

CURSOS A DISTANCIA 2007 www.tupsicologia.com

TERAPIA DE PAREJA

TEMA 1. INTRODUCCIÓN A LAS RELACIONES DE PAREJA

1. ¿Por qué son importantes las relaciones de pareja
2. Teorías explicativas del mantenimiento de la relación de la pareja y sus conflictos
3. Modelos experimentales cognitivo-conductuales explicativos de la relación de pareja y sus conflictos.
 - ✓ Modelo de intercambio de refuerzos.
 - ✓ Modelo del grado de satisfacción
4. Diferencias entre hombres y mujeres

TEMA 2. CARACTERÍSTICAS DEL AMOR:

1. ¿Qué es el amor
2. ¿Enamoramiento o amor
3. Predictores de estabilidad
4. Predictores de declive
5. Esquemas psicopatológicos acerca del amor
6. Modelos erróneos de amar

TEMA 3. EVALUACIÓN DEL ESTADO DE LA PAREJA:

1. La primera entrevista
2. Evaluación del estado de comunicación.
3. Entrevistas sucesivas
4. Entrevista final
5. Cuestionarios de evaluación

TEMA 4. PROBLEMAS Y SOLUCIONES EN LA RELACIÓN DE PAREJA.

1. La incertidumbre/inseguridad
2. El amor no correspondido/ ser dejado
3. La infidelidad
3. Problemas de comunicación
4. El aburrimiento
5. Los celos
6. La dependencia emocional

TEMA 5. Técnicas y estrategias para mejorar la relación de pareja.

1. Técnicas de la Terapia racional emotiva
 - ✓ Aceptar a tu pareja tal cual es.
 - ✓ Manifiesta tu aprecio con frecuencia
 - ✓ Comunícate desde la integridad
 - ✓ Comparte y explora las diferencias con tu pareja
 - ✓ Apoya los objetivos de tu pareja
 - ✓ Concédele a tu pareja el derecho a equivocarte
 - ✓ Reconsidera tus necesidades como objetivos
2. Técnicas para el manejo de la hostilidad y el mal humor.
3. Estrategias para aumentar el intercambio positivo

ANEXO Ejercicios prácticos para pacientes

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA