



# Mi Universidad

*Nombre del Alumno: Diego Armando Gómez Domínguez*

*Nombre del tema:*

- *Unidad III La familia*
- *Unidad IV Técnicas terapéuticas de la familia y de pareja*

*Parcial: 2 modulo*

*Nombre de la Materia: Terapia familiar y pareja*

*Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología General*

*Cuatrimestre: 9 Cuatrimestre*

*Lugar y Fecha de elaboración:*

*12 de junio del 2023*

## INTRODUCCION

Este tema te sera de ayuda si necesitas que tu familia cambie, la vida puede ser dificil, pero si eres el granito o rayo de luz de tu familia, has la diferencia, la familia como dice el tema es de total importancia, ya que con ellos puedes solucionar, apoyar y restablecer algo bien, si tu eres de los que buscas ayuda, busca alguien profesional al que confies para tratar asuntos de tu familia.

Si no sabes el por que, lee detenidamente y escucha mi version se que leeras que me va bien con mi familia. Pero con otras familias que sufren de abuzo le es dificil de buscar ayuda, por que muchos sufren de amenaza y tratan de no salir heridos y por miedo no hablan y si tienes algun familiar que te apoye dile que te ayude y lleguen con alguien profesional, que tiene que ver todo esto, pues el maltrato tambien puede llegar de un familiar o no solo eso tambien si buscan apoyo emocional para encontrar una solucion como la economia o entenderse a cada uno de ustedes tambien busquen ayuda.

Si realmente quieres que tu familia cambie, has le pensar y saber que se puede, quizas creas que estas solo, pero no es asi. Siempre habra alguien a tu lado. Espero sea de tu interes y pueda aportar algo a tus dudas.

Hola te puedo hacer una pregunta ¿confias en tu familia? Muchos dirian que si y otros no verdad, entonces eso queda en tu decision, por que hago esa pregunta y cual es la necesidad. La investigacion se trata de tecnicas terapeuticas de la familia y de pareja, si tienes algun problema con ello o si estas seguro con la decisiones que has tomado durante tu vida. Todos sabes que la familia es muy importante como nuestro lazo mas grande de la vida, cuando tenemos un problema vamos con nuestras familias, siempre buscamos apoyo incondicional con ellos, mi opinion es que mi familia ha sido unida, no por que seamos solo 4, y si solo estoy contando a mis padres y unico hermano que tengo; nosotros hemos sido muy unidos como economico y social, siempre buscamos estrategias para lograr un buen éxito, entre otros casos, no todas las familias son asi, otras tienen problemas y no se ayudan o solo se tiene rencor, siempre andan enojados unos con otros, como podemos saber en base terapeutico cual es el problema de la familia y por que no es unida, antes la comunicación no era parte de mi familia y que paso pues aprendimos a comunicarse aunque es lo mas dificil de hacer. En un texto dice que lei dice “ para comunicarse es dificil, por que las palabras se pueden modificar y lo que no se puede modificar son las acciones ya hechas” que viene acabo este pequeño, que muchos de nosotros o como familia o pareja , no sabemos comunicarnos por que no decimos la verdad, y buscamos otras palabras para cambiarlo y las acciones son las unicas que pueden hacernos entender de la vida.

A todo que tiene que ver, pues es una parte de mi vida y opinion, la familia en se define es un grupo de potencia natural en la cual se establece reciprocas dependencias y vinculos entre sus miembros. En el que la familia enfrenta problemas en el respeto de los limites, de los espacios y de la autoridad personal. (antologia pag.52)

Todo esto conlleva a un ciclo vital de la familia en donde la comprension que brindan una idea de los cambios y las tareas que debe enfrentar un grupo familiar debe ser paciente y unida, en todo concepto ahí algunas características que hace que las familias no esten de acuerdo y eso me ha enseñado a mi, ya que si junto a toda mi familia muchos de nosotros tenemos diferentes tradiciones, en la que pensamos diferente y en las que nunca vamos a tener un tema de que hablar, por ellos nuestro trabajo es enseñar a saber escuchar, dejar opinar entre las familias, para tomar un punto de partida la cual queremos hablar. Cuales son las tradiciones que las familias mas enfrecuencia tienden a no poder hablar, y no solo familia tambien como pareja, ya que las otras familias no aceptarían tal relacion y esto es,

la religion. La religion es una de las causas en el que se esta dividiendo el mundo, quizas no en todos, pero la mayor parte siempre preguntan que haces tu mal y que haces tu bien.

Avecos creemos que hacemos las cosas bien y criticamos las vidas de nuestra familia, siempre busquemos una union familiar y ayudemos a entender que la vida no es facil y tampoco entender nuestros errores.

Otras de las causas son los estilos de crianza de nuestros hijos, en mi caso he aprendido el respeto hacia mis mayores, dependiendo de como juegue o me trate con el, si no tengo un vinculo con esa persona bien, solo lo respeto y le hablo con educacion para no faltarle a el o decirle algo que no le parezca, que tiene que ver con esto, pues depende de como cries a un hijo, sabras como sera con tu familia y pareja, enseñarle la educacion es prioridad para ellos, un buenas tardes o buenos dias a ellos siempre debe de haber, se supone que son el futuro o la diferencia de nosotros y si nuestra familia no es unida y todos se pelean, ellos seran y tendremos que enseñarles a convivir, muchas de las familias le hes dificil, ya que les enseñan a no compartir con ellos o tenerles enojo o enseñarles a no juntarse con ellos. Yo como familia y ser parte de algo, es mi responsabilidad enseñarles a mis primos, sobrinos unir esa falta de interes en la vida.

Aprendamos siempre ser una persona responsable, por que la familia y pareja es importante, en mi caso mi pareja me ha ayudado y la vez entregado dudas de lo que es tener una pareja feliz, tiene que ver todo junto por que si mi pareja, me hizo algo o yo me senti mal, con mi familia estare mal, ellos creeran que estoy molesto con ellos y todo lo de mi familiograma de va a descomponer. Creemos con gente de oportunidad y respeto, siempre respetemos las reglas familiares para que tengamos una vida sencilla pero unida. Por que enseñamos a respetar, enseñamos para que en ningun momento haya violencia familiar y que es eso, es cuando un hombre trata mal a una mujer, una violencia social, religion o simplemente un vicio como el alcohol, se supone que los unicos agresores solo constituye al hombre, pero no es asi aveces, es poco el porcentaje de los hombres que tambien son violentados de la mujer, solo que no son muchos pero tambien importante, lo importante aquí es enseñarles a nuestros hijos el respeto a sus parejas y madres, para que no crezca como una persona que violente a una mujer, ¿y cual violencia puede ser? Pues ahí muchas violencias en el que todo debemos cuidar, violencia fisica, violencia sexual y violencia economica, etc.

Cuidemos de cada una de ellas, la violencia física no debe de ser un juego, he conocido personas que sufren o sufrían por eso, peleas, gritos y sin de cosas, en que todos los casos son los niños que los escuchan o miran pelear y es ahí donde se cria o enseña a demostrar cariño o amor con golpes y gritos. No nacen de hacen las personas violentas.

Entonces como sabremos los problemas de nuestros pacientes en grupo, familiar ahí que preguntarse que pocos de su familia llegaran a la fuerza y otros que si quieren cambiar, nuestro trabajo es saber cual es la situación en que se encuentran, como falta de comunicación o si son los hijos o los padres que tienen el problema, y nuestra tarea siempre es tomar a su cargo la terapia, no es necesario tomar la primera entrevista con gran cantidad de información sobre la familia, si no observar mas el proceso no verbal que el contenido verbal por que en estos casos al llegar sabras quien tiene el problema de no querer llegar, avaces los pacientes son fuertes de progresar, nosotros lo que tenemos que hacer es llegar a ser pacientes y entenderles y poder ayudar y resolver su problema.

Busquen ayuda, se que no es facil pero lo difícil te va hacer cambiar y poder restablecer tu vida cotidiana, como terapeuta ayudare a tener un progreso siempre y cuando lleves la iniciativa. ¿Cuál es tu objetivo en la vida? ¿Por qué? No la dejes, busca solución.

## CONCLUSION

Llegaste al final de la investigación, espero te haya servido de algo, si no crees que fue de mejor ayuda, investiga más a profundo, ya que la investigación que yo planteo es investigación y respuestas mías, ¿realmente crees que la solución sea pedir ayuda con un terapeuta?

Creamos personas responsables, educadas y respetuosas en la vida, para que tengan ellos muchos valores hacia su familia y quienes son ellos “la nueva generación” hijos, nietos, sobrinos, ahijados y etc. La ayuda es de mucha importancia si crees que es necesario, aprendiste que el terapeuta es un apoyo hacia a ustedes para salir del lugar que enfrentan como familia o pareja, porque no solo es familia, la pareja desde que entra a tu vida, entra como parte de tu familiograma, si te sientes feliz, lo estarás con tu familia y si no también lo de mostraras. Así que gracias por leer y ver que son de mucha importancia las pláticas como familia o pareja.

**NO TE QUEDES CON LAS DUDAS.**

# Bibliografía

sureste, U. d. (s.f.). Unidad III Y IV FAMILIA Y TECNICAS TERAPEUTICAS DE FAMILIA Y PAREJA . En U. D. SURESTE, *Antologia terapia de familia y pareja* (pág. 112). comitan de dominguez : universidad del sureste .