



## FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre completo	Terapia de pareja en terapia focalizada en la emoción
Código	E900005556
Título	Máster en Psicoterapia Humanista, Experiencial y en Psicoterapia Focalizada en la Emoción
Impartido en	Máster Universitario en Psicología General Sanitaria y Máster Propio de Especialización Terapéutica [Tercer Curso] Máster Universitario en Psicología General Sanitaria y Máster Propio de Especialización Terapéutica [Tercer Curso] Máster en Psicoterapia Humanista, Experiencial y en Psicoterapia Focalizada en la Emoción [Primer Curso] Máster en Psicoterapia Humanista Experiencial y en Terapia Focalizada en la Emoción [Primer Curso]
Nivel	Master
Cuatrimestre	Semestral
Créditos	2,0 ECTS
Carácter	Obligatoria
Responsable	Almudena Sánchez Mazarro

Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	Almudena Sánchez Mazarro
Departamento / Área	Departamento de Psicología
Correo electrónico	asmazarro@comillas.edu

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
<b>Aportación al perfil profesional de la titulación</b>
<p>El acercamiento al trabajo en Terapia de Pareja Focalizada en la Emoción constituye un conocimiento importante en el trabajo en psicoterapia, de relevancia desde la perspectiva humanista. No sólo propiamente en procesos encuadrados como terapia de pareja desde un principio, sino también para la comprensión de un fenómeno (el amor, y también el desamor) que aparecerá como relevante en las consultas individuales con nuestros clientes y del que, por tanto, bien vayamos a trabajar como terapeutas de pareja o solamente como terapeutas en individual, consideramos importante conocer. Es decir, deseamos que sea una asignatura rica para los alumnos que deseen formarse como terapeutas de pareja pero también para los alumnos que deseen trabajar tan sólo desde una perspectiva individual.</p>



Por tanto, realizamos este planteamiento desde dos líneas fundamentales: una primera línea de acercamiento y asentamiento de las bases para el trabajo como terapeuta de pareja desde una perspectiva focalizada en la emoción; y un segundo enfoque más transversal, fundamental para poder acompañar a personas en sus propios procesos vitales, e inherentemente, existenciales también, ya que el amor y el desamor, sobre todo en asuntos de pareja, aparecen de forma más o menos explícita en un importante porcentaje de las consultas, ya sean de pareja o individuales.

En base a todo lo anterior, esta asignatura constituye un enfoque que creemos necesario dentro de una formación humanista holística y completa, sea como enfoque central o complementario a otras terapias. Dado su innegable cuerpo humanista, este enfoque comparte raíces con otras psicoterapias humanistas y también presenta distintas diferencias y matices, por su propia naturaleza y también en función de la escuela terapéutica o autor.

Para el desarrollo de la asignatura, tomaremos como modelo central en el trabajo en terapia de pareja, el modelo basado en Terapia de Pareja Focalizada en la Emoción y profundizaremos en sus distintas áreas tanto de forma teórica como experiencial.

Así mismo, desde una perspectiva existencial, pondremos atención en el amor como aspecto central e innegable de la vida de cada ser humano y las implicaciones que eso tiene en la terapia de pareja.

Propondremos algún acercamiento a mecanismos y ciclos sanos o insanos en las relaciones de pareja, variables que es importante tener en cuenta, así como algunas "claves" que nos permitan aproximarnos a comprender mejor un fenómeno "misterioso" como es el amor, aún con muchas incógnitas. También revisaremos los mecanismos de elección de pareja y mantenimiento de la misma.

Por último, a lo largo de la asignatura estaremos revisando nuestro posicionamiento personal con el que los terapeutas nos acercamos para poder acompañar a nuestros clientes en sesión, teniendo siempre como referencia dos conceptos fundamentales: la ecuanimidad y una actitud de no juicio. Por tanto, esta asignatura implica una actividad formativa importante en los propios alumnos sobre sus propios posicionamientos. Cada alumno tendrá la posibilidad de revisar, a lo largo de toda la asignatura, su propio posicionamiento y "pasar por las tripas" cada uno de los asuntos centrales que vamos a revisar, ya que se trata de una asignatura con formación teórica acompañada, en cada uno de sus pasos, con práctica de carácter experiencial. Y también, deseo, una revisión personal interna de cada alumno sobre asuntos de tanta trascendencia que han sido, a veces, difíciles de expresar o revisar. En función del deseo del alumno, podrá avanzar más o menos en su propio proceso vivencial mediante sugerencias que serán trabajadas e indicadas en las clases. Así mismo, se explorarán formas concretas en las que podemos revisar los posicionamientos particulares tanto nuestros como de nuestros clientes, explorando las técnicas apropiadas.

Por último, veremos algunas pequeñas pinceladas de otros enfoques en terapia de pareja que puedan aportar algunas claves diferentes. Como resultado de todo ello, esperamos que los alumnos adquieran un conocimiento teórico y posicionamiento personal vivencial que les permita emplear este tipo de terapia bien de forma central, bien con carácter transversal o bien complementario, cuando así lo consideren en los procesos terapéuticos que acompañen.



Ninguno

## Competencias - Objetivos

### Competencias

#### Competencias terapéuticas genéricas

Las competencias terapéuticas genéricas se conciben como necesarias para mantener relaciones personales y llevar a cabo una intervención psicológica

1. Conocimiento y entendimiento de los problemas de salud mental
2. Conocimiento y habilidad para funcionar en el marco de los estándares éticos y profesionales
3. Conocimiento de un modelo de terapia y la habilidad para entender y emplear el modelo en la práctica
4. Habilidad para vincularse con el cliente
5. Habilidad para promover y mantener una buena alianza terapéutica, y para captar la perspectiva del cliente y su perspectiva del mundo
6. Habilidad para trabajar con el contenido emocional de las sesiones

#### Competencias básicas de la psicoterapia humanista

Se propone una serie de competencias básicas comunes a la mayoría de las intervenciones psicoterapéuticas humanistas:

1. Conocimiento de las asunciones y principios básicos de a terapia psicológica humanista
2. Habilidad para iniciar relaciones terapéuticas:
  - Habilidad para explicar y demostrar la racional (la lógica interna) de la aproximación terapéutica humanista
    - Habilidad para trabajar con el cliente para establecer un objetivo terapéutico
3. Habilidad para mantener y desarrollar relaciones terapéuticas:
  - Habilidad para experimentar y comunicar a los clientes empatía
  - Habilidad para experimentar y comunicar a los clientes una actitud fundamentalmente aceptadora
  - Habilidad para mantener la autenticidad en la relación terapéutica
4. Habilidad para concluir la relación terapéutica

#### Competencias específicas de la psicoterapia humanista



Estas competencias específicas están presentes en algunas intervenciones humanistas, aunque no en todas.

1. Trabajo con emociones y significados emocionales
  - Habilidad para ayudar a los clientes a acceder y expresar emociones
  - Habilidad para ayudar a los clientes a articular sus emociones
  - Habilidad para ayudar a los clientes a reflexionar y desarrollar significado emocional
2. Habilidad para ayudar a los clientes a encontrar significado en las experiencias que resultan confusas y dolorosas
3. Habilidad para hacer uso de métodos que fomentan la expresión activa

#### Trabajo relacional

4. Trabajo relacional:
  - Habilidad para mantener una perspectiva centrada en el cliente
  - Habilidad para trabajar con la relación terapéutica inmediata

#### Metacompetencias

1. Metacompetencias genéricas.:
  - Capacidad para usar el juicio clínico al implementar modelos de tratamiento.
  - Capacidad para adoptar las intervenciones en respuesta al feedback del cliente.
2. Metacompetencias específicas de las psicoterapias humanistas:
  - Trabajo con la globalidad de la persona.
  - Mantener el encuadre centrado en el cliente.
  - Mantener una relación terapéutica de seguridad.
  - Mantener el contacto psicológico con el cliente.
  - Capacidad para equilibrar las tareas terapéuticas.
  - Integrar la experiencia del terapeuta en la relación terapéutica.
  - Trabajar con perspectiva de complejidad.

## **BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS**



## Contenidos – Bloques Temáticos

### Contenidos – Bloques Temáticos

#### **BLOQUE 1: CONTEXTUALIZACIÓN Y FUNDAMENTACIÓN. ACTITUD TERAPÉUTICA**

Tema 1: Introducción

Tema 2: Actitud terapéutica en terapia de pareja

#### **BLOQUE 2: TERAPIA DE PAREJA FOCALIZADA EN LA EMOCIÓN**

Tema 3: Conceptos básicos en la regulación del afecto

Tema 4: Tres grandes motivaciones

Tema 5: Conflicto y ciclos de interacción negativos

Tema 6: Modelo terapéutico de 5 etapas

#### **BLOQUE 3: ESE MISTERIO QUE LLAMAMOS AMOR Y OTRAS APORTACIONES A LA TERAPIA DE PAREJA**

Tema 7: El amor y el desamor. Buen amor y mal amor. Equilibrio entre el dar y el tomar Otros modelos. Formación, condiciones y mecanismos de elección de pareja.

Tema 8: La familia de origen. Nuevos modelos de pareja y familia. Contratos implícitos. Crisis, infidelidades, llegada de hijos y otras variables que pueden tambalear la pareja. Ser una buena pareja VS buscar una buena pareja. Cerrar bien las relaciones de pareja

## METODOLOGÍA DOCENTE

### Aspectos metodológicos generales de la asignatura

#### Metodología Presencial: Actividades

Se alternarán la profundización teórica con las reflexiones y ejercicios experienciales para la asimilación de los conceptos teóricos y el desarrollo experiencial y de de destrezas.

Aproximadamente el 50% de las sesiones tendrán un acercamiento más teórico y el 50% más



práctico.

### Metodología No presencial: Actividades

Cada uno de los temas estará apoyado por una bibliografía y una serie de reflexiones prácticas sugeridas para que los alumnos realicen fuera del horario lectivo con el fin de poder desarrollar en el aula aquellas actividades que exigen su presencia.

## EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	CRITERIOS	PESO
Asistencia y participación	Es necesario asistir a dos tercios de las clases para aprobar la asignatura. La ausencia injustificada a más de un tercio de las clases puede conllevar no superar la asignatura (conforme al Reglamento General de la Universidad)	30%
Memoria final	Se valorará la profundidad del contenido más que su extensión. Mínimo 5 páginas y máximo 20.	70%

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

### Bibliografía Básica

- Garriga, J. (2013). El buen amor en la pareja. Cuando uno y uno suman más que dos. Barcelona: Destino
- Goldman, R. N. & Greenberg, L. S. (2007). (Traducido al español, editado y adaptado por el profesor Ciro Caro en documento proporcionado con fines didácticos). Integrar el amor y el poder en Terapia de Pareja Focalizada en la Emoción. *European Psychotherapy*, 7(1), 117-135.
- Greenberg, L. S. & Goldman, R. N. (2008). *Emotion- Focused Couples Therapy. The dynamics of emotion, love and power.* Washington: American Psychological Association
- Johnson, S. (2008). *Abrázame fuerte.* Madrid: Urano
- Sanz, F. (1995). *Los vínculos amorosos. Amar desde la identidad en la Terapia de Reencuentro.* Barcelona: Kairós



Wallin, D.J. (2012). El apego en psicoterapia. Bilbao: Desclée de Brouwer

## Bibliografía Complementaria

Ainsworth, M.D. S. (1985). I. Patterns of infant-mother attachment: antecedents and effects on development and II. Attachment across the life-span, *Bulletin of New York Academy of Medicine*, 61, 771-91 y 791-812.

Bowlby, J. (1988). A secure base. *Clinical applications of attachment theory*. Londres, Routledge.

Gallen, M.A. y Neidhardt, H. (1997). El eneagrama de nuestras relaciones. Bilbao: Desclée de Brouwer

Goldman, R. N. y Greenberg, L. S. (2006). Promoting emotional expression and emotional regulation in couples. En D. K. Snyder, J. A. Simpson, y J. A. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health*. Washington, DC: APA Books.

Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic: A scientifically based marital therapy*. New York, NY: Norton.

Gottman, J. M., Coan, J., Carrère, S. y Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 5-22.

Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-Focused Therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington, DC: APA Books.

Greenberg, L. S., Ford, C. Alden, L. y Johnson, S. (1993). In-session change processes in Emotionally Focused Therapy for Couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 68-84.

Greenberg, L. S. y Johnson, S. (1986a). Emotionally focused couples treatment: An integrated affective systemic approach. En N. Jacobson, y A. Gurman, (Eds.), *Clinical handbook of marital therapy*. Nueva York, NY: Guilford Press.

Greenberg, L. S. y Johnson, S. (1986b). Affect in marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 12, 1-10.

Greenberg, L. S. y Johnson, S. M. (1988). *Emotionally-focused couples therapy*. Nueva York, NY: Guilford Press.

Garriga, J. (2008). *Vivir en el alma*. Barcelona: Ridgen

Hazan, C. y Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

Hellinger, B. (1995). *Felicidad que permanece*. Barcelona: Rigden

Johnson, S. (1986). Bonds or bargains: relationship paradigms and their significance for marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 12, 259-267.

Johnson, S. (1996). *The practice of emotionally focused couples therapy. Creating Connections*. Nueva York, NY: Bruner-Routledge.

Johnson, S. (2004). Attachment theory: A guide for healing couple relationships. En W. S. Rholes y J. A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, research and clinical implications*, (pp.367-387). Nueva York, NY: Guilford Press.



# COMILLAS

UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

**GUÍA DOCENTE  
2020 - 2021**

Johnson, S. y Greenberg, L. S. (1988). Relating process to outcome in marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 14, 175-183.

Johnson, S., Hunsley, J., Greenberg, L. S. y Schindler, D. (1999). Emotionally focused couples therapy: Status and challenges. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 67-79.

Johnson, S. y Whiffen, V. (Eds.). (2003). *Attachment theory: A perspective for couple and family therapy*. New York: Guilford.

Johnson, S. (2009). *Abrázame fuerte: siete conversaciones para un amor duradero*. Madrid: Urano

Riso, D. y Hudson, R. (2001). *La sabiduría del eneagrama*. Madrid: Urano

Schneider, K. (2008). *Existential-integrative psychotherapy*. New York: Routledge

Schneider, K. y Krug, O. (2010). *Existential- humanistic therapy*. Washington, D.C: American Psychological Association

Yalom, I.D. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona: Herder

Yalom, I. (2008) *Mirar al sol*. Buenos Aires: Emecé

Willi, J. (1978). *La pareja humana: relación y conflicto*. Madrid: Morata

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de **protección de datos de carácter personal**, le informamos y recordamos que puede consultar los aspectos relativos a privacidad y protección de datos [que ha aceptado en su matrícula](#) entrando en esta web y pulsando "descargar"

[https://servicios.upcomillas.es/sedelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792](https://servicios.upcomillas.es/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792)