

## **Cuadro Sinóptico Unidad 3 y 4**

**Terapia de familia y pareja**

Lic. Liliana Villegas López



**PRESENTA EL ALUMNO:**

**Brenda Guadalupe Velasco Gutiérrez**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**9vo cuatrimestre Grupo: A**

**Psicología General**

**Pichucalco, Chiapas**

**Fecha 08 de junio de 2021**

## INTRODUCCION

A continuación conocerán una serie de temas que son muy importantes para poder llevar una buena relación con la familia y en la vida diaria, si tienes problemas con tu pareja o familia esto es algo que te ayudara a querer tener obtener una buena ayuda con terapias que te ayuden a orientarte mejor y de esto habla este trabajo, conocerán lo importante que es una terapia de pareja, las técnicas que se deben usar y saber que siempre hay soluciones, el terapeuta es el encargado de orientar a las familias con algún tipo de problema haciéndoles saber que la imagen o perspectiva que tienen de su vida siempre puede cambiar y tomar un rumbo diferente si se desea.

## REENCUADRAMIENTO

Los seres humanos son narradores de cuentos, hacedores de mitos, encuadradores de realidades.

**Escenificación:** es la técnica por la cual el terapeuta pide a la familia que dance en su presencia. Así construye una secuencia interpersonal en la sesión, en que se ponen en escena interacciones disfuncionales entre los miembros de la familia.

**Enfoque:** se puede comparar con la realización de un montaje fotográfico, el orientador debe elaborar un plan estratégico de intervención y enfocarse en la información referida de lo que pretende modificar.

**Intensidad:** Las familias difieren unas de otras en el grado en que exigen lealtad a la realidad familiar, y por fuerza la intensidad de mensaje del terapeuta habrá de variar según sea lo que cuestione.

El terapeuta inicia su encuadramiento tomando en cuenta lo que la familia considera importante.

**Repetición del mensaje:** El terapeuta repite su mensaje muchas veces en el curso de la terapia. Es una técnica importante para el incremento de la intensidad.

**Modificación del tiempo:** Los miembros de la familia han elaborado un sistema de notación que regula el tiempo y el compás de su danza. Algunas de estas notas son transmitidas por pequeñas señales no verbales que vehiculizan el mensaje.

**Cambio de la distancia:** El cambio de la distancia que se mantiene automáticamente puede producir un cambio en el grado de atención al mensaje terapéutico. La utilización del espacio del consultorio es un instrumento significativo para la emisión del mensaje terapéutico.

La tarea del terapeuta es convencer a los miembros de la familia de que el mapa de la realidad por ellos trazado se puede ampliar o modificar

**Resistencia a la presión de la familia:** Aunque en ciertos casos la resistencia a la presión del sistema familiar puede ser heroica o dramática, es común que sus episodios sean todo lo contrario de actos heroicos puesto que se continúan durante toda la terapia.

## TERAPIA DE PAREJA

**Enfoque cognitivo-sistémico:** El principal postulado del modelo cognitivo señala que el aprendizaje es producto de “las actividades involucradas en el pensamiento, razonamiento, toma de decisiones, memoria, solución de problemas y todas las otras formas de procesos mentales superiores”

**Familia de origen y pareja:** la forma de representar a la pareja es fruto de los patrones otorgados por las relaciones establecidas en nuestra familia de origen, sólo es posible ver aquello que aprendimos a ver, no existe aquello que no podemos nombrar.

**Cambio y resistencia al cambio en la terapia de pareja:** el fenómeno de la resistencia desde la perspectiva sistémica no se concibe como un fenómeno exclusivo del consultante, sino que es producto de todo el sistema terapéutico: pacientes y terapeuta.

Consiste en un proceso complejo de relaciones entre el terapeuta y la pareja, donde los propósitos dejan de ser dirigidos hacia la problemática personal de los pacientes, para orientarse más bien al complejo sistema inter e intrapersonal de los cónyuges.

**El lenguaje terapéutico de la terapia de pareja:** El terapeuta debe ser capaz de “entrar” a la lógica del pensamiento de cada uno de los cónyuges, comprender los sistemas de creencias y respetarlos, aprender a no parcializarse con ninguno, elaborar preguntas relacionales antes que causales, recurrir a metáforas y anécdotas.

**Técnicas:** 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:**  
\*Fomentando las fantasías sexuales.  
\*Recuperando lo olvidado (preliminares sexuales)  
\*Explorando lo desconocido

**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.

**Espacio personal, de pareja y familiar:** Saber delimitar en una relación de pareja cual es el espacio que se va a dedicar a la pareja, a la familia y a uno mismo, es clave para la satisfacción y equilibrio de la pareja.

**Celos:** Los celos en uno o ambos miembros de la pareja, pueden convertir una relación en una historia de sufrimiento y de insatisfacción personal.  
\*10 min de sinceridad  
\*cambios de roles

**Psicodrama:** el terapeuta no puede pretender que el paciente se adapte a sus esquemas de pensamiento y a su ideología. La relación terapéutica tiene que ser al revés, es el terapeuta el que se tiene que adaptar a la manera de ser, pensar y sentir del paciente, para poder ayudarle.