



Nombre del Alumno: Guadalupe Recinos Vera

Nombre del tema: Terapia de Pareja

Parcial: I

Nombre de la Materia: Terapia de Familia y Pareja

Nombre del profesor: Maricelis Galdámez Gálvez

Nombre de la Licenciatura: Psicología General

Cuatrimestre: 9no

Grupo: "A"

Frontera Comalapa, Chiapas a 10 de Junio del 2022

TERAPIA DE PAREJA

-Lenguaje terapéutico.

-Tiene éxito cuando se ha definido con precisión el objetivo terapéutico.

-La TP requiere de un terapeuta con formación sólida en psicología clínica, alto nivel de creatividad y capacidad de flexibilizar su lógica

-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.

-Posición del terapeuta.

-se sitúa en una posición diferente a la del resto de las personas que rodean al paciente.

-Lo común es que los miembros de la familia individualicen en uno de ellos la localización del problema.

-Su oficio de hombre que cura le exige ser capaz de coparticipar de la familia. Pero también debe tener la aptitud para separarse y tornar a reunirse de un modo diferenciado-

-espacio personal de familia Y pareja.

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

-Programación de actividades: Es importante que los miembros de la pareja tomen consciencia de la relevancia de cada uno de estos espacios y sepan planificar y mantener ciertas actividades en el tiempo.

-esencial para cualquier relación

-¿Por qué es importante?

-mejora la autoestima

-construye una red de apoyo

-fortalece la relación.

-protege de inapetencias.

-mediación familiar

Proceso de resolución de conflictos que se caracteriza principalmente por la función de ayuda a la responsabilización y capacidad de negociación y colaboración entre las partes en conflicto

-principales objetivos: no solo se trata de facilitar un espacio donde dialogar y poder llegar a acuerdos, sino que también supone gestionar de forma adecuada las emociones que surgen.

-objetivos que se persiguen: bienestar emocional, prevención de futuros conflictos, soluciones satisfactorias, soluciones adaptadas a cada conflicto.

-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.

-cuantas más técnicas maneje el mediador y mayor sea su grado de dominio más espacio hay para la creatividad en el uso de las mismas.

-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, que nos transmiten sentimientos dolorosos y de los cuales a veces no sabemos desprendernos

-Las Constelaciones Familiares se realizan con varias personas que no poseen ningún vínculo entre sí y que asisten a un mismo taller

No se considera una Terapia de Grupo como tal, ya que la dinámica de trabajo es muy distinta.

-el propósito de Constelaciones Familiares es descubrir las dinámicas ocultas de una familia y sus relaciones de una manera experimental.

-Psicodrama

Tal y como lo define su creador J.L Moreno, es "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".

Estructura

Caldeamiento: los participantes deben de estar preparados emocionalmente para ese trabajo.

Dramatización: es el momento en el que se trabajan las escenas elegidas por la persona o el grupo

Compartir: se expresan las emociones experimentadas, las resonancias que ha podido generar la escena en diferentes personas y en el protagonista.

-Otras alternativas
De intervención.

-terapia familiar con el enfoque del mental research institute: e 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