

## **Ensayo: tipo de terapias**

*Alumno: José Roberto morales Hernández*

Catedrático: Lic. Bayron iram vidals camposeco

**Materia: supervisión de casos clínicos**

**Lic. En psicología**

¿CÓMO FUNCIONAN LOS TIPOS DE TERAPIA Y PARA QUE SON NECESARIOS?  
¿CUÁLES SON LOS CASOS A DONDE SE PUEDE APLICAR?

## INTRODUCCIÓN AL TRATAMIENTO PSICOPATOLÓGICA

En el siguiente ensayo se dará a conocer algunas de las terapias que se utilizan para resolver el problema de un paciente, para que la persona se sienta con armonía consigo mismo y con los demás, al asistir a terapia te permitirá conocer mejor y superar, por ejemplo una crisis existencial. Además nos ayuda con los problemas laborales, la terapia se lleva a cabo entre un profesional con la formación y las habilidades necesarias para facilitar el cambio psicológico, las siguientes terapias que serán analizadas son: terapia de somática, terapia de la depresión, terapia de la manía, terapia de la psicosis y terapia de la ansiedad.

La importancia de terapia somática es que ayuda al paciente a comprender y a favorecer una correcta armonía entre cuerpo, mente y emociones, también nos ayuda a tomar conciencia de diversas experiencias somáticas, la terapia somática puede ser aplicada en eventos traumáticos, problemas de estrés, ansiedad y depresión, las personas que sufren del trastorno somático se presenta cuando siente ansiedad extrema exagerada a causa de síntomas físicos, muchas veces tiene pensamientos, sensaciones y comportamientos tan intensos relacionados con los síntomas que siente que no puede hacer algunas actividades de su vida diaria.

Esta técnica fue desarrollada por el profesor de Berkeley Stanley Keleman en 1971 con una finalidad era “sanar los nudos físicos, emocionales y psicológicos derivados de los conflictos, vivencias y experiencias no resueltas”.

El modelo cognitivo de la depresión es para ayudar a personas que la presentan por diferentes motivos emocionales. El modelo cognitivo presenta tres conceptos específicos que son la triada cognitiva, los esquemas y los errores cognitivos. La triada cognitiva es el principio central de la teoría cognitiva de la depresión, ya que consiste en una visión negativa del propio individuo, el mundo y su futuro y que es el precursor inmediato de esa enfermedad. Los esquemas son representaciones mentales del ser y de experiencias anteriores. Con la triada cognitiva podemos identificar como se siente la persona, de sí mismo el paciente se ve torpe, desgraciado, enfermo con poca valía concluye que, el defecto es suyo y no tiene elementos para ser feliz, del mundo el paciente interpreta de forma negativa, el mundo le hace demandas exageradas sus relaciones de derrota y frustraciones, futuras el paciente anticipa dificultades o sufrimientos interminables.

La terapia de manía, es considerada como el trastorno de bipolaridad y la manía es una característica de esta. La bipolaridad es un trastorno crónico e incapacitante para muchas personas, además provoca un desequilibrio emocional que puede ir desde trastornos depresivos hasta episodios maníacos. Una persona con trastorno bipolar puede tener episodios maníacos, episodios depresivos o episodios mixtos, estos episodios anímicos o

de cambios en el estado de ánimo, ocasionando síntomas que duran una o dos semanas y a veces más. También uno de los síntomas de trastorno maniaco es el exceso de energía que tiene la persona, reducción como no dormir mucho y al otro día estar sin cansancio, entonces la bipolaridad se considera episodios de manía y la depresión.

La terapia de psicosis es tratada con la terapia del cognitivo conductual de la psicosis, se asienta a los principios del modelo de vulnerabilidad, intenta comprender como viven los pacientes con psicosis, estas personas pueden presentar algunos de los problemas desorganización en el pensamiento y en el habla, algunas creencias falsas de que no están basadas en la realidad (delirios) especialmente miedos o sospechas infundidas, ver, escuchar o sentir cosas que no existan (alucinaciones).

La terapia de ansiedad dice que es “el modo en que pienso afecta sobre el modo en que siento” esta es una afirmación de la teoría cognitiva y de la terapia de los trastornos emocionales. La persona no se da cuenta que lo piensa puede afectar su estado de ánimo.

#### Bibliografía

“Antología de casos clínicos UDS”