

BENEFICIOS DE LA TERAPIA FAMILIAR EN LA RECUPERACIÓN DE ADICCIONES



Mejora la comunicación y fortalece los lazos familiares

La comunicación abierta y sincera **es el cimiento** que fortalece los lazos familiares, creando un ambiente de confianza y apoyo en la recuperación



Rompe con la codependencia y patrones nocivos

Romper con la codependencia es dar espacio para el crecimiento individual, aprendiendo a **poner límites saludables** sin dejar de mostrar amor y apoyo.



Reduce las recaídas y mejora la adherencia al tratamiento

La familia, como red de apoyo sólida, juega un papel crucial en **reducir recaídas** y **mantener la motivación** para seguir adelante con el tratamiento



TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA

UN ENFOQUE EFECTIVO PARA LAS ADICCIONES



Terapia familiar sistémica (TFS)

Ve a la familia como un sistema crucial en la recuperación, no solo al individuo. Se enfoca en las dinámicas familiares y cómo afectan el bienestar y la recuperación.



Comunicación saludable

Se enseña a comunicarse de manera abierta y respetuosa.



Detectar patrones disfuncionales

Se identifican y cambian patrones dañinos (codependencia, falta de límites).



Fortalecimiento del apoyo y límites

Se refuerza el apoyo mutuo y se aprenden límites saludables para toda la familia.



Evaluación y ajuste

Se evalúa el progreso y se ajustan las metas si es necesario.

