

RESUMEN DE LA PSICOTERAPIA

Dr. Msc. Yoder Rivadeneira Díaz

Abril-agosto 2020

Doctor, necesito contención, apoyo,
aprobación, comprensión, diálogo,
amigos...¿que me aconseja?

abra un perfil
en FACEBOOK.



REVISTA ANESTESIA

JUNIOR

¿Qué es la psicoterapia?

La psicoterapia es un proceso de ayuda en el que un individuo, una pareja o una familia se deciden trabajar con un psicoterapeuta para confrontar sus dificultades y mejorar su manera de vivir, sentir y actuar. La psicoterapia ayuda a cambiar pensamientos, conductas y sentimientos con el objetivo de reducir el malestar innecesario o de aumentar el bienestar y la calidad de vida de los pacientes

DEFINICIÓN



Yates la define *"como el tratamiento de desórdenes psíquicos o mentales mediante el empleo de influencias mentales"*

Por su parte, Eysenck la define como *"el intento de alterar el comportamiento y la emoción humanos en una forma benéfica, de acuerdo a las leyes del aprendizaje"*.

Sluchevski, manifiesta, *"La psicoterapia es el conjunto de las más variadas medidas de acción terapéutica que tienen por objeto influir por medio de la palabra sobre la actividad de la corteza. Su importancia se deriva de que en toda enfermedad, no solamente psíquica, sino también somática, siempre cumplen un gran papel los componentes psicógenos; en unos casos éstos son los principales, en otros son complementarios."*

¿QUÉ ES PSICOTERAPIA?

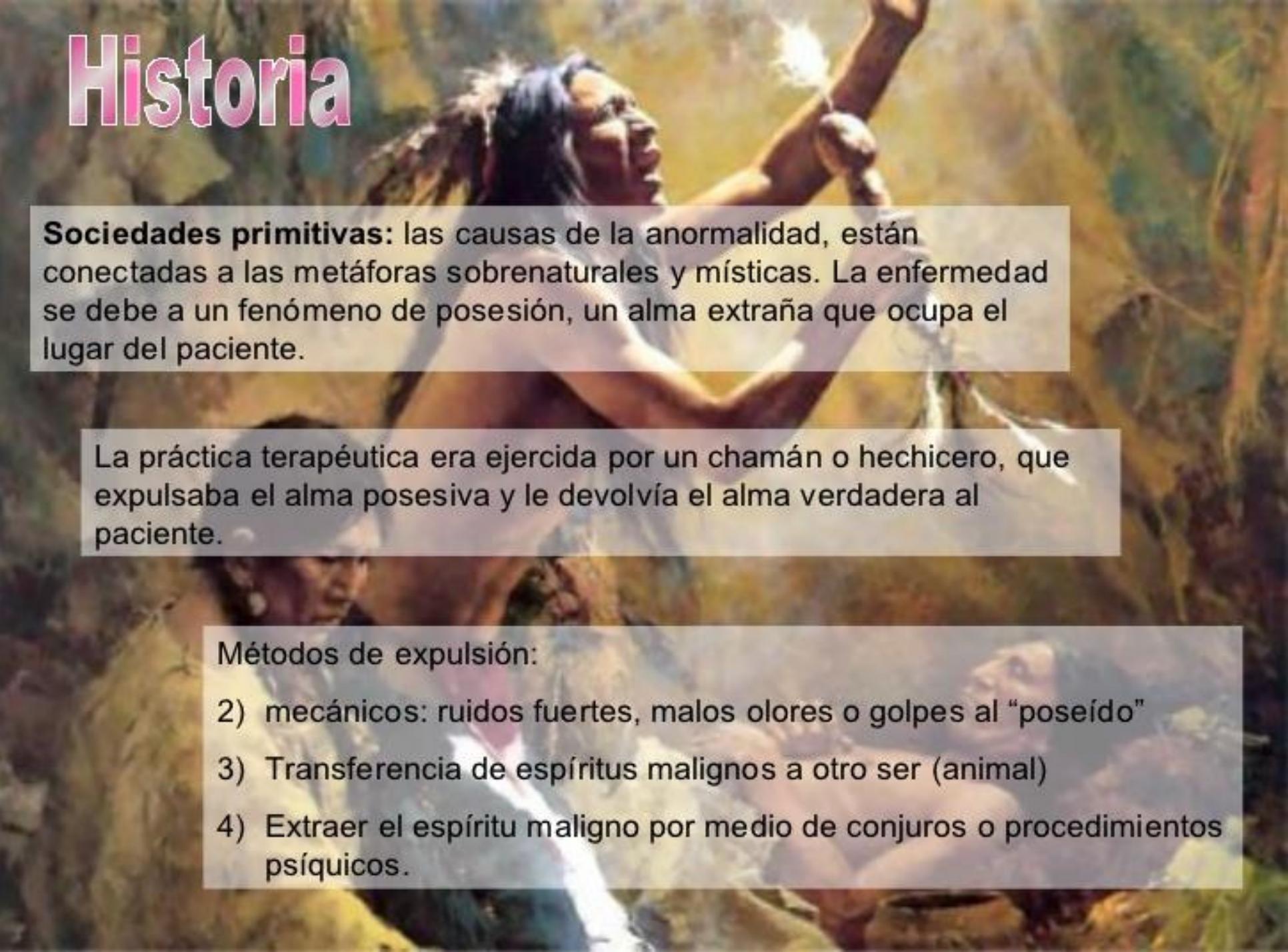
1. Es un tipo de tratamiento para problemas de índole emocional.
2. Utiliza medios psicológicos privilegiando el lenguaje.
3. Es un tratamiento contractual.
4. Su objetivo es que el paciente obtenga: un beneficio, mayor madurez, desarrollo personal de sus potencialidades y mejor adaptación.
5. La persona que imparte la psicoterapia está entrenada y capacitada. No es suficiente el sentido común aunque nunca se descuida.
6. El propósito técnico es remover, retardar, retirar síntomas psicológicos.





- ✦ Las raíces de la psicoterapia se remontan hasta diferentes tipos de saberes desarrollados en la cultura occidental y procedentes de la magia, la medicina, la filosofía y la religión.
- ✦ Todas estas actividades se refirieren al hecho de que la vida humana es inherentemente problemática. El hombre se ve enfrentado a vivir consigo mismo y con los demás. Esta convivencia subjetiva y relacional genera problemas que suele ser clasificados como conducta anormal o desviadas socialmente

Historia

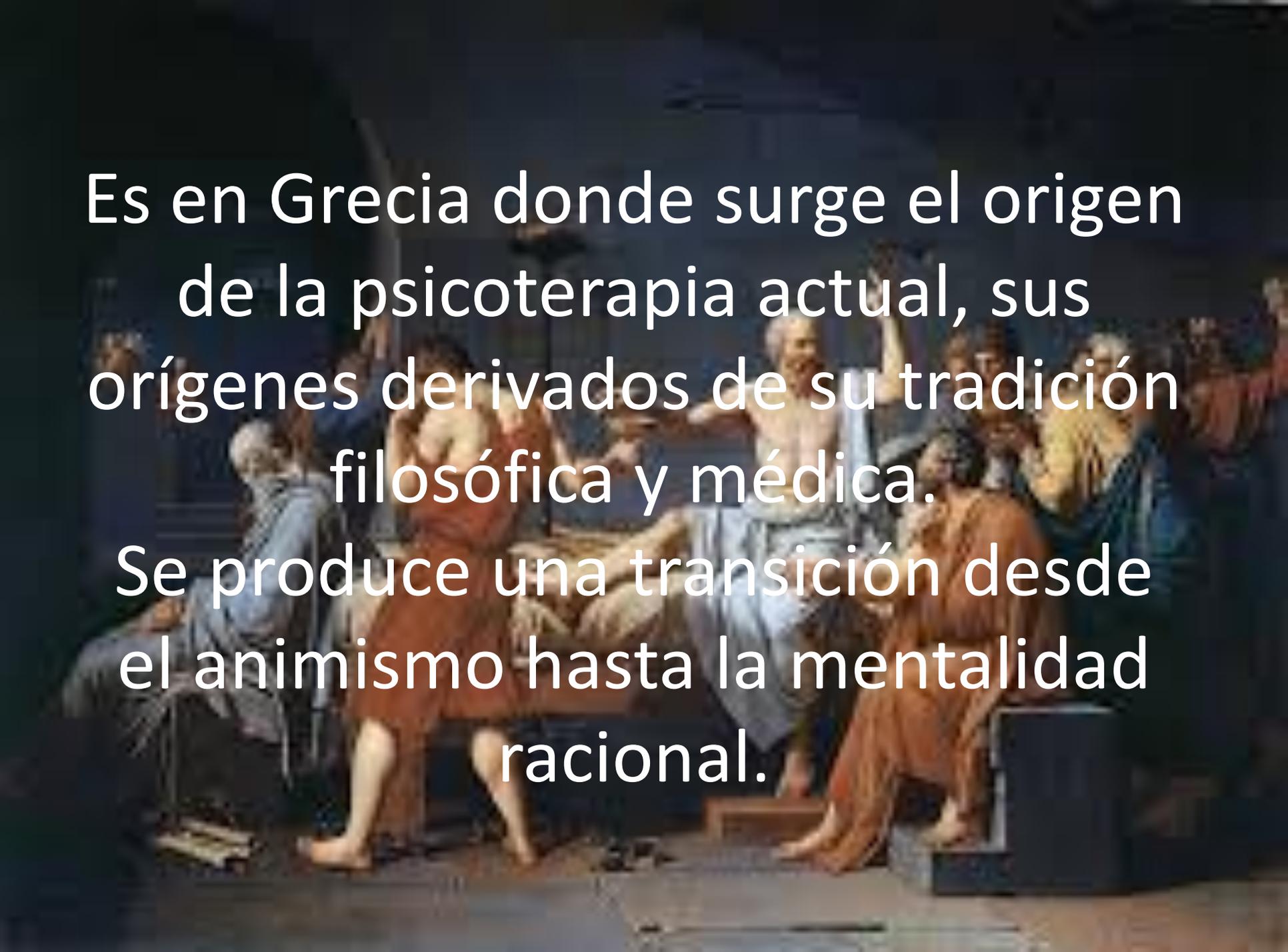


Sociedades primitivas: las causas de la anormalidad, están conectadas a las metáforas sobrenaturales y místicas. La enfermedad se debe a un fenómeno de posesión, un alma extraña que ocupa el lugar del paciente.

La práctica terapéutica era ejercida por un chamán o hechicero, que expulsaba el alma posesiva y le devolvía el alma verdadera al paciente.

Métodos de expulsión:

- 2) mecánicos: ruidos fuertes, malos olores o golpes al "poseído"
- 3) Transferencia de espíritus malignos a otro ser (animal)
- 4) Extraer el espíritu maligno por medio de conjuros o procedimientos psíquicos.



Es en Grecia donde surge el origen de la psicoterapia actual, sus orígenes derivados de su tradición filosófica y médica.

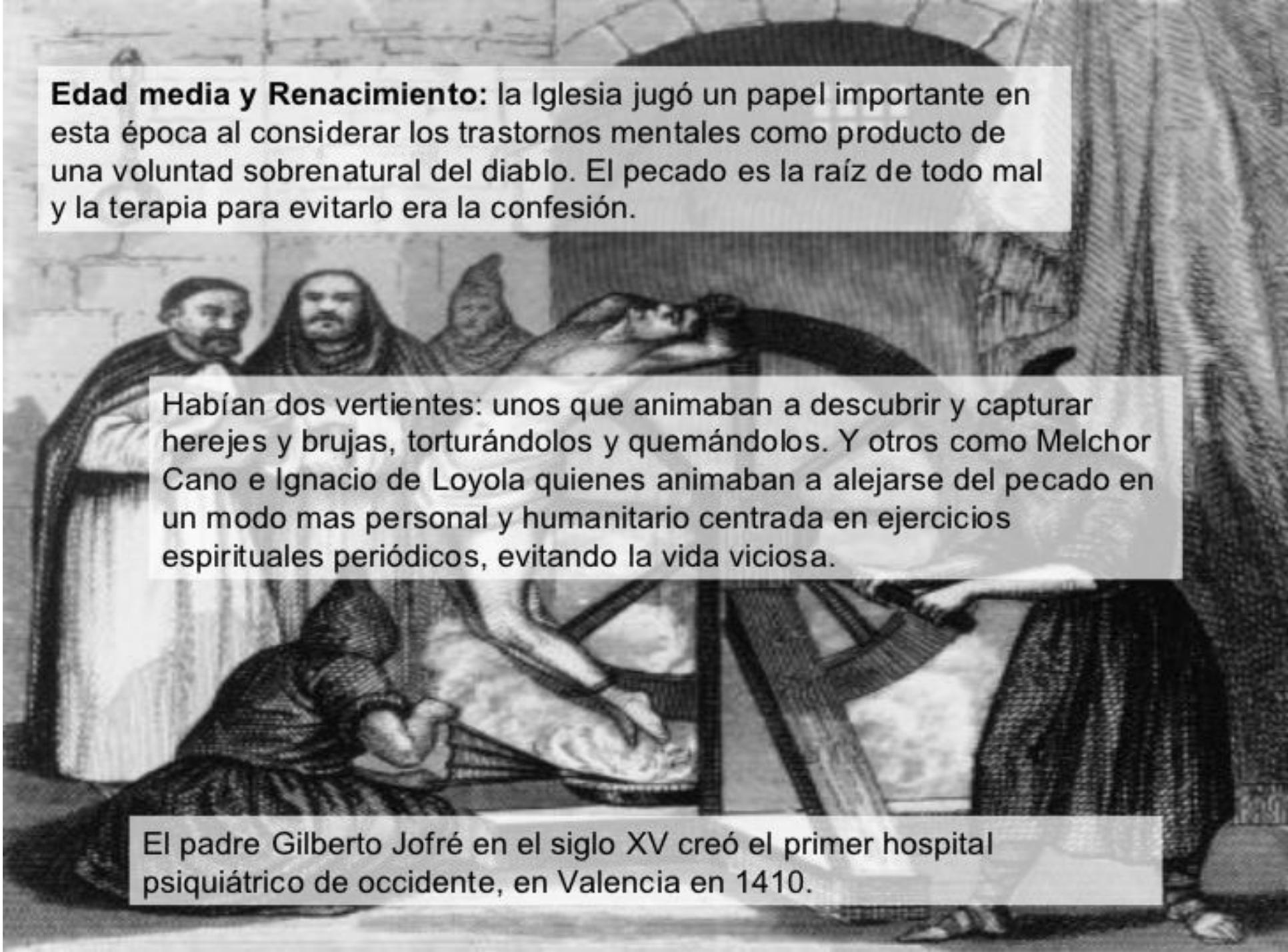
Se produce una transición desde el animismo hasta la mentalidad racional.

Aristóteles: se refiere a los distintos usos de la palabra, que se usaba en Grecia para fines curativos. Se refiere a la palabra persuasiva como ensalmo. Proponía la doctrina de la virtud, la cual era el medio de establecer términos justos entre dos extremos viciosos.

Método: se modificaban las falsas opiniones mediante ejercicios escritos o verbales de meditación y concentración.

Hipócrates: atribuye causas naturales a las enfermedades. Postula 4 diferentes humores (sangre, flema, bilis amarilla y bilis negra) que se localizan en determinados órganos (corazón, cerebro, hígado y bazo) y a su vez se asocian a temperamentos específicos (sanguíneo, flemático, colérico y melancólico). La enfermedad se producía por el desequilibrio de estos humores.

Galeno: Dividió las causas de las enfermedades en orgánicas y mentales y dentro de éstas señalaba las lesiones de cabeza, los excesos de alcohol, temores, cambios en la adolescencia, menstruación, problemas económicos y amorosos.



Edad media y Renacimiento: la Iglesia jugó un papel importante en esta época al considerar los trastornos mentales como producto de una voluntad sobrenatural del diablo. El pecado es la raíz de todo mal y la terapia para evitarlo era la confesión.

Habían dos vertientes: unos que animaban a descubrir y capturar herejes y brujas, torturándolos y quemándolos. Y otros como Melchor Cano e Ignacio de Loyola quienes animaban a alejarse del pecado en un modo mas personal y humanitario centrada en ejercicios espirituales periódicos, evitando la vida viciosa.

El padre Gilberto Jofré en el siglo XV creó el primer hospital psiquiátrico de occidente, en Valencia en 1410.

Siglo XVI al XVII: se apreció un enfoque más humanista y la visión demonológica fue desechada.

Luis Vives (1492-1540) defiende la causa de los pobres y marginados, incluso cuando ésta deriva de alguna demencia y resalta el papel de las emociones y sentimientos de los marginados.

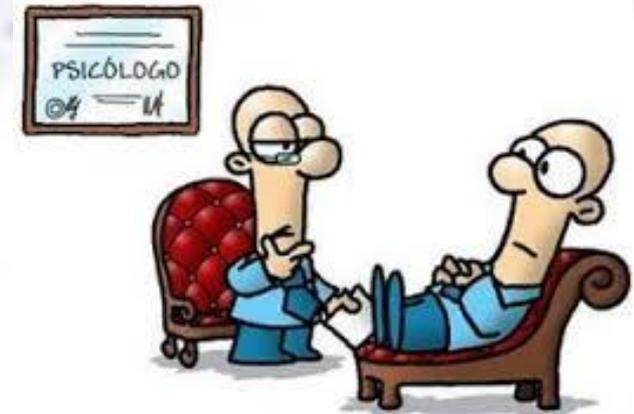
Parecelso (1493-1541) expuso que las enfermedades mentales eran de naturaleza no divina y que la influencia de los astros era la que producía el trastorno mental.

Thomas Sydenham (1624-1689) fue de los primeros en describir la neurosis y de afirmar que la histeria no estaba ligada solamente a las mujeres.

En el período de la Revolución Francesa, Pinel introduce el tratamiento moral que consistía en suponer que los problemas mentales derivaban de conflictos morales y animaba al personal de los hospitales a contactar con los problemas de los enfermos a través de actividades ocupacionales, respetando intereses particulares.

1853: El término **Psicoterapia** fue utilizado por primera vez por **Walter Cooper Dendy**.

1900: La **psicoterapia** tal como la hemos llegado a conocer actualmente, es desarrollada por el austriaco **Sigmund Freud**. Quién crea una escuela denominada psicoanálisis.



Luego aparecieron: **Alfred Adler** y a **Carl Jung** (cada uno de los cuales, finalmente, no estuvo de acuerdo con algunas de las teorías de Freud, se dividieron y fundaron sus propias escuelas de psicología.)

❑ ¿Cómo se desarrollo la Psicoterapia?

Sociedad Primitiva

- Expulsaban los espíritus

Periodo Medieval

- La voluntad divina o maligna.
- Principios de modelos médicos.

Época Moderna

- Aparición del Psicoanálisis

Hasta la actualidad

¿Algún familiar sufre
de enfermedades mentales?

¡NO! ¡Todos
parecen
disfrutarlas!



vedguz 0290

¿CUÁLES SON LAS CARACTERÍSTICAS DE LA PSICOTERAPIA?

- Una relación paciente-terapeuta basada en la confianza y la competencia.
- Un método terapéutico dirigido a la psique a través de la palabra.
- La comprensión de las comunicaciones del paciente desde el lenguaje verbal y no verbal.
- Un objetivo de cura con responsabilidad para ambas partes de la relación paciente-terapeuta.
- Una teoría que explique, fundamente y de coherencia interna a la técnica e intervenciones terapéutica.

Importancia de la Psicoterapia

Mtra. Viviana de los Ríos

1. Acuden personas capaces de detectar y reconocer que tienen conflictos y desean resolverlos.

2. Puede ser un espacio que favorezca la introspección, el análisis, el autoconocimiento y la auto-aceptación.

3. Se busca lograr un cambio de actitud frente a la vida, hacia uno mismo, los demás y nuestras circunstancias.

4. Es indispensable que la persona sea capaz de comprometerse a ser honesti consigo mismo.

5. Se busca reconocer aquellos que nos puede ayudar a cambiar o aceptar aquello que no podemos cambiar.



10. Puede favorecer a que la persona se plantee un proyecto de vida realista y viable.

9. Se debe reconocer la individualidad de cada persona, su entorno y contexto.

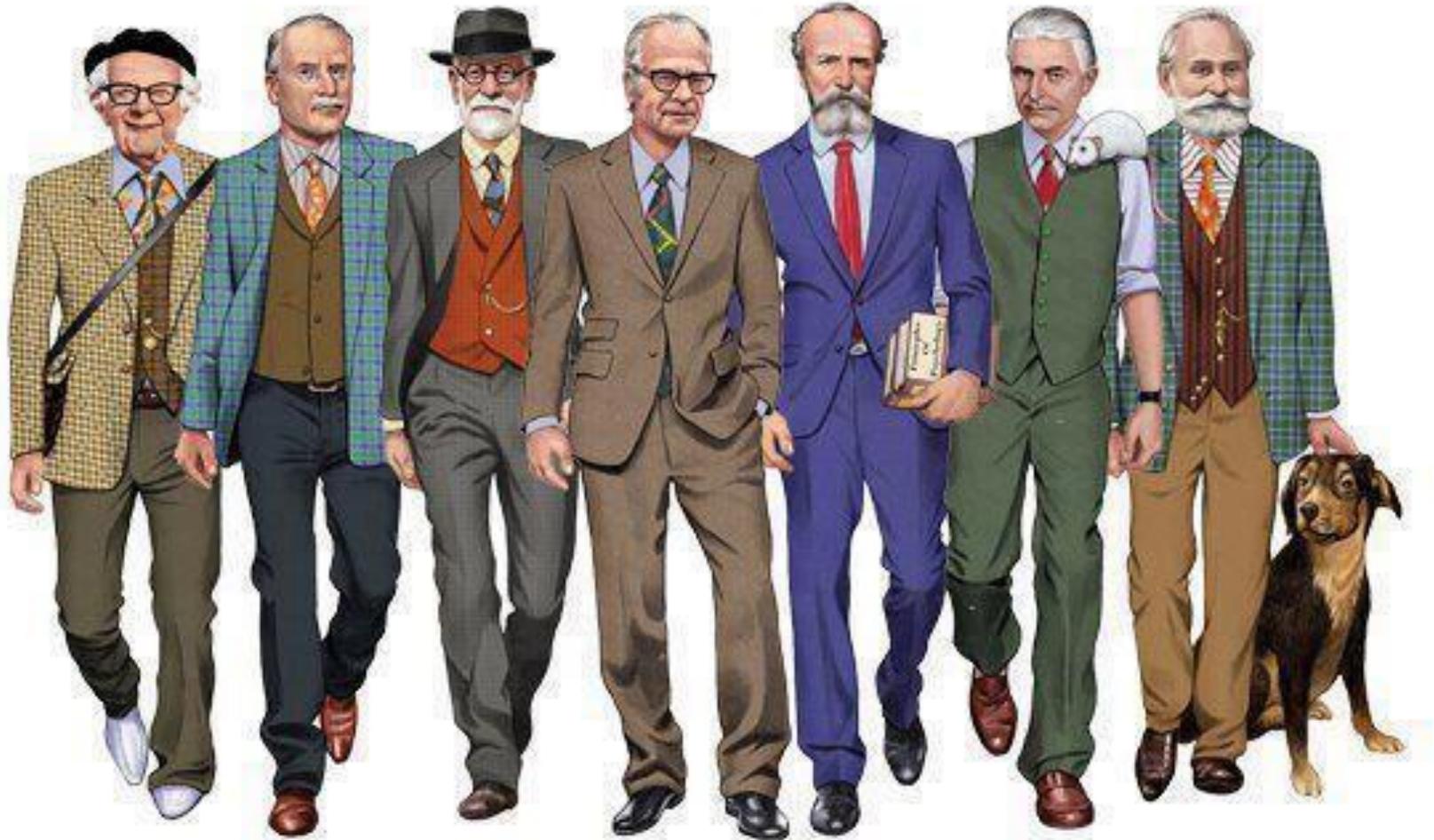
8. Se debe fomentar que la persona reconozca la responsabilidad que sólo ella tiene de su vida.

7. A través del diálogo, permite sacar a la luz aquello que no hemos logrado distinguir o reconocer siendo un punto ciego que puede afectar nuestra toma de decisiones.

6. Se fomenta que la persona acepte la posibilidad de experimentar conflictos, reduciendo la ansiedad.



DIVERSOS ENFOQUES TERAPÉUTICOS



Jean
Piaget

Carl
Jung

Sigmund
Freud

Burrhus
Skinner

William
James

John
Watson

Ivan
Pavlov

Tipos de psicoterapia:

- Psicodinámica

- Humanística / existencial

- Conductual

- Cognitiva

- Filosófica

- Sistémica / familiar

- De grupo

- Hipnoterapia

- Ecléctica / integrativa

CODIGO ETICO

- 1.- PRINCIPIOS GENERALES
- 2.-DEBERES DE LOS PSICOLOGOS CON LOS CLIENTES
- 3.-DEBERES DE LOS PSICOLOGOS CON LA PROFESION
- 4.- DEBERES DE LOS PSICOLOGOS CON LOS COLEGAS
- 5.- CUIDADO Y USO DE ANIMALES
- 6.-EJERCICIO LIBRE DE LA PROFESION
- 7.-DE LA INVESTIGACION
- 8.-DE LA DOCENCIA
- 9.- DE PRUEBAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACION
- 10- RELACIONES ENTRE COLEGAS

**NO HACE TERAPIA QUIEN
TIENE PROBLEMAS,
PROBLEMAS LOS TIENEN
TODAS LAS PERSONAS.
HACE TERAPIA
¡QUIEN
QUIERE RESOLVERLOS!**

ORIENTACION

- Procesos y procedimientos organizados para lograr una relación de ayuda
- Informar a uno de lo que ignora y desea saber
- Dirigir o encaminar hacia un fin determinado
- Se asocia al ambito educativo

PSICOTERAPIA

- El tratamiento por medios psicológicos, de problemas de naturaleza emocional en que una persona adiestrada establece una relación profesional con un paciente con el fin de: remover o modificar síntomas existentes, mediar en patrones trastornados de conducta y promover el crecimiento y desarrollo positivo de la personalidad.
- Las metas son remediativas

CONSEJERIA

- Es un servicio dentro de la orientación
- Relación confidencial en la cual un consejero utiliza sus conocimientos para ayudar al estudiante a resolver mejor aquellos problemas que habría normalmente de satisfacer menos adecuadamente sin ayuda de la consejería
- Prevenir algunos desordenes somáticos, emocionales.
- Las metas son preventivas

Diferencias



Psicólogo@

Un psicólogo ha estudiado la carrera universitaria de psicología y trata de enfocar las necesidades o dificultades psicológicas desde una comprensión vasta de la conducta humana, así como de los procesos mentales.

No todos los psicólogos se dedican al tratamiento individualizado de sus pacientes.

Podemos encontrar psicólogos de las organizaciones, psicólogos sociales.



Psicoterapeuta

Un psicoterapeuta debe contar con una especialización en psicoterapia cursada en un instituto privado

La psicoterapia es el conjunto de conocimientos, técnicas y métodos que usan los psicoterapeutas para ayudar a sus pacientes /clientes a descubrirse a sí mismos, a iniciar un proceso de reestructuración cognitiva y de hábitos para mejorar su calidad de vida y sus relaciones interpersonales.

Gracias

