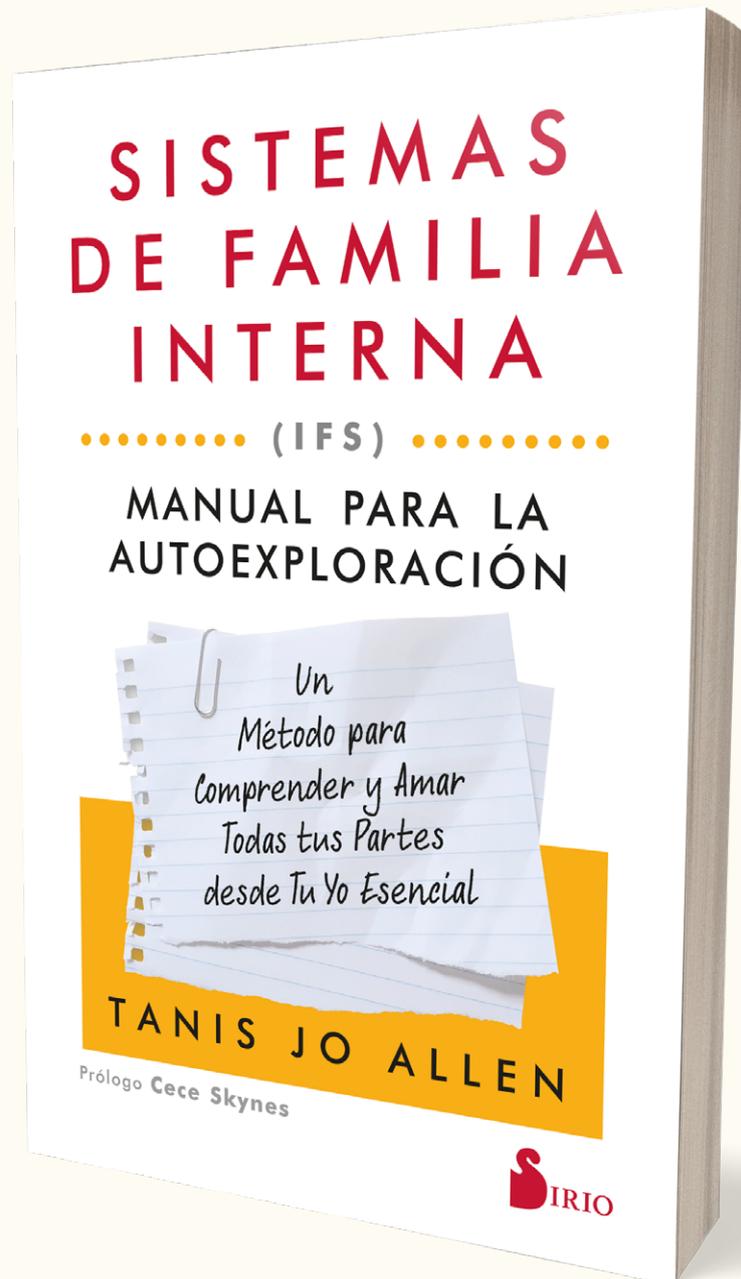




EDITORIAL
SIRIO

Dossier de prensa



SISTEMAS DE FAMILIA INTERNA (IFS): MANUAL PARA LA AUTOEXPLORACIÓN

Tanis Jo Allen

UNA TERAPIA EN AUGE QUE LLEGA AL PÚBLICO HISPANOHABLANTE

Creado en los años 80 por el psicoterapeuta estadounidense Richard C. Schwartz, el modelo Internal Family Systems (IFS) o Sistemas de Familia Interna se ha consolidado como uno de los enfoques terapéuticos más innovadores y efectivos en salud mental.

Su propuesta es revolucionaria: entender la mente como un sistema compuesto por *partes* internas (emociones, roles, heridas) que conviven bajo el liderazgo de un *yo esencial*, capaz de generar equilibrio y sanación.

Hoy, más de 40 años después, IFS se enseña en universidades, hospitales y centros de formación de todo el mundo y está considerado una de las terapias con mayor crecimiento en el ámbito internacional.

El modelo IFS nos invita a establecer una relación con nuestra propia familia interna compuesta por partes y a descubrir tanto los aspectos problemáticos que contiene como la sabiduría que alberga; asimismo, nos invita a ofrecerle energía sanadora, la cual es única para cada uno de nosotros.

Tanis Jo Allen, autora de *Sistemas de Familia Interna (IFS): Manual para la autoexploración*

EVIDENCIA CIENTÍFICA Y RECONOCIMIENTO

El modelo IFS cuenta con un creciente respaldo científico

- Estudios clínicos han demostrado su eficacia en la reducción de síntomas de trauma, depresión, ansiedad y estrés postraumático, así como en la mejora del bienestar en personas con enfermedades crónicas.
- Reconocido por la American Psychological Association (APA) como un enfoque basado en la evidencia.
- Utilizado en programas clínicos de prestigio en EE. UU. y Europa, además de consultas privadas.
- Destacado por medios como Psychology Today, NPR o Case Western Reserve University como una de las terapias emergentes más prometedoras.

EL MODELO EN ESPAÑA Y EL MUNDO HISPANO

*En España y América Latina,
el interés por IFS está creciendo
de forma exponencial*

- **Formación certificada:** El IFS Institute ofrece entrenamientos oficiales en ciudades como Barcelona y Madrid, lo que está impulsando la expansión entre psicólogos y terapeutas hispanohablantes.
- **Red de profesionales:** Cada vez más clínicas y consultas privadas incorporan IFS a su práctica, especialmente en trauma, duelo y relaciones.
- **Escasez de manuales en español:** Hasta ahora, la literatura sobre IFS en castellano era limitada. Así la obra de Tanis Jo Allen (formada directamente con Richard C. Schwartz) se convierte en una obra pionera, accesible y práctica para un público más amplio.

UN LIBRO CERCANO Y TRANSFORMADOR

Sistemas de Familia de Tanis Jo Allen se diferencia de manuales académicos o clínicos porque está pensado para cualquier persona interesada en la autoexploración y el bienestar emocional:

- Lenguaje claro y empático, sin tecnicismos.
- Ejercicios prácticos y ejemplos reales para guiar al lector paso a paso.
- Transcripciones de sesiones que aportan cercanía y comprensión.
- Énfasis en la autoaplicación del modelo para cultivar el autoliderazgo interno y la sanación personal.

APLICACIONES EN LA VIDA REAL

El modelo IFS no solo se aplica en terapia clínica, sino también en:

- Procesos de duelo y trauma.
- Tratamiento de adicciones.
- Mejora de relaciones personales y de pareja.
- Cuidado de profesionales de la salud y la educación.
- *Coaching* y liderazgo, como herramienta de autoconocimiento y gestión emocional.

SOBRE LA AUTORA

Tanis Jo Allen, LMSW, ACSW, es psicoterapeuta con más de 25 años de experiencia especializada en el modelo IFS (Sistemas de Familia Interna). Licenciada en Psicología y con un Máster en Trabajo Social por la University of Michigan, ha desarrollado su carrera en diversos ámbitos de la salud mental, la educación, los cuidados paliativos y el acompañamiento a personas en procesos de duelo, trauma, ansiedad y depresión.

Además de su labor clínica, se ha dedicado a la docencia y la consultoría, ofreciendo supervisión y mentoría a otros terapeutas en la aplicación del modelo IFS.

Reconocida por su capacidad de hacer accesible y práctico este enfoque terapéutico, Allen es fundadora y directora del IFS Great Lakes Retreat, un encuentro anual centrado en la exploración vivencial del modelo.



MODELO IFS EN LOS MEDIOS

[How Internal Family Systems Therapy Helps Manage My Psychosis](#)

Psychology Today, 11 de mayo de 2025

[Ever felt so stressed you didn't know what to do next? Try talking to your 'parts'](#)

npr, 27 de octubre de 2024

[Med's Awais Aftab talks about popularity of internal family systems therapy](#)

Case Western Reserve, 14 de mayo de 2025

[A pilot study of an online group-based Internal Family Systems intervention for comorbid post-traumatic stress disorder and substance use](#)

Frontiers, 27 de marzo de 2025

["How to Heal from Trauma Using Internal Family Systems"](#)

Additude, 13 de junio de 2025

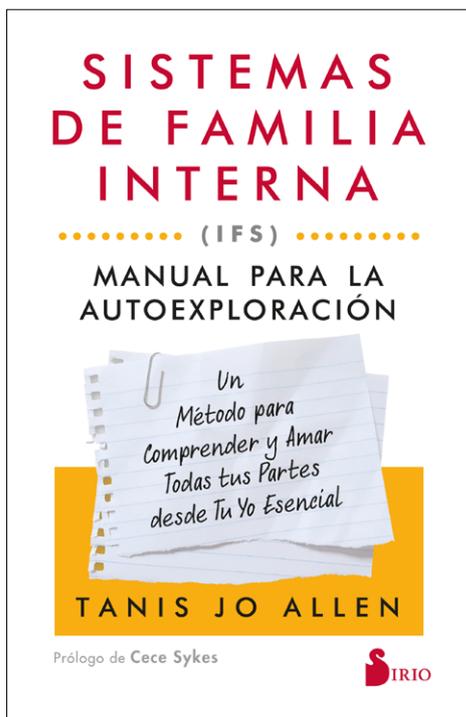


DOMINA EL ENFOQUE IFS: LA REVOLUCIÓN TERAPÉUTICA QUE ESTÁ TRANSFORMANDO VIDAS DESDE ADENTRO



La autora

Tanis Jo Allen es psicoterapeuta certificada en el modelo IFS, tiene un máster en Trabajo Social y es miembro de la Academia de Trabajadores Sociales de Estados Unidos. Atiende en consulta privada en Ann Arbor, Michigan. Lleva más de veinticinco años ejerciendo como terapeuta de IFS, formándose en este modelo y enseñando sobre el mismo; ha impartido numerosos talleres en el Medio Oeste de los Estados Unidos y en Canadá, así como clases magistrales como docente invitada en la Universidad de Michigan. Su experiencia profesional incluye trabajo social clínico en el ámbito educativo, así como en entornos de atención sanitaria —tanto de salud mental como física— y en cuidados paliativos.



Título: *Sistemas de familia interna (IFS): Manual para la autoexploración*

Subtítulo: *Un método para comprender y amar todas tus partes desde tu yo esencial*

Autora: Tanis Jo Allen

P. sin IVA: 14,37 €

Tamaño: 15 x 23 cm

THEMA: JMAJ

Encuadernación: Rústica

Categoría: A

ISBN: 9788410335905

PVP: 14,95 €

Nº págs: 244

BISAC: SEL021000



9 788410 335905

CLAVES DE VENTA

- ✓ **Para quién:** lectores de Richard C. Schwartz, Deb Dana o *El cuerpo lleva la cuenta* de Van der Kolk.
- ✓ **IFS** (Internal Family Systems) es uno de los enfoques terapéuticos con mayor crecimiento en popularidad a nivel global y, tanto terapeutas como lectores, buscan libros prácticos que les ayuden a comprender y aplicar este modelo de forma accesible.
- ✓ Su enfoque práctico y **autoaplicable** lo hacen único en su temática.
- ✓ Puede ser usado tanto por profesionales como por cualquier persona interesada en su **desarrollo personal**.
- ✓ IFS tiene una **comunidad creciente** en redes sociales, podcasts y círculos terapéuticos. *Bestseller* en Amazon.

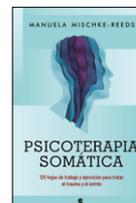
TAGS

INTERNAL FAMILY SYSTEMS // MODELO IFS
SISTEMAS INTERNOS FAMILIARES // TRAUMA
SISTEMAS DE FAMILIA INTERNA // SANACIÓN EMOCIONAL // PSICOLOGÍA HOLÍSTICA
TERAPIA IFS // INTELIGENCIA EMOCIONAL
AUTOTERAPIA // REGULACIÓN EMOCIONAL

Sinopsis

Un manual para que puedas trabajar por tu cuenta con los sistemas de familia interna y fomentar así la armonía y la paz interior. Esta obra cuenta con el respaldo de Richard C. Schwartz, el creador del modelo. Transforma la manera en que te relacionas con tu propio ámbito interno y con tu mente con esta guía clara y estructurada sobre el modelo sistemas de familia interna (IFS), un enfoque terapéutico de carácter empírico centrado en el trabajo con las partes que habitan nuestra dimensión psicológica. El modelo IFS considera que toda persona tiene una «familia interna» compuesta por partes o subpersonalidades, cada una de las cuales tiene sus propios pensamientos, emociones y funciones. Algunas partes contienen el dolor del pasado, mientras que otras intentan evitar que este dolor aflore. Cuando las comprendemos y aceptamos, estas subpersonalidades pueden soltar el dolor con el que cargan y sanar. Escrito por una experimentada terapeuta del modelo IFS que lleva más de 25 años practicando y viviendo este enfoque, y formando a otros profesionales, este libro te ayudará a conectar con tu verdadero yo, lo cual es fundamental en este trabajo. El yo esencial mora dentro de ti y está siempre preparado para ejercer el liderazgo; en conexión con su energía, podrás conocer a los miembros de tu familia interna, acogerlos con compasión y enviarles energía sanadora cuando lo necesiten.

Libros relacionados:





ISABEL ALBA - Resp. Comunicación y Marketing

prensa@editorialsirio.com
(+34) 952 235 290 / 689 03 09 00
C/Rosa de los Vientos, 64
29006 Málaga, España

