



PRESENTA: TERESA MAYBENI PINTO MARTINEZ

**CATEDRATICO: LIC. BAYRON IRAM VIDALS
CAMPOSECO**

NOMBRE DEL TRABAJO: ENSAYO

MATERIA: SUPERVISION DE CASOS CLINICOS

GRADO: 9° CUATRIMESTRE

GRUPO: A

**FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS A 12 DE
JULIO DEL 2020**

Tipos de Terapia

El ser humano es sin duda la creación más grande que ha existido a lo largo de los siglos desde que el planeta fue creado, su inmensidad y la habilidad de pensamiento que este tiene es una de las principales y más grandes pautas que ha dado al desarrollo de la vida y que ha sido la base principal para buscar y crear formas nuevas de solventar sus necesidades. Es tan grande las habilidades que poseemos que incluso es el mismo ser humano que ha dado la oportunidad al resto de la sociedad a que hoy en día tengamos una fuente de información bastante compleja y amplia que hace que podamos aprender todos los días algo nuevo de la vida y a conocer precisamente la vida del ser humano desde lo biológico hasta el más pequeño rincón que comprende cada parte del ser humano. Estamos hablando acerca del desarrollo de la tecnología que ha abierto muchas puertas al ser humano y es hoy en día una de las más principales fuentes de conocimiento que tenemos. Gracias a ella hoy gran parte que conocemos acerca de la vida biología y física del ser humano es porque el avance de las herramientas en tecnología han avanzado de tal manera que podemos ver la vida desde del vientre de una madre.

¿Pero que hay más allá de la vida física y biológica del ser humano? El ser humano comprende también una parte que no se ve, que no se toca es esa parte que hace que el cuerpo físico se mueva, que el cuerpo sienta y escuche estamos hablando acerca de la mente. ¿Qué es la mente? La mente es el conjunto de capacidades cognitivas que engloban procesos como la percepción, el pensamiento, la conciencia, la memoria y la imaginación, algunas de las cuales son características del humano y otras son compartidas con otras. Es por eso que el sentido del presente ensayo esta basado principalmente en el poder que tiene la mente sobre el ser humano y como este es el principal motivo y objetivo en el área de la psicología, principalmente en la parte terapéutica ya que sabemos que es ahí en donde surgen y radica todos tipo de conflictos que como seres humanos podemos tener. En algún momento de nuestra como personas sentimentales y emocionales que somos nos hemos visto en la necesidad de buscar y recibir la ayuda de un psicólogo, como sabemos el psicólogo es esa persona o profesional que nos ayuda cuando tenemos una problemática en la vida que no está causando mal estar o incluso la infelicidad, es quien con sus habilidades y destrezas nos ayuda a encontrar soluciones y formas nuevas de salir de nuestros problemas.

Ahora bien en el material proporcionado por el docente y la unidad trabajado de esta semana hemos visto todos los tipos de terapia que existen y que el psicólogo debe conocer para

poder ayudar así a las personas que van en busca de una terapia o de simplemente ayuda para sus problemas. En este material habla de muchas de las terapias que debemos conocer, de las cuales iremos mencionado algunas de las más importantes, así como de que trata y para qué tipo de situación las podemos utilizar.

En primer lugar tenemos la Terapia Somática desarrollada por el profesor Berkeley Standley Keleman en 1971, su finalidad era sanar los nudos físicos, emocionales y psicológicos derivados de los conflictos, vivencias y experiencias no resueltas, esta terapia como el material nos explica ayuda al paciente a favorecer una armonía entre mente, cuerpo y emociones de la persona, esa una terapia que utiliza diversas estrategias terapéuticas, está orientado en la mayor parte de las veces a tratar el trauma, este tipo de terapia la podemos aplicar en situaciones de ansiedad, estrés, depresión en las adicciones y también en personas con dolor crónico. Como punto de vista personal considero que esta terapia es muy esencial en el proceso de terapia sabiendo hacer un buen uso y aplicación de ella podemos encontrar fácilmente y de manera rápida un resultado exitoso. Posteriormente tenemos la Terapia de Depresión este surgió entre los años 1963 y 1967 con el modelo cognitivo que postula tres conceptos: 1) la triada cognitiva, 2) los esquemas y 3) los errores cognitivos, es este el que se utiliza mayormente, consiste en tres patrones cognitivos principales que inducen al paciente a considerarse así mismo, su futuro y sus experiencias de un modo idiosincrático, así como ver su pasado, su presente y su futuro de manera negativa para que el paciente pueda verse de manera fracasado y así este opte por buscar la ayuda y seguridad en otros que el considere más competentes y capacitados, esta terapia como su nombre lo dice la podemos utilizar en situaciones de depresión. Después tenemos la Terapia de Manía en esta terapia se utiliza principalmente el modelo cognitivo-conductual, el objetivo principal es aplicar los principios cognitivo conductuales a los pacientes para que se adhieran a la medicación y adquieran habilidades o reduzcan los problemas que acarrea el trastorno bipolar. La Terapia de la Psicosis esta terapia intenta subsanar algunas limitaciones de los tratamientos previamente existentes y recoge las aportaciones en la comprensión de los fenómenos psicóticos. Esta terapia comprende señas de identidad de esta aproximación que son:

1. Comprender el modo de vida de las personas con psicosis como una forma e afrontamiento de la enfermedad,

2. La psicosis es experimentada por los pacientes como pensamientos y sentimientos alterados, no necesariamente tienen por qué ser útiles las explicaciones desde el modelo de y enfermedad.

3. en la formación de los síntomas psicóticos pueden ser implicados procesos psicológicos diversos por ejemplo el modelo de formación de alucinaciones de Slade y Bentall o el modelo de formación y de mantenimiento de creencias delirantes, siendo necesario hacer un análisis altamente individualizado. Posteriormente de haber realizado estos principios básicos se emplean técnicas ampliamente probadas y sobradamente conocidas dentro del elenco conductual que deben adaptarse a las peculiaridades de las personas que padecen trastornos psicóticos. Por último mencionaremos la Terapia de la Ansiedad, en esta terapia nos menciona algo muy importante que se les enseña a los pacientes que es: "El modo en que pienso afecta sobre el modo en que siento", esta afirmación es el fundamento de la teoría cognitiva y la terapia de los trastornos emocionales y aun así los individuos muchas veces no logran reconocer el modo en que sus pensamientos afectan sobre su estado anímico. En esta terapia la cognición es una función mediadora importante entre la situación y el afecto, la situación provocadora de pensamiento o valoración ansiosa sentimiento de ansiedad hace que los individuos suman que las situaciones y no las cogniciones son responsable de su ansiedad, la antología nos daba un ejemplo al momento previo de hacer un examen, si la personas considera que no es capaz de realizarlo el nivel de ansiedad será mucho por creer que el examen que el examen será muy difícil, pero si se considera lo suficientemente preparado el nivel de ansiedad será menos. Esta terapia al igual como su nombre lo dice se puede aplicar en situaciones de ansiedad y en algunos casos en situaciones de depresión también.

Es así como lo visto y aprendido en esta unidad queda un poquito plasmado en este trabajo, no está por demás mencionar que fue una lectura bastante interesante e importante hacer, ya que como aprendices de la psicología es muy importante que conozcamos cada uno de los procesos que se realizan en la parte terapéutica, así como sus técnicas y herramientas que deben ser utilizadas para cada situación correcta que lo requiera. Como conclusión diría que los tipos de terapia son métodos que están altamente especializados para cada tipo de problemática y situación por la que esté pasando el paciente, cada una tiene su objeto principal sus bases fundamentales, sus estrategias y sobre todo el enfoque psicológico que será apto y adecuado para cada conflicto o trastorno que es psicólogo debe evaluar, diagnosticar y tratar.

Bibliografía

- *Antología:supervision de casos clínicos*
- <https://www.google.com/search.psicologo/>