

ALUMNO: ALEXIS GUILLERMO
LÓPEZ VILLAR.

MAESTRO: JOSE MARIA ESCOBAR
COELLO.

MATERIA: TERAPIA DE FAMILIA Y
DE PAREJA.

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA.

FECHA: 24/05/2025.

9° CUATRIMESTRE



TERAPIA DE FAMILIA Y PAREJA

DEFINICIÓN TERAPIA FAMILIAR

La terapia familiar es un tipo de psicoterapia que se centra en el sistema familiar como un todo, en lugar de tratar a los individuos de forma aislada.

SE BASA EN:

Se basa en la premisa de que los problemas de un miembro de la familia influyen, y son influenciados por, las dinámicas y relaciones dentro de la familia.

NO ES:

No se considera a un individuo como la "causa" del problema, sino que se busca identificar patrones de interacción, roles familiares, y reglas implícitas que contribuyen a los síntomas o conflictos.

OBJETIVO

El objetivo principal es mejorar la comunicación, la resolución de conflictos, la flexibilidad y la adaptación del sistema familiar para que pueda funcionar de manera más saludable y efectiva.

DEFINICIÓN TERAPIA DE PAREJA

La terapia de parejas, también conocida como terapia de relación o terapia matrimonial, se concentra en la relación entre dos personas, generalmente una pareja romántica.

SE ENFOCA

Se enfoca en identificar y abordar los patrones de interacción que contribuyen a los conflictos, la falta de comunicación y la insatisfacción en la relación.

A DIFERENCIA

A diferencia de la terapia individual, donde el foco está en el individuo, en la terapia de parejas el foco está en la dinámica de la relación misma.

SE BUSCA MEJORAR

Se busca mejorar la comunicación efectiva, la empatía, la resolución de conflictos de manera constructiva, y el fortalecimiento del vínculo emocional.

RELACIÓN ENTRE TERAPIAS

Aunque se enfocan en diferentes unidades (familia vs. pareja), ambas terapias comparten muchos puntos en común y, a menudo, se complementan.

ENFOQUE SISTÉMICO

Ambas adoptan un enfoque sistémico, entendiendo que los individuos están interconectados y que sus comportamientos y problemas están influenciados por el sistema al que pertenecen.

TÉCNICAS SIMILARES

Muchas técnicas terapéuticas se utilizan en ambas modalidades, como la comunicación efectiva, la identificación de patrones de interacción, y la resolución de conflictos.

EN GENERAL

mientras que la terapia de pareja se enfoca en la relación diádica, la terapia familiar adopta una perspectiva más amplia, considerando la interacción de todos los miembros de la familia.