



### **Cuadro Sinóptico**

**Nombre del Alumno: Sheyli Velazquez Rodriguez.**

**Nombre del tema: Técnicas de terapia familiar.**

**Nombre de la Materia: Terapia de familia y pareja.**

**Nombre del profesor: Maricelis Galdamez Galvez.**

**Nombre de la Licenciatura: Psicología.**

**Cuatrimestre: 9no.**

**Frontera Comalapa, Chiapas a 14 de junio del 2022.**

# TÉCNICAS DE TERAPIA FAMILIAR

## EL LENGUAJE TERAPÉUTICO

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

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.

El terapeuta debe ser capaz de “entrar” a la lógica, comprender los sistemas de creencias y respetarlos.

## POSICIÓN DEL TERAPEUTA

El terapeuta de familia debe tomar cierta posición de liderazgo.

La familia y el terapeuta comienzan la terapia con las mismas metas.

Familia y terapeuta, entonces, constituyen una sociedad con una meta compartida que se formula de manera más o menos explícita.

Sabe que en el acto de convertirse en miembro del sistema terapéutico estará sujeto a sus demandas.

Será encauzado por vías que deberá recorrer de cierta manera y en determinados tiempos.

## ESPACIO PERSONAL DE FAMILIA Y PAREJA

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.

El espacio personal en la pareja es esencial para cualquier relación.

Para alcanzar una felicidad plena es necesario que exista un equilibrio entre el espacio de la pareja y el individual.

- Mejora la autoestima
- Construye una red de apoyo
- Fortalece la relación
- Protege de inapetencias

## MEDIACIÓN FAMILIAR

La mediación es un proceso de resolución de conflictos que se caracteriza principalmente por la función de ayuda a:

A responsabilización y capacidad de negociación y colaboración entre las partes en conflicto.

El objetivo de las personas que acuden a una mediación familiar es llegar a acuerdos y mantener o conseguir una mejor relación con la contraparte.

La característica principal de los conflictos que tienen lugar en el ámbito de la familia es el enorme peso emocional que tienen.

Los objetivos es Conseguir bienestar emocional.

Con la mediación se puede llegar a reparar el daño emocional causado por malentendidos, falta de comunicación durante años de convivencia, etc.

## TÉCNICAS DE MEDIACIÓN

El conjunto de técnicas o herramientas que debe conocer y manejar la persona mediadora en cada una de las fases del proceso es uno de los aspectos más interesantes de la mediación.

La mediación se aplica a través de un proceso que consta de varias fases que detallamos a continuación.

Sesión informativa: en un primer encuentro, las partes expondrán al mediador/a su conflicto y sus respectivas opiniones.

Intercambio de información: las partes comparten información y buscan alternativas posibles y/o deseadas.

No todas las técnicas pretenden el mismo alcance por eso Suares las clasifica en: microtécnicas, minitécnicas, técnicas y macrotécnicas.

## CONSTELACIONES

Una Constelación Familiar es un proceso terapéutico que se realiza en grupo y que trabaja sobre la parte más profunda de nuestra conciencia.

La teoría sobre la que se basa esta técnica es que las personas poseemos ciertos anclajes negativos inconscientes.

Se realizan con varias personas que no poseen ningún vínculo entre sí y que asisten a un mismo taller.

Nos permiten romper estos patrones para que podamos vivir de una forma más consciente, sana, feliz y sobretodo plena.

El propósito es descubrir las dinámicas ocultas de una familia y sus relaciones de una manera experimental.

Esto implica que se permite a cada miembro del sistema encontrar su lugar en el grupo a través de una conexión sana y respetuosa entre sí.

Este es un método suave y sensible que permite revelar las energías de las relaciones por medio de los representantes, para que pueda conducir a una solución.

## PSICODRAMA

El punto decisivo en el apartamiento del tratamiento del individuo aislado hacia el tratamiento del individuo en grupo, del tratamiento del individuo con métodos verbales hacia el tratamiento con métodos de acción.

El psicodrama como método diagnóstico y de tratamiento, aplicable con grupos de personas, pero también en terapia individual, de pareja o de familia.

Se busca que las personas tomen conciencia y de sus pensamientos, sentimientos, actitudes y características de sus relaciones.

Pretende llevar la terapia a la acción, a la escenificación de aquellos conflictos que generan malestar emocional, ya sean presentes, pasados o futuros.

## OTRAS ALTERNATIVAS DE INTERVENCIÓN

Con el enfoque del mental research institute

Este enfoque tiene como propósito el modificar las pautas de conducta que se organizan alrededor del problema para mantenerlo.

Terapia familiar narrativa

Sostiene que la realidad objetiva influye en las personas a través del significado que le den las mismas dentro de un contexto histórico determinado.

Las terapias narrativas se apoyan en las siguientes premisas:

Los sistemas humanos son al mismo tiempo generadores de lenguaje y significado.

El significado y la comprensión se construyen socialmente, no accedemos al significado ni a la comprensión si no tenemos acción comunicativa.

En terapia todo sistema se consolida dialogal mente alrededor de cierto problema.