

MATERIA:

Psicología general

DOCENTE:

Bella Raquel Lopez Garcia

ACTIVIDAD:

Cuadro informativo

PRESENTA:

Delci Patricia Perez Marcos

Licenciatura En Trabajo Social Y Gestión
Comunitaria

3 "B"

Frontera Comalapa, Chiapas 31 juLio 2020

Enfoque cognitivo

Concepto	Año de inicio	Postulados básicos		Objetivo
<p><u>La psicología cognitiva:</u> Se encarga de estudiar los procesos mentales internos, todo aquello que sucede en el interior de nuestro cerebro, incluyendo la percepción, el pensamiento, la memoria, la atención, el lenguaje, resolución de problemas y el aprendizaje.</p> <p><u>La “metáfora computacional de la mente” de la teoría cognitiva</u> Describe la mente humana como un procesador de información parecido a un ordenador, que analiza las operaciones funcionales de la mente y es capaz de elaborar sus hipótesis en función de los estímulos causales.</p>	<p>Albert Ellis presentó por primera vez su enfoque racional de terapia en la convención de 1957 de la Asociación Americana de Psicología.</p> <p style="text-align: center;">Aaron Beck estaba desarrollando su propio enfoque a la terapia.</p> <p style="text-align: center;">Beck descubrió que formando a las personas en terapia para aprender a analizar y poner a prueba sus pensamientos desadaptativos, sus actitudes y emociones mejoraban.</p> <p style="text-align: center;">Fodor y Garrett (1975) afirmaban que los sistemas neuronales parecen tener representaciones innatas que hacen referencia a la propiedad de pensar</p>	<p>-Se considera que la mente es un sistema de procesamiento de la información que trabaja de forma similar a como lo hace un ordenador.</p> <p><u>Aplicaciones de la Psicología Cognitiva:</u> proporcionar herramientas para mejorar la memoria, lo que ayuda a las personas a recuperarse tras una lesión cerebral y ofrece tratamientos eficaces para mejorar los trastornos del aprendizaje. Obtener una comprensión más profunda de cómo funciona el cerebro humano, sino que les permite desarrollar nuevas formas de ayudar a las personas a lidiar con dificultades psicológicas.</p> <p>Los psicólogos cognitivos se centran en un los pensamientos, las percepciones, los procesos de aprendizaje y la memoria.</p>	<p>-También trabajan sobre trastornos cognitivos que pueden crear malestar en varias áreas de la vida de un individuo. En ocasiones el (pensamiento negativo).</p> <p><u>-Psicología Cognitiva y Salud Mental</u> se han desarrollado nuevos enfoques de tratamiento para ayudar a tratar la depresión, ansiedad, fobias y otros trastornos psicológicos.</p>	<p><u>*La Terapia Cognitivo Conductual y la Terapia Racional Emotiva</u> son dos métodos en los que los clientes y los terapeutas se centran en las cogniciones subyacentes que contribuyen a la angustia psicológica los psicólogos pueden ayudar a los clientes a identificar las creencias irracionales y otras distorsiones cognitivas que están en conflicto con la realidad y luego ayudarles en sustitución de dichas ideas con las creencias más realistas y saludables.</p>

