

ENSAYO

UNIDAD 3

Terapia familiar y de pareja

Lic. Sandy Nachielly Molina Roman

ALUMNO:

-Aisha Carolina Rodríguez López

**Grupo, cuatrimestre y modalidad: 9º. Cuatrimestre “A”
Psicología Escolarizado**

Comitán de Domínguez, Chiapas 06 de Julio de 2021

Introducción:

En el presente ensayo hablare de la importancia que hay en cada uno de los elementos que conforman parte de la terapia en la cual se hace participe a los miembros de la familia interesada o de la pareja que busca ayuda. Recordando que La terapia familiar es un tipo de terapia psicológica (psicoterapia) que puede ayudar a los miembros de la familia a mejorar la comunicación y resolver conflictos. La terapia familiar, por lo general, es proporcionada por un psicólogo, un asistente social clínico o un terapeuta acreditado. La terapia familiar es aquella en la que los miembros de una unidad familiar se reúnen en torno al psicólogo para tratar de superar los problemas, desencuentros y dificultades que presenta. El profesional dirige la sesión para que todos los elementos trabajen de manera colaborativa por el bien de grupo.

Desarrollo:

La terapia familiar dentro de uno de sus componentes nos hace mención del re encuadramiento, hablándonos que este busca promover el cambio; debe convencer a la familia de que un nuevo punto de vista les abre nuevas perspectivas y les permite iniciar un proceso de cambio. Y dentro de la escenificación el orientador pide a la familia que discuta durante el transcurso de la sesión una situación o que resuelva un problema en su presencia. Sin olvidar que algo de lo más básico es el enfoque en el cual el orientador debe elaborar un plan estratégico de intervención y enfocarse en la información referida a las pautas de interacción que pretende modificar, ignorando en momento otra información que no es útil para sus metas terapéuticas. La terapia familiar es de corto plazo, pero su extensión será determinada por la gravedad del problema que se debe abordar. Pueden asistir todos los miembros de la familia, o solo aquellos que estén más involucrados con la situación que se ha vuelto el motivo de consulta. Pero cuando el terapeuta lo considere podrá solicitar que esté alguien en particular.

En la intensidad se busca que la familia reconozca y acepte el mensaje que les está enviando. Algunos de los procedimientos son la repetición del mensaje, la modificación del tiempo, el cambio en la distancia. Recordando que la terapia familiar se utiliza para tratar trastornos emocionales de algún miembro de la familia, mejorar la comunicación y resolver conflictos.

El terapeuta se reúne con el conjunto de miembros de la familia o bien con aquellos que están más predispuestos o interesados en su participación. Establecimiento de límites: Se regulan las interacciones entre los diferentes subsistemas. Se logra a través del establecimiento de una distancia psicológica adecuada entre subsistemas que estén demasiado unidos o separados. Dentro del desequilibrio, el orientador puede cuestionar y modificar la distribución del poder en una familia. El orientador se alía con un miembro de la familia con poco poder con el objetivo de modificar su posición de poder dentro de la familia. En la complementariedad el orientador debe procurar que los miembros de la familia vean sus problemáticas como parte de un todo que está por encima de su yo individual. Cabe mencionar que también de suma importancia tener en cuenta que el cuestionamiento de la realidad familiar es donde toda la familia posee un conjunto de esquemas cognitivos que legitiman o validan la organización familiar. El orientador puede cuestionar la manera en que una familia legítima se estructura a través de las técnicas como la utilización de constructores cognitivos que cuestionan los utilizados por la familia para explicar su realidad. Se tiene también como fundamento de ayuda la posición de neutralidad que es cuando un terapeuta logra mantenerse neutral durante una sesión, los miembros de la familia entrevista no podrán decir que se puso de parte de uno de ellos. La neutralidad como principio organizador de la terapia responde a la creencia de los autores de que la familia tiene una capacidad auto correctora y que por lo tanto se debe permitir que por sí misma decida los cambios deseados y nos abre un paso a la formulación de hipótesis, el equipo elabora una hipótesis la cual sirve de marco de referencia, que especifica porque la familia opera, actúa, comunica o se presenta de una determinada manera. Las hipótesis deben de ser circulares es decir deben intentar conectar con el problema las comunicaciones y las pautas de relación de todos los miembros de la familia y de las personas relacionadas que han intentado participar en la solución del mismo. Terapia familiar con enfoque estratégico. Este enfoque se interesa en el aquí y en el ahora de la familia. Su énfasis esta en ayudar a las familias a manejar de manera efectiva los problemas que enfrentan en determinadas etapas de la vida, especialmente en los periodos de transición entre una etapa y otra. La estrategia central de la cual parte este enfoque es la de definir el problema de manera tal que sea posible solucionarlo. Las intervenciones son: I. Provocar cambios en la manera de comportarse de las personas. II. Incrementar la relación del terapeuta con el paciente, pues al sugerirles que hacer entra a ser parte de las acciones de sus pacientes. III. Sirven para obtener información, pues la manera en que un individuo responda es esclarecedora de cómo responde a los cambios. El terapeuta debe proponer soluciones diferentes a las que habitualmente ha intentado la familia o tan sólo bloquear las soluciones que ha intentado

Conclusión:

La terapia sistémica familiar tiene como objetivo encontrar solución a los problemas prácticos y reales dentro de las dinámicas familiares. Con este enfoque los psicólogos y terapeutas nos olvidamos de realizar un diagnóstico, o identificar quién tiene un problema. En cambio, trabajamos por reconocer los patrones disfuncionales dentro del comportamiento de las familias que acuden a nosotros. Muchos de los beneficios que la terapia nos da es que: es que no necesariamente debe acudir a terapia la persona principalmente afectada (pensemos en un drogadicto, o un enfermo de cáncer en fase terminal), ya que la ayuda también va enfocada a cómo los demás pueden ayudar a quien padece el problema inicial.

Bibliografías: Antología terapia familiar y de pareja