



Universidad del sureste.

Materia: modelos de intervención en la psicoterapia.
Área: Lic. Psicología.

Catedrática: Angélica Elizabeth Pérez.
Alumno: Leonel de Jesús López Gómez.

Tarea: mapa mental, terapia cognitivo conductual y humanista- existencial.

San Cristóbal de las casas Chiapas, a 15 de
noviembre del 2020.

Terapia humanista-existencial, enfoque terapéutico más filosófico, se describe cómo el comportamiento de una persona está determinado principalmente por la percepción.

Desarrollo: en este caso no sólo investigan el sufrimiento, sino que también profundizan el crecimiento y el autoconocimiento de la propia persona se preocupan más de plantear alternativas a este sufrimiento que a estudiar la conducta.

Introducción: Ayuda a tomar conciencia de pensamientos imprecisos o negativos para que puedas visualizar situaciones exigentes con mayor claridad y responder a ellas de forma más efectiva.

Desarrollo: al tomar conciencia de nuestros pensamientos, la terapia conductual tiene ciertos procedimientos que se pueden comprobar mediante la investigación y métodos experimentales por lo que se la considera una terapia científica.

Tiene tres fases: la evaluación, el tratamiento y el seguimiento del PX.

Terapia cognitivo conductual y humanista- existencial.

Objetivo en la psicología en cuanto a la terapia cognitivo conductual, orientar y modificar sentimientos, pensamientos, comportamientos perjudiciales y negativos.

Objetivo de la psicología humanista-existencial, es el desarrollo posterior de la psicología humanista hacia una ciencia aplicada de lo intersubjetivo, con el objetivo de superar el sufrimiento psicológico explorando y transformando la experiencia del px, en el contexto de sus relaciones.