**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA**

**UNAD**

**ESCUELA: CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES**

**PROGRAMA: PSICOLOGÍA**

**CURSO: ACCION PSICOLOGIA Y FAMILIA**

**PRESENTODO POR.**

**MILSIA ISMARE BARRIGON**

**C.C 1193490514**

**E-MAIL.** [**mismareb@unadvirtual.edu.co**](mailto:mismareb@unadvirtual.edu.co)

**TUTORA**

**E-MAIL:** [**sandy.sanchez@unad.edu.co**](mailto:sandy.sanchez@unad.edu.co)

**Skype: Sandy.murillo6**

**FECHA. NOVIEMBRE 25 DE 2015 QUIBDO CHOCO**

**INTRODUCION**

Como padre legal, sabes qué es lo mejor para mi familia y cuál es la mejor forma de que los hijos aprendan a vivir en la sociedad de acuerdo en su medio de la zona y su costumbre. Para ayudar a tu familia y explorar nuevos servicios, a las tecnologías en un mundo, continuo cambio, viene bien recibir algunos consejos prácticos. Por ese motivo, hablamos continuamente con padres, educadores, expertos en seguridad y comunidades de todo el mundo para mantenernos al tanto de los sistemas que funcionan. Juntos podemos contribuir al desarrollo de una comunidad de ciudadanos digitales responsables. **ACTIVIDADES 3:**

Las actividades de esta unidad están encaminadas a que usted pueda identificar una problemática familiar e intervenirla.

**A continuación realizara la lectura del siguiente párrafo y le dará respuesta a las siguientes interrogantes**

**¿En sus palabras para qué sirve la terapia sistémic**a?

**La terapia sistémica.** Conjunto de procedimientos médicos para sanar una enfermedad o dificultad física, es unos medios que posibilitan la curación o el alivio de las enfermedades o los síntomas que una dolencia provocada.

¿La terapia sistema le da importancia a los aspectos emocionales y cognitivos de las dificultades de pareja? Responda SI \_x\_\_ NO \_\_\_

Realice un listado de por lo menos 5 palabras claves

1. Salud mental
2. Salud física
3. Factores físico emocionales
4. Promoción y Prevención
5. Rehabilitación de la personas

**TERAPIA SISTEMICA**

La terapia sistémica pone una gran atención a los aspectos emocionales y cognitivos de estas dificultades así como también a las reacciones con su entorno del paciente. El enfoque sistémico considera que el entorno (conjunto de sistemas, relaciones y situaciones) contribuye a mantener  los problemas psicológicos, pero también a resolverlos. El tratamiento busca hacer aparecer poco a poco cambios en primera instancia mínimos, pero concretos, que permiten el inicio de un “círculo virtuoso” que conforma la dirección hacia el cambio y las modificaciones emocionales profundas con respecto al problema.

|  |  |
| --- | --- |
| **PROBLEMÁTICA**  **images (3)** | **SOLUCION**  **images (4)** |
| *Discuten a menudo* | *Abrazarse, besarse y recordarle que lo amas* |
| http://media4.picsearch.com/is?7SqEj09tt0kGM8ncYDP1XpIJOrH3etOdk-JN-vXCqpY&height=192 | http://media3.picsearch.com/is?n1ohUVEHyzYElwKvvbAg_HqvNvDxYceUgVf8Tjte_vA&height=233 |
| **Mal entendimiento con vecino** | Una vida saludable entre familia |
| http://media2.picsearch.com/is?JLWuKaX-h6rRCyS8qfq3_JaQ7HZZ-51ZHWBHLCzFGRs&height=224 | http://media4.picsearch.com/is?W91JQkN7It-nUoeEJiEf8_LwhDimCdWNG59AyLfQ9-o&height=341 |
| **Pelea en la discoteca** | Vivir sano con la familia |
|  |  |

**ACTIVIDAD PRÁCTICA**

La inteligencia emocional en el contexto familiar

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Conciencia de uno mismo** |  |  |  |  |  |
| 1 | Reconozco que tengo fortalezas en mi rol de (padre/ madre) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Reconozco que tengo debilidades en mi rol de (padre/madre) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Reconozco la situaciones en la familia que me molestan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Reconozco la situaciones en la familia que me agradan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Reconozco que debo controlar los impulsos en momentos de crisis | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Tengo confianza en la decisiones que tomo con respecto a la familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | **Autorregulación** |  |  |  |  |  |
| 7 | Consideras que manejas adecuamente tus impulsos y estados de ánimo con tu familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Considera que reaccionas de manera adecuada cuando se presentan conflictos en tu familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Confiabilidad** | | | | | | |
| 9 | Crees que tu familia te apoya cuando la necesita | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 510 | Confías en tu familia cuando tienes dificultades | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Adaptabilidad** | | | | | | |
| 11 | Asumes la responsabilidad cuando te equivocas en la forma de actuar con tu familia. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | Consideras que tu familia adaptada a los cambios de vida que se les presentan a los miembro de las familia. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | Consideras que eres flexibles para afrontar los cambios de tu vida que se te presenta. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Te sientes cómodo con tu familia al expresar tus ideas, puntos de vista, expectativa e inquietudes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | **Motivación y compromiso** |  |  |  |  |  |
| 15 | Reconoces con facilidad los objetivos en común que tiene tu familia. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Consideras que tu familia se organiza para el cumplimientos de los logros y objetivos familiares | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | Tu familia te apoya para el cumplimiento de tu logros y objetivos personal | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Tu apoyos a tu familia en el cumplimiento de los logro familiares | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | Tu apoyo a los miembros de la familia en el cumplimiento de su logros a nivel personal. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Iniciativa y optimismo** | | | | | | |
| 20 | Tiene iniciativa en la realización de actividades familiares | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | Apoyas la iniciativa de los miembro de la familia en cuenta a actividades, objetivos y meta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | Actúas con prontitud en la actividades que propones tu familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | Eres persistente en la consecuencia de los objetivo a pesar de los obstáculo y los contratiempos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 | Tu familia es persistente en la consecuencia de los objetivos a pesar de los obstáculo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | **Competencia social** |  |  |  |  |  |
| 25 | Tu familia es consciente de los sentimiento, necesidades y preocupaciones de los demás | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | Tu familia es consciente de los sentimiento, actividades y preocupaciones de cada uno de los miembro de la familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 | Tu a nivel personal eres consciente de los pensamientos, actividades y preocupaciones de cada uno de los familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 | Tu familia es capaz de captar los sentimiento y los punto de vista de otra persona y se interesa activamente por las cosa que les preocupan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | Tu familia es capaz de captar los sentimientos y los puntos de vista de los miembros de las familia y de interesa activamente por las cosa que les preocupan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30 | Tu familia logra anticiparse, reconocer y sati8facer las necesidades de los otros | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31 | En tu familia aprovecha las oportunidades que nos brindan deferente tipos persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32 | Consideras que los miembros de las familia reconocen las relación de autoridad al interior de la familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33 | Consideras que tu familia tiene la capacidad de darse cuenta de la corriente emocionales y de relaciones de poder subyacente es un grupos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34 | Consideras que tu familia tiene la capacidad de influir positivamente en el comportamiento de los miembro de la familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35 | Consideras que tu familia tiene la capacidad de persuadir a los miembros de la familia frente a comportamiento inadecuados que se presenten | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36 | Consideras que la familia tiene la capacidad de emitir mensajes claros y convincente en cuanto a los proceso de comunicación al interior de la familia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37 | Consideras que tu familia motivas y promueve el liderazgo en los miembros del grupos familiar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38 | Consideras que tu familia tiene la capacidad de negociación en la resolución de conflictos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39 | Consideras que tu familia logran trabajar en equipo a la consecuencia de metas colectiva | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40 | Consideras que tu familia está preparado para asumir efectivamente a los miembro de la familia por su consumo de alcohol | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia por consumo de alcohol | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de redes de tráfico de droga | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de tráfico de persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de prostitución | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de bullyng o matoneo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 46 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de adicciones cibernética | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 47 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de suicidio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de maltrato infantil | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 50 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de maltrato a la mujer | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 51 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones de violación de genero | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 52 | Consideras que tu familia está preparada para asumir y orientar efectivamente a los miembros de la familia en situaciones maltrato infantil | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Conclusión**

La mayoría de nosotros pasamos buena parte de nuestra vida dentro de una familia. Primero en la casa paterna, luego establecimiento nuestro propio hogar. El núcleo de una familia normal es la relación matrimonial de los padres cuya calidad afecta más que ningún otro factor a la calidad de La vida del hogar. No se puede edificar un hogar sobre mala base ni se puede modelar una familia con un matrimonio deshecho por conflicto. Los miembros de la familia deben aprender a comprenderse, aceptarse y a cooperar los unos con los otros.