



Nombre del Alumno: Josmar Enrique Velázquez

Nombre del tema: resumen

Nombre de la Materia: terapia familiar

Nombre del profesor: Mike Anderson hernandez ordoñez

Nombre de la Licenciatura: psicología general

Cuatrimestre: 9°

TERAPIA FAMILIAR

Sistema familiar, es un conjunto de personas que constituyen una familia con determinados roles y funciones, se relacionan entre si y tienen un objetivo en común. Sistema (proteger, educar, socializar). La terapia familiar ha sido entendida desde la psicología específicamente desde un punto de vista sistémico que tiene que ver con relaciones, con patrones interaccionales, comunicación y se refiere a distintas conductas. Cuando hablamos de terapia familiar es un sistema que puede estar conformado por una pareja sin hijos, parejas con hijos, etc...

El sufrimiento y los conflictos son los problemas más frecuentes por lo que se acude a terapia. Por ejemplo: crianza, diferencia de opiniones entre los padres e hijos, respecto a cómo criar a sus hijos. Estilos: un padre más autoritario, permisivo etc... tienen que entender cuáles son los roles y funciones, cuales son las expectativas, que es lo que esperan los padres de los hijos, como se van acoplando los hijos a esta forma deliberada que tienen los padres de criar.

También se habla del ciclo vital, no es lo mismo una pareja sin hijos, no son los mismos problemas que van a tener con una pareja que tienen hijos pequeños que con hijos de edad escolar, con hijos adolescentes o con hijos que se empiezan a ir de la casa. Las problemáticas también tienen mucho que ver con ir atravesando crisis normativas, los desafíos que se van presentando a lo largo del tiempo o el proceso de ser familia.

La razón por la cual las familias consultan tiene que ver en la etapa en la cual las familias se encuentran, por los problemas en los que se encuentran, como identifican el problema y como lo afrontan.

Enfoques que se utilizan

La terapia breve centrada en soluciones, es un enfoque terapéutico que se enfoca en las soluciones y los recursos de los clientes en lugar de sus problemas. Surgió

en palo alto en california y se centra en observar cual era la dinámica interaccional que sostenía el problema identificar como surge el problema, está enfocada en observar y describir las conductas pero sobre todo entender claramente lo que ellos le gustaría lograr y acompañarlos en esa dirección. El proceso completo son entre 6 y 10 sesiones. Este enfoque promueve y fortalece el agencia miento personal, la capacidad que tenemos todos de atribuir el control de las situaciones que ocurren, es como porque me pasan las cosas, sino que yo puedo hacer algo con respecto a esto.

Se enfoca en identificar y construir soluciones futuras, se utilizan también las preguntas de excepción, se pregunta a los clientes sobre momentos en el que el problema no ocurrió o fue menos severo, para identificar recursos y estrategias efectivas que ya se están utilizando.

Preguntas de milagro, se invita a los clientes a imaginar que ocurre un milagro mientras duermen y su problema se resuelve. Luego se les pregunta que sería diferente al día siguiente y como notarían que el problema ha desaparecido.

Construcción de objetivos, se establecen metas claras, específicas, y alcanzables, enfocándose en lo el cliente quiere lograr en lugar de lo que quiere evitar.

Reconocimiento de los recursos y fortalezas, se ayuda a los clientes a identificar y utilizar sus propios recursos, fortalezas y habilidades para resolver problemas.

Estos enfoques ayudan a los clientes a visualizar un futuro positivo, identificar sus propios recursos y capacidades, y tomar pasos concretos hacia la solución de sus problemas.