Tipos de preguntas en Terapia de Pareja

La intención con las que hacemos las preguntas y la utilización que le damos a la manera en la que las parejas describen sus problemas, son el punto de referencia más sólido para intervenir, **- CADA PALABRA CUENTA EN SESIÓN -**

En esta guía basada en la Terapia Sistémica te presentamos 6 tipos de preguntas de acuerdo a su intención.

PREGUNTAS ABIERTAS

Ayudan a conocer la forma en la que la pareja interpreta lo que les sucede e intentan obtener respuestas que otorguen una cantidad de información abundante. Por ejemplo:

Terapeuta: ¿Cómo es que decidieron venir hoy a sesión?

Terapeuta: ¿Cuál sería la situación que más les preocupa como pareja?

PREGUNTAS CERRADAS

Tienen la intención de obtener respuestas cortas y en terapia de pareja se utilizan principalmente para definir el estatus relacional de la pareja. Por ejemplo:

Terapeuta: ¿Ustedes todavía se quieren? R= Sí o No

Terapeuta: ¿Si no tuvieran hijos seguirían adelante con esta relación? R= Sí o no

PREGUNTAS LINEALES

Se utilizan para interrogar de manera directa, se llaman lineales porque la información viaja en una sola dirección, del cliente hacia el terapeuta. Por ejemplo:

Terapeuta: ¿Cuál es el principal problema que ustedes tienen como pareja?

Terapeuta: ¿Cómo les gustaría utilizar la sesión del día de hoy?

PREGUNTAS CIRCULARES

Son de gran relevancia para la terapia de pareja porque permiten observar la perspectiva que una persona tiene acerca del mensaje de la otra persona. Por ejemplo:

Ella: Siento que mi marido ya no me quiere.
Terapeuta: **¿Qué opinas de lo que dice tu esposa?**
´Él: Yo todavía la quiero, pero ojalá me entendiera mejor.
Terapeuta: **¿Qué opinas de que tu esposa dice que todavía te quiere y que desea que lo entiendas mejor?**

PREGUNTAS PRESUPOSICIONALES

Este tipo de preguntas requieren el uso cuidadoso del lenguaje ya que pretenden influir en las percepciones y respuestas de los clientes dirigiéndolos habitualmente hacia las excepciones al problema. Por ejemplo:

T: ¿Qué cosas diferentes van a estar sucediendo ahora que su relación mejore?

La pregunta da por hecho que la relación va a mejorar y que van a estar sucediendo cosas diferentes.

PREGUNTAS DECONSTRUCTIVAS

Tienen la intención de revelar cómo se ha construido un significado a lo largo del tiempo en la vida de las parejas, con la finalidad de co-construir posteriormente significados de mayor relevancia o utilidad. Por ejemplo:

T: ¿Cómo llegaste a pensar que los amigos de tu esposa eran un problema en la relación?

T: Cómo es que el verte bella para tu marido se volvió tan importante?