

UNIVERSIDAD DEL SURESTE



“Pasión Por Educar”

LICENCIATURA EN PSICOLOGIA GENERAL

MATERIA:

TERAPIA DE FAMILIA Y PAREJA

TITULAR:

LIC. MIKE ANDERSON HERNANDEZ

ALUMNA:

ARACELI VAZQUEZ DIAZ

9° CUATRIMESTRE

FRA. COMALAPA CHIAPAS, JUEVES 27 DE JULIO DEL 2023

INTRODUCCIÓN

La terapia de familia aborda los problemas que la gente presenta en el contexto de sus relaciones con personas significativas en sus vidas y en sus redes sociales. Se trata de un reconocido enfoque psicoterapéutico dirigido principalmente al sistema familiar como unidad social.

La terapia familiar es un conjunto de procedimientos orientados a cambiar los patrones disfuncionales de la familia, es decir, que esta se encarga de reestructurar las interacciones que existen dentro de la misma de modo que funcione de una manera adecuada y por ende sea una familia sana. Por familia sana se entiende una que cumpla con una serie de características que aporten al buen desarrollo de los integrantes de ella.

La terapia familiar puede ser aplicada por profesionales que tengan como base una amplia formación, ya sea en trabajo social, sociología, psicología o psiquiatra, y que disponga de un adecuado entrenamiento previo que le permita diagnosticar los problemas que afectan a la familia.

Además, deben saber manejar debidamente las relaciones dentro del grupo, al fin de que los propios miembros sean capaces de buscar la o las soluciones a sus problemas.

La finalidad de la terapia es colaborar a que la pareja encuentre solución a sus conflictos, cambien algunas conductas dañinas, asuman sus problemas y mejoren sus canales comunicativos para obtener los resultados deseados.

En una terapia de pareja, el terapeuta se centra fundamentalmente en mejorar la comunicación en la relación. De esta manera, se enseña a controlar los impulsos y emociones para afrontar y resolver los conflictos que puedan surgir de una manera más eficiente.

Importancia de la terapia cognitiva en las relaciones de pareja y las familias.

La terapia familiar es una disciplina terapéutica que aborda la intervención y el tratamiento de la familia en su conjunto. Desde el punto de vista sistémico, se suele utilizar el término.

La terapia familiar y de pareja, en tanto se entiende que el objeto de intervención son los sistemas y subsistemas familiares. La terapia familiar se puede desarrollar desde diferentes ámbitos.

La terapia familiar aborda los problemas que la gente presenta en el contexto de sus relaciones con personas significativas en sus vidas y sus redes sociales.

Se trata de un reconocido enfoque psicoterapéutico dirigido principalmente al sistema familiar como unidad social.

La terapia familiar es una disciplina terapéutica que aborda la intervención y tratamiento de la familia en su conjunto, hecha para ayudar a los miembros de la familia a mejorar la comunicación y resolver los conflictos.

La terapia familiar es generalmente proporcionada por un psicólogo, trabajador social, psiquiatras o terapeutas con licencia. La historia de terapia familiar indica que para el año 1952 se dio el inicio de la terapia familiar.

Los pioneros de este movimiento se van a dividir en 2 grupos o líneas terapéuticas.

El primero de los grupos, tendrá un enfoque más psicoanalista. El segundo tendrá una influencia antropológica y considerará la comunicación con un punto clave de la investigación.

Los principales objetivos de la terapia familiar son: mejorar el funcionamiento de la familia a diferentes niveles, buscar el aumento de la comprensión mutuo y el apoyo emocional entre los miembros de la familia.

En el transcurso de la terapia se emplea diferentes técnicas de reestructuración cognitiva, entrenamiento en relajación y de autocontrol, herramientas de resolución de problemas, técnicas de afrontamiento del estrés o de exposición y realizaremos un entrenamiento en habilidades sociales para mejorar la comunicación.

Las sesiones de terapia cognitivo-conductual familiar, tienen como objetivo modificar ciertos patrones familiares que se han convertido en una fuente de discusiones, están generando dificultades, están modificando las interacciones entre los distintos miembros de la familia que dificultan y/o acrecientan el problema.

Es decir, a diferencia de la terapia individual, no se trata de cambios de cada uno de los individuos únicamente (estos son secundarios) sino de cambios en el conjunto familiar de interacción.

Cuando pensamos en alguien haciendo terapia, solemos imaginar unas sesiones individuales en que una persona interactúa con el psicólogo, puede que también concibamos la posibilidad de una sesión en grupo, con personas diferentes con un mismo tipo de problemas.

Por otro lado, la estructura de las sesiones de la terapia familiar por lo general dura de 60 a 90 min, los intervalos de las sesiones son de 1 o varias semanas, según los problemas presentados, las necesidades que los miembros de la familia presentan.

La duración media del tratamiento en terapia familiar es entre 6 a 20 sesiones; generalmente los terapeutas buscan trabajar en un modelo breve para minimizar la dependencia del usuario o paciente en el proceso de la ayuda profesional.

Por lo general las situaciones o los problemas que afecten las relaciones entre los miembros de una familia ya sea; en su funcionamiento pueden ser beneficiarios a una terapia familiar.

Del mismo modo cualquier problema de un individuo que afecten sus relaciones familiares y su entorno es beneficiario. La terapia familiar es útil en tiempos de crisis y también en problemas de larga duración.

También es efectiva para prevenir problemas como alteraciones del comportamiento (salud mental infantil, adolescentes y adultos) por otro lado la terapia familiar puede beneficiar en dificultad psicosexuales, adicciones de alcohol y drogas; problemas matrimoniales.

No obstante, existen múltiples barreras para la utilización de los tratamientos empíricamente validados.

Algunas razones son más filosóficas, como el debate entre los partidarios de los factores comunes y los que apoyan los factores específicos; mientras que existen razones más pragmáticas como la escasa diseminación de programas de entrenamiento, sus elevados costos y la actitud de los terapeutas hacia los tratamientos actualizados.

CONCLUSIONES

En conclusión, el campo de la investigación en terapia familiar se ocupa de demostrar la efectividad del tratamiento, los mecanismos mediante los cuales se produce el cambio y actualmente se está moviendo hacia métodos basados en resultados y en la evaluación de éxito terapéutico.

También se debe de Trabajar con objetivos bien definidos conductualmente y conseguir cambios observables.

No obstante, se puede trabajar con objetivos vagos si se tiene confianza en los clientes como personas capaces de informar sobre su propia visión de su realidad.

Todas las parejas pasan por dificultades dentro de la convivencia por es fundamental que siempre haya comunicación y comprensión en todas las áreas ya que la comunicación es muy importante para el buen desarrollo de la relación y así evitar malos entendidos.

La toma de decisiones es muy importante para la buena relación de pareja y para que esto sea estable la terapia de pareja se centra en orientar a la pareja en el proceso de separación para el bienestar de todos sus integrantes y con uno mismo.

Por lo tanto, al finalizar la psicoterapia el cliente o la pareja se espera que haya conseguido los objetivos por él definidos en el comienzo de la misma.