

TERAPIA DE FAMILIA
TERAPIA DE FAMILIA Y DE PAREJA
PSICOLOGIA

NOMBRE DEL ALUMNO: YADIRA D. RODRIGUEZ FLORES

LIC. BAYRON IRAM BIDALS CAMPOSECO

FRONTERA COMALAPA DOMINGO 14 DE JUNIO DEL 2020

Terapia de pareja

TECNICAS

Son herramientas que se emplean para añadir, eliminar, potenciar y cambiar distintas variables que están originando y sobre todo, manteniendo los problemas de la pareja

SEXUALIDAD

Las relaciones sexuales es una de las áreas que más se ve afectada, cuando existen problemas o conflictos en una pareja

Técnicas

-Fomentando las fantasías sexuales

Esta técnica tiene como objetivo fomentar la comunicación entre ambos miembros y los deseos sexuales de cada uno de ellos

-Recuperando lo olvidado

Esta técnica tiene como objetivo fomentar la focalización sexual, recuperar los contactos eróticos previos al coito y romper la rutina diaria

-Explorando lo desconocido

Esta técnica ayudara a la pareja a salir de la monotonía y es una manera de avivar la atracción sexual entre ambos miembros de la pareja, también fomentara la comunicación y generara un espacio de intimidad en la pareja

ASPECTOS COGNITIVOS

Las relaciones de pareja están condicionadas por las que creencias, expectativas, atribuciones y valoraciones que hace cada miembro de la pareja de su relación

-Otras alternativas existen

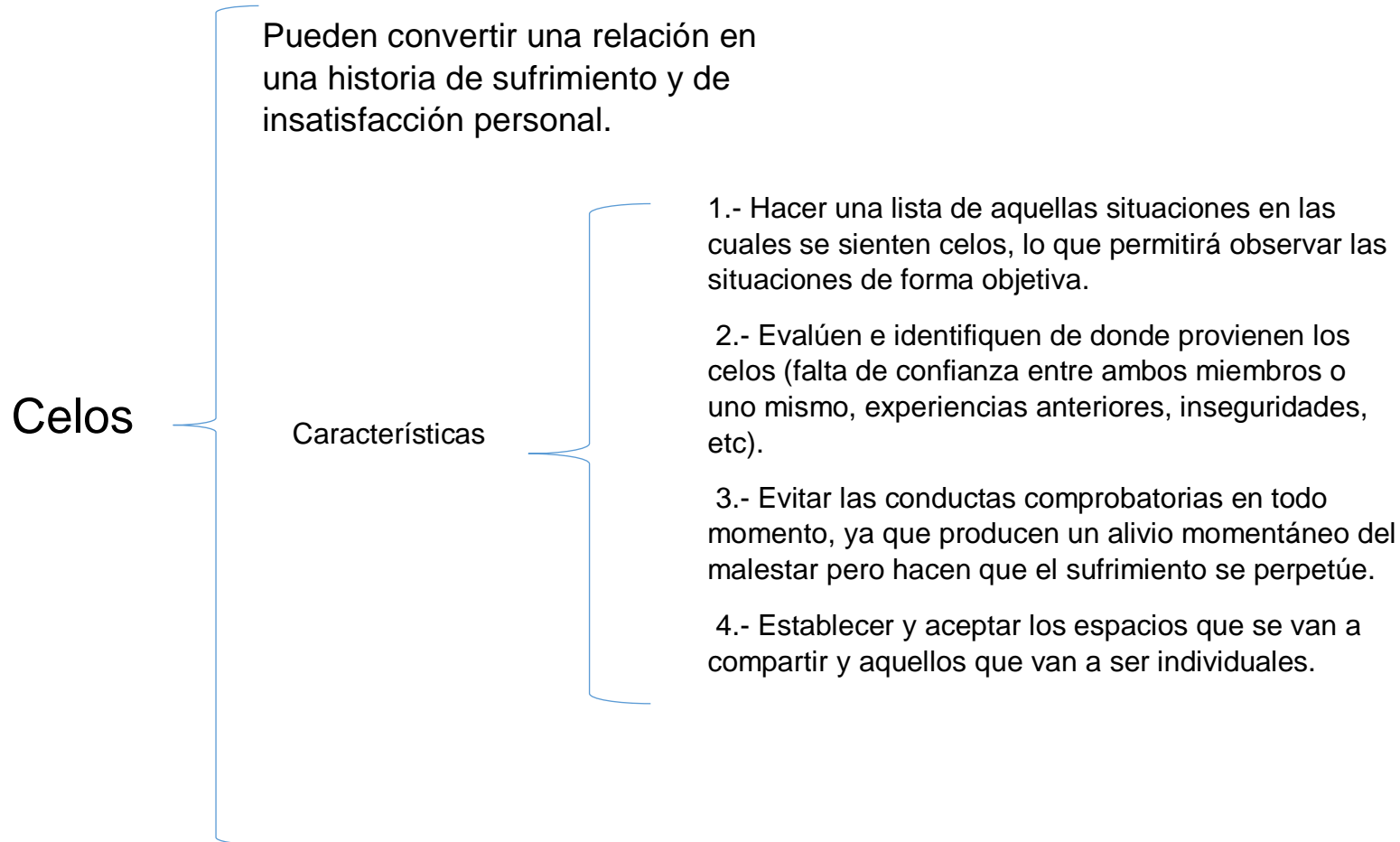
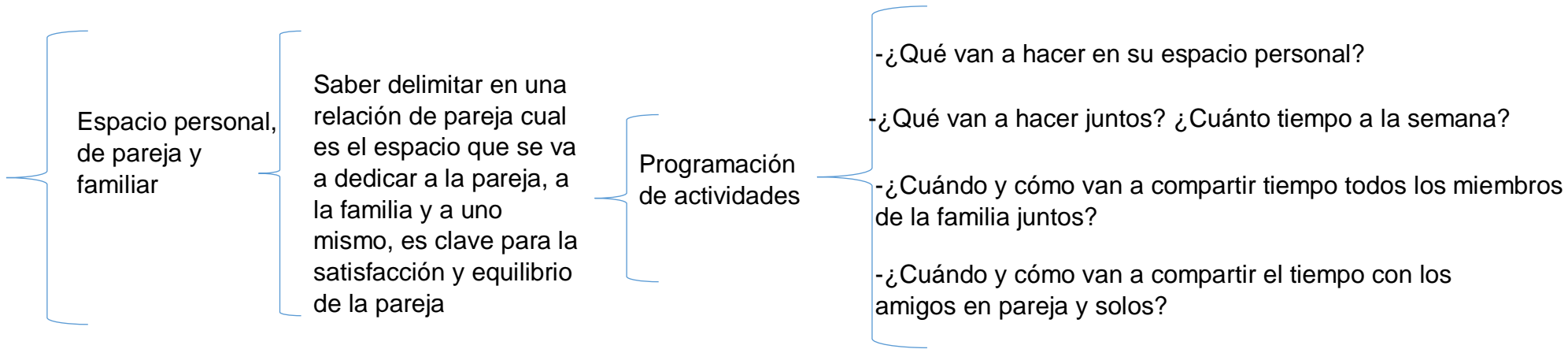
Esta técnica está basada en la técnica de las cuatro preguntas de Carmelo Vázquez. Técnicas cognitivas de intervención clínica

-Tiempo de quejas

Esta técnica tiene como objetivo trabajar la comunicación, el autocontrol de los miembros de la pareja, la escucha activa, expresión emocional y habilidad de negociación

-Tarjeta roja

Ante una discusión, cuando ambos perciban que se están alterando, tendrán que parar y distanciarse o abandonar inmediatamente el espacio que están compartiendo



Psicodrama

Esta situación conduce a la aceptación de los sistemas de pensamiento del terapeuta.

Enfoque

Cognitivo-conductual puede adolecer de falta de confluencia entre la expresión emocional y los aspectos racionales, una carencia que intenta solventar la metodología psicodramática.

objetivo

Suele ser la resolución de los conflictos vinculares entre los miembros de la pareja, trabajando con el vínculo y con los factores de personalidad involucrados en el mismo.

Técnicas utilizadas

La información biográfica de la relación y por otro, la información relacionada con la sintomatología presentada.

Historia sexual

Se pide a ambos el mayor número de datos posible sobre sus relaciones sexuales y la evolución desde el inicio de la relación hasta la actualidad.

Historia psicodramatica

Es una variante de la historia psicodramática, porque aquí interviene más de una persona. El objetivo es movilizar el cuerpo con aquellos recuerdos relacionados con su historia.

Se trata de realizar, primero por uno de los integrantes de la pareja, una serie de —fotografíasll que correspondan con distintos momentos de la relación de pareja y luego por parte del otro. Siendo la última fotografía la que represente el momento actual.

