



Universidad del sureste “UDS”

Licenciatura en psicología

Terapia de familia y pareja

Lic. Luis Angel Galindo

Daniela Guadalupe Hernandez Garcia

Super Nota

9º cuatrimestre

Comitán de Domínguez Chiapas a 23/mayo/23

Unidad I

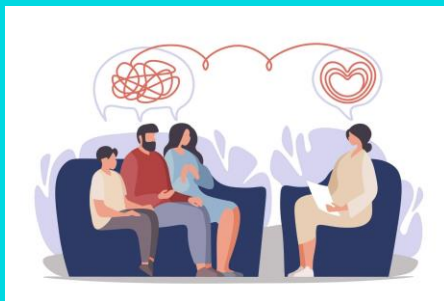
Introducción a la terapia de familia y pareja

Es un enfoque y una práctica terapéutica cuyo abordaje considera a la familia como unidad social significativa.



!!!Dato curioso!!!

La terapia familiar es el tipo de psicoterapia en el que se interviene no sobre un paciente individual ni sobre una relación de pareja específicamente, sino sobre una unidad familiar. Esta unidad familiar debe ser entendida en un sentido amplio, y puede involucrar, padres, madres e hijos/as, o también abuelos y abuelas, tíos, padrastros y madrastras, etc



funciones de la terapia familiar

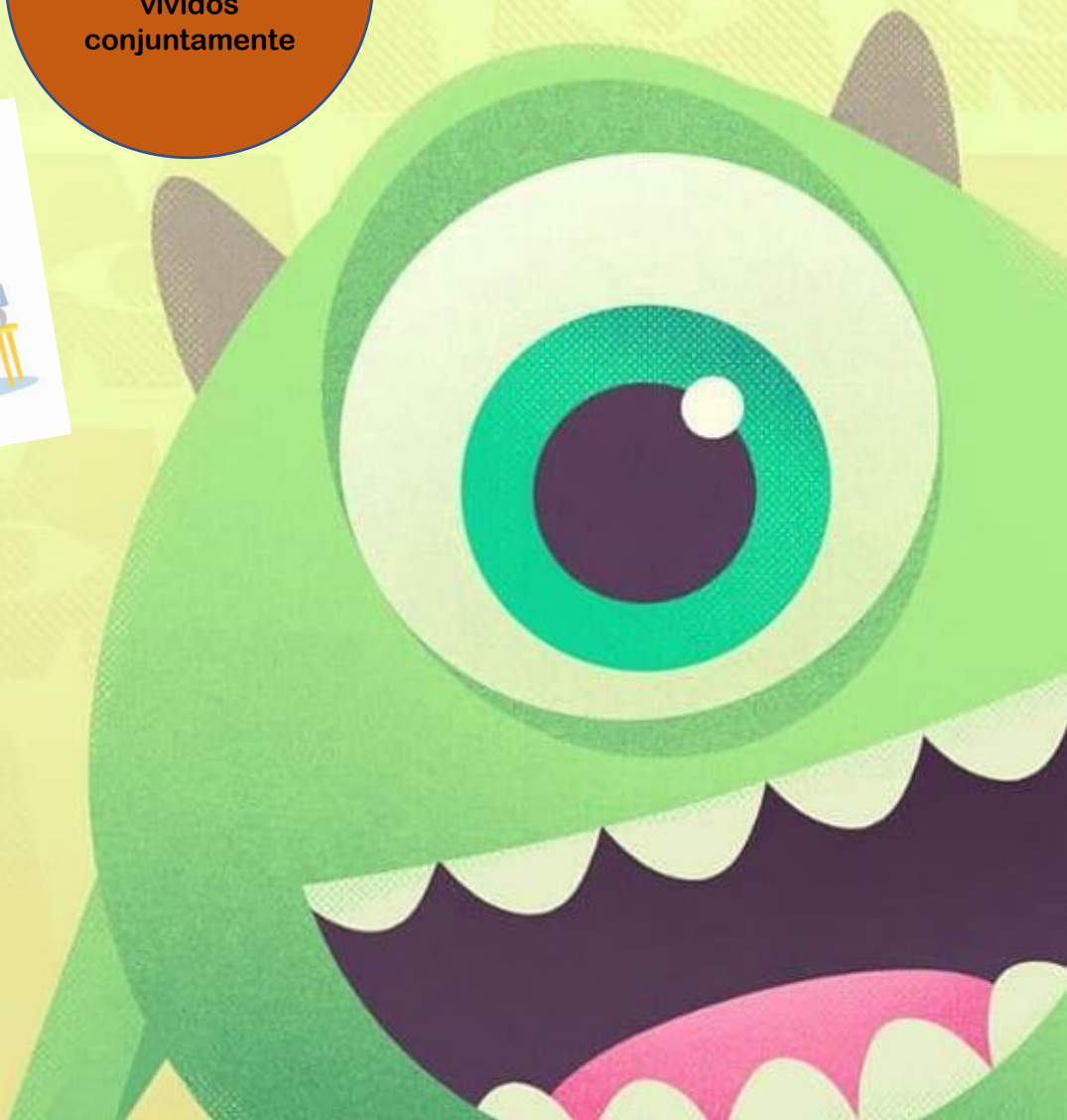
Problemas en la crianza de un menor

Mejora en el flujo de comunicación de la familia

Apoyo a familias de personas con enfermedades graves

Resolución de conflictos

Intervención en casos de traumas vividos conjuntamente



La Terapia de pareja es una intervención psicológica orientada a ayudar a las parejas en conflicto, o que pasan una crisis, a resolver sus diferencias y lograr recuperar una convivencia feliz.




Modelo biológico

Las teorías de este modelo presuponen que los factores biofísicos tales como la anatomía y la bioquímica son los determinantes de la psicopatología.

Las teorías de este modelo presuponen que los factores biofísicos tales como la anatomía y la bioquímica son los determinantes de la psicopatología. Los síntomas reflejan la existencia de un defecto biológico.

La terapéutica indicada es el emplear los agentes farmacológicos como un medio para modificar la bioquímica y los umbrales fisiológicos; el tratamiento quirúrgico como un medio para destruir el tejido patológico; o bien la estimulación eléctrica para modificar patrones de organización nerviosa.



Modelo psicoanalítico

En la terapia psicoanalítica familiar, la esencia de la teoría consiste en poder reconocer e interpretar los impulsos inconscientes y sus defensas contra éstos, así como su relación con el principio de las relaciones objetales. Este modelo está basado en la teoría de la represión. Se centra en los datos de los procesos inconscientes.

Modelo conductista

Las teorías conductistas sobre la patología utilizan conceptos que surgieron de la investigación experimental del aprendizaje. La patología es la conducta aprendida que se desarrolla según las mismas leyes que gobiernan el desarrollo de la conducta normal.

Modelo humanista

La terapia humanista es un concepto difícil de definir, porque sus principios teórico prácticos no están claramente delimitados, como sí ocurre por ejemplo con la terapia cognitivo-conductual o con la terapia conductual.

Modelo cognitivo

La Terapia cognitiva es una forma de terapia psicológica que parte del estudio y la evaluación de los pensamientos que afectan de forma negativa a la calidad de vida de las personas, facilitando herramientas que potencien la habilidad para procesar la información percibida sobre uno mismo y el entorno que le rodea de una forma más flexible y positiva.

Modelo sistemático

La terapia va dirigida a intervenir activamente en el sistema para modificar las secuencias comunicativas defectuosas. En los anteriores modelos de salud mental, la unidad de diagnóstico y tratamiento es el individuo, en el modelo interaccional o sistémico

Escuela transicional de terapia familiar

- Los fenómenos transicionales son generadores de ese espacio potencial de experiencia y acaecen en él.
- Son fenómenos de características ilusorias que, partiendo de una indistinción entre lo subjetivo y lo que es exterior al sujeto, deviene en ámbitos y procesamientos distinguibles y relacionables.
- Posee características paradójicas, pues, aunque tiene materialidad, para el sujeto no proviene del exterior ni del interior.



Escuela existencial de terapia familiar

Se propone el crecimiento y la expansión de la persona, y en la terapia se acentúa la experiencia en el presente entre el terapeuta y los miembros de la familia, como instrumento de cambio.



PATRICIA GUERRERO
PSICOTERAPEUTA FAMILIAR

4 dimensiones básicas

- 1.- autoestima
- 2.- modelo de comunicación
- 3.- reglas familiares
- 4.- enlace con la sociedad



Corriente sistemática de terapia familiar

La terapia sistémica familiar tiene como objetivo encontrar solución a los problemas prácticos y reales dentro de las dinámicas familiares. Con este enfoque los psicólogos y terapeutas nos olvidamos de realizar un diagnóstico, o identificar quién tiene un problema.

Unidad II

La pareja.

La formación de pareja

puede darse con base en el atractivo físico, la frecuencia de la interacción, la similitud percibida en aspectos tales como la raza, el grupo étnico, la religión, la educación, la clase socioeconómica y los valores. La elección puede también basarse en la complementación de necesidades así el individuo escoge a aquella persona que pueda ofrecerle mayor gratificación a las mismas.

3 tipos de motivos psicológicos

- ✓ Percepción de la posibilidad de satisfacer a través de la relación deseos conscientes e inconscientes
- ✓ Procesos identificatorios especialmente con los padres, de suerte que cuando las personas tienen una identificación positiva con el padre del mismo sexo eligen con frecuencia como compañero a personas que tengan las cualidades parecidas a las del progenitor; mientras que cuando poseen una identificación negativa, es decir una referencia negativa a la imagen del padre del mismo sexo, seleccionan a personas diferentes a éste.
- ✓ Satisfacciones narcisistas, las personas buscan parejas que tengan cualidades similares a las que ellos aprecian en sí mismos



EL AMOR

El amor, es una emoción humana y compleja que nos cuesta comprender e interpretar.



Componentes básicos del amor

1.- Intimidad: Se refiere a los sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo, la conexión, y principalmente la revelación mutua.

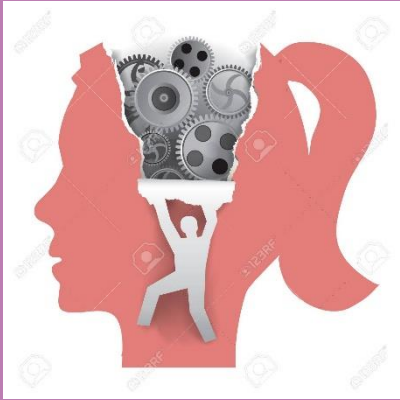
2.- Pasión: Estado de intenso deseo de unión con el otro, como expresión de deseos y necesidades, gran deseo sexual o romántico, acompañado de excitación psicológica.

3.- Compromiso: Es la decisión de amar a otra persona, serle fiel y compartir con ella muchas actividades y bienes personales sin limitación temporal.

Las diferentes etapas o tipos de amor

- ✓ **Cariño:** (Intimidad). Es el cariño íntimo que caracteriza las verdaderas amistades, en donde se siente un vínculo y una cercanía
- ✓ **Encaprichamiento:** (Pasión). Es lo que comúnmente se conoce como "amor a primera vista". Sin intimidad ni

- **Amor Vacío:** (Compromiso). Existe una unión por compromiso, pero la pasión y la intimidad han muerto.
- **Amor romántico:** (Intimidad y Pasión). Las parejas están unidas emocionalmente y físicamente, mediante la pasión, pero no en el compromiso de estar juntos.
- **Amor sociable/compañero:** (intimidad y Compromiso). Matrimonios en los que la pasión ha desaparecido, pero se mantiene un gran cariño y compromiso por el otro.
- **Amor fatuo o loco:** (Pasión y Compromiso). Se da en las relaciones en las que el compromiso es motivado principalmente por la pasión.
- **Amor consumado:** (Intimidad, Pasión y Compromiso). Es la forma completa del amor. Representa la relación ideal hacia la que todos quieren ir pero que aparentemente pocos alcanzan.

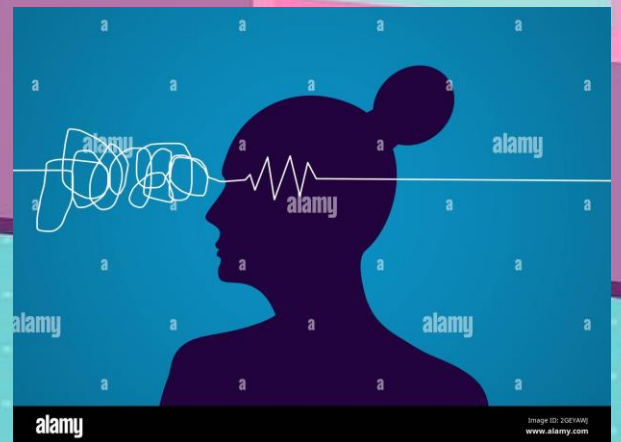


Psicología femenina

La psicología de la mujer, o femenina, tiene que ver con los comportamientos vinculados a varios factores, como el amor, las relaciones sociales, la sexualidad, la comunicación, la agresividad y mucho más.

Características de la psicología femenina

- Las mujeres son más sensibles
- Las mujeres piensan intuitivamente
- Los cambios hormonales afectan el estado de ánimo
- Las mujeres tienden a no expresar su agresividad
- La mujer entiende mejor el lenguaje no verbal
- La mujer toma menos decisiones arriesgadas



Psicología masculina

La psicología masculina abarca las características en el amor, vida social, agresividad, trabajo y vida general de los hombres, así como las cualidades que identifican al género masculino, qué comportamientos realizan típicamente, cómo se ha ido desarrollando la identidad masculina y cuáles han sido los factores más influyentes.



Características de la psicología masculina



AGRESIVIDAD



COMPETITIVIDAD



SER PROTECTOR



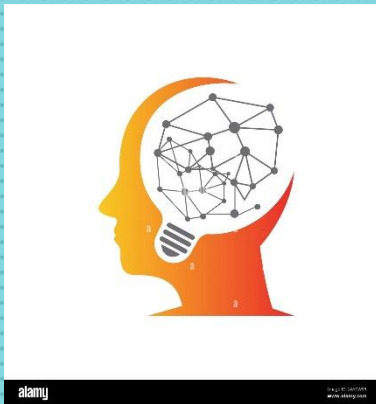
PODER



AUSENCIA DE EXPRESIÓN DE EMOCIONES



OBSESIÓN POR EL TRABAJO

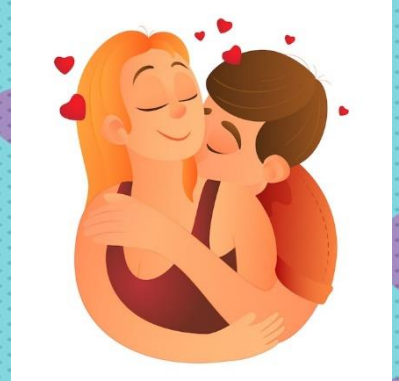


ROAARRR!



Sexualidad en la pareja

Constituye uno de los factores más importantes para determinar la satisfacción personal y bienestar general de la pareja, y por otro es una fuente de experiencias e interacciones positivas y un importante recurso para el cambio.



Técnicas

- Fomentando las fantasías sexuales
- Recuperando lo olvidado
- Explorando lo desconocido

Disfuncionalidad de la pareja
Las relaciones disfuncionales tienen consecuencias en el estado emocional. Por medio de conductas dañinas, las personas que forman este tipo de relaciones se ven afectadas al igual que la relación como tal. Dichas relaciones se distinguen por faltas de respeto, control, celos y chantajes emocionales entre otros.

ROAARRR!



Celos

Los celos son sentimientos de sospecha, desconfianza y temor que se producen en relación a otra persona. Cuando estos sentimientos se producen dentro de una relación son los llamados celos de pareja, y son los más comunes. En los celos suelen subyacer sentimientos de inseguridad, angustia, inferioridad, miedo, baja autoestima, dependencia, etc.



Infidelidad

consiste en una relación afectuosa o sentimental con una persona distinta de la pareja habitual. En estos casos, se produce una ruptura de la confianza entre ambas partes; sin esta confianza que es uno de los pilares básicos de cualquier relación sentimental, la pareja queda severamente dañada.

Infidelidad directa o intencionada.

Infidelidad indirecta o inintencionada.

Online o virtual.

Infidelidad no sexual.

Por impulso

Infidelidad sexual.

Física

Sustitutiva

Hedonista y de salida



Divorcio

- ✚ La separación matrimonial o divorcio psíquico, que supone el distanciamiento emocional entre la pareja, ya estén ambos de acuerdo o la decisión sea tomada de forma unilateral.
- ✚ El divorcio legal, el establecido ante la ley y en el que se deben tomar medidas con respecto a los bienes, los hijos etc.
- ✚ El divorcio de comunidad o social, que supone el distanciamiento de los miembros de la pareja del entorno social que hasta entonces compartían.
- ✚ El divorcio de propiedad, en lo referente al reparto de bienes acaecidos en la pareja.
- ✚ El divorcio de dependencia, entendiendo como tal un cambio evidente de roles desempeñados de aquí en adelante.



Fases del divorcio: la evolución de las emociones

- Fase de negación y aislamiento
- Fase de ira
- Fase de negociación
- Fase de depresión
- Fase de aceptación

Conclusión

La terapia familiar es aquella que aborda los problemas generados en el contexto de las relaciones familiares o con personas significativas en la vida de las personas con el fin de poder solucionar, corregir o modificar ciertas conductas o aptitudes manifestadas dentro del entorno familiar.

Por otro lado, la terapia de pareja es aquella que fortalece una pareja en crisis y lo primero que se hace es encontrar el verdadero problema, para así recuperar la relación o también para tener una ruptura lo menos conflictiva y dolorosa posible.

Tanto la terapia de familia como la de pareja aborda diversos temas de importancia, la convivencia, el saber manejar las situaciones que pueden presentarse discusiones, enojos, desacuerdos, disgustos, entre muchas cosas más. En el trabajo anterior se explican los diversos temas de interés además de mencionar algunas técnicas y herramientas que pueden ayudar.

Encontrar el camino correcto al ser consciente de las virtudes y debilidades aprendiendo a manejarlas.

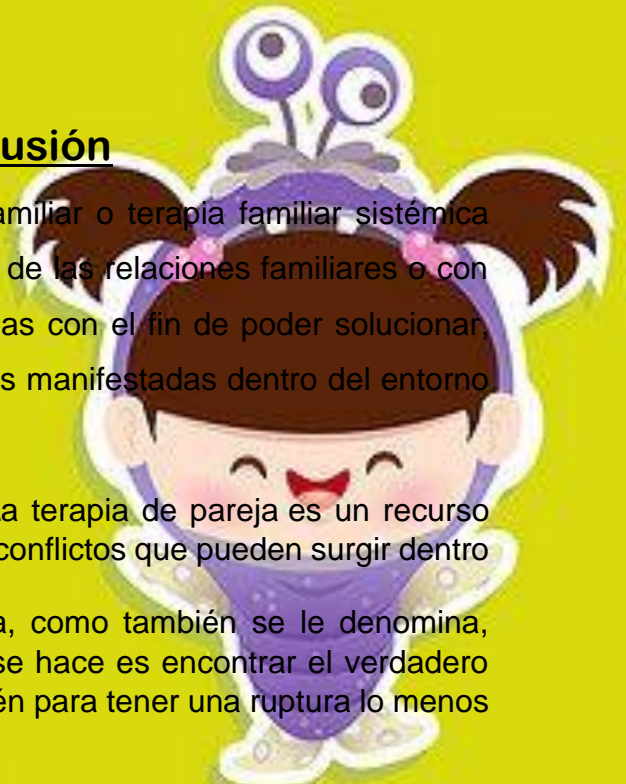
Tolerar y respetar las diferencias de la pareja.

Aprender a leer las señales y emociones del otro

Expresar los sentimientos con más claridad.

Entender y regular las emociones propias.

Comprender que el amor por sí mismo no es suficiente para mantener una relación estable y duradera, pues se requiere compromiso, comunicación, respeto y compasión. Entre muchas cosas más.



Bibliografía

Antología Uds. unidad I y II

<https://www.doctoraki.com/blog/bienestar-y-salud/terapia-de-pareja-que-es-y-como-funciona/>

<https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/terapia-de-pareja>

Arturo S. Roizblatt, marzo de 2006, terapia familiar y de pareja



I ♥ MONSTERS