



14 de Junio del 2022,  
Ocosingo, Chis.

**Nombre del alumno:** Daniela Adriana Mendoza Pérez.

**Carrera:** Psicología. **Cuatrimestre:** 9º "A"

**Docente:** Luis Ángel Galindo Arguello.

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

**Tipo de trabajo:** Cuadro sinóptico. Unidad: III Y IV.

"La familia"

"Técnicas terapéuticas de la familia y de pareja"

Técnicas terapéuticas de familia y de pareja.

Familia. { Grupo de potencia natural. { Hay vínculos afectivos entre los miembros. { Posee estructura jerárquica dinámica y funcionamiento sistémico. { La familia es un elemento activo. { La familia es un producto del sistema social y refleja su cultura.

Fases de la primera entrevista.

Primera etapa. { La preocupación del terapeuta es lograr que la familia se sienta cómoda. { Se presenta y ayuda a la familia a presentarse ante él. { El terapeuta puede utilizar los primeros minutos para charlar informalmente.

Segunda etapa. { Se obtiene, la visión individualizada del problema. { El terapeuta interroga a cada miembro de la familia acerca de cuáles son en su opinión los problemas de la familia. { El terapeuta presta una atención especial a las semejanzas y diferencias de la forma en que cada miembro presenta los problemas.

Tercera etapa. { Se explora la estructura familiar favoreciendo la interacción entre los miembros. { El terapeuta debe dejar de ser el centro y conseguir que todos dialoguen sobre el problema. { La conversación entre los miembros del grupo servirá para que el terapeuta repare en la clase de secuencia existente en esa familia.

Cuarta etapa. { La familia junto con el terapeuta fija los objetivos. { Una de las razones por la que debe especificarse claramente el problema es que así podremos saber si se ha conseguido el objetivo. { Si al término de la primera entrevista se tiene una idea lo suficientemente clara del problema, se pueden fijar otros elementos del contrato terapéutico como son la duración, frecuencia y número de sesiones.

El lenguaje terapéutico. { La terapia generalmente tiene éxito cuando se ha definido con precisión el objetivo terapéutico. { Identificar la solución acorde con las expectativas de los pacientes, situación muy difícil de efectuarse en la TP. { 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.

Posición del terapeuta. { El terapeuta es una persona que se sitúa en una posición diferente a la del resto de las personas que rodean al paciente. {

- No es un padre que da consejos.
- No es una madre que da cariño y comprensión, sufriendo empáticamente.
- No es un colega que le habla como si estuvieran de copas.

Espacio personal de familia y pareja. { ¿Por qué es importante tener un espacio personal en la relación de pareja? {

- Mejora la autoestima: sentir que no podemos hacer nada sin la pareja y que tampoco disfrutamos sin ella puede acabar generando una dependencia emocional.
- Construye una red de apoyo: si nuestro mundo gira exclusivamente en torno a la pareja, es probable que, si tiene que ausentarse por un tiempo, si la relación acaba.
- Fortalece la relación: tener espacios personales es la única forma en que ambos pueden ver cubiertas sus necesidades.
- Protege de inapetencias: si no tenemos un espacio personal dentro de la relación, es posible que uno de los miembros, o los dos, termine haciendo cosas que no quiere o no le apetece por estar con la pareja.

## **Conclusión:**

La mayor parte de las modalidades psicoterapéuticas buscan, esencialmente, liberar a los seres humanos del sufrimiento, ayudarlos a recuperar la salud, el bienestar y a descubrir forma de desarrollar sus potencialidades en armonía con su entorno físico y social, dentro de un marco de respeto y generosidad hacia los demás. Los tratamientos de pareja y de familia no son la excepción y se incluyen dentro del arsenal clínico con el que cuenta el psicoterapeuta.

La terapia familiar o de pareja está indicada en aquellos casos donde se presentan cambios significativos en las relaciones familiares, como la pérdida de un miembro del grupo familiar, enfermedades, lesiones permanentes, la pérdida de empleo, problemas de migración o la inminente ruptura de un vínculo amoroso.

## **Bibliografía:**

- Mediación familiar, teoría y práctica: principios y estrategias operativas. Lisa Parkinson. Ed. Gedisa. Barcelona 2005.
- Guías para una terapia familiar sistemática. Barcelona: Ed. Gedisa 1989.
- <https://tauniversity.org/editorial/terapia-familiar-modelos-y-tecnicas#:~:text=T%C3%89CNICAS%20TERAP%C3%89UTICAS%20PARA%20LA%20TERAPIA%20FAMILIAR&text=Existen%20cuatro%20t%C3%A9cnicas%20b%C3%A1sicas%3A%20escuchar,y%20mantener%20la%20neutralidad%20anal%C3%ADtica.>