <https://psicologiadelapresencialidad.com/2024/04/09/concepcion-de-salud-dentro-de-la-psicologia-humanista-y-transpersonal/>
- OMS. (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Organización Mundial de La Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Ortiz-Tallo, M., & Gross, G. (2014). Las Constelaciones Familiares de Bert Hellinger: Estudio de Caso. *Journal of Transpersonal Research*, 6(2), 19–28. [https://www.transpersonaljournal.com/pdf/vol6-issue2/Ortiz-Tallo&Gross%20JTR%206\(2\)%20Constelaciones%20Familiares%20de%20Bert%20Hellinger.pdf](https://www.transpersonaljournal.com/pdf/vol6-issue2/Ortiz-Tallo&Gross%20JTR%206(2)%20Constelaciones%20Familiares%20de%20Bert%20Hellinger.pdf)
- Osorio Gutierrez, M., & Zea Arrubia, S. (2024). *Función de la sugestión en las alternativas terapéuticas (coaching; constelaciones familiares) en la experiencia de dos consultantes y dos terapeutas en la ciudad de Medellín* [Tesis de pregrado, Universidad de Antioquia]. Repositorio Institucional Universidad de Antioquia <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/41314>
- Pinto-Barrero, M. I., & Ruiz-Díaz, P. (2012). The Integration of Alternative Medicine into Colombian Health Care Services. *Aquichan*, 12, 183–193. <https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/2032>
- Prigerson, H., Kasl, S., & Jacobs, S. (2001). *Inventario de duelo complicado-revisado (IDC-R)*. <https://es.scribd.com/document/390647588/IDC-R-Inventario-Duelo-Complicado>
- Pritzker, S. E., & Duncan, W. L. (2019). Technologies of the Social: Family Constellation Therapy and the Remodeling of Relational Selfhood in China and Mexico. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 43, 468–495. <https://doi.org/10.1007/s11013-019-09632-x>
- Puchalski, C. M., Vitillo, R., Hull, S. K., & Reller, N. (2014). Improving the spiritual dimension of whole person care: Reaching national and international consensus. *Journal of Palliative Medicine*, 17, 642–656. <https://doi.org/10.1089/jpm.2014.9427>
- Ramos, S., & Ramos, J. A. (2019). Process of Change and Effectiveness of Family Constellations: A Mixed Methods Single Case Study on Depression. *The Family Journal*, 27(4), 418–428. <https://doi.org/10.1177/1066480719868706>
- Riccio, V. (2020). *Teoría completa para la Formación de Constelaciones Familiares aplicadas a la Consulta Individual*. https://www.google.com/search?q=Teor%C3%ADa+completa+para+la+Formaci%C3%B3n+de+Constelaciones+Familiares+aplicadas+a+la+Consulta+Individual&rlz=1C5CHFA_enCO985CO985&oq=Teor%C3%ADa+completa+para+la+Formaci%C3%B3n+de+Constelaciones+Familiares+aplicadas+a+la+Consulta+Individual&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUqBggAEEUYOzIGCAAQRRg70gEIMTY3NGowajSoAgCwAgA&sourceid=chrome&ie=UTF-8
- Robl Greis, I. M. (2019). *Salud, síntomas y enfermedad desde una perspectiva transgeneracional en el marco de las constelaciones familiares* [Tesis de doctorado, Instituto regional de estudios de la familia]. <https://sistemicaconsultoria.com/wp-content/uploads/2021/11/Tese-Ingala-Robl0INSTITUTO-REGIONAL-DE-ESTUDIOS-DE-LA-FAMILIA17-8-21.pdf>
- Salters, D. (2013). Sandplay and Family Constellation. *Transactional Analysis Journal*, 43(3), 224–239. <https://doi.org/10.1177/0362153713509955>
- SAMHSA. (2023). *¿Qué es la salud mental?* Substance Abuse and Mental Health Services Administration. <https://www.samhsa.gov/salud-mental>
- Sánchez Gavete, F. (2011). *Constelaciones familiares: una guía de trabajo*. Rigden institut gestalt.

- Sención-Acosta, J. L., Avelino-Rubio, I., Martínez-González, Ma. G., & Lara-García, B. (2011). La escuela para padres y las constelaciones familiares: una experiencia de intervención. *Revista de Educación y Desarrollo*, 20, 85–89.
https://www.academia.edu/43641520/La_escuela_para_padres_y_las_constelaciones_familiares_una_experiencia_de_intervenci%C3%B3n_The_School_for_Parents_and_Family_Constellations_an_Experience_of_Intervention
- Tornello, F. S. (2019). *El proceso de cambio en participantes de talleres de configuraciones sistémicas familiares, realizados en Salta Capital durante el año 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Salta]. Repositorio Institucional Universidad Católica de Salta https://bibliotecas.ucasal.edu.ar/opac_css/66611/1777/Tornello-Franco-Saul-el-proceso-de-cambio-en-participantes.pdf
- Tornello, F. S., Guerra Contreras, L. S., Echazú López, M. V., Mazzaglia, L. M., & Salom Arias, M. G. (2016). Mejor yo que tú órdenes del amor, la teoría de Bert Hellinger, en contextos de encierro (Sesión de conferencia). *XVI Congreso Argentino de Psicología*, 793–855.
https://bibliotecas.ucasal.edu.ar/opac_css/66611/1777/Tornello-Franco-Saul-el-proceso-de-cambio-en-participantes.pdf
- Universidad de Guadalajara. (2021). *Universidad De Guadalajara Sistema De Educación Media Superior Escuela Preparatoria No 6 Profem 1*. <https://cgpe.udg.mx/fondos-extraordinarios/PIFI-PROFOCIE-PFCE-PROFEXCE/pifi/pifiems>
- Wainer, A. (2012). Estudios de caso único en el campo de la investigación actual en psicología clínica. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 16(2), 214–222.
<https://www.redalyc.org/pdf/3396/339630260010.pdf>
- Weinhold, J., Hunger, C., Bornhäuser, A., Link, L., Rochon, J., Wild, B., & Schweitzer, J. (2013). Family constellation seminars improve psychological functioning in a general population sample: Results of a randomized controlled trial. *Journal of Counseling Psychology*, 60(4), 601–609. <https://doi.org/10.1037/a0033539>
- Welford, E. (2014). Giving the Dead Their Rightful Place: Grief Work with the Family System. *Transactional Analysis Journal*, 44(4), 320–333.
<https://doi.org/10.1177/0362153714559920>
- Welford, E. (2019). Healing the Fallout From Transgenerational Trauma: Supporting Clients in Making Peace With Their History. *Transactional Analysis Journal*, 49, 324–338.
<https://doi.org/10.1080/03621537.2019.1650233>
- WHO. (1998). *The World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5) Spanish translation*.
- Yáñez Villegas, X., & Zúñiga Salazar, P. (2022). *El ego desde la perspectiva transpersonal y el despertar espiritual, favorable para la psicoterapia* [Tesis de maestría, Universidad Diego Portales]. Repositorio Institucional Universidad Diego Portales
<https://repositoriobiblioteca.udp.cl/TD002007.pdf>

Anexos

Anexo 1

Tabla 7

Tabla de estudios revisados: Metodología y resultados en salud mental

#	Autor, año, país	Título	Tipo de estudio	Tamaño de muestra	Metodología	Resultados en salud mental
1	Hunger, C., et al, (2015). Alemania	Mid- and Long-Term Effect of Family Constellation Seminars in a General Population sample 8 and 12 month follow up	Artículo de Revista: Family Process	104 participantes. 84% mujeres, 16% hombres, 97% alemanas, 89% con educación superior y 96% tenían trabajo.	Cuatro sesiones de constelaciones familiares, cada una de tres días. Evaluaciones, a los 8 y 12 meses post-intervención, utilizando cuestionarios de autoinforme para medir el cambio en funcionamiento psicológico. Los análisis estadísticos se llevaron a cabo en IBM SPSS con ANOVA, calculando tamaños de efecto con eta squared y Cohen's d. El enfoque metodológico fue cuantitativo.	La mayoría de los participantes mostró una mejoría significativa en el funcionamiento psicológico con un efecto pequeño, manteniéndose estable a los 8 y 12 meses de seguimiento. Se observaron efectos estadísticamente significativos en distrés psicológico, incongruencia motivacional, experiencia en sistemas sociales y logro de metas, con tamaños de efecto pequeños para FEP-TOT y INK-SF-TOT y medianos para EXIST-TOT. Sin embargo, el ANOVA no mostró un efecto significativo para el logro de metas. En cuanto a la importancia clínica, entre el 46% y el 62% de los participantes no experimentaron un cambio confiable en ninguna medida y estaban en un rango funcional desde el inicio. Entre el 31 % y el 34 % mostraron un cambio confiable por debajo del límite psicológico, distrés y motivación en ambos seguimientos, mientras que aproximadamente el 1 % logró un cambio confiable por encima del límite y no estaban en el rango funcional al inicio. Entre el 5% y el 14% experimentaron un cambio negativo en ambos seguimientos.

2	Basteiro Tejedor, S.M., (2013). España	Aportaciones de las constelaciones familiares al proceso de individuación en psicoterapia	Documento de Trabajo: Asociación española de constelaciones de Bert Hellinger.	1 participante. Mujer de 22 años.	Se realizó psicoterapia sistémica y constelaciones familiares en sesiones individuales, grupales y familiares. Para la evaluación, se usaron entrevistas, genograma, dibujos, relatos y constelaciones exploratorias. Las intervenciones incluyeron ejercicios de respiración, visualización, movimientos sistémicos y registros escritos. El enfoque fue cualitativo.	Con el avance de las sesiones, la paciente reporta no haber vuelto a experimentar síntomas y pasó su primer verano sin recaídas tras muchos años. Además, junto con su psiquiatra, ha reducido su medicación a una dosis mínima, con el objetivo de retirarla según el protocolo. A nivel de salud mental, menciona un aumento en su confianza y seguridad, lo cual le ha permitido disfrutar de actividades con amigos sin ansiedad, realizar su primer viaje con su novio sin preocuparse por sus padres, asumir responsabilidades pendientes, salir sola y no angustiarse por el futuro. Su autovaloración también ha mejorado, se siente bien consigo misma y sus padres valoran positivamente su progreso. Al final, expresa su deseo de disfrutar la vida, su sensación de crecimiento personal, y cómo esta experiencia le ha ayudado a dejar de sentirse enferma, comprender mejor sus síntomas y fortalecer su relación familiar.
---	--	---	--	-----------------------------------	--	--

3	Weinhold, J. et al., (2013). España	Family Constellation Seminars Improve Psychological Functioning General Population Sample: Results of a Randomized Controlled Trial	Artículo de Revista: Journal of Counseling Psychology	208 participantes	Las constelaciones familiares se llevaron a cabo en tres días, utilizando un manual evaluado con el coeficiente Cohen kappa. Asignaron a los participantes aleatoriamente a un grupo de intervención o a un grupo de control en lista de espera. Se midió el cambio en el funcionamiento psicológico mediante cuestionarios de autoinforme (OQ-45.2, FEP, INK-SF). Los análisis estadísticos se realizaron en IBM SPSS con ANOVA y se evaluó el tamaño del efecto usando ANOVA e ICC. El enfoque metodológico fue cuantitativo.	Los resultados no mostraron diferencias significativas en la interacción entre grupo, tiempo y estado del paciente, por lo que se analizaron las interacciones de tiempo con grupo y tiempo con estado del paciente mediante efectos simples. En el caso del OQ-TOT, se observó un efecto de interacción entre tiempo y grupo, donde el grupo de intervención (IG) mejoró mucho en el funcionamiento psicológico que el grupo de espera (WLG) en ambos seguimientos, aunque con tamaños de efecto pequeños. Este cambio en el IG se mantuvo estable a largo plazo, mientras que el WLG no mostró mejoras significativas. También se observó una reducción de la angustia psicológica y una menor incongruencia motivacional en el IG en comparación con el WLG. Solo el 28% del IG alcanzó un cambio clínico confiable en funcionamiento psicológico, y entre el 2% y el 12% de los participantes del IG presentaron un deterioro en distrés psicológico e incongruencia motivacional. No se reportaron eventos adversos durante ni después de la intervención.
---	-------------------------------------	---	---	-------------------	---	---

4	Hunger, C, et al., (2014). Alemania	Improving Experience in Personal Social Systems through Family Constellation Seminars: Results of Randomized Controlled Trial	Artículo de Revista: Family Process	208 participantes	Diseño de ensayo controlado aleatorio, asignando a los participantes a un grupo de intervención (IG) durante tres días, y a un grupo de control en lista de espera (WLG). Se evaluaron resultados en tres momentos usando el Experience in Personal Social Systems Questionnaire (EXIS.pers), Problematic Relations (IPR) y el Tool for the Evaluation of the Psychotherapeutic Progress (FEP). Los análisis se llevaron a cabo con IBM SPSS y ANOVA, siguiendo un enfoque metodológico cuantitativo.	Los resultados del <i>Experience in Personal Social Systems Questionnaire</i> (EXIS.pers) mostraron un efecto de interacción significativo entre el grupo y el tiempo, con un tamaño de efecto medio. Los participantes del grupo de intervención mejoraron significativamente en sus sistemas sociales en comparación con el grupo de lista de espera, obteniendo puntuaciones superiores al 73% del grupo de espera tras dos semanas. Las dimensiones de pertenencia, autonomía, acuerdo y confianza también reflejaron mejoras en el grupo de intervención, aunque con tamaños de efecto pequeños a medianos. La pertenencia fue significativa a los cuatro meses, aunque solo por tendencia. Además, se halló un efecto significativo entre el grupo y el tiempo para el <i>Interpersonal Problematic Relations</i> (IPR) y el <i>Interpersonal Problems</i> (IP), con mejoras significativas en las relaciones interpersonales del grupo de intervención en ambos seguimientos. En la prueba IP, se observó un tamaño de efecto medio a los cuatro meses. No se reportaron efectos adversos entre los participantes.
---	-------------------------------------	---	-------------------------------------	-------------------	---	---

5	Chapanta Pérez, S. J., (2014). Ecuador	Las constelaciones familiares y la re inserción familiar de las adolescentes del programa casa familiar enrique cuesta Holguín de la Fundación Jóvenes para el Futuro de la Ciudad de Ambato	Tesis: Universidad Técnica de Ambato	64 participantes. Adolescentes y padres de familia.	El estudio utilizó un instrumento con el cual codificó los datos obtenidos en un formato para calcular el Chi-cuadrado. Adicional, se recopiló información mediante la observación. El enfoque metodológico fue mixto.	Se halló que las constelaciones familiares facilitan la re inserción de adolescentes en el programa Casa Familia “Enrique Cuesta Holguín” de la Fundación “Jóvenes para el Futuro” en Ambato. Utilizando el cálculo de Chi-cuadrado, se aceptó la hipótesis con un nivel de significancia del 5%. Los participantes informaron mejoras en sus relaciones familiares (82,86%), una organización positiva de roles y responsabilidades en su vida personal (88,57%), y un fortalecimiento de los lazos afectivos (88,57%). Además, el 75% consideró que las constelaciones familiares contribuyeron a su re inserción. Se concluyó que estas técnicas impactan directamente en una exitosa re inserción familiar, ya que los participantes comprenden la dinámica familiar, asimilan sus cargas generacionales y mejoran las relaciones con los demás.
---	---	--	---	---	--	--

6	Ortiz-Tallo, M. y Gross, G., (2014). España	Las Constelaciones Familiares de Bert Hellinger: Estudio de Caso	Artículo de Revista: Journal of transpersonal Research	1 participante, Mujer de 45 años.	Diseño inductivo en modalidades grupal e individual, con seguimientos a los tres, ocho y 18 meses. Se realizó un taller grupal de cuatro horas con 20 participantes y dos terapeutas. El enfoque metodológico fue cualitativo.	La paciente consultó por dependencia emocional y, tras participar en un taller de constelaciones familiares, logró terminar una relación dañina con un hombre casado tres meses después. Ocho meses más tarde, comenzó una nueva relación saludable y equilibrada, enfrentando brevemente el duelo sin intentar reconectar, un patrón que solía repetir. A los 18 meses, mantiene una relación estable y armoniosa con una persona libre. Las constelaciones familiares han transformado su perspectiva sobre la dependencia emocional y mejorado su relación con su madre, volviéndose más cariñosa.
---	---	--	--	-----------------------------------	--	---

7	Agudelo Gómez, M. A., (2017). Colombia	Intervención constelar en acción, conducta, gesto suicida trasngeneracional en el Municipio de Dosquebrada (Risarlida-Colombia)	Acta de Conferencia: IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología MERCOSUR	7 familias pertenecientes del sector de Badea, con un estrato socioeconómico 2-3.	La investigación tuvo una metodología de observación participante. Se utilizaron los siguientes instrumentos: familiograma, registro etnográfico, genograma, historias clínicas y ecomapas. El enfoque metodológico fue cualitativo.	Se determinó que las constelaciones familiares permitieron a los grupos familiares redefinir el síntoma y el concepto de muerte, dándoles otra perspectiva al respeto. Al igual, se permitió reconocer los sentimientos de cada miembro de la familia frente a este acontecimiento y buscar una reparación en la familia.
---	--	---	---	---	--	---

8	Fernandes, V. et al., (2018). México	Relaciones más afectivas mediante las constelaciones familiares	Libro: Consejo Mexicano de Psicología	230 participantes. Fueron estudiantes, profesores, servidores de la universidad	Las sesiones se desarrollaron una vez por semana durante ocho meses. Se recolectó la información mediante entrevistas a los participantes. El enfoque metodológico fue cualitativo.	Los participantes relatan que tras las constelaciones familiares les brindó un espacio de bienestar y de reflexión. Este espacio les permitió tener cambios en sus comportamientos, sentir armonía y reducir de desigualdades en su sistema familiar. Por otro lado; reportan sentir paz, mejorar su autoestima y sentirse más productivos. En general, concluyen que las constelaciones familiares permitieron traerles armonía en sus sistemas familiares, teniendo relaciones más afectivas.
9	Cohen, D., (2024). Estados Unidos	Family Constellation therapy: A nascent approach for working with non - local consciousness in a therapeutic container.	Artículo de Revista: Progress in Biophysics and Molecular Biology	4 participantes. 3 mujeres y 1 hombre.	Metodología de observación fenomenológica, recopilando relatos subjetivos de participantes y representantes. El enfoque metodológico fue cualitativo.	En los cuatro casos relatados, los participantes destacan sentimientos de autoconocimiento, comprensión y liberación de emociones reprimidas. Mencionan que al abordar situaciones familiares del pasado que les causaban malestar y liberar emociones como la angustia y el enojo, lograron tener una visión más clara y sentirse emocionalmente más ligeros.

10	Gil González, C. M., (2019). España	Aportaciones de las Constelaciones Familiares en el Acompañamiento psicoterapéutico de personas que han sufrido un accidente grave de tráfico y sus secuelas.	Documento de Trabajo: Asociación española de constelaciones de Bert Hellinger	1 participante. Mujer de 18 años.	Por los daños del accidente, se realizó en el domicilio de la participante y consistió en un acompañamiento de más de cinco meses. Comenzó con un encuentro fenomenológico, seguido de técnicas como visualizaciones, ejercicios de imaginación, movimientos con muñecos y uso de cartulinas. El enfoque metodológico fue cualitativo.	Durante la terapia, la participante experimentó diversas emociones, logrando enfrentar tanto las agradables como las difíciles, lo que le permitió disminuir su malestar y validarlas. Se siente más generosa consigo misma, respeta más su tiempo, y ha alcanzado un mayor nivel de madurez con nuevas aspiraciones y objetivos. Ha recuperado el control de su vida, reduciendo la presión social, lo que le permite tomar decisiones propias y dejar de lado relaciones y actividades poco saludables. Aunque aún vive altibajos emocionales, estos son menos intensos, de menor duración y se resuelven más rápidamente.
----	-------------------------------------	---	---	-----------------------------------	--	--

11	Robl Greis, I. M., (2019). México.	Salud, síntoma y enfermedades desde una perspectiva transgeneracional en el marco de las constelaciones familiares	Tesis: Instituto regional de estudio de la familia	47 participantes. En el 85 % eran mujeres y el 15 % hombres.	El estudio se dividió en dos partes: la primera, un trabajo práctico en un diplomado de constelaciones familiares, que incluyó una encuesta inicial, un dibujo personal, y una segunda encuesta con entrevistas sobre las experiencias tras el taller. La segunda parte se enfocó en entrevistas profundas con los participantes sobre sus experiencias. Se emplearon técnicas de constelaciones y terapia familiar sistémica, con un enfoque metodológico cualitativo.	Las conclusiones de la investigación empírica se centran en cinco categorías de enfermedades exploradas durante los talleres. Se halló que las constelaciones familiares ayudan a reconocer el destino de cada persona, honrarlo sin intervenir, identificar dinámicas inconscientes y eventos traumáticos en el sistema familiar, y liberar de la culpa, entre otros aspectos. Se identificaron métodos para movilizar sentimientos, reconectar con la vida tras un trauma y crecer a partir de lo sucedido. Sin embargo, se observó que algunas personas pueden elegir inconscientemente la enfermedad como un mecanismo de evasión o lealtad. Las constelaciones familiares permitieron a los participantes explorar malestares emocionales, psicológicos y sociales, expresarlos y reconocerlos, lo que contribuyó a mejorar su bienestar mental.
----	------------------------------------	--	--	--	---	---

12	Konkolý Thege, B., (2022). Hungría.	The effectiveness of Family Constellation Therapy in reducing psychopathological symptoms in a naturalistic setting.	Artículo de Revista: Psychiatria Danubina	118 participantes. El 85% de estos fueron mujeres, el 40 % fue casada, 16% separada y 31% en relación.	La intervención se realizó en dos días, incluyendo una evaluación previa y el uso de cuestionarios para medir psicopatología, calidad de vida, sentido de la vida y bienestar general. Se aplicaron pruebas estadísticas como Wilcoxon y ANOVAs para analizar la efectividad a las cuatro semanas y seis meses, calculando tamaños del efecto y utilizando el Índice de Cambio Confiable (RCI) para la significancia clínica. Se emplearon instrumentos como el Brief Symptom Inventory (BSI) y PHQ-15, con un enfoque metodológico cuantitativo.	En el seguimiento de cuatro semanas, se encontraron mejorías significativas en 14 de 17 variables, con efectos pequeños en somatización, búsqueda de sentido de la vida y bienestar general; moderados en obsesión-compulsión y otros aspectos emocionales; y grandes en ansiedad, ideación paranoide y psicopatología general. A los seis meses, las mejoras fueron significativas en 13 variables, aunque con tamaños de efecto algo reducidos. En general, el 19.8% de los participantes mostraron mejoras confiables a un mes y el 20.3% a seis meses, con el 89% sin cambios negativos en su salud mental o física tras la intervención, mientras que solo un pequeño porcentaje reportó efectos leves.
----	-------------------------------------	--	---	--	---	--

13	Medina, A., (2023). México.	Entre la psicoterapia y la espiritualidad: la terapia de Constelaciones Familiares en México	Artículo de Revista: Sociedad y religión	No especifica se menciona dos grupos por lo que se asume en base a los demás que es una muestra pequeña.	La metodología es descriptiva con base en la experiencia de una sesión terapéutica de constelaciones familiares en una modalidad virtual por pandemia y modalidad presencial post - pandemia. Se utiliza el instrumento mediante la observación y conversaciones con los participantes. El enfoque metodológico fue cualitativo.	En general, los resultados se exponen plantea que la eficacia de la terapia de constelaciones familiares es un proceso reflexivo que consiste en reunir experiencias que permiten a los participantes sentirse validados de forma grupal. En este espacio abre a la resolución de problemas de la vida y a la expresión de reprimidos. Se expresa que este momento se llevan a tres momentos en específico: 1. a un lugar seguro, placentero y con abundancia; 2. sentimiento de estar junto a su madre que provoca sentimientos de seguridad y sentirse nutridas; 3. un escenario que les permite ver la abundancia. Estos espacios mediante imágenes generan sensaciones y emociones que van definiendo el espacio terapéutico.
----	-----------------------------------	--	---	---	---	---

14	Konkolý Thege, B., (2024). Hungría.	The efficacy of pandemic-adjusted family/systemic constellation therapy in improving psychopathological symptom's: A randomized controlled	Artículo de Revista: Journal of Psychiatric Research	80 participantes	Este estudio fue un ensayo controlado aleatorio con un grupo de intervención y otro de control en lista de espera, con evaluaciones pre-intervención, a las cuatro semanas y a los seis meses posteriores. Las sesiones de intervención tuvieron limitaciones debido a la pandemia. Se utilizaron instrumentos como el Brief Symptoms Inventory, SCOFF, SSBS-G, EXIS.pers, Meaning in Life Questionnaire y WBI-5. Los datos se analizaron con SPSS, ANOVA, Cohen's y Cramer's V, adoptando un enfoque metodológico cuantitativo.	Los miembros del grupo de intervención mostraron mejoras significativas en psicopatología general en el seguimiento de un mes, las cuales se mantuvieron a los seis meses, aunque con magnitudes pequeñas. La interacción entre tiempo y grupo en el ANOVA no fue significativa, indicando una diferencia mínima entre los grupos. En los resultados secundarios, los participantes mejoraron en 7 de 16 indicadores, como obsesión compulsiva y sensibilidad interpersonal, con mejoras de magnitud pequeña. Un 72.2% de los participantes informaron cambios positivos en calidad de vida, salud mental o bienestar general relacionados con la intervención. Sin embargo, el 36.1% reportó desafíos con cambios negativos. En el segundo seguimiento, el 63.9% observó mejoras adicionales atribuibles a la intervención, mientras que el 25% reportó cambios negativos.
----	-------------------------------------	--	--	------------------	--	---

15	Osorio Gutierrez, M. & Zea Arrubia, S., (2024). Colombia.	Función de la sugestión en las alternativas terapéuticas (coaching; constelaciones familiares) en la experiencia de dos consultantes y dos terapeutas en la ciudad de Medellín.	Tesis: Universidad de Antioquia	2 participantes.	Para la recolección de información se realizaron un total de cuatro entrevistas: las entrevistas fueron semiestructuradas, luego se realizó una matriz de Excel. El análisis del estudio fue fenomenológico. El enfoque metodológico fue cualitativo.	Con la información recolectada queda claro que la sugestión cumple una importante función en estas terapias, posibilitando sus efectos. La sugestión es un fenómeno más amplio que el denominado placebo y tiene en cuenta la experiencia de la persona que sugestiona y las expectativas de la persona sugestionada. Los efectos de las terapias fueron tanto somáticas como en las relaciones personales, aunque no se pudo reconocer su durabilidad a largo plazo. Se resalta que las personas buscan alternativas pueden responder a dos vidas: primero la exploración activa de métodos para aliviar el sufrimiento; segundo dificultades de la ciencia médica y la disciplina psicológica para responder a las necesidades de algunas personas, ya que algunos casos son necesidades particulares que salen de la estructura de la medicina y la psicología clínica tradicional.
16	Ramos, S & Ramos, J., (2019). Portugal.	Process of Change and Effectiveness of family Constellations: A Mixed Methods Single Case Study on Depression	Artículo de Revista: The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families	1 participantes. Mujer de 60 años.	Cinco sesiones en un mes y medio, con pruebas aplicadas al inicio, al final y en un seguimiento a los tres meses. Se utilizaron los instrumentos EADS-21 (Depression Anxiety Stress Scales) y PPDMQ (Psychotherapeutic Process Data Mining	Los resultados cuantitativos indicaron que el nivel de ansiedad del paciente se mantuvo normal, el estrés pasó de moderado a normal, y la depresión disminuyó de severa a normal tras la intervención, manteniéndose estable en el seguimiento. Cualitativamente, la paciente reportó un alivio emocional, un sentido de pertenencia a su familia y una liberación de culpa. Las constelaciones familiares fueron clave para estos resultados positivos, aunque también experimentó malestar por recuerdos evocados durante las sesiones, lo que le permitió explorar y

				Questionnaire). El enfoque metodológico fue mixto.	transformar esos sentimientos en una experiencia positiva.	
17	Pritzer, S. & Duncan, W., (2019). China y México.	Technologies of the Social: Family Constellation Therapy and the Remodeling of Relational Selfhood in China and Mexico	Artículo de Revista: Cult Med Psychiatry	57 participantes, Mayormente mujeres de distintas edades y características.	El estudio recopiló datos de talleres realizados durante varios años en Beijing y Oaxaca. La información se recopiló a partir de notas de campo reconstruidas, ya que los facilitadores no permitieron grabaciones ni notas durante las sesiones. Se utilizó la técnica de observador participante para la recolección de datos.	Se concluyó que las constelaciones familiares son una práctica personal y social compleja que se vuelve un espacio de teatro. Este espacio se convierte en un lugar personificado y único en el cual los participantes pueden desarrollar su perspectiva personal, como la de un grupo o familia. Este ha demostrado tener un gran potencial en la tecnología social, en la cual produce cambios en la perspectiva de los participantes tanto propia como la de los demás que les permite mejorar.

18	Fabre Robles, C. (2020). Hungría	Ericksonian Family Constellation Work with Metaphoric Objects: Discussion and Illustration	Artículo de Revista: International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis	1 participante. Mujer edad desconocida.	La intervención se realizó en un workshop con participantes voluntarios. Por razones de confidencialidad, se omiten ciertos datos del caso expuesto. La información se recolectó a través de la observación, y el enfoque metodológico fue cualitativo.	Se consideró que la mezcla entre constelaciones familiares y el método Eriksoniano brindó beneficios a la participante. Entre estos se destacó que la participante se sentía más cómoda, más relajada, calmada y feliz. Se intuye que la intervención permitió a la participante explorar sentimientos reprimidos que al final le dio un sentimiento de calma y bienestar emocional.
19	Tornello, F. S., et al., (2016). Argentina.	"Mejor yo que tú" Órdenes del amor, la teoría de Bert Hellinger, en contextos de encierro.	Acta de Conferencia: XVI Congreso Argentino de Psicología	2 participantes. Mujeres.	El trabajo se centró en un análisis profundo de los casos, explorando las experiencias y percepciones de los participantes sin fines de generalización. La recolección de datos se realizó mediante observaciones, inmersión en el campo, anamnesis familiar y genosociogramas, utilizando un enfoque metodológico cualitativo.	A través de ambos casos se exploraron sus sistemas familiares permitiéndoles abordar situaciones no resueltas. Se concluyó, como en la historia familiar los hijos tomaron parte por asunto de los padres, alterando así el orden, dar y tomar y configurándose una aprobación objetiva para expiar algo por el padre. Las participantes en este camino reconocieron y tomaron conciencia de las relaciones con sus padres. De este modo, los casos estudiados dijeron "yo mejor que tú pague el delito" y expidieron a los padres por amor ciego de la conciencia colectiva impera sobre los destinos personales.

20	Tornello, F. S., (2019). Argentina.	El proceso de cambio en participantes de talleres de configuraciones sistémicas familiares, realizados en Salta Capital durante el año 2018	Tesis: Universidad Católica de Salta	10 participantes. Ocho eran mujeres y dos hombres.	Los talleres se llevaron a cabo durante tres meses en 2018 e incluyeron varios roles: consultante, representante y observadores, todos considerados participantes. Se utilizaron técnicas de recolección de información como la observación de participación activa y entrevistas semiestructuradas en profundidad, con un enfoque metodológico cualitativo.	Los investigadores consideraron que, a pesar de sistematizar sus aportes, se recalcó que los procesos expuestos son individuales, específicos de cada persona e interrelacionado con una posibilidad de infinidad de otros elementos. Por lo que llegaron las conclusiones fueron parciales y condicionadas, por lo que llegaron a observar. Todos los participantes tuvieron cambios distintos, unos cambiaron su relación con determinados miembros de la familia, otros cambiaron consigo mismo y también hubo un caso donde no hubo cambio registrado. El cambio siempre es por fuera de las explicaciones que el participante le otorga la conducta problema, por ello los relatos de los participantes presentan diferencias radicales posteriores a la participación en el taller.
21	Duncan, W. L., (2017). México	Dinámicas Ocultas: Culture and Psy-Sociality in Mexican Family Constellations Therapy	Artículo de Revista: Culture and psysociality	164 participantes	Los casos expuestos fueron basándose en viñetas etnográficas tomadas en sesiones de constelaciones familiares. El enfoque metodológico fue cualitativo.	En este artículo se desarrolló el concepto de psi-socialidad que explora cómo la difusión global de la terapia inculca simultáneamente en crear lugares en las que las personas puedan recuperar y reparar rupturas en el tejido social y familiar de manera culturalmente relevantes. En conclusión, las constelaciones familiares proporcionan un espacio en el cual los participantes pueden trabajar sobre sí mismos, resolver dinámicas familiares no saludables, aterrizar crisis morales, volviéndose en el proceso más autosuficiente y responsables. Cabe destacar que los participantes se

involucran en el trabajo personal para reparar, cultivar y afianzar los vínculos relacionales, no para liberarse de ellos.

22	Mayer, C., & Viviers, R. (2015). Exploring Cultural Issues for Constellation Work in South Africa	Artículo de Revista: Australian and New Zealand Journal of Family Therapy	6 participantes. No se especifica edades ni sexo.	La metodología se basó en un paradigma fenomenológico, con recolección de datos en profundidad de seis participantes en varios talleres. Se utilizó observación participante y notas de campo, y el análisis siguió el proceso de contenido de Terre Blanche, Durrheim y Painter (2006), además de un enfoque temático sobre la cultura. El enfoque fue cualitativo.	Con base en los hallazgos, se considera que las constelaciones familiares en Sudáfrica es una contribución única, integrando individuos de diversos orígenes culturales y el trabajo sobre temas individuales, socioculturales e históricos. Las constelaciones permitieron una reconexión en el sistema familiar, permitiendo sentir pertenencia, equilibrio y conciencia. Se reconoce que las constelaciones familiares permiten abordar temas importantes de la cultura que influyen en la curación, sanación y brindar una perspectiva diferente a las relaciones familiares. En general, mediante las constelaciones familiares se pueden abordar historias con diferentes acontecimientos de diferentes culturas.
----	---	---	---	--	---

23	Welford, E. (2019). Reino Unido	Healing the Fallout from Transgenerational Trauma: Supporting Clients in Making Peace with Their History.	Artículo de Revista: Transactional Analysis Journal	2 participantes. Ambos con sexo femenino.	La intervención se realizó de forma grupal y se recolecta la información mediante observación. Se utilizaron técnicas de constelaciones familiares y terapia transgeneracional. El enfoque metodológico fue cualitativo.	En resumen, en un caso se encontró un bienestar emocional explorando sentimientos reprimidos que al expresarlos dan un sentimiento de liberación y bienestar. Mientras, en el otro caso se expuso que la participante no pudo validar lo vivido en la constelación, lo que no le causó un bienestar emocional, a pesar de esto le permitió explorar ciertas dinámicas no resueltas en su sistema familiar. El terapeuta debe prepararse para apoyar al paciente en su estado mental. Como conclusión, las constelaciones familiares son complicadas y no todos los problemas se resuelven fácilmente.
24	McQuillin, J., & Welford, E. (2013). Turquía	How Many People Are Gathered Here? Group Work and Family Constellation Theory.	Artículo de Revista: Transactional Analysis Journal	1 participante. Mujer	Caso clínico personal, utilizando técnicas de análisis transaccional y constelaciones familiares. Se llevaron a cabo entrevistas en sesiones grupales. La recolección de datos se realizó a través de la observación, sin utilizar instrumentos. El enfoque metodológico fue cualitativo.	Se destaca que la constelación familiar en el caso clínico expuesto demuestra lo importante que es que el terapeuta no tenga ningún plan frente al caso, sino que deja que fluya basándose en lo que va saliendo. En ocasiones en la constelación se abordan temas que el paciente no es consciente. En el caso expuesto se recalca lo dicho anteriormente, donde la participante aborda la muerte de un ser querido que creía ya superado, espero que todavía le estaba causando malestar. Al abordar este tema en la constelación le permitió a la participante abordar el duelo, permitiéndole liberar estas emociones para sentirse mejor emocionalmente.

25	Feijoo Portero, P. (2017). España	Impacto educativo de las constelaciones familiares en personas adultas	Artículo de Revista: Asociación Española de Constelaciones Familiares, Bert Hellinger (AEBH).	150 participantes. 87% mujeres y 13% hombre de entre un rango de 21 a 70 años.	El estudio se realizó con un cuestionario de 30 ítems, de los que 23 eran afirmaciones evaluadas en una escala de Likert del uno al siete. Los demás ítems eran de carácter exploratorio para delimitar sus experiencias. El enfoque metodológico fue cuantitativo.	Se comprobó la hipótesis de que los participantes reconocen el impacto de las constelaciones en su desarrollo personal, con hallazgos estadísticamente significativos. La valoración del impacto aumentó con las horas dedicadas a las constelaciones; los que asistieron menos de 50 horas mostraron mayor dispersión en sus respuestas, mientras que aquellos con 30 a 40 horas presentaron puntuaciones más uniformes. La mayoría reportó efectos positivos, con un 67% sin efectos negativos. Sin embargo, un 33% experimentó malestares emocionales vinculados a la intensidad de los talleres, así como otros efectos negativos relacionados con gastos y miedos.
26	Sención-Acosta, J. L., Avelino-Rubio, I., Martínez-González, Ma. G., & Lara-García, B. (2011). México.	La escuela para padres y las constelaciones familiares: una experiencia de intervención.	Artículo de revista: Revista de Educación y Desarrollo, 20.	No especifica	El estudio se hizo en una escuela preparatoria en 12 sesiones por ciclo, de tres horas semanales, con una duración de tres meses. Las herramientas utilizadas fueron entrevistas y genealogía: genograma y el árbol. El enfoque metodológico fue cualitativo.	El estudio evidenció un progreso en el trabajo con los padres de familia, con los cuales se llevó a cabo un acuerdo consensuado entre el facilitador y los representantes de cada familia que se comprometieron a establecer un acuerdo conjunto. El impacto de las constelaciones desveló verdades ocultas y muy potentes que provocaron movimientos en la conciencia de la persona, a la vez que un alivio profundo, porque su condición no podría ser la misma que una vez fue. Esos movimientos presentados tuvieron un avance significativo en la vida de los participantes que permitió un bienestar entre los padres y los hijos, fortaleciendo su conexión y reduciendo el malestar emocional.

27	Salters, D. (2013). África.	Sandplay and Family Constellation: An Integration with Transactional Analysis Theory and Practice	Artículo de Revista: Transactional Analysis Journal	2 participantes (un hombre y una mujer)	El estudio, exploró experiencias de los pacientes en el contexto terapéutico. Recolectando la información mediante la observación y entrevistas. Las técnicas utilizadas fueron la técnica de cada de arena y constelaciones familiares. El enfoque metodológico fue cualitativo.	Se determinó que la integración de las técnicas de caja de arena y constelaciones familiares posibilitó el trabajo más rápido con los pacientes a un nivel más profundo, accediendo a diferentes modos de memoria y procesamiento de la memoria. La combinación de símbolos, espacio tipo ritual, estados alterados de la conciencia y la manipulación física del mundo interior en el exterior permite a los clientes darse a conocer ellos mismos en muchos niveles. Trabajando de esa manera permite descubrir más información en un menor tiempo. Esta integración de enfoques facilitó el proceso de integración para los pacientes.
28	Crawford, J. (2013). Estados Unidos.	Sister of the Heart and Mind: Healing and Teaching with Family System Constellations	Artículo de Revista: Women and Therapy	2 participantes. Mujeres.	El estudio exploró vivencias de la paciente y de la autora en el contexto terapéutico. Se recolectó la información a través de observaciones y entrevistas. Los métodos empleados fueron la técnica de Jung y las constelaciones familiares. El enfoque metodológico fue cualitativo.	En conclusión, este estudio recoge experiencias vivenciadas en un caso y de forma personal. Se comenta que las constelaciones familiares les brindó un espacio para expresar sentimientos y dinámicas familiares que les ocasionó al final una sensación de bienestar. Se percataron de situaciones no resueltas que causó malestar al hablar de estas, pero al final les permitió sentirse más fuertes y alineadas consigo mismo.

29	Gorfinkel, O. (2009). México	Retomando los caminos de vida: Psicoterapia ericksoniana en combinación con el drama ritual de la terapia sistémica de Bert Hellinger (Constelaciones Familiares) para pacientes con duelo complicado	Tesis: Centro Ericksoniano de México.	2 participantes. Mujeres de 50 y 52 años.	Los instrumentos utilizados fueron los siguientes: Inventario de Duelo Complicada (IDC-R-ECEP), Índice Subjetivo de Tono Afectivo (ISTA), Índice de Bienestar (IB) e historia clínica. Al igual se realizaron entrevistas al ingreso y evaluación pretratamiento. Se utilizaron técnicas ericksonianasy técnicas de la terapia sistémica de Bert Hellinger. El enfoque metodológico fue cualitativo.	Los resultados se basaron en dos casos clínicos de personas en duelo reciente, evaluando la eficacia de las constelaciones familiares en su acompañamiento. La primera participante mostró una mejora en la escala IB, aumentando del 26.7% al 46.7% después de un mes y alcanzando un 60% tras un año. En la escala IDC-R-ECEP, tuvo una mejora relativa del 84%, pasando de un deterioro en sus relaciones a una evaluación positiva, manteniendo una mejoría del 95% después de un año. La segunda participante también presentó una mejora en la escala IB, del 46.7% al 66.7% en el primer mes, y alcanzando un 73.3% tras un año. En la escala IDC-R-ECEP, su respuesta al trauma mostró una mejora del 86%, aunque aún presentó deterioro significativo en un criterio. Después de un año, su mejoría relativa fue del 93%, sin deterioro crucial en sus relaciones. En general, el tratamiento que combinó psicoterapia ericksoniana y terapia sistémica demostró ser efectivo para abordar la sintomatología del duelo complicado, con diagnósticos negativos en la escala IDC-R-ECEP un mes después y manteniéndose así tras un año.
----	------------------------------	---	---------------------------------------	---	--	--

30	Welford, E. (2014). Reino Unido	Giving the Dead Their Rightful Place: Grief Work with the Family System	Artículo de Revista: Transactional Analysis Journal	1 participante. Mujer	El estudio analizó las experiencias de los clientes en el entorno terapéutico mediante observaciones y entrevistas, utilizando constelaciones familiares como método en un enfoque cualitativo.	En conclusión, se destacó la importancia de representar y reconocer las personas del sistema familiar que fallecen. Especialmente se exploró cosas de la infancia que se quería resolver, pero que seguían interponiéndose en el camino y exigían atención, al abordar este desdén que desencadena muchas cosas para el paciente. Aquí se aborda el dilema del terapeuta sobre si prestar atención primero al sistema o al individuo dentro de él. Descubrió que al trabajar con clientes en duelo llega a ser más rápido y saludable incluir tanto la perspectiva individual como la sistémica.
31	León Espinoza, G. M. (2015). Guatemala	La somatización que se desarrolla en madres solteras, con limitado soporte económico, familiar y su efecto en el desempeño laboral.	Tesis: Universidad Panamericana.	1 participante. Mujer	El estudio se enfoca en un caso clínico que evalúa el estado mental y físico del paciente mediante instrumentos estandarizados (PDM y CIE-10) y su historia clínica. Se emplean técnicas de reencarnación, constelaciones familiares, relajación y pruebas proyectivas en el tratamiento, con un enfoque metodológico cualitativo.	Las personas diagnosticadas con trastorno de somatización demuestran gran variedad de síntomas. La acumulación de problemas es incontrolable emocionalmente y la somatización afecta personalmente, sino a distintos contextos del individuo, afectando a la familia, parte económica, cultura, lo social y lo laboral que deteriora la vida del paciente. Mediante las diversas técnicas ejecutadas le permitió al paciente reflexionar sobre sí misma, sobre su familia y su enfermedad. En cuanto a las constelaciones familiares, pudo trabajar en ella misma, su responsabilidad, trabajar traumas familiares que al final mejoró su calidad de vida y le permitió tener una mejor salud mental.
