

# "Mapa Conceptual"

## Psicoterapias.

Colaboración basado en la relación entre una persona y el psicólogo.

Se divide en

Terapia Cognitiva

Se centra en la resolución tangible de problemas

Terapia psicoanalítica

Intenta resolver los problemas psicológicos de las personas (su mundo interior).

Terapia Psicodinámica

Estudia el inconsciente de la mente humana, ya que es el responsable de las cosas que hacemos.

Terapia Conductual

Se basa en los principios del conductismo

Psicoterapia cognitiva conductual

Ayuda a los pacientes a cambiar su conducta mediante el cambio de la forma en que piensan y sienten.

Psicoterapia racional emotiva

Revisa las ideas irracionales para reemplazarlas por creencias más productivas.

Terapia Gestalt.

busca desarrollar el potencial humano y el crecimiento personal.