



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

“PASIÓN POR EDUCAR”.

“PROYECTO...”

Ensayo.

LICENCIATURA EN ...

Psicología.

ASIGNATURA:

Terapia de familia y pareja.

PRESENTA

Nombre del alumno

Marieli Romero Curiel.

BAJO LA DIRECCIÓN DE:

Mtra. Enriqueta Islas

VILLAHERMOSA, TABASCO, 12 DE JUNIO 2021.

INTRODUCCIÓN.

La terapia de pareja es el tratamiento clínico psicológico que se brinda a ambos miembros de una relación sentimental donde el psicoterapeuta se centrara fundamentalmente en mejorar la comunicación en la relación.

En este ensayo se hablará sobre la interacción del terapeuta con la pareja y se explicaran cada uno de sus puntos más relevantes. En el I también se mencionarán algunas de las técnicas que utiliza el terapeuta.

La Terapia de Pareja (TP) 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 intra personal de los cónyuges. La construcción de los problemas en una relación interpersonal difiere de su planteamiento: durante la construcción de un problema es la persona quien define las características del mismo, a la par que la solución es responsabilidad de una decisión particular del sujeto; mientras que la definición requiere necesariamente de una negociación, la cual es resultado de la "dialoguicidad" entre los miembros, de la misma forma la planificación y ejecución de la solución deja de ser particular para convertirse en un proceso de interacción. El enfoque cognitivo de la psicoterapia pone énfasis en la racionalidad como filosofía, pues el quehacer humano es una constante toma de decisiones, las mismas serán acertadas en la medida en que correspondan a un adecuado análisis racional de la realidad. El enfoque sistémico posibilita una visión más compleja de las relaciones humanas, al introducir como factor de análisis a las relaciones interpersonales como prioritarias durante la construcción de la realidad. La inclusión del modelo cognitivo en el enfoque sistémico se produce a partir del hecho de que los seres humanos compartimos un mundo real simbólico producto de acuerdos sociales. Durante el trabajo terapéutico en la TP, el paciente es el nosotros, se trata de entender las construcciones cognitivas que derivan en esa realidad emocionalmente difusa de la relación íntima, la misma que ocasionará comportamientos que retroalimentarán el accionar de uno sobre otro en una secuencia de hechos, por lo general, confusa, Se procura una reestructuración del nosotros desde recursos dialogales y comportamentales; los primeros dirigidos a la modificación de la lógica y de los pensamientos, los segundos desde el análisis de las interacciones comportamentales y ambos desde la comprensión de los procesos comunicacionales de la pareja, La terapia familiar transgeneracional explica que las historias familiares se repiten, nuestras expectativas con relación al Otro son consecuencia

de nuestra historia familiar, 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, lo nuevo es asimilado sólo si tenemos referentes con los cuales establecer la comparación de tal manera que logremos configurar una identidad del estímulo diferente al estímulo padrón. La TP se organiza a partir de la identificación de los postulados heredados hacia la elaboración de postulados inherentes a la pareja, es decir, se requiere de un divorcio de la familia de origen antes de que se pueda establecer el matrimonio entre los amantes; el problema surge de un estancamiento en la etapa de la emancipación juvenil durante el ciclo vital familiar. Debemos recordar que cada uno de los cónyuges trae a la relación su propia enajenación mental (creer que pienso cuando en realidad me lo pensaron) y ambos confrontan las realidades ajenas a la relación, es como que se diera una complementación entre las configuraciones previas, así el alcohólico se casa con la codependiente, el desamparado con la protectora, la fóbica social con el celoso patológico. Al enfrentamiento de las realidades inventadas que traen los amantes se deberá sumar la realidad inventada que posee el terapeuta quien no está exento de haber sido influido por su propia experiencia personal a lo que se suma el modelo teórico que utiliza, en algunas ocasiones el sistema relacional de la pareja enlaza con el modelo relacional del terapeuta, ocasionándose entonces un estancamiento en el proceso terapéutico, debido al aporte personal del terapeuta para mantener la homeostasis relacional. La terapia generalmente tiene éxito cuando se ha definido con precisión el objetivo terapéutico, de tal manera que sea posible identificar la solución acorde con las expectativas de los pacientes, situación muy difícil de efectuarse en la TP debido a la constante lucha de poder inmersa en las relaciones patológicas, a pesar de ello no es aconsejable iniciar el camino de la psicoterapia sin saber a dónde uno está yendo, la TP requiere de un terapeuta con formación sólida en psicología clínica, alto nivel de creatividad y capacidad de flexibilizar su lógica y lenguaje acoplándolo

a los estilos cognitivos de cada cónyuge. Uno de los problemas más severos de la TP es el problema del género y sus prejuicios, si bien es cierto que la carga más pesada pero finalmente identificable es aquella que pertenece a nuestra propia historia familiar, también lo es que cargamos mensajes inculcados por la sociedad, dicha carga es menos perceptible. Los temas de género derivan muchas veces en actitudes prejuiciosas sin que el actor de estas sea consciente del prejuicio que subyace a las mismas. Las técnicas para trabajar en la terapia de pareja como en cualquier otra terapia psicológica 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. Esta son algunas de las técnicas: fomentando las fantasías, recuperando lo olvidado (preliminares sexuales), aspectos cognitivos, tiempo de quejas, tarjeta roja, programación de actividades, 10 minutos de sinceridad, cambio de roles, psicodrama, etc.

En conclusión la terapia de pareja ayuda en todos los sentidos para que ambos miembros de la relación tengan una buena comunicación y de saber como deben de sobrellevar sus problemas y saber como solucionarlos para que no afecte a los otros miembros de su familia.