

**CURSO TALLER**

# **TERAPIA DE PAREJA** **EN CASOS DE SEPARACIÓN** **UNILATERAL**

*INICIO 09 DE ABRIL*



# INTRODUCCIÓN

La terapia de pareja se enfrenta a una situación particularmente compleja cuando la decisión de separación es unilateral. Una de las partes, por razones que pueden ser variadas y profundas, decide poner fin a la relación, generando una crisis que impacta significativamente en ambos miembros de la pareja. Este escenario requiere del psicólogo una sensibilidad especial, un conocimiento profundo de las dinámicas familiares y un conjunto de herramientas específicas para gestionar las emociones intensas y los conflictos que inevitablemente surgen.

El impacto emocional de una decisión unilateral de separación es considerable. La persona que inicia la separación puede experimentar una mezcla de emociones, desde la culpa y la incertidumbre hasta el alivio y la liberación. Por otro lado, la pareja que no ha tomado la decisión puede experimentar shock, negación, ira, tristeza, confusión y un profundo dolor emocional. El rol del terapeuta es fundamental en este punto, proporcionando un espacio seguro donde cada individuo pueda procesar sus sentimientos y comprender las razones que subyacen a la decisión, sin juicios ni presiones.

La intervención terapéutica en estos casos debe ser cuidadosamente adaptada a las necesidades individuales de cada miembro de la pareja. Es crucial establecer una buena alianza terapéutica con ambos, reconociendo la validez de sus experiencias y emociones, incluso cuando son opuestas. El psicólogo debe actuar como mediador, facilitando una comunicación abierta y honesta, aunque la tarea sea difícil. Se busca ayudar a la pareja a comprender las dinámicas de comunicación disfuncional que pueden haber contribuido a la crisis, promoviendo un diálogo constructivo que permita la expresión de necesidades y la resolución de conflictos pendientes.

Sin embargo, es importante reconocer que la separación puede ser la mejor opción para el bienestar de ambos, y el psicólogo debe estar preparado para apoyar este proceso. El objetivo no es forzar la reconciliación, sino guiar a la pareja hacia una resolución, ya sea la reconstrucción de la relación o una separación respetuosa y saludable. La ética profesional juega un papel fundamental, manteniendo una postura neutral y respetando la autonomía de cada individuo. En este contexto, la supervisión clínica es crucial para el bienestar del propio terapeuta, dado el alto nivel de carga emocional que implica este tipo de intervenciones.

## DIRIGIDO A :

Estudiantes y profesionales de la carrera de psicología, psiquiatría y público interesado en el tema.

## CERTIFICACIÓN :

Al finalizar el curso-taller, usted recibirá un certificado por :

**100 Horas Académicas**

## PROGRAMACIÓN :

### FECHAS :

09, 16 y 23 de abril.

### HORARIO :

07:00 pm – 09:00 pm

**El Salvador / Costa Rica**

08:00 pm – 10:00 pm

**Perú / Ecuador / Colombia**

### MODALIDAD :

Virtual (transmisión en vivo por la plataforma de Zoom).

## NUESTRA DOCENTE

*Psic. Ibeth Luján*



Psicóloga clínica licenciada por la Universidad Nacional Federico Villarreal (UNFV), con especialidad en psicoterapia sistémica por el Instituto del Padre y de la Madre (IPAMA). Cuenta con estudios y capacitaciones realizados en la Red Peruana de Masculinidades, Centro de la Mujer- Flora Tristán, Centro Gestáltico del Perú y el Instituto de Educación y Salud - CEPSESEX.

Ha formado parte del staff profesional de diversas instituciones reconocidas a nivel nacional como Colegios Trilce, Toulouse Lautrec, Instituto Avansys, Instituto Asociación de Exportadores - ADEX, Escuela de Negocios Zegel,.

Además, cuenta con experiencia en elaboración y ejecución de procesos para evaluación, seguimiento y consejería psicológica, así como en diseño y desarrollo de talleres a nivel clínico y educativo. Su amplia trayectoria profesional la ha llevado a ser expositora en más de 14 regiones del país: Amazonas, San Martín, Huánuco, Ucayali, Junín, Ayacucho, Cusco, Puno, Tumbes, Cajamarca, Huancavelica, Piura y Lima. Además, ha dictado diversos talleres psicológicos y conferencias con relación al conocimiento de emociones, sexualidad y derechos LGTB.

## **SESIÓN 1: ¿QUÉ ES UNA PAREJA? - LAS CRISIS Y RETOS PREVIOS A UNA SEPARACIÓN?**

- Definición de pareja y tipos de relaciones:
  - Causas comunes de crisis en parejas.
  - Fases de la relación.
  - Señales de alerta .
  - Estrategias de prevención.

## **SESIÓN 2: ¿CÓMO ACOMPAÑAR LA DECISIÓN UNILATERAL DE SEPARACIÓN?**

- Entendiendo la decisión unilateral.
- El papel del apoyo emocional.
- Comunicación durante la separación.
- Manejo de expectativas durante la separación.
- Recursos y herramientas para la transición.

## **SESIÓN 3: IMPACTO EMOCIONAL DE LA SEPARACIÓN UNILATERAL: CÓMO ACOMPAÑAR A LA PARTE QUE NO DESEA SEPARARSE.**

- El proceso de duelo.
- Estrategias de autocuidado.
- La importancia de “la red de apoyo emocional”.
- Técnicas de gestión emocional.
- Reenfocando el futuro.