



Super nota.

Nombre del Alumno: Francisco Javier Jacob Ramírez.

Nombre del tema: Técnicas terapéuticas de la familia y de pareja.

Parcial: 1ero.

Nombre de la Materia: Terapia de familia y pareja.

Nombre del profesor: María del Carmen Briones Martínez

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 9no.



TÉCNICAS TERAPÉUTICAS DE LA FAMILIA Y DE PAREJA.

Primera entrevista: La primera entrevista en terapia familiar es crucial, ya que establece las bases para el tratamiento y el progreso terapéutico. El terapeuta busca generar un ambiente donde todos se sientan cómodos y seguros para compartir sus experiencias y perspectivas.



Fases de la primera entrevista:

- Recepción y establecimiento de la relación.
- Recopilación de información: Motivo de consulta.
- Definición de objetivos.
- Finalización y seguimiento.

Post-sesión: Durante la post-sesión, los miembros de la familia pueden reflexionar sobre lo discutido en la sesión, aplicar las estrategias o habilidades aprendidas, y continuar trabajando en los objetivos terapéuticos establecidos. La última entrevista en terapia familiar generalmente sirve como una sesión de cierre, donde se revisan los avances y logros obtenidos durante el proceso terapéutico.



El lenguaje terapéutico: Este tipo de lenguaje se caracteriza por ser respetuoso, empático, reflexivo y no culpabilizante. El terapeuta utiliza un lenguaje cuidadoso para ayudar a las familias a comprenderse mejor, a expresar de manera asertiva sus emociones y a resolver conflictos de manera constructiva.



Posición del terapeuta: El terapeuta es una persona que se sitúa en una posición diferente a la del resto de las personas que rodean al paciente. No es un padre que da consejos. No es una madre que da cariño y comprensión, sufriendo empáticamente. El terapeuta de familia debe tomar cierta posición de liderazgo.



Espacio personal de familia y pareja:

Saber delimitar en una relación de pareja cual es el espacio que se va a dedicar a la pareja, a la familia y a uno mismo, es clave para la satisfacción y equilibrio de la pareja.

- Mejora la autoestima.
- Construye una red de apoyo.
- Fortalece la relación.
- Protege de inapetencia.



TÉCNICAS TERAPÉUTICAS DE LA FAMILIA Y DE PAREJA.

Mediación familiar: La mediación es un proceso de resolución de conflictos que se caracteriza principalmente por la función de ayuda a la responsabilización y capacidad de negociación y colaboración entre las partes en conflicto. Para llegar a este objetivo el proceso debe cumplir los principios de confidencialidad de la información y de voluntariedad de todos los implicados.



Técnicas de mediación: El conjunto de técnicas o herramientas que debe conocer y manejar la persona mediadora en cada una de las fases del proceso es uno de los aspectos más interesantes de la mediación. Recordemos la relación entre técnica y arte y el grado de potenciación recíproca existente entre ambas, cuantas más técnicas maneje el mediador y mayor sea su grado de dominio más espacio hay para la creatividad en el uso de las mismas.

Constelaciones: Una Constelación Familiar es un proceso terapéutico que se realiza en grupo y que trabaja sobre la parte más profunda de nuestra conciencia. La teoría sobre la que se basa esta técnica es que las personas poseemos ciertos anclajes negativos inconscientes, que nos transmiten sentimientos dolorosos y de los cuales a veces no sabemos desprendernos.



Psicodrama: El psicodrama, tal y como lo define su creador J.L. Moreno, es “el punto decisivo en el apartamiento del tratamiento del individuo aislado hacia el tratamiento del individuo en grupo, del tratamiento del individuo con métodos verbales hacia el tratamiento con métodos de acción”.



Terapia familiar con el enfoque del mental research institute: Este enfoque tiene como propósito el modificar las pautas de conducta que se organizan alrededor del problema para mantenerlo. El concepto fundamental es el de complementariedad recursiva, según el cual los diferentes lados de una relación participan en una conexión complementaria, aunque permanecen distintos.



Terapia familiar narrativa: La terapia familiar narrativa sostiene que la realidad objetiva influye en las personas a través del significado que le den las mismas dentro de un contexto histórico determinado. Además, abogan por una pluralidad de voces todas con el mismo peso y el mismo derecho a ser tomadas en cuenta para la explicación de la subjetividad y la conducta de una familia.