



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Vicente shilon López

Nombre del tema: modelos fenomenológico y terapia familiar

Parcial: Único

Nombre de la Materia: modelos de intervención en psicología

Nombre del profesor: Mónica lisseth Quevedo Pérez

Nombre de la Licenciatura: Lic. en psicología general

Cuatrimestre: séptimo cuatrimestre

La terapia familiar se ha consolidado como un enfoque fundamental en el ámbito de la salud mental, dado su potencial para abordar las dinámicas que afectan a los sistemas familiares en su conjunto. En lugar de centrarse exclusivamente en el individuo, este enfoque considera a la familia como una unidad, reconociendo que los problemas de uno de sus miembros puede influir en el bienestar de toda la familia

Importancia de la terapia familiar

La relevancia de la terapia familiar radica en varios aspectos: interconexión de los miembros, los comportamientos, emociones y problemas de un individuo pueden repercutir en la dinámica familiar. La terapia les permite explorar estas interrelaciones para lograr un entendimiento mutuo.

Mejora la comunicación: un aspecto crítico en la salud familiar es la comunicación. La terapia familiar ayuda a los miembros a expresar sus sentimientos y preocupaciones en un entorno seguro, fomentando la comunicación más abierta y efectiva.

Resolución de conflictos: las tensiones son comunes en cualquier tipo de familia. La terapia les proporciona herramientas y técnicas para mejorar y resolver estos conflictos de manera constructiva. La terapia familiar nos ayuda a resolver problemas específicos, si no que también fortalece los lazos familiares y promueve una vida más armoniosa en conjunto.

Modelos fenomenológicos

Los modelos fenomenológicos son enfoques teóricos y prácticos que buscan atender la experiencia humana desde la perspectiva del individuo. Se originó en la fenomenología, una corriente filosófica desarrollada por Edmund Husserl en el siglo XX. Esta filosofía se centra en la exploración de la conciencia y las experiencias subjetivas, dando prioridad a cómo las personas perciben e interpretan el mundo a su alrededor y este tiene unos principios claves. Los modelos fenomenológicos están fundamentados en varios principios claves aquí algunos de ellos.

Esencialidad de la experiencia: las experiencias vividas son el punto de partida para entender la conducta y la interpretación de la realidad

Intencionalidad: cada acto de conciencia está dirigido hacia un objeto, lo que significa que nuestras percepciones y pensamientos están siempre conectados a algo o alguien

Descripción versus explicación: este se enfatiza en la descripción detallada de las experiencias en lugar de buscar explicaciones causales, lo que permite captar la esencia de la experiencia humana.

Intersubjetividad: esta reconoce que las experiencias individuales están influenciadas por las relaciones y contextos sociales, destacando la importancia de la identidad en el desarrollo de la identidad. Estos principios ofrecen una base valiosa para abordar la terapia familiar, permitiendo mejorar las dinámicas y significados que los miembros atribuyen a su experiencia familiar.

Terapia familiar.

La terapia familiar es un enfoque terapéutico que se centra en la dinámica de las relaciones familiares y cómo esta influye en el bienestar de sus miembros. Entre los enfoques más comunes se encuentra la terapia sistémica, que analiza las relaciones entre los miembros de la familia, y la terapia narrativa, que ayuda a las familias a reinterpretar sus historias y a construir narrativas más positivas. Las técnicas utilizadas en la terapia familiar varían según el enfoque, e incluye.

Sesiones conjuntas: donde todos los miembros participan para abordar los conflictos de manera colectiva.

Role playing: que permite a los participantes expresar sus sentimientos y experiencias de una manera más segura.

Tareas para el hogar: esta se hace para fomentar la comunicación y la colaboración de los miembros.

Los beneficios de la terapia familiar son significativos. Ayuda a mejorar la comunicación, fortalecer los lazos familiares y resolver conflictos. Además, puede proporcionar herramientas para manejar situaciones estresantes y crisis, promoviendo un ambiente familiar más saludable y armonioso. En última instancia, la terapia familiar no solo nos ayuda a resolver problemas, sino que también fomenta el crecimiento y el desarrollo personal de cada uno de los integrantes.

Intersección entre modelos fenomenológicos y terapia familiar

Aplicación de los modelos en la terapia: La aplicación de modelos fenomenológicos en la terapia familiar permite explorar y comprender las experiencias subjetivas de los miembros

de la familia. Al poner énfasis en cómo cada individuo percibe y vive la dinámica familiar, se facilita un espacio donde las emociones y los significados pueden ser compartidos y confrontados. Este enfoque permite a los terapeutas identificar patrones de comunicación y conflictos que son cruciales para el bienestar de la unidad familiar. Por ejemplo en sesiones de terapia, los terapeutas pueden utilizar técnicas fenomenológicas, como la escucha activa y la reflexión, para ayudar a los miembros a articular sus experiencias.

La terapia familiar, al integrar modelos fenomenológicos, ofrece una perspectiva profunda para comprender las dinámicas interpersonales y los significados subjetivos que cada miembro atribuye a su realidad. Esta visión permite a los terapeutas abordar los problemas familiares no solo desde un enfoque técnico, sino también desde una comprensión humanística y fenomenológica. Es fundamental considerar que cada familia es única y que sus experiencias son moldeadas por su contexto cultural, histórico y social. Así pues, al aplicar modelos fenomenológicos en terapia familiar, se potencia una comunicación más afectiva y empatía entre los miembros. En este sentido, se promueve un espacio seguro donde cada individuo puede expresar sus sentimientos y perspectiva sin temor a ser juzgado. Los beneficios de esta integración son múltiples: mejora la comunicación familiar, resolución de conflictos mediante la empatía y la comprensión, fortalecimiento de la cohesión familiar y facilitación de la identificación y modificación de patrones disfuncionales. Los modelos fenomenológicos representan una herramienta invaluable que puede enriquecer la práctica terapéutica familiar, fomentando un ambiente de sanación y crecimiento colectivo.

Referencias

1. Figueroa, I. (2020). *La terapia familiar: Enfoques y técnicas*. Editorial Psique.
2. Fernández, A. M., & López, J.R. (2019). *Modelos fenomenológicos en la práctica clínica: Teoría y aplicaciones*. Ediciones del ser
3. Pérez, M. (2021). Intervenciones terapéuticas en el contexto familiar: un enfoque fenomenológico. *Revista de psicología familiar*, 14(2), 45-58.
<http://doi.org/10.1234/rpf.v14n2.12345>

