



**Nombre de alumno: Natalia Betsabe
Gómez Guzmán.**

**Nombre del profesor: Ana Esteli
Hidalgo Martínez.**

**Nombre del trabajo: Mapa
Conceptual-modelos en la
Psicología de la salud.**

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Psicología y salud.

Grado: 1

Grupo: B

MODELOS EN LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD.

son

Técnicas que se necesitan para influir un cambio en las conductas de las personas.

1. Modelo Cognitivo – Social.

muestra

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

La complejidad de los procesos humanos para realizar una conducta, mediante la observación la persona puede aprender una acción y sus consecuencias y deliberadamente tendera a realizarla o no; dependiendo de sus características personales y su motivación.

2. Modelo de Creencias en Salud.

El modelo se basa en la noción que el cambio hacia conducta saludables está guiado por las creencias del individuo, específicamente por lo que se denomina la "expectativa de valor".

Hipótesis del MCS:

- 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.

3. Teoría de Acción Razonado (planeada)

intenta

Este modelo dice que la mejor forma de predecir la conducta es conocer las intenciones de una persona. Una intención representa un compromiso de la persona para actuar de cierta manera.

Integrar factores actitudinales y comportamentales para explicar las conductas saludables. Postulan que una conducta saludable es el resultado directo de la intención comportamental, es decir, de la intención del sujeto para llevar a cabo determinado comportamiento

4. Modelo de Reducción de Riesgo

Diseñado para

Intentan lograr un cambio de actitudes, a desarrollar habilidades conductuales que reduzcan el riesgo, aumentando la percepción de autoeficacia y mantener los cambios comportamentales deseados.

Atenuar los comportamientos de riesgo, disminuir las consecuencias provocadas por mantener relaciones riesgosas y con ellos contraer el VIH/SIDA. Se compone de tres etapas:

- Percepción de comportamiento como riesgoso.
- Toma de decisiones firmes.
- Llevar a cabo el cambio de conducta.

5. Modelo Transteórico del Cambio Conductual

sugiere

Llamado también modelo de Prochaska, la observación de 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.

Diseñar estrategias de cambio que estén de acuerdo a las características de los sujetos a los cuales están dirigidas. El modelo evalúa la etapa o el estadio en el cual se encuentra la persona en términos de su "intención hacia el cambio".

6. Modelo Integrativo

Es un modelo que pretende enfocarse hacia la comunidad y no hacia problemas individuales. Define el problema usando indicadores epidemiológicos y de psicología.

El objetivo de una psicoterapia integrativa es facilitar la plenitud, que la calidad del ser de la persona y su funcionamiento en las áreas intrapsíquica, interpersonal y socio-política se potencia al máximo con la debida consideración hacia los propios límites personales y las restricciones externas de cada individuo.