



Nombre de alumno: Mirna Abigail
López Santis

Nombre del profesor: Ana Estelí
Hidalgo Martínez.

Nombre del trabajo: Mapa
conceptual: psicología de la salud.

Materia: Psicología y salud 1.

Grado: 1^{ero}

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: "A"

PSICOLOGIA DE LA SALUD

¿QUE ES?

Matarazzo (1982) la describió como un campo que engloba aportaciones diversas de la psicología en relación a la educación, la ciencia y la profesión, aplicadas a la salud y a la enfermedad.

MODELOS

COGNITIVO SOCIAL

Estudia

La localización de las causas de la conducta, rechazando el extremo ambiental y determinismo personal.

Da importancia

A los efectos del ambiente social y las cogniciones sobre la conducta y la influencia recíproca entre ellos.

Capacidades

- Capacidad simbolizadora, para ensayar simbólicamente soluciones, sin ejecutarlas.
- Capacidad de previsión, proponerse metas se ensayan las posibles acciones y consecuencias
- Capacidad vicaria, mediante la observación de modelos se puede aprender vicariamente de lo que otros hacen
- Capacidad autorreguladora, el hombre puede controlar su propia conducta manipulando el ambiente o proponiéndose metas.
- Capacidad de autorreflexión, analizar sus propias experiencias, contrastándolas con los resultados obtenidos.

Definición

Bandura defiende la idea de que las conductas que hayan obtenido recompensas positivas tendrán más posibilidades de ser repetidas y en cambio disminuirán las conductas que hayan obtenido consecuencias negativas.

CREENCIAS EN LA SALUD

Se basa

En la noción que el cambio hacia la conducta saludable esta guiado por las creencias del individuo, porque se le denomina "expectativa de valor".

Se adapta

Para tratar de explicar una variedad de conductas, como la respuesta individual ante ciertos síntomas de enfermedad, cumplimiento del paciente con el medicamento, etc.

Se define

Como una teoría construida en la valoración subjetiva de una determinada expectativa, que se basa en tres premisas.

Estas son

- La creencia -o percepción- de que un determinado problema es importante o suficientemente grave como para tenerlo en consideración,
- La creencia -o percepción- de que uno es vulnerable a ese problema
- La creencia -o percepción- de que la acción a tomar producirá un beneficio a un coste personal aceptable.

TEORIA DE LA ACCIÓN RAZONADO (PLANEADA)

Ayuda

A entender como una persona llega a tomar una decisión para realizar cierta acción, la mejor forma de predecir la conducta es conocer las intenciones de una persona.

Inicia

Propuesto por Martín Fishbein e Icek Ajzen, el modelo de Acción Razonada tiene sus inicios en 1967

Imagina

Al ser humano como un animal racional que procesa la información o la utiliza sistemáticamente, es así, como se vislumbra al sujeto como un tomador racional de decisiones.

Establece

Que la intención de realizar o no realizar una conducta es una especie de balance entre lo que uno cree que debe hacer (actitudes) y la percepción que se tiene de lo que los otros creen que uno debe de hacer (norma subjetiva).

REDUCCIÓN DE RIESGO

Definición

Modelo de Salud, diseñado para atenuar los comportamientos de riesgo.

Objetivo

Tiene como objetivo, disminuir las consecuencias provocadas por mantener relaciones riesgosas y con ellos contraer el VIH/SIDA.

Quiere decir

- Predice y disminuye la ocurrencia de comportamientos sexuales de riesgos que posibilitan el contagio de VIH/SIDA.
- Percibe el comportamiento como riesgo y reconoce las habilidades personales para reducir el comportamiento.

Etapas

Fase I: Percepción de comportamiento como riesgoso.
Fase II: Toma de decisiones firmes.
Fase III: Llevar a cabo el cambio de conducta.

TRANSTEORICO DEL CAMBIO CONDUCTUAL

Estudia

Las condiciones que hacen posible el cambio.

Sugiere

Que hay que diseñar o planear estrategias de cambio que estén de acuerdo a las características de los sujetos a los cuales están dirigidos.

Evalúa

La etapa o estado en el cual se encuentra la persona en términos de su "intención hacia el cambio" examina las ventajas y desventajas del cambio.

Observa

A los individuos que están tratando de cambiar por si solos, sin ayuda profesional, nos enseña que las personas progresen de manera de una manera gradual, continúa y a través de un proceso dinámico de 5 etapas a medida que tratan de reducir o eliminar conductas riesgosas.

MODELO INTEGRATIVO

Se basa

En las ideas de Bandura y conductismo e integra la psicología de la salud con la salud pública.

Se enfoca

Hacia la comunidad y no solo a los problemas individuales

Definición

Es una psicoterapia de unificación que responde de forma apropiada y eficaz a la persona en el plano afectivo, conductual, cognitivo y fisiológica de su funcionamiento; también trata la dimensión espiritual de la vida.

Se refiere

La Psicoterapia Integrativa se refiere también a la unión de los sistemas afectivo, cognitivo, conductual y fisiológico de una persona, con una consciencia de los aspectos sociales y transpersonales de los sistemas que rodean a la persona.

Criterios

El enfoque psicodinámico, el enfoque centrado en el cliente, el conductual, el cognitivo, la terapia familiar, la terapia Gestalt, las psicoterapias corporales, las teorías de las relaciones objéctales, la psicología psicoanalítica del self y el análisis transaccional son todos considerados dentro de una perspectiva de sistemas dinámicos.