



1








2



3

**Treatnet Family**

**Elementos de terapia familiar para trastornos de uso de sustancias en adolescentes**

- **1**  
Introducción a la terapia familiar y a Treatnet Family
- **2**  
Estrategias básicas de la terapia familiar
- **3**  
Fases e intervenciones de terapia familiar
- **4**  
Posibles temas y cuestiones
- **5**  
Micro enseñanza y evaluación

4

## ¿Dónde estamos hasta ahora?



Estrategias básicas de la terapia familiar:

- ▶ Replanteamiento
- ▶ Replanteamientos relacionales
- ▶ Toma de perspectiva
- ▶ Preguntas relacionales
- ▶ Darle la vuelta a la resistencia

5

5

## ¡Vamos a discutirlo!



**Sus pensamientos y reacciones frente a lo que cubrimos ayer**

- ▶ ¿Qué habilidades tienen más sentido para usted?
- ▶ ¿Qué habilidades le atraen?  
¿Cuáles no? ¿Por qué?
- ▶ ¿Qué habilidades o ideas necesitan los miembros del grupo practicar más para aprender?

6

6

Una cesta de preguntas



7

¡Comencemos!



8



9

**Objetivos de capacitación**

**Al final de este taller podrás:**

Explicar y emplear las fases e intervenciones de la Terapia Familiar:

- Fase 1:** Compromiso
- Fase 2:** Evaluación de la familia
- Fase 3:** Crear motivación para cambiar
- Fase 4:** Intervenciones primarias de terapia familiar
- Fase 5:** Terminación



10

10



11



12

## Fase 1: Compromiso

1. Construir una alianza de trabajo
2. Unirse
3. Validar
4. Estimular la esperanza



13

13

## ¡Observemos!



### Compromiso

*Situación: El terapeuta discute con la madre y el padre cómo establecer límites a su adolescente de 15 años.*

- ▶ Observe cómo el terapeuta
  - Crea una alianza (la familia comparte el mismo objetivo, siente confianza)
  - Se une (se conecta)
  - Valida (apoya)
  - Da esperanza de que se puede terminar con éxito

14

14

## ¡Vamos a practicar!



- ▶ "Construir" una familia con un padre, padrastro y adolescente + un terapeuta
- ▶ El terapeuta involucra a la familia mediante la discusión de los problemas, fortalezas, etc. de la familia.
- ▶ Un participante reporta al grupo grande las habilidades de participación utilizadas

15

15



16



## ¡Practiquemos!



### Fase 2: Evaluación de la familia

- ▶ ¿Cómo ven el problema los miembros de la familia?
- ▶ Estructura y evaluación de procesos:
  - Límites
  - Temas
  - Estructura / jerarquía
  - Reglas
  - Roles
  - Patrones de interacción
  - Reforzamientos
  - Riesgos y fortalezas familiares

17

17

## Fase 2: Evaluación de la familia

- ▶ Identificar la comorbilidad
- ▶ Considere la canalización a servicios adicionales en su red

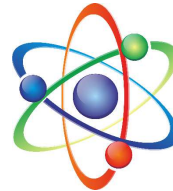


18

18

## El átomo social

- ▶ ¿Qué es un átomo social?
- ▶ ¿Por qué usarlo?



19

19

## ¡Practiquemos!



### El átomo social

- ▶ Observe un ejemplo
- ▶ Dibuje su propio átomo social
- ▶ Discuta con una pareja:
  - los temas que observó
  - cómo el átomo social puede ser útil en la terapia con un joven que tenga un problema de uso de sustancias

20

20

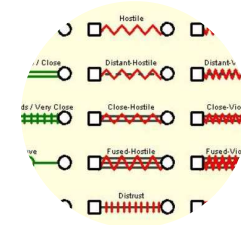
## El genograma

### ► ¿Qué es un genograma?

- ✓ Un genograma es un diagrama simbólico escrito del sistema familiar, no muy diferente de un árbol genealógico.

### ► ¿Por qué usarlo?

- ✓ Una forma potencialmente útil de aprender más sobre el sistema familiar de un joven
- ✓ Puede ayudar a identificar y discutir temas en las familias
- ✓ Puede ayudar a involucrar a un joven callado que no pueda decir mucho sin esa ayuda de evaluación



21

21

## ¡Practiquemos!



### Genograma

- Observe un ejemplo
- Dibuje un genograma
- Discútalos con una pareja:
  - Temas que notó
  - Cómo puede ser útil el genograma en la terapia con un joven que tiene problemas de uso de sustancias

22

22

## Preguntas de evaluación relacional

### Ejemplos de preguntas de evaluación relacional para la evaluación familiar:

- ▶ "¿Cómo suelen resolverse los conflictos?"
- ▶ "¿Qué les funciona?"
- ▶ "¿Qué no les funciona?"
- ▶ "Cuando \_\_\_\_ hace \_\_\_\_ qué hace \_\_\_\_ ?"
- ▶ "¿Qué fue lo que condujo a los problemas recientes?"
- ▶ "¿Qué objetivos tienen cada uno de ustedes para la terapia?"

23

23

## Evaluación de necesidades inmediatas



Pregunte sobre:

- ▶ Escuela
- ▶ La corte
- ▶ Salud
- ▶ Situación de vida
- ▶ Empleos
- ▶ Situación financiera
- ▶ Apoyo social

24

24

## Marco relacional

Utilice la información de evaluación para crear un **marco relacional**: entender el comportamiento de uno como factor que da y recibe influencia de los otros

- ▶ Empatizar con la experiencia de cada cliente
- ▶ Fomentar la toma de perspectiva
- ▶ Pasar de la comprensión intrapersonal a la interpersonal y sistémica del problema
- ▶ Reformular / reetiquetar eventos e interacciones sistémicamente
- ▶ Utilizar preguntas e interpretaciones relacionales

25

25

## ¡Observemos!



### Marco relacional

Observe el juego de roles y piense:

- ▶ ¿Qué preguntas de evaluación haría usted?
- ▶ ¿Se puede aventurar uno o más marcos relacionales? ¿Cuáles podrían ser?
- ▶ ¿Cómo presentaría estos marcos relacionales?

26

26

## Cuándo mencionar el uso de alcohol o drogas a la familia

¿Cuándo lo mencionaría? ¿Cómo lo mencionaría?

- ▶ "Hemos hablado mucho sobre los problemas de su hijo en la escuela. Me pregunto si estos problemas están relacionados con otros, como el consumo de alcohol u otras sustancias.
- ▶ "Noté que el tema del uso de sustancias no se ha discutido. ¿Estamos evitando ese asunto? Me pregunto si es difícil hablar de eso."

27

27

Fase 3  
Crear un contexto  
motivador para el  
cambio

28

## Cree un contexto motivador para el cambio

**Recuerde, es más probable que cree un contexto para el cambio si:**

- ▶ Le da la vuelta a la resistencia
- ▶ Ve el intento positivo de cada persona
- ▶ Crea un ambiente seguro
- ▶ Introduce un marco relacional
- ▶ Se presenta como un profesional respetuoso, competente y activo
- ▶ Aborda cuestiones importantes para la familia
- ▶ Estimula la esperanza ¡y tiene esperanza usted mismo!

29

29

## El poder de la esperanza

**No subestime el poder de la esperanza:**

- ▶ "Trabajaremos en esto juntos. Esta terapia ha ayudado a muchas familias con batallas similares".
- ▶ "Si están cansados de que las cosas sigan como están, no tienen por qué seguir igual. No me voy a dar por vencido/a con ustedes y no quiero que ustedes se den por vencidos. Es un paso a la vez, pero será en la dirección correcta".
- ▶ ¿Qué más puede decir para estimular la esperanza?



30


30



31

**Fase 4: Intervenciones de terapia familiar**

1. Intervenir para romper los ciclos negativos de comportamiento
2. Representaciones
3. Resolución de problemas
4. Habilidades de comunicación entre hablante-oyente



32

32



## Fase 4: intervenciones de terapia familiar (cont.)

5. Otras habilidades útiles
  - Sobrellevar la urgencia
  - Hacer algo diferente
  - Habilidades de rechazo de drogas/alcohol
  - Contrato de contingencia
6. Ideas de refuerzo desde el enfoque de refuerzo de la comunidad adolescente (ACRA, por sus siglas en inglés)
7. Asignaciones de terapia externa para cambiar comportamientos y ciclos relacionales.

33

33

## Fase 4: Intervenciones de terapia familiar

### Romper los ciclos negativos de comportamiento



Esta foto de Autor Desconocido está bajo licencia de [CC BY-SA](#)

34

34

## Romper ciclos negativos de comportamiento

El terapeuta debe ayudar a los miembros de la familia a:

- ▶ Ver las intenciones positivas detrás de sus palabras de enojo
- ▶ Encontrar los sentimientos más vulnerables más allá de estar "enojado", por ejemplo, sentirse herido, asustado, preocupado, solo, rechazado, etc.
- ▶ Planificar y realizar una actividad gratificante compartida
- ▶ Valorar cuando el padre/madre / hijo/a / hermano/a hagan algo agradable
  
- ▶ ¿Pueden pensar en más formas de romper un ciclo negativo?

35

35

## ¡Observemos y practiquemos!



### Romper ciclos negativos de comportamiento

- ▶ ¿Qué estrategia usa el terapeuta?
- ▶ ¿Pueden pensar en más formas de romper un ciclo negativo?

36

36

## Fase 4: Intervenciones de terapia familiar

### Representación

La representación se refiere a intervenciones iniciadas por el terapeuta que cambian las interacciones familiares.



37

37

## Ejemplo de video

### Jake y su mamá exploran el dilema



38

## Fase 4: Intervenciones de la terapia familiar



### Resolución de problemas

- ▶ Defina el problema
- ▶ Enliste las soluciones
- ▶ Clasifique las soluciones
- ▶ Elija una
- ▶ Pruébela
- ▶ Revise la solución de ser necesario

39

39

## Fase 4: Intervenciones de terapia familiar



### Habilidades de comunicación hablante-oyente

#### Pasos:

1. Indique a un miembro de la familia que hable con claridad y sin enojo a otro miembro sobre lo que quiere que la persona entienda
2. Pídale al otro miembro que repita la esencia de lo que se dijo
3. Confirme la comprensión

40

40

## ¡Observemos!



### Habilidades de comunicación hablante-oyente

- ▶ ¿Cómo hace el terapeuta que las voces de todos los miembros de la familia sean escuchadas?
- ▶ ¿De qué manera el terapeuta mejora la comprensión de las perspectivas de los demás?
- ▶ ¿Qué más observó?

41

41

## Aprender habilidades útiles: sobrellevar la urgencia

### Las ansias suben y bajan como las olas

Si puedes aguantar la ola durante 20 minutos, es probable que después las ansias se hayan disipado por sí solas.  
Estrategias:

- ▶ Retrasar y distraer por 20 minutos
- ▶ Respirar profundo
- ▶ Desafiar los pensamientos catastróficos
- ▶ Beber un vaso de agua
- ▶ Llamar a una persona de apoyo



42

42

## Preguntar al joven sobre las ansias



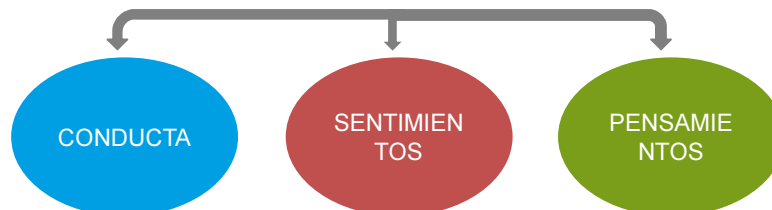
- ▶ ¿A veces sientes que quieres volver a tomar drogas?
- ▶ ¿Qué haces entonces?
- ▶ ¿Qué ha funcionado?
- ▶ ¿Cómo son las ansias para ti?
- ▶ ¿Qué tan molesto estás por eso?
- ▶ ¿Cuánto duran las ansias?

43

43

## Pida al joven que lleve un diario de las ansias

- ▶ Lleva un registro de cada episodio de ansias durante la semana
- ▶ Resume cada episodio de ansias en términos de:



- ▶ Luego, planifica cómo abordar cada uno: Eliminar las señales, hacer respiración profunda, distracción, relajación, desafío con una conversación positiva conmigo mismo, etc. Al hacer esto, usted y el joven están desarrollando un plan concreto para manejar el próximo episodio de ansias.

44

44

## Enseñar habilidades de rechazo de drogas/bebida

**Muchas personas con trastornos por uso de sustancias recaen como resultado de la presión social**

- ▶ Se pueden aprender habilidades de rechazo
- ▶ ¿Cómo?

45

45

## ¡Practiquemos!



**Habilidades de rechazo de drogas/bebida**



46

46

## Resolución de problemas: contratación de contingencia

### La negociación como forma de resolución de conflictos

#### Problemas potenciales:

- ▶ Útil cuando se necesita una herramienta inmediata, cuando la comunicación es deficiente, cuando los problemas son específicos y de comportamiento
- ▶ Todas las partes reciben algo que desean. El hijo lava los platos, los padres permiten que el hijo se quede despierto hasta tarde.

47

47

## Resolución de problemas: contratación de contingencia

### La negociación como forma de resolución de conflictos

#### Recomendaciones para el contrato:

- ▶ Conductualmente específico
- ▶ El comportamiento debe poder ser monitorizado
- ▶ Solicitud razonable (tasa de asistencia del 80% para chicos habitualmente ausentes)
- ▶ El contrato es cambiante (los padres dictatoriales y los padres rígidamente autoritarios no son buenos candidatos).

48

48



## Centrarse en la resolución de problemas: Contratación de contingencias

### Ejemplo de contrato

*Este contrato es entre <nombre del hijo> y sus padres.  
<nombre del hijo> acuerda estar a tiempo en casa para cenar al menos cuatro días de la semana.*

*Cada día que <nombre del hijo> llegue a casa a tiempo para la cena, gana una hora de videojuegos o televisión (u otra recompensa atractiva y apropiada para el hijo y / o la familia). Si se alcanzan los cuatro días de la semana, los padres llevarán al hijo al cine o llevarán al hijo y a sus amigos <otra recompensa>. Este contrato será reevaluado en un mes.*

*Firmado: <Nombre del hijo> Firmado: <Nombre del padre/madre>*

49

49

## Reforzar el cambio de comportamiento

- ▶ Alcanzar objetivos con refuerzos externos adicionales
- ▶ Enseñar habilidades de comunicación y resolución de problemas
- ▶ Introducir actividades sociales y recreativas
- ▶ Usar la Escala de Felicidad para identificar otros objetivos de vida



50

50

## Escala de Felicidad de ACRA

### Happiness Scale

Name: \_\_\_\_\_ Adolescent ID: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

This scale is intended to estimate your *current* happiness with your life in each of the 16 areas listed below. You are to circle one of the numbers (1 to 10) beside each area. Numbers toward the left side of the 10-unit scale indicate various degrees of unhappiness, whereas numbers toward the right side of the scale reflect increasing levels of happiness. Ask yourself this question as you rate each area of life: "How happy am I today with this area of my life?" In other words, state according to the numerical scale (1 to 10) exactly how you feel today. Try to exclude yesterday's feelings and concentrate only on today's feelings in each of the life areas. Also, try *not* to allow one category to influence the results of the other categories.

	Completely Unhappy	Completely Happy
1. Marijuana use/nonuse	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
2. Alcohol use/nonuse	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
3. Other drug use/nonuse	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
4. Relationship with boyfriend or girlfriend	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
5. Relationships with friends	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
6. Relationships with parents or caregivers	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
7. School	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
8. Social activities	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
9. Recreational activities	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	

51

51

## Plan de tratamiento / objetivos de asesoramiento

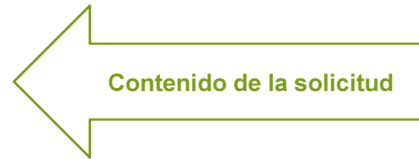
- ▶ Use la HS de ACRA para seleccionar la categoría de objetivo
- ▶ Establezca un objetivo / estrategia utilizando los lineamientos "SMART"
- ▶ En general, establezca objetivos a corto plazo que estén programados para completarse (en consistencia con los reforzadores)
- ▶ Desarrolle una estrategia semanal paso a paso para alcanzar cada objetivo (tarea)
- ▶ Asignación de tarea: verificar el progreso de los objetivos

52

52

## Componentes de comunicación positiva de ACRA: para hacer una solicitud...

- ▶ Ser breve
- ▶ Ser positivo
- ▶ Ser específico y claro



- ▶ Etiquetar su sentimiento: "Me siento \_\_\_"
- ▶ Ofrecer una declaración de comprensión
- ▶ Aceptar responsabilidad parcial
- ▶ Ofrecer ayuda

Aumentar la probabilidad de conseguir un "Si"

53

53

## Asesoramiento social / recreativo de ACRA

- ▶ Discutir la importancia de una vida social / recreativa saludable.
- ▶ Identificar áreas de interés

Con dinero /  
Con otros

Con dinero /  
Sin otros

Sin dinero /  
Con otros

Sin dinero /  
Sin otros

54

54

## ¡Practicemos!



### Escala de Felicidad

- ▶ Complete la Escala de Felicidad en nombre de otra persona o de usted mismo
- ▶ Discuta con su colega los resultados y las diferentes formas de usar esta escala en su trabajo

55

55

## Refuerzo comunitario y capacitación familiar

Los padres pueden recibir capacitación para motivar a los jóvenes a buscar tratamiento mediante la enseñanza de cómo:

- ▶ Utilizar la gestión de contingencias y otras estrategias para reforzar los comportamientos de no consumo de los jóvenes y para extinguir el uso de drogas.
- ▶ Comunicarse de manera efectiva y participar en habilidades para resolver problemas
- ▶ Planificar actividades que compitan con el uso de drogas de los jóvenes
- ▶ Los padres también aprenden reducción de estrés y autocuidado
- ▶ El terapeuta inicia el tratamiento con el joven cuando éste está listo.

56

56

## Actividades externas: "tarea"

### Objetivo: ayudar a las familias a aplicar las habilidades de la terapia en su vida diaria

#### Ejemplos de posibles actividades externas:

- La familia se sentará junta a cenar. También se puede asignar de qué hablar.
- El padre debe preguntarle a la hija sobre su día al volver de la escuela
- Se pueden planificar actividades en las que la familia participe (por ejemplo, una película, pescar, ir de compras)
- El joven perseguirá un interés en la escuela
- Después de la escuela, el joven dejará una nota identificando dónde está, un número de teléfono y la hora de regreso.

57

57

## Actividades externas

### ¿Cómo hacer que sea más probable que la familia realmente haga las actividades?

- ▶ Idealmente, la familia debería ser parte de la decisión de la tarea.
- ▶ La tarea debe proporcionar alivio o placer a todos los involucrados
- ▶ Todos deben estar de acuerdo en que se puede lograr y tendrá beneficios mutuos
- ▶ Haga que los miembros de la familia expliquen la tarea
- ▶ Haga que sea sencilla
- ▶ Lleve un registro de la tarea y dígame a la familia que les preguntará en la próxima sesión

58

58

## ¡Vamos a discutirlo!



### Actividades externas

- ▶ ¿Qué sucede si la familia no sigue ni completa la tarea?
- ▶ ¿Cómo podría evitar que esto suceda?

59

59

## Si decide reunirse de manera individual con miembros de la familia

### Hágalo con respeto para todos

- ▶ Explique su motivo
- ▶ Hágales saber que no se pondrá del lado de una persona contra otra
- ▶ Solicite permiso de todos los miembros de la familia
- ▶ Si un miembro de la familia no se siente cómodo con las reuniones individuales, respete sus deseos



60

60

## Intente algo diferente



**"Si no funciona, no lo vuelva a hacer, ¡haga algo diferente!"**

*Berg y Miller*

La terapia estratégica es una forma de terapia de interacción porque no se centra en las causas de raíz de los problemas del cliente, sino que trata de **aumentar la competencia y desarrollar habilidades de resolución de problemas** que ayudarán al cliente en sus interacciones

61

61



**Fase 5  
Terminación**

62

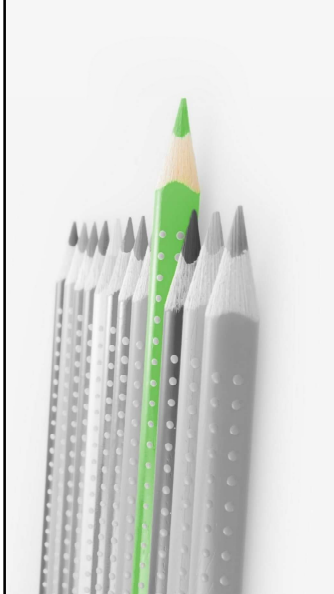
## Fase 5: Terminación

- ▶ A medida que se acerca la terminación, pregunte sobre los cambios que han observado y a qué deben seguir prestando atención.
- ▶ ¿Qué les gustó y qué no les gustó? ¿Qué fue lo más útil?
- ▶ ¿Cómo sabrán cuando necesiten ayuda nuevamente?
- ▶ Asegúrese de que la familia esté conectada a los apoyos continuos de la comunidad según sea necesario
- ▶ ¿Otros?

63

63

## Puntos para recordar




- ▶ Cinco fases de la terapia familiar:
  - Compromiso
  - Evaluación de la familia
  - Crear motivación para el cambio
  - Intervenciones primarias de terapia familiar
  - Terminación
- ▶ Algunas posibles intervenciones de terapia familiar:
  - Romper ciclos negativos de comportamiento
  - Representaciones
  - Resolución de problemas
  - Habilidades de comunicación hablante-oyente
  - Asignaciones de terapia externas
  - Escala de Felicidad

64

64



## Reflexiones del final del taller



- ▶ ¿Qué fue lo más significativo para ustedes hoy?
- ▶ ¿Qué se llevarán con ustedes?
- ▶ ¿Qué fue lo que disfrutaron más?
- ▶ ¿Cómo usarán esta información?
- ▶ ¿Qué habilidades creen que comenzarán a practicar en su trabajo?

65

65

¡Gracias por su tiempo!  
Fin del Taller 3



Treatnet

66